

Guusje

VERHALEN UIT DE PRAKTIJK

1



VN-verdrag in de Praktijk
Almere

INLEIDING

De gemeente Almere wil een stad zijn waar iedereen mee doet, waar iedereen kan wonen, werken, uitgaan of sporten. Ook mensen met een handicap. We noemen dat een inclusieve samenleving en dat vraagt om aandacht en inspanning. Er zijn inwoners die hulp nodig hebben en wij willen ze daarbij helpen. Daarvoor hebben we de hulp nodig van inwoners, ondernemers, (maatschappelijke) organisaties en instanties. De gemeente Almere zet zich samen met de werkgroep ViP en andere partijen in de stad in voor inclusie. Iedereen doet mee!

De werkgroep 'ViP' (VN-verdrag in de Praktijk), zet zich in ter bevordering van de inclusie van verstandelijk- en lichamelijk

beperkten in onze samenleving. In het kader hiervan zijn Gemeente Almere en ViP een bewustwordingscampagne gestart.

We hebben een aantal illustraties gemaakt van 'Guusje', een figuurtje dat vanaf zijn wolkje enkele opvallende situaties aan de kaak stelt. Deze situaties richten zich op de onbewuste uitsluiting van mensen met een handicap, zoals gebrek aan toegankelijkheid, gebrek aan duidelijke informatievoorziening of gebrek aan prikkelvrije omgevingen.

De situaties worden aangedragen door ervaringsdeskundigen die hun verhaal vertellen. Daarna worden deze omgezet

door de vormgever in een Guusje. De illustraties die hiervoor zijn ontwikkeld, zijn in eerste instantie verspreid via ansichtkaarten, posters en publicaties in het Stadhuis-aan-huis blad, een katern in de lokale krant Almere Deze Week.

Inmiddels vinden ze zelfs hun weg naar andere gemeenten, stichtingen en publicaties die zich richten op een inclusieve samenleving. Wij willen een stad zijn waar iedereen meedoet en onze dank gaat uit naar de werkgroep ViP voor hun inzet en aan alle Almeerders die hun best doen om Almere voor én door iedereen beter en prettiger te maken om met elkaar samen te leven.

Froukje de Jonge
Wethouder Gemeente Almere



Foto: Maarten Feenstra

WERKGROEP VIP

Als Werkgroep ViP Almere organiseren we elke 13e van de maand ons ViP-Café. Zodat inwoners en geïnteresseerden ervaringen kunnen delen over hoe het is om in Almere te wonen, werken, leren en je vrije tijd door te brengen, ook als je een handicap hebt.

Helaas kunnen veel mensen nog niet gelijkwaardig en zelfstandig meedoen. Niet omdat ze niet willen, maar omdat de maatschappij niet voldoende passend voor iedereen is ingericht. Om te zorgen, dat meer mensen zich hiervan bewust worden, zijn wij in 2018 begonnen met onze campagne “Guusje”.

Guusje is een figuurtje dat vanaf een

wolkje situaties bekijkt, waar mensen **met en zonder handicap** dagelijks mee te maken (kunnen) hebben. En laat zien, wat we **samen** kunnen doen om zo’n situatie makkelijker te maken voor iedereen.

Denk bijvoorbeeld aan het niet parkeren van je fiets, scooter of reclamebord op een blindengeleidelijn. Of door niet meteen te oordelen, maar eerst te vragen of iemand hulp kan gebruiken en zo ja; hoe diegene dan geholpen wil worden.

Hoe belangrijk aandacht voor je medemens is, is sinds begin dit jaar extra duidelijk geworden door de Corona crisis. Onze samenleving is ineens voor

iedereen totaal veranderd. En dat geldt natuurlijk ook voor mensen met een handicap.

In dit boekje hebben we onze Guusjes met de bijbehorende, vaak persoonlijke, ervaringsverhalen samengebracht. Ik wens je veel leesplezier toe en we horen graag je mening.

Mocht je meer willen weten over toegankelijkheid en inclusie, kijk dan gerust eens op onze Facebook pagina: **Werkgroep ViP-Almere** of mail ons secretariaat: **vipalmere@gmail.com**

Want: Een toegankelijk en inclusief Almere maken we **SAMEN**.

Petra de Booij
Stuurgroep ViP



VN-verdrag in de Praktijk
Almere



TOEGANKELIJKHEID VOOR ONS ALLEMAAL

Als je minder goed kan zien, of helemaal niets, heb je veel lef en doorzettingsvermogen nodig om zelfstandig de straat op te gaan. Je komt echt van alles tegen. Dingen waar een ziende heel makkelijk aan voorbij gaat, maar wat voor ons een gevaar vormt. Probeer eens met je ogen dicht naar het einde van je straat te lopen. Veel moeilijker dan je denkt en het kost ook heel veel energie.

Jij kan mij helpen. Hoe?

Bijvoorbeeld door je fiets in het fietsenrek te zetten en niet tegen een muurtje of vlak bij een ingang. Ook overhangende takken uit je tuin zie ik niet, dus wat vaker snoeien helpt.

Als je mij met een witte stok en rode strepen erop ziet oversteken, gun mij dan wat meer tijd en ruimte om veilig de overkant te bereiken. En fietsers: realiseer je, dat ik je niet zie en je vaak ook niet hoor. Tenzij je een rammelfiets hebt.

Weet jij eigenlijk waar die stoeptegels met noppen en ribbels voor zijn? Die helpen mij de weg te vinden en te waarschuwen voor een opletpunt. Je vindt ze bij een oversteekpunt, bovenaan een trap, of op stations. En soms bots ik tegen je op. Sorry! Niet gezien...

- Karen, 35 jaar

TOEGANKELIJKHEID
VOOR ONS **ALLEMAAL...**



...DAT IS TOCH NIET MEER DAN **NORMAAL?** – Guusje

TOEGANKELIJKE VOORZIENINGEN

Elke dag maakt iedereen gebruik van een toilet. Niet alleen thuis, maar ook op het werk, op school, tijdens het boodschappen doen of een dagje uit.

Goed bereikbare en bruikbare toiletten zijn dan ook een levensbehoefte. Voor mij zijn openbare en goed toegankelijke toiletten de basis om gelijkwaardig en zelfstandig mee te kunnen doen in de samenleving en het leven van alledag.

Dit geldt niet alleen voor mij, maar ook voor al die mensen met blaas-, darm-, of buikproblemen, katheters en stoma's. Met mij zijn dat er in Nederland zo'n 2 miljoen. En dan zijn er nog de ouders met jonge kinderen of de ouderen.

Ik wil graag, waar ik ook ben, eenvoudig en dichtbij naar het toilet kunnen gaan.

Mijn "Hoge Nood" zou voor mij nooit een belemmering mogen zijn om van huis te gaan. Nu durf ik vaak niet weg te gaan, omdat ik niet weet waar ik een toilet kan vinden en of dat toilet te gebruiken is. Het zou fijn zijn als ik, ook met mijn rolstoel, gebruik kan maken van een toilet, waar ik ook ben.

Mijn wens is dan ook dat er meer openbare en aangepaste toiletvoorzieningen komen die nog toegankelijk zijn ook.

- Petra, 56 jaar

TOEGANKELIJKHEID VOOR ONS ALLEMAAL...



...DAT IS TOCH NIET MEER DAN NORMAAL? – Guusje

PRIKKELVRIJ WINKELN ZONDER KABAAL

Vandaag ga ik shoppen met mijn moeder. Ik mag nieuwe kleren uitzoeken voor mijn verjaardag.

We hebben een rustige ochtend uitgezocht en ik heb al een broek en een shirt gekocht. Nu mag ik ook nog nieuwe schoenen uitzoeken. Het is ondertussen best wel druk geworden in de stad en in de winkels.

We gaan de schoenenwinkel binnen en ik ga op zoek. Door de drukte loopt er iemand tegen mij aan en vind ik het moeilijk om mijn weg te vinden. En dan voel ik het gebeuren. Ik verstar en voel mijn hoofd vollopen en mijn hersenen gaan in *overload*.

Op dat moment lijken de lampen zonnen te worden, de muziek op vol volume te staan, hoor ik iemand kauwgum kauwen, is een telefoon een schijnwerper en ruik ik de geuren van wel 10 deodoranten door elkaar. Mijn overprikkeling slaat toe, ik voel de boosheid opkomen, de irritatie, frustratie en machteloosheid. De tranen komen in mijn ogen en ik begin te stampvoeten. Mijn moeder ziet het allemaal gebeuren en pakt mij voorzichtig bij mijn arm. Ze brengt mij naar buiten en zegt: "Online verder shoppen?"

Ik knik en vraag mijzelf af waarom ik zo anders ben dan mijn vriendinnen.

- Aishja, 15 jaar

PRIKKELVRIJ WINKELEN ZONDER KABAAL...



...DAT IS TOCH NIET MEER DAN NORMAAL? – Guusje

SCHRIJFTOLK, RINGLEIDING OF GEBARENTAAL

Oorspronkelijk kom ik uit Irak en ik woon sinds 1998 in Nederland. Ik ben horend geboren en pas rond mijn 30e levensjaar ben ik permanent gehoorapparaten gaan dragen. In 2016 besloot ik voor een Cochleair Implantaat (CI) te gaan. Er ging een wereld voor mij open. Mijn zelfvertrouwen in de communicatie met anderen groeide enorm. Ik kan er weer op vertrouwen dat ik kan volgen wat er om mij heen wordt gezegd of besproken. Ook tijdens onverwachte en spontane gesprekken. Dit geeft mij het gevoel erbij te horen, iets te kunnen inbrengen en volledig deel te kunnen nemen aan een gesprek.

Ik maak ook gebruik van Nederlands

met ondersteunende Gebaren (NmG). Dat helpt enorm. Niet alleen qua begrip, maar ook qua energieniveau. Ik hoef me dan niet meer zo te concentreren en af te vragen of ik het goed heb begrepen. Ik gebruik dan ook vaak een combinatie van CI, NmG en een schrijftolk. Zonder deze en alle andere hulpmiddelen zou ik nooit zover gekomen zijn.

Geduld hebben en leren concentreren is heel belangrijk. Ondanks mijn CI blijft het vermoeiend en kost het een hoop energie. Mijn gehoorverlies geeft wel beperkingen, maar dat is voor mij geen grote drempel om vol van het leven te genieten.

- Amir, 43 jaar

SCHRIJFTOLK, RINGLEIDING
OF GEBARENTAAL...



...DAT IS TOCH NIET MEER DAN NORMAAL? – Guusje

BSN—NUMMER

Sinds mijn auto-ongeluk gaat alles veel te snel voor mij. Na een revalidatie van drie maanden mocht ik weer naar huis. Ik heb nu nog therapie en het gaat stapje voor stapje beter met mij. Ik heb veel steun van mijn vrouw.

Ik doe mijn best en probeer weer dingen op te pakken. Zoals vanochtend; ik moet een nieuw paspoort aanvragen. Dat heb ik op een briefje geschreven. Het is gelukkig niet zo druk. De portier wijst mij op de infozuil. Ik loop naar de zuil en zie veel kleine lettertjes. Ik besluit naar de balie te lopen. Een behulpzame mevrouw vraagt mij wat ik kom doen.

“Ik heb een paspoort nodig”, zeg ik.

“Heeft u uw oude paspoort bij u?” vraagt ze.

Ik zoek in mijn zakken en ik heb het.

“Wilt u dan bij de infozuil uw BSN invullen, dan krijgt u een bonnetje, daar staat een nummer op en als dat verschijnt op het grote scherm dan mag u doorlopen naar het loket.”

Ik weer naar de zuil - maar voor ik er erg in heb, is de zuil al verder dan ik. Het lukt mij niet om in te loggen. In paniek loop ik weg. Met lood in mijn schoenen ga ik naar huis...weer niet gelukt!

- Hans, 53 jaar

COMMUNICATIE IN BEGRIJPELIJKE TAAL...



...DAT IS TOCH NIET MEER DAN NORMAAL? – Guusje

EEN HELPENDE HAND ALS IK VERDWAAL...

Ik sta bij een stoplicht. Aan de overkant staat een man. Hij kijkt wat verwilderd om zich heen. Als het stoplicht groen wordt, blijft hij staan. Mensen lopen tegen hem aan en hij krijgt boze blikken en scheldwoorden over zich heen. Ik zie hem in elkaar krimpen van angst en besluit ondanks mijn afspraak naar hem toe te lopen.

Op mijn vraag of alles wel goed gaat met hem, antwoordt hij dat hij het niet weet. “Ik weet niet meer waar ik ben, waar ik naar toe moet, hoe ik heet en waar ik woon. Weet u dat misschien mevrouw?”

Ik pak hem bij de arm en loop met hem naar een bankje, laat hem zitten en bel

de politie. Ondertussen probeer ik een praatje met hem te maken om hem te kalmeren.

Als de politieagent er is vertelt hij dat hij ook zo’n pak heeft in de kast. De agent kent de man en zegt tegen mij dat hij hem naar huis zal brengen. Hij is inderdaad een collega geweest...

Wie hij is? Hij is Fred, 73 jaar.

EEN HELPENDE HAND ALS IK VERDWAAL...



...DAT IS TOCH NIET MEER DAN NORMAAL? – Guusje

TEGEN MIJ PRATEN, ALS IK DE BOODSCHAPPEN BETAAL

Winkelen is één van de dingen die ik heel graag doe. Niet alleen nieuwe kleren kopen, of dingen voor het huis, maar ook de gewone dagelijkse boodschappen.

Ik ging minstens twee keer per week naar de supermarkt en rekende ook zelf mijn boodschappen af. Heel normaal toch!

Vorig jaar heb ik een nieuwe heup gekregen. Ik dacht dat ik dan weer zou kunnen lopen zonder pijn. De operatie is echter niet goed gegaan. Daardoor kan ik alleen in huis nog maar kleine stukjes lopen. Als ik naar buiten wil, zit ik in een rolstoel.

Voor iemand in een rolstoel zijn de

gangpaden in de supermarkt vaak te smal en staan de producten te hoog of te laag om ze zelf te kunnen pakken. Daarom kan ik niet meer alleen op pad en gaat mijn man mee om mij te duwen.

Bij de kassa word ik genegeerd en vragen ze mijn man om af te rekenen. Daar kan ik zó boos om worden. Mijn benen doen het niet meer, maar met mijn hoofd is niks mis en kan ik heel goed zelf afrekenen.

Behandel mensen met een handicap, zoals je zelf behandeld wilt worden.

- Willy, 45 jaar

TEGEN **MIJ** PRATEN, ALS IK
DE **BOODSCHAPPEN** BETAAL...



...DAT IS TOCH NIET MEER DAN **NORMAAL?** – Guusje

EEN LEVEN LANG LEREN

Als je, net als ik, Voortgezet Speciaal Onderwijs (VSO) hebt gevolgd, stopt je schooltijd zodra je achttien à twintig bent. Dat is best raar. Midden in het schooljaar afscheid nemen van je klasgenoten; niks geen feestje of diploma-uitreiking, maar door naar een sociale werkplaats of dagbesteding. Vervolgonderwijs is er niet bij en dat is jammer. Ik had graag nog wat hulp gehad bij het leren lezen en rekenen.

Dit is erg belangrijk om je zelfredzaamheid te vergroten in deze ingewikkelde wereld. Er wordt verwacht dat ik meedraai in deze maatschappij. En toch wordt er niet nagedacht over wat ik nodig heb om volwaardig mee te kunnen doen. Het is belangrijk dat je dingen leert zodat je

beter je weg vindt in het leven. Er is wel iets in het volwassenenonderwijs, maar dat is niet genoeg.

Ik hoop dat dit soort onderwijs wordt uitgebreid naar een volwaardige opleiding/school. Het is van belang dat je kan leren of leer/werken op maat.

Ik heb meer talenten dan de meeste mensen denken of verwachten. Geef mij de kans om ook mee te doen, maar dan wel met dezelfde rechten en mogelijkheden als iedere andere burger: een leven lang leren dus!

- Sander, 36 jaar

EEN LEVEN LANG LEREN VOOR ONS **ALLEMAAL...**



...DAT IS TOCH NIET MEER DAN **NORMAAL?** – Guusje

IN DE SPEELTUIN

Ik zou heel graag in de speeltuin een keertje willen schommelen, maar dat gaat niet. Ik blijf met mijn rolstoel steken in het boomschors pad. Ik zou ook zo graag meedoen en vriendjes maken.

Soms droom ik van een speelplek waar ik wel kan komen. Het is een fijne plek, waar iedereen kan komen en kan spelen. In mijn droom speel ik met een jongen met een groot lijf en zie ik op de schommel een oma zitten.

Dan speelt er een jongen verstopperkje met zijn witte stok en vindt hij alle kinderen zonder te kunnen kijken.

Op het veld zie ik jongens en meisjes

met en zonder hulpmiddelen een potje voetbal spelen. Het is een leuk gezicht hoe een rollator jongen de bal afpakt van een meisje en een doelpunt scoort.

Ik rijd dan naar de glijbaan en kom een klein kindje tegen. Ze klimt op mijn schoot en samen zoeven we naar beneden.

Wat zou het fijn zijn als er in Almere zulke speelplekken zouden komen. Een plek waar iedereen naar binnen kan met rolstoel of een groot lijf, wandelwagen of rollator, scootmobiel of witte stok, drukke en stille kinderen of grote mensen die gewoon zin hebben om te schommelen.

- Pieter, 12 jaar

IN DE SPEELTUIN KAN **IEDEREEN**
ZICH EVEN **KIND** VOELEN...



SAMEN SPELEN. ZO KAN HET OOK! – *Guusje*

WOORDEN GLOREN DOOR DE MIST

Vanavond ga ik met vrienden naar een restaurant. Als ik binnenkom realiseer ik mij dat dit niet leuk wordt. Niet om de vrienden of het restaurant. Maar er staat muziek aan, waardoor ik niets van de gesprekken kan volgen. De keuze die ik heb, is om bij herhaling te vragen: “Wat zeg je?; Kan je wat harder/duidelijker praten?; Mag de muziek wat zachter?”, of mij in mijzelf terug trekken.

Dat laatste is na een half uur het geval en ik kom doodmoe thuis. Omdat je je toch de hele avond inspant om te horen wat er wordt gezegd. Ik merk dat ik steeds minder inga op uitnodigingen waar muziek of andere geluiden dominant aanwezig zijn.

Dus winkelen, ergens wat eten of drinken, maar ook familiebijeenkomsten.

Dit heeft tot gevolg dat ik in een isolement dreig te raken. Dus als er een uitnodiging komt, geef ik aan alleen mee te gaan als er een goede akoestiek is, geen muziek en niet een te groot gezelschap.

In 9 jaar ben ik langzamerhand steeds dover geworden. Gelukkig zijn er hoortoestellen.

Eén voordeel heeft het: als ik ga slapen en de apparaten uit doe, is het stil...

- Lida, 29 jaar

RUSTIG ETEN EN KLETSEN,
ZONDER **ONNODIG KABAAL...**



...DAT IS TOCH NIET MEER DAN **NORMAAL?** – Guusje

OORDEEL NIET TE SNEL....

...vraag mij eerst naar mijn verhaal.

Ik merk nog steeds dat, als je anders bent dan anderen, mensen daar met elkaar over fluisteren en naar je wijzen.

Ikzelf merk dat ik af en toe last heb van keuzestress in de supermarkt. Dan sta ik wat langer voor een schap met producten. Ik hoor dan mensen fluisteren, zo van: "Ze staat daar nog steeds voor dat schap. Kan ze niet eens een product kiezen? Zou ze dement zijn? Nee joh, zo oud is ze nog niet."

En als ik moe ben, word ik wat onvast ter been. Ik ben niet dronken, maar dat wordt wel gefluisterd.

Of wanneer ik op plekken kom waar het druk is en mijn neglect opspeelt. Hierdoor loop ik soms tegen mensen aan of raak ik ze per ongeluk aan. Dit leidt dan tot boze blikken, opmerkingen en soms tot schelden. Ook al zeg ik sorry.

Kom rustig aan mij vragen waarom ik voor dat schap sta te staan, of waarom ik waggel. Dan leg ik je uit dat ik Niet Aangeboren Hersenletsel heb en mijn hersenen niet altijd doen wat ik wil.

- Fanny, 56 jaar



OORDEEL NIET TE SNEL, VRAAG
MIJ EERST NAAR MIJN VERHAAL...

...DAT IS TOCH NIET MEER DAN NORMAAL? – Guusje

GEESTELIJKE NOOD!

Vaak kom ik mensen tegen die mij op een afstand houden. Zij kunnen mij niet plaatsen en vinden mij vreemd. Dat maakt mij kwetsbaar. Mensen zijn niet allemaal hetzelfde en vinden niet alles hetzelfde. We ervaren dingen anders, maar we horen er allemaal bij!

Ik ben voortdurend aan het balanceren en jongleren tussen de verwachtingen van de mensen om mij heen. De ongeschreven wetten en regels die de maatschappij mij voorschrijft, zijn soms niet haalbaar of herkenbaar voor mij.

Het zou vanzelfsprekend moeten zijn dat iedereen aan kan geven wat wel en niet kan. Hoe maken wij dat mogelijk met

elkaar? Omdenken naar wensen, talenten en mogelijkheden en niet denken vanuit beperkingen.

Om deze herstelbeweging zichtbaar te maken, heb ik gekozen voor een afbeelding van Escher, met de beroemde trappen in de verschillende richtingen en perspectieven. Het verbeeldt goed mijn gevoel van zonder perspectief leven. Het op eigen wijze maatschappelijk kunnen functioneren, geeft verbinding met anderen. Dat is van wezenlijk belang voor mij om weer perspectief te vinden. Dat vraagt begrip en geduld en het voortdurend zoeken naar balans en evenwicht.

- Sandra, 42 jaar

VOOR IEMAND IN GEESTELIJKE NOOD,
IS GEDULD EN BEGRIP CRUCIAAL...



...DAT IS TOCH NIET MEER DAN NORMAAL? – Guusje

Met dank aan de schrijvers voor het delen van hun ervaringen.



COLOFON



Werkgroep ViP Almere
p/a Wagenmakerbaan 51
1315 BC Almere

 Werkgroep ViP-Almere

 vipalmere@gmail.com

Idee en uitvoering: Marjan Heidstra,
Amber Ottilie van Witteloostuijn,
Marian van der Blom
Tekstbewerking: Fanny Jager
Drukwerk: Gemeente Almere
Vormgeving: Geoffrey Cramm

Copyright © 2021

