column

Vakantie... Mijn vader zei altijd: "Zolang het mogelijk is, moet jij zoveel mogelijk van de wereld zien." Dankzij mijn ouders heb ik heel bijzondere dingen meegemaakt. Ik heb twee weken in een vuurtoren in Ierland gewoond. Omdat ik per se op de eerste verdieping wilde slapen, werd ik iedere dag door vier man naar boven getild. Ik kan mezelf nog de treden horen tellen: "44, 45, 46, ..." Ik heb in de tuin van mijn held Marten Toonder gestaan en de wind langs mijn wangen voelen strijken toen ik zei dat ik – net als hij – ook wilde gaan schrijven. Een paar jaar later heb-

Kijk in de app van oe mee! om Robin beter te leren kennen

No guts, no glory!

ben we met een groep vrienden een hotel in Schotland gehuurd, waarvan men fluisterde dat het er spookte. Mijn reisgenoten vonden dat wel grappig en bespotten de geesten openlijk. Totdat er een kandelaar van de muur viel... toen was het niet zo lollig meer.

Helaas heb ik met een georganiseerde vakantie minder leuke ervaringen. De eerste keer was geweldig, maar de tweede keer had ik een begeleidster met wie het totaal niet klikte. Daarna durfde ik zo'n duur gokje niet meer te wagen. Nu, jaren later, ben ik twee keer verhuisd en dus blut. Toch ga ik deze zomer vakantie vieren: samen met mijn vriend, gewoon in Heerhugowaard. En ik ga sparen! Want volgend jaar wordt het tijd voor een nieuw avontuur: Londen. Ik heb deze stad altijd eens willen zien, dus wordt het tijd dat ik mijn angst voor nog een blamage opzij ga zetten. No guts, no glory!

ROBIN CORBEE

VRIJPLAATS VOOR DE ZINTUIGEN

Verwen uw smaakpapillen, kijk uw ogen uit, spits uw oren, snuif heerlijke geuren op en laat uw handen wapperen op Festival 5D. Kom in het weekend van 28 en 29 juni naar de NDSM-werf in Amsterdam, waar een groep enthousiaste theatermakers staat te popelen om u te laten genieten van kunst en cultuur. Het festival is voor iedereen toegankelijk: er zijn invalidentoiletten, het terrein is rolstoelvriendelijk, het programmaboekje is in braille en bij ten minste één voorstelling per dag is een gebarentolk aanwezig. Ook staan er tal van vrijwilligers klaar om bezoekers te helpen. **www.festival5d.nl**

WEEK VAN HET PROKKELEN EEN GROOT SUCCES

Van 2 tot 8 juni vond de Week van het Prokkelen plaats. Duizenden vrijwilligers organiseerden in bedrijven, buurten, op scholen en in het verenigingsleven activiteiten die mensen met en zonder verstandelijke beperking met elkaar in contact brachten. Deze prikkelende ontmoetingen noemen we Prokkels. Er waren dit jaar ruim 300 Prokkels, onderverdeeld in Prokkelstages, Prokkels in de samenleving en mensenrechtenProkkels. In elke categorie wordt een Gouden Prokkel uitgereikt. De winnaars worden op vrijdag 27 juni gehuldigd door staatssecretaris Van Rijn. Kijk op **www.prokkel.nl.**

willy

‘Deze zomer ga ik op vakantie naar Noord-Italië. Andere landen en culturen hebben mijn interesse’

Willy Hartjesveld (70) heeft een licht verstandelijke beperking. Hij gaat sinds zijn pensioen regelmatig naar het buitenland met Steunpunt-Reizen. Deze stichting organiseert dagtochten en reizen voor mensen met een verstandelijke beperking. **www.steunpuntreizen.nl**

Kijk voor meer informatie in de app van Doe mee!

tekst FABIËNNE LANSINK, MOOI MAG.

in’t kort

Fietsplezier

EASY RIDING

Texel kun je toch het beste per fiets verkennen. Was dat tot voor kort niet voor iedereen mogelijk, nu zijn er op het Waddeneiland aangepaste fietsen te huur. De tandems, duofietsen, driewielers en rolstoelfietsen zijn bijzonder stabiel en comfortabel. De elektrische trapondersteuning zorgt dat u fluitend het eiland rond trapt. **www.easyridingtexel.nl**

Wegwijzer

GOED VERTEGENWOORDIGD

Wat als iemand zelf de regie niet meer kan voeren over zaken als zorg en geld? Op **www.goedvertegenwoordigd.nl** vindt u antwoord op deze vraag. De website legt uit wat familievertegenwoordiging is en biedt informatie over maatregelen als een volmacht, levenstestament, mentorschap en bewindvoering.

Cliëntondersteuning van MEE

WAT VERANDERT ER?

De politiek vindt dat zorg en ondersteuning voor kwetsbare mensen, van wie velen een beperking hebben, dichter bij huis moeten worden geregeld. Daarom wordt uw gemeente vanaf 1 januari 2015 verantwoordelijk voor meer zorgtaken, waaronder cliëntondersteuning. MEE en uw gemeente maken hier afspraken over. Zo bieden ze u zekerheid dat u ook in 2015 cliëntondersteuning krijgt. De afspraken gaan over hoe de ondersteuning geregeld wordt en bij wie u dan terecht kunt. Dus ook onder de nieuwe Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning) kunt u voor informatie, advies en (kortdurende) algemene ondersteuning een beroep blijven doen op cliëntondersteuning. Uw belang is altijd het uitgangspunt en de cliëntondersteuning blijft onafhankelijk en voor de cliënt kosteloos. Op dit moment is nog niet duidelijk hoe de cliëntondersteuning in uw gemeente precies wordt geregeld. Zodra dit bekend is, wordt u geïnformeerd door de gemeente of uw MEE-organisatie. Als u nu al vragen heeft, kunt u die stellen aan uw MEE-consulent.

alexandra runt Sympassion

Communicatie en marketing, dat is de expertise van Alexandra Woldring (48). Ze werkte jarenlang bij een reclamebureau maar bijna vijftien jaar geleden ging het mis. Alexandra: “Ik was net moeder geworden en hartstikke moe. Eerst dacht ik aan een burn-out maar de vermoeidheid ging niet over, dus liet ik me onderzoeken. Chronische vermoeidheid – ME – was de diagnose.

beeld SJEF FRIJNS

In het begin verzette ik me tegen de ziekte; ik ben niet het type dat bij de pakken neer gaat zitten. De oprichting van Sympassion, mijn eigen marketing- en communicatiebureau, is een goede zet geweest. Als eigen baas kan ik mijn tijd zelf indelen en mijn rust nemen wanneer ik dat nodig heb. Ik werk zo’n 24 uur per week, verspreid over zeven dagen. Een van de projecten die ik heb opgezet, is Feels Good Art. Er zijn veel mensen met een beperking die kleurrijke kunstwerken maken. Die kunstwerken zijn vaak lastig te verkopen, en daarom voeg ik de kunst toe aan bijvoorbeeld wenskaarten, servies en paraplu’s. Ook richten we hele kantoren in met Feels Good Art. Zo kunnen bedrijven hun maatschappelijke betrokkenheid uiten en krijgen de makers waardering voor hun creatieve inspanningen. Iedereen blij en dat voelt goed!” **www.feelsgoodart.nl**

BIJZONDERE JONGEN

Begin dit jaar verscheen de Nederlandse vertaling van het verhaal van Naoki, een dertienjarige Japanse jongen met autisme. In ‘Waarom ik soms op en neer spring’ omschrijft hij zijn eigen gedrag en belevingswereld en trakteert hij de lezer op een prachtig kort fictieverhaal. Het boek bewijst dat ook mensen met autisme over fantasie, humor en empathie beschikken.

WAAROM IK SOMS OP EN NEER SPRING, Naoki Higashida,
ISBN 9789046816325

WENNEN AAN WIELEN

‘Renske met wielen’ gaat over een meisje van acht dat door een ongeluk in een rolstoel terechtkomt. Dat is voor haarzelf en voor haar vriendjes Lizzy en Tygo wel even wennen. De auteur, zelf ook gebonden aan een rolstoel, werd bij het schrijven van het verhaal geïnspireerd door de vragen en openheid van de kinderen die zij ontmoet. Het boekje is geschikt voor kinderen van zes tot negen jaar en bevat mooie tekeningen.

RENSKE MET WIELEN, Wendy Legierse-Louwers,
ISBN 9789082103700 www.renskemetwielen.info

WIE DICHT ER MEE?

Voor iedereen vanaf twaalf jaar met een verstandelijke beperking organiseert Special Arts een dichtwedstrijd: Het Andere Gedicht. Het gedicht moet gaan over plezier. Het mag rijmen, maar dat hoeft niet. Het gedicht kan gaan over jezelf, gebeurtenissen, dromen, verzinsels, mensen, dieren, gevoelens. De mooiste gedichten komen in een echte dichtbundel. Gedichten kunnen ingezonden worden tot 15 juli 2014 via de website **www.poezie.specialarts.nl**