**Cliëntennieuwsbrief**  
Nieuws vanuit regio Zuid-Holland

**Jaargang 5, februari 2018**

Beste (oud-)cliënt en belangstellende,

Deze maand hebben we veel tips om met u te delen: bijvoorbeeld hoe bereidt u zich goed voor op uw gesprek met de oogarts gaat of welke mogelijkheden zijn er allemaal om u te ondersteunen tijdens uw reis met het openbaar vervoer.

Daarnaast organiseren wij weer verschillende informatiebijeenkomsten zoals het Low Vision spreekuur en een informatiebijeenkomst over Retinitis Pigmentosa. Bent u op zoek naar een uitje buiten de deur? De ZieZo-beurs 2018 in Utrecht komt eraan. Ook Visio is aanwezig om u mee te nemen in nieuwe mogelijkheden.

Misschien woont u in de gemeente Leiden? Dan is het OogCafé Sassenheim leuk om te bezoeken en inmiddels is er ook in Delft een OogCafé gestart!

Kortom: laat u informeren door het lezen van onze nieuwsbrief.

Voor vragen over deze nieuwsbrief of andere vragen kunt u op werkdagen contact opnemen met onze afdeling Advies in Den Haag via telefoonnummer 088 585 92 00 of mail naar [denhaag@visio.org](mailto:denhaag@visio.org).

**Inhoud**

[Vervallen inloopspreekuur Leiden](#_Toc505843536)

[Training mindfulness van start in Rotterdam](#_Toc505843537)

[De krant moeilijk te lezen?](#_Toc505843538)

[Workshop bladmuziek lezen (voor aanmelden)](#_Toc505843539)

[Informatiebijeenkomst Retinitis Pigmentosa (RP)](#_Toc505843540)

[ZieZo-beurs: 16 en 17 maart 2018](#_Toc505843541)

[Hackathon Super Toegankelijk en Shopping Experience](#_Toc505843542)

[Met het openbaar vervoer op pad: tips en trucs](#_Toc505843543)

[Tips en vragen voor bezoek aan de oogarts](#_Toc505843544)

[OogCafés in de regio](#_Toc505843545)

# Vervallen inloopspreekuur Leiden

Op 14 februari en 14 maart vervalt het inloopspreekuur op de locatie Leiden. Op andere woensdagen staan we u graag te woord van 9.00 – 11.30 uur op de Wassenaarseweg 501 in Leiden.

# Training mindfulness van start in Rotterdam

Mindfulness is een effectieve training om stress, psychische klachten en negatieve emoties te leren hanteren. Het doel van de mindfulnesstraining is het creëren van meer bewustzijn van eigen gedachten, gevoelens en lichamelijke gewaarwordingen en het mogelijke effect van de visuele beperking. De training bestaat uit acht (wekelijkse) bijeenkomsten van drie uur, waarbij verschillende soorten oefeningen aan bod komen.

[Meer informatie over de training mindfullness](https://www.visio.org/nl-nl/home/actueel/agenda/rotterdam-training-mindfulness?utm_source=clientennieuwsbrief&utm_medium=editie-februari-2018-zuid-holland&utm_campaign=clientennieuwsbrief)

# De krant moeilijk te lezen?

**Wanneer**: Woensdag 21 februari 13:30 tot 16:30 uur  
**Waar**: Wassenaarseweg 501, Leiden

**Wanneer**: Vrijdag 30 maart 13.30 tot 16.30 uur

**Waar**: Visio, Bordewijklaan 3, Den Haag

Ervaart u problemen bij het lezen en zoekt u een oplossing? Vraagt u zich af of uw huidige hulpmiddel nog wel het meest passende is?

Tijdens een low vision inloopspreekuur is een deskundig optometrist aanwezig en kunt u uw gezichtsscherpte laten testen, persoonlijk advies krijgen en/of antwoord op de vraag of uw huidige leeshulpmiddelen nog volstaan, verbeterd of geoptimaliseerd kunnen worden. U kunt zonder afspraak terecht.

[Meer informatie over het Low Vision spreekuur in Leiden](https://www.visio.org/nl-nl/home/actueel/agenda/low-vision-inloopspreekuren-in-leiden?utm_source=clientennieuwsbrief&utm_medium=editie-februari-2018-zuid-holland&utm_campaign=clientennieuwsbrief)

[Meer informatie over het Low Vision spreekuur in Den Haag](https://www.visio.org/nl-nl/home/actueel/agenda/slecht-zien,-maar-blijven-lezen?utm_source=clientennieuwsbrief&utm_medium=editie-februari-2018-zuid-holland&utm_campaign=clientennieuwsbrief)

# Workshop bladmuziek lezen (voor aanmelden)

Als het zicht achteruitgaat, wordt lezen soms een uitdaging. Er zijn veel mogelijkheden om toch ontspannen te blijven lezen. Maar geldt dat ook voor het lezen van bladmuziek? In het voorjaar wil Visio Leiden/Den Haag een bijeenkomst organiseren over het lezen van bladmuziek op de iPad. In het najaar 2018 gaan we deze bijeenkomst organiseren voor de locatie Dordrecht/Rotterdam.

[Lees meer over de bijeenkomst en meld u aan](https://www.visio.org/home/actueel/nieuws/2018/januari/slechtziend-en-bladmuziek-in-leiden-den-haag?utm_source=clientennieuwsbrief&utm_medium=editie-februari-2018-zuid-holland&utm_campaign=clientennieuwsbrief)

# Informatiebijeenkomst Retinitis Pigmentosa (RP)

Wanneer: Dinsdag 27 februari, 13.00 tot 16.00 uur

Waar: Visio Rotterdam, Schiedamse Vest 158

Heeft u Retinitis Pigmentosa en vindt u het moeilijk om hiermee om te gaan? Wilt u daarnaast praktische informatie en ervaringen uitwisselen? Kom dan naar de Informatiebijeenkomst voor mensen met Retinitis Pigmentosa bij Visio in Rotterdam.

[Lees meer over de RP-informatiebijeenkomst](https://www.visio.org/nl-nl/home/actueel/agenda/rotterdam-informatiebijeenkomst-retinitis-pigment?utm_source=clientennieuwsbrief&utm_medium=editie-februari-2018-zuid-holland&utm_campaign=clientennieuwsbrief)

# ZieZo-beurs: 16 en 17 maart 2018

Mee blijven doen in de maatschappij. Daar ondersteunt Visio u graag bij. En dat doen we op verschillende manieren. Soms bent u al geholpen met eenvoudige handreikingen en tips. Maar we bieden ook advies en begeleiding op specifieke thema’s en aan uw omgeving. Net als onderwijs, wonen, training en (intensieve) revalidatie. Wat uw vraag ook is, Visio is steeds dichtbij. Zo ook op de ZieZo-beurs. Bezoek ons en ontdek wat bij úw vragen past, wat wél kan.

[Lees meer over Ziezo Beurs 2018](https://www.visio.org/nl-nl/home/actueel/agenda/visio-dichtbij-op-de-ziezo-beurs-2018?utm_source=clientennieuwsbrief&utm_medium=editie-februari-2018-zuid-holland&utm_campaign=clientennieuwsbrief) en [vraag uw gratis toegangskaart aan](http://www.ziezo.org/gratis-toegangskaarten/).

# Op toegankelijke manier boodschappen doen

Van alle dagelijkse dingen zouden slechtziende en blinde mensen het liefst gewoon boodschappen willen doen. Met die uitdaging zijn in de hackathon Super Toegankelijk tien innovatieve formats bedacht. Deze maken voor iedereen, ook voor slechtziende en blinden mensen, het boodschappen doen makkelijker. In deze ontwerpen is ook bestaande technologie verwerkt. Een van de bestaande mogelijkheden is het maken van een boodschappenlijst met Siri, de dicteerfunctie van iOS11 en de app Herinneringen.

[Bekijk hoe u een boodschappenlijstje maakt met Siri](https://kennisportaal.visio.org/nl-nl/documenten/boodschappenlijstje-maken-met-siri?utm_source=clientennieuwsbrief&utm_medium=editie-februari-2018-zuid-holland&utm_campaign=clientennieuwsbrief)

[Bekijk de resultaten van de hackathon](https://www.visio.org/nl-nl/home/actueel/nieuws/2018/januari/iglobal-wint-met-shopon-de-hackathon-st?utm_source=clientennieuwsbrief&utm_medium=editie-februari-2018-zuid-holland&utm_campaign=clientennieuwsbrief)

**Tips en nuttig om te weten**

# Met het openbaar vervoer op pad: tips en trucs

Voor slechtziende en blinde mensen is reizen met het openbaar vervoer vaak een hele onderneming. Lees in dit artikel een groot aantal tips om goed voorbereid op pad te kunnen gaan. We praten u bij over de OV-begeleiderskaart (B), OV-chip Plus, het Sentire-abonnement, de NS-Business Card, NS Reisassistentie, geleidelijnen, uitstapzijde van de trein.

[Meer informatie en tips en trics](https://www.visio.org/nl-nl/home/actueel/nieuws/2018/januari/met-het-ov-als-blinde-of-slechtziende-reiziger?utm_source=clientennieuwsbrief&utm_medium=editie-februari-2018-zuid-holland&utm_campaign=clientennieuwsbrief)

Neem voor advies op maat om de voor u prettigste manier van reizen met het OV te ontdekken contact op met onze afdeling Advies in Den Haag via [denhaag@visio.org](mailto:denhaag@visio.org) of 088 58 59 200

# Tips en vragen voor bezoek aan de oogarts

Misschien herkent u deze situatie: tijdens uw bezoek aan de oogarts heeft u allerlei vragen, maar de afspraak is voorbij voordat al uw vragen aan bod zijn gekomen. Het is daarom belangrijk dat u uw afspraak goed voorbereidt. De samenwerkende oogpatiëntenverenigingen helpen u alle informatie goed op een rijtje te krijgen.

[Lees meer over de tips en vragen](https://www.visio.org/nl-nl/home/actueel/nieuws/2018/januari/tips-en-vragen-voor-uw-bezoek-aan-de-oogarts?utm_source=clientennieuwsbrief&utm_medium=editie-februari-2018-zuid-holland&utm_campaign=clientennieuwsbrief)

# OogCafés in de regio

In eerdere nieuwsbrieven hebben we u geïnformeerd over de OogCafés in Rotterdam, Den Haag en het Westland. Wist u dat er ook OogCafés zijn in Sassenheim en Delft?

**Sassenheim**

Wanneer: elke derde woensdag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur

Waar: Het Onderdak, JP Gouverneurlaan 40a in Sassenheim

Het programma de aankomende maanden:

* 21 maart: Creatief aan de slag: paas/lentestukje maken
* 18 april: Kruidenbitter maken

[Meer informatie en aanmelden voor OogCafé Sassenheim](https://www.visio.org/home/actueel/ander-nieuws/2018/februari/oogcafe-in-sassenheim?utm_source=clientennieuwsbrief&utm_medium=editie-februari-2018-zuid-holland&utm_campaign=clientennieuwsbrief)

**Delft**

Wanneer: Vrijdag 23 maart, 13.30 – 16.00 uur

Waar: Gebouw van Taste, Roland Holstlaan 751, 2624 KA Delft

Oogvereniging Haaglanden organiseert het eerste OogCafé in Delft. ervaringen delen en tips uitwisselen op het gebied van het leven met een visuele beperking of oogaandoening.

[Meer informatie en aanmelden voor OogCafé Delft](https://www.visio.org/home/actueel/ander-nieuws/2018/februari/oogcafe-in-delft?utm_source=clientennieuwsbrief&utm_medium=editie-februari-2018-zuid-holland&utm_campaign=clientennieuwsbrief)

**Colofon**

Deze nieuwsbrief wordt verspreid onder cliënten van Visio in regio Den Haag, Leiden, Rotterdam en Dordrecht en andere belangstellenden.

Kopiëren mag. We vinden het leuk als u berichten uit deze nieuwsbrief overneemt in uw publicaties. Neem het bericht dan wel ongewijzigd over en vermeld Visio als bron.

Aan deze nieuwsbrief werkten mee: Esther van Oosterbos, Ruth Doeve, Yvonne Groenewegen, Renske Grootendorst, Jan ter Harmsel en Claudia van den Heijkant.

Wilt u meer informatie over de nieuwsbrief of wilt u zich aan- of afmelden voor de nieuwsbrief? Mail dan naar [denhaag@visio.org](mailto:denhaag@visio.org).

Cliëntservicebureau T 088 585 85 85

Koninklijke Visio, expertisecentrum voor slechtziende en blinde mensen.

Meer informatie is te vinden op [website van Visio](http://www.visio.org). Hoewel deze publicatie met de grootst mogelijke zorg is samengesteld, kan de redactie geen aansprakelijkheid aanvaarden voor eventuele fouten.