

Vakantie vieren in een rolstoel; hoe doe je dat?

In het Bredase revalidatiecentrum Revant werken dagelijks vele tientallen mensen hard aan hun revalidatie. De een wordt weer helemaal de oude, de ander blijft de rest van zijn leven gehandicapt. Ze hebben allemaal een bijzonder verhaal. Deze zomer plaatsen wij een serie van acht persoonlijke portretten, vandaag aflevering 1.

door Tea Keijl

Ze staat volop in het leven. Ze volgt een hbo-opleiding, gaat naar concerten en op vakantie naar Frankrijk. Voor Wieneke van der Vlies (24) is de rolstoel geen beperkende factor, hij geeft juist bewegingsvrijheid. Ze heeft haar hele leven niet kunnen lopen, de eerste rolstoel kreeg ze op haar zevende. „Tot die tijd moest ik zitten wachten tot mijn ouders me naar een andere plaats konden brengen.” Sinds drie jaar woont Wieneke op zichzelf. In haar appartementencomplex zijn twaalf woningen aangepast voor mensen met een handicap. Vanuit de centrale Fokuspост is er 24 uur per dag ondersteuning. In haar ruime en vrolijke appartement vertelt Wieneke over haar dagelijks leven. „Als ik 's ochtends ergens op tijd moet zijn, dan maak ik van te voren met Fokus een afspraak om zeven uur. Er komt dan iemand die me helpt bij het opstaan en het aankleden. Tien minuten voor de afgesproken tijd moet ik ze oppiepen om de afspraak te bevestigen. Het initiatief ligt echt bij mij. Als je je verslaapt, heb je dikke vette pech, dan komen ze niet.” Gedurende de dag kan ze bijna alles zelf, maar veel dingen kosten extra tijd. „Ik kan bijvoorbeeld wel zelf aardappels schillen, maar ik ben ongeveer een half uur bezig per aardappel. Dus dat doen de men-

RE VANT

Naam: Wieneke van der Vlies
Leeftijd: 24
Woonplaats: Breda
Burgerlijke staat: Alleenstaand
Beroep: student Maatschappelijk Werk en Dienstverlening

sen van Fokus meestal voor me. Ik heb ook een tijdje van die zakjes met geschilderde aardappels gekocht, maar die maakte ik niet in een keer op en dan beschimmelde de rest.’

Zwemmen bij Revant

Al sinds haar vroege jeugd komt Wieneke bij Revant. Ze kreeg er fysio- en ergotherapie. De gespecialiseerde therapeuten op de kinderafdeling zijn ingedeeld naar leeftijdsdoelgroep. „Eigenlijk zit ik nog maar sinds een paar jaar bij een revalidatiearts voor volwassenen. Ik heb nog steeds wekelijks fysiotherapie, maar dat doe ik tegenwoordig bij een fysiotherapeut in de buurt. Die heeft jarenlang bij Revant gewerkt, dat is fijn. Ik kom nu nog één avond in de week bij het revalidatiecentrum, om te zwemmen.” Zo'n zwempartijtje heeft de nodige voeten in de aarde, in het geval van Wieneke. „Overdag zijn er vanuit Revant altijd helpenden speciaal voor het aan- en uitkleden, maar die gaan om vijf uur naar huis. Dus als je 's avonds wilt zwemmen, dan heb je altijd een vrijwilliger of een mantelzorgster nodig. Mijn moeder gaat altijd met me mee. Er is ook een therapeut in het zwembad, die helpt me met een stoeltjeslift het water in en uit.”

Gelredome bij nacht

Het gedoe bij het zwemmen is kinderspel in vergelijking met een dagje uit met het openbaar vervoer. „Ik kan gebruik maken van het speciale gehandicaptenvervoer. Je kunt via internet de ritjes reserveren. Maar je moet wel minstens an-

derhalf uur extra reistijd incalculeren, want er moeten onderweg nog anderen opgepikt en weggebracht worden. Ik ging een keer naar Holiday on Ice in Den Bosch. Ik was nog maar net op tijd. En dan had ik nog het geluk dat een vrouw die we in Gilze op moesten pikken, bij het reserveren niet vermeld had dat ze in een rolstoel zat. Die kon dus niet mee, er was gewoon geen plaats meer. Anders hadden we haar eerst in Raamsdonksveer af moeten zetten. Ik ben zelfs een keer na een concert in het Gelredome achtergebleven. Gewoon niet opgehaald. Ze hadden blijkaar bij een andere uitgang gestaan. Toen heb ik mijn moeder moeten bellen, die is me vanuit Wagenberg komen halen.”

Aangepaste vakantie

Wienekes beperking weerhoudt haar er niet van om op vakantie te gaan. „Binnenkort ga ik een paar dagen naar Frankrijk. Een oom en tante hebben daar al jaren een huis. Ze hebben een speciale plank bij de deur, zodat ik naar binnen kan met de rolstoel. Maar eenmaal binnen zijn er geen aanpassingen zoals drempelloze vloeren en beugels bij het sanitair. Als ik naar de wc ga, moet er altijd iemand mee. Dan loop ik een paar passen met ondersteuning. Dan vasthouden aan de wasmachine, daarna aan de wastafel en dan zitten.”

Het hele verhaal van Wieneke getuigt van een groot doorzettingsvermogen en een enorme geldingsdrang. „Als iemand tegen mij zegt dat iets niet kan, dan ben ik enorm geprikkeld om het tegendeel te bewijzen. Een paar jaar te-

rug hadden mijn toenmalige vriend en ik bedacht dat we wel in een regulier Center Parcs huisje konden. Maar dat was dom, dat hadden we niet moeten doen. Mijn vriend was na die vakantie helemaal niet uitgerust, omdat hij me steeds moest tillen. Sindsdien hebben we steeds een aangepaste huisje gehad, zodat ik tenminste zelf naar de wc kon.”

Samenwonen

Het dagelijks leven bestaat uit meer dan aardappels schillen en hulp bij het aan- en uitkleden. Zeker als je samenwoont met je partner, hetgeen Wieneke tot een paar maanden terug deed. Dan ben je dag en nacht bij elkaar en deel je ook het bed. „Als we intiem waren, lukte bijna alles wel. Ik ben geen slangenmens natuurlijk, dus we werkten niet de hele Kamasutra af. Maar we hadden niets te klagen. Bij mijn eerste vriendje was dat anders. We waren allebei zestien en we wilden wel van alles proberen. Maar hij had een progressieve spierziekte, hij kon niet zo veel. Dus we waren erg beperkt. Soms was het frustrerend dat dingen dan niet lukten.” Bewonderenswaardig montert hij de vervolgens de conclusie die ze wel vaker in haar leven moet trekken: „Dat was wel jammer. Maar ja, wat niet kan, dat kan niet.”

Aandoening:

Wieneke heeft Cerebrale Parese, ofwel ze is spastisch, als gevolg van een aanlegstoornis van de hersenen. Met name de spieren in de benen zijn aangedaan, waardoor ze alleen met ondersteuning een paar passen kan lopen. Bij haar handen is de fijne motoriek problematisch.

Wieneke komt sinds haar peupertijd bij Revant. Van haar derde tot haar zestiende zat ze op de naastgelegen Mytylschool, een school voor lichamelijke en meervoudig gehandicapte leerlingen. Daarna haalde ze haar havo-diploma op een reguliere school.



‘Ik kan prima koken voor een man of twee, drie. Maar je moet me niet vragen een diner voor acht klaar te maken.’
foto Thom van Amsterdam