

Tijdschrift voor mensen die weten hoe belangrijk licht en liefde zijn

KNIPOOG

Extra editie van Tibsz, juli 2022



**HIER IS EEN MAGAZINE
BOORDEVOL LICHT EN LIEFDE!**

KNIP VOEG TOEG

TIJDSCHRIFT VAN
LICHT EN LIEFDE

4

GETUIGENIS

Magda Beeldens: "Ga door, blijf proberen!"

.....

9

RESULTATEN

Tevredenheidsonderzoek Licht en Liefde

.....

12

SOLIDAIR

Opvang Oekraïners: het verhaal van Hanna

.....

14

LICHTBAKENS

Nieuwe initiatieven van Licht en Liefde

.....

17

KUNST

Ons artistiek project 'HOOGSTPERSOONLIJK!'

.....

19

WEDSTRIJD

Schrijvers gezocht voor 'Het laatste oordeel'

.....

20

FOTOGRAFIE

Hilde Braet: "Zien doe je ook met je hart!"

.....

24

CURSIEF

'Logeren in eigen stad', door Anne-Lieze Albregts

.....

26

UNIVERSEEL DESIGN

Alain Cloet over PictureLive

.....

28

ONTMOETEN & LEREN

Maak contact en leer bij via Licht en Liefde

.....

32

WETENSWAARD

Ralph Teetor, blinde uitvinder van de cruise control

.....

34

VRIJWILLIG

Wendy Van den Bosch: "Helpen zorgt voor zingeving"

.....

37

RETRO

1947: onze grote blinden-tombola

.....

38

ENGAGEMENT

Helemaal voor jou

.....

EDITO

Beste vrienden,

De experts van Licht en Liefde helpen blinde en slechtziende mensen om hun wensen en dromen desondanks te realiseren. Onlangs sprak ik met een slechtziende cliënte. Ze was blij dat ze bij ons terechtgekomen was. Uit een tevredenheidsonderzoek blijkt dat Licht en Liefde het helemaal niet slecht doet. Verderop lees je de resultaten.

Ons artistiek project

'HOOGSTPERSOONLIJK!' werkt hard naar ons jubileumjaar toe. Inderdaad: in 2023 bestaat Licht en Liefde honderd jaar. Dat zullen we vieren!

In Varsenare vangen wij, in een vrijgekomen wooncomplex, **Oekraïense vluchtelingen** op. Zij zijn nu in veiligheid. Toch heb ik met die mensen te doen. Wat laten zij niet allemaal achter: hun echtgenoot, huis, werk, familie. Als ik één ding geleerd heb, is het dat je bij een oorlog geen winnaars hebt, maar wel altijd veel verliezers. Heel graag reageren wij met menselijkheid en warmte – licht en liefde!

Laat de vrede maar gauw terugkeren.
Er is al leed genoeg.

Geniet van dit magazine, waarin wij tonen wie we zijn en waar we zoal voor staan!

Zeer hartelijk,
Herman Caulier, voorzitter





MAGDA BEELDENS:

“GA DOOR, BLIJF PROBEREN!”

Als je blind bent, zijn grote veranderingen in je leefsituatie een extra uitdaging. Magda Beeldens (69) moest wegens de slechte gezondheid van haar man naar een woonzorgcentrum verhuizen. Ze maakt er het beste van, met steun van Licht en Liefde.

“Mijn roots liggen in Beveren-Waas”, vertelt Magda. “Ik ben geboren met glaucoom. Het viel de huisarts op dat ik mijn hoofd nogal veel naar beneden hield en mijn ogen niet altijd goed opende. Een oogarts stelde de diagnose. De aandoening, die meestal pas op gevorderde leeftijd ontstaat, zou veroorzaakt zijn door mijn geboorte op zes maanden.”

Dingen zien die er niet zijn

“Vanaf mijn zevende ging ik naar een school voor kinderen met een visuele of auditieve beperking in Sint-Agatha-Berchem (Brussel). Nog steeds heb ik contact met medeleerlingen! Toen ik daar een paar weken was, trokken we voor een weekje op schoolreis naar Middelkerke. Daar kreeg ik veel problemen met de druk in mijn linkeroog. Ze moesten elke dag met mij naar de oogarts. Terug op school had ik opeens enorm veel pijn, alsof ze een emmer heet water uit mijn oog goten. Ik weet alleen nog dat ik met een gele taxi



naar het ziekenhuis werd gebracht. 's Anderendaags was mijn oog eruit. Er werd mij een kunst oogje aangemeten.

Van mijn andere oog had ik een hele tijd geen last, maar ze hielden het wel in de gaten. Toen ik twintig was, kwam ik bij een oogarts in Gent terecht. 'Het enige wat we kunnen doen, is eraf blijven', zei hij. Na mijn huwelijk belandde ik bij een specialist in Mol. Die vertelde dat een cataractoperatie mij klaarder zou doen zien. Het was inderdaad een wereld van verschil: wat ik eerst pas op 10 cm afstand zag, kon ik na de operatie zien op 50 cm.

Toen mijn zoon 18 maanden was, werd de oogdruk te hoog en moest ik geopereerd worden. Kort daarna kreeg ik een netvliesloslating. Uiteindelijk onderging ik een hoornvliestransplantatie en dan ging het heel snel bergaf.

Ik zie praktisch niets meer: in een donkere kamer moet ik het licht aan- en uitdoen om te weten of het brandt. Dat komt ook door het syndroom van Bonnet, een bizarre aandoening waarbij je dingen waarneemt die er niet zijn. Ik zie allemaal lichten boven mijn hoofd, onderbroken door stukjes muur. Ze branden dag en nacht en overheersen alles, wat heel lastig is. Hoe donkerder het buiten

wordt, hoe heviger die spooklichten stralen...

Er wordt gewerkt aan een behandeling, maar blijkbaar zou dat niet meer voor mijn generatie zijn. 'U moet daarmee leren leven', zeggen de dokters dan. Dat hoor je niet graag, hé!

Er zit ook kalk op mijn oog: ik krijg blaasjes die littekens worden en verkalken. Dat geeft pijn. Momenteel gaat het tamelijk goed, maar als de pijn echt opsteekt, ben ik mijn oog liever kwijt..."

Licht en Liefde

"Ik ben bij Licht en Liefde gekomen toen de organisatie vijftig jaar bestond. Dat is dus exact 49 jaar geleden! Ik ben altijd heel tevreden geweest over de mensen van Licht en Liefde die me ondersteuning gegeven hebben. Ook bij de ledenvereniging VeBeS heb ik me altijd heel goed gevoeld.

Het eerste waar ik ooit aan deelnam, was een weekendje in Drongen voor alleenstaande dames. Daar leerde ik Josephine uit Limburg kennen. 'Heb jij broers?' vroeg ik haar. 'En zijn die nog vrij?' Jong zijn en onnozel doen, hé. Maar Josephine bracht haar broer mee en hij is blijven komen! Zo vond ik via Licht en Liefde dus ook mijn levenspartner.

We trouwden en ik verhuisde mee naar Limburg. Dat was heel moeilijk, ik moest vechten om te kunnen wennen. Maar we hebben er ons samen doorheen geslagen.

Bij VeBeS Limburg heb ik heel veel vrienden gemaakt. Ik deed aan bijna alles mee, behalve in de periode toen mijn zoon klein was. Met de bus trok ik van Lommel naar Hasselt, samen met mijn vriendin. Dat was heel fijn. Voor VeBeS deed ik ook optredentjes, want ik zing en dans heel graag!"



Gedwongen verhuis

“Op 4 maart 2020, een week voor de eerste lockdown, verhuisden we van Limburg naar een woonzorgcentrum in Oost-Vlaanderen. Doordat mijn echtgenoot aan dementie begon te lijden, konden we niet meer zelfstandig wonen. In Zaffelare, vlak bij mijn zoon en terug in mijn eigen streek, was er toevallig een kamer vrij. We moesten op maandag beslissen of we op woensdag kwamen...”

Het was dus rap inpakken wat ik dacht nodig te hebben. Ik heb nog niet alles wat ik had gewild, maar kom toe met wat ik heb. Ons huis is er nog, mijn zoon houdt het bewoonbaar. Bij momenten zou ik er wel eens een weekendje naartoe willen, maar aan de andere kant zegt het mij ook niks.

Ik mis vooral mijn Limburgse vrienden enorm. Gelukkig laten ze mij niet in de steek! Zelfs voorzitter Linda van VeBeS Limburg belt me geregeld. Ook mensen die ik ken van de vakanties met VeBeS, bellen me nog altijd. Ze vinden het spijtig dat ik verhuisd ben, want we hadden altijd veel plezier!

De start in het woonzorgcentrum was heel moeilijk, door de situatie met mijn man en door de lockdown die ons direct gevangen zette. Ik heb zelf ook corona gehad, ik weet wat het is...

Maar ik ben optimistisch van aard en ze hebben ons uitstekend opgevangen. Vanaf het begin ging het rusthuis goed om met mijn blindheid. Af en toe moet ik nog eens aan iemand uitleggen hoe ik bijvoorbeeld graag begeleid wil worden, maar iedereen begint het te kennen. Soms kan ik een babbeltje op een ander niveau doen met de verpleging en de ergo. Dat is belangrijk, want ik ben hier een van de jongsten hé...

Ik word bij van alles betrokken en heb zelfs geholpen met het telefonisch onthaal. Dat deed ik heel graag, maar de telefoons waren niet aangepast. Van Licht en Liefde krijg ik iPhone-lessen, maar ik moet nog bijleren en heb moeite met touchscreens. Toch is er altijd wel iets om me mee bezig te houden: activiteiten, soep helpen maken, ... Met kerst heb ik alle geschenken voor de bewoners ingepakt, dat waren er 120!

In het begin zaten we nog in het oude gebouw. Toen we een bespreking hadden over de nieuwbouw, dacht ik: zouden de liften aangepast zijn met spraak? Ik zweeg, want ik was nieuw en wou niet zomaar direct eisen stellen. Maar ik sprak erover met de persoon die me terug naar boven begeleidde. Het viel nog op te lossen, zeiden ze! Nu hebben we liften met spraak, wat meerdere mensen ten goede komt.”

Positief denken

“Ik ben heel optimistisch, maar ook erg gevoelig. Ik trek me nogal veel aan, wat niet altijd gemakkelijk is. Er komen rap traantjes... Lezen doe ik enorm graag, maar geen thrillers. Liever het romantische, het zachte... Ik ben een heel mooi boek in braille aan het lezen: ‘Wie naar de sterren grijpt’ van Kristin Hannah. Als een roman me bevalt, moet ik moeite doen om te stoppen!

Na de verhuis kon ik mij optrekken aan de mensen in het rusthuis, maar ook aan de geboorte van onze kleindochter in april 2020. Spijtig genoeg konden we haar in het

begin niet bezoeken, door de lockdown. Ze was al een paar maanden toen we haar mochten zien. Op afstand is dat natuurlijk niet ideaal als je blind bent, daarom maakten ze een uitzondering: buiten mochten we het kindje eens vastpakken. Een uniek moment!

Noémie is echt een schatje, en heel leergierig. In april is ze twee jaar geworden. Ze kent zo goed mijn koekjeskast! Dan klopt ze eens op dat deurtje en zegt: 'Oma?' Ik kan ook zelf op bezoek gaan, nu mijn familie zo dichtbij woont!

Ook Licht en Liefde was er direct voor ons na de verhuis. Nieuwe experts uit de regio komen mij nu helpen. Dat is altijd een beetje aftasten, maar ik vind hen heel vriendelijk! Ik hoef maar te bellen en ze bellen me terug. Ze werken erg goed samen met de ergo's van het woonzorgcentrum. Ik ben echt heel tevreden! Als Eline mij iPhone-less geeft, is Marlies (de ergo hier) er ook bij. Op die manier kan zij me helpen wanneer nodig.

Alleen toen corona volop woedde, heb ik de iPhone-lessen onderbroken. Ik wou Eline beschermen!

Mijn man is intussen moeten verhuizen



naar de benedenverdieping: hij had te zware dementie, het ging niet meer... Bij momenten herkent hij mij nog. Als ik bij hem geweest ben, heb ik het altijd moeilijk. Dan kom ik boven en zijn er traantjes. Je wilt hem helpen, maar weet dat je het niet kunt. Ik zie niet eens de uitdrukking van zijn gezicht. Al meer dan twee jaar ben ik aan het loslaten, afscheid nemen. Zelf beseft hij het niet en is hij tevreden in zijn wereld."

Nog veel dromen

"Ik zit dan wel in een rusthuis, maar we zijn hier vrij. Als ik een week naar mijn broer wil, of iets anders wil doen, dan mag dat. Natuurlijk heeft corona wel veel roet in het eten gegooid, zoals overal.

Ik blijf contact houden met mijn Limburgse VeBeS-vrienden. Wie ik zeker speciaal wil vermelden, is mijn beste vriendin Carina Verhoeven uit Lommel. Toen we elkaar leerden kennen in 2008, klikte het direct. Ze is er voor mij en we kunnen over alles praten. Op mijn eerste verjaardag in Zaffelare heeft ze mij verrast met een bezoekje! Ze komt af en toe, samen met bestuurslid Jan Niesen.

Ook in Oost-Vlaanderen wil ik mijn plekje vinden. Ik ben echt benieuwd. Het begin is



moeilijk, want je kent niemand. Ik ben een ambiancemaker, zingen en dansen is mijn leven. In Limburg kon dat. Ongetwijfeld zal ik hier ook mijn plaatsje vinden. De bus naar Gent stopt vlakbij, maar het is er nog niet van gekomen. Eerst leerde ik in het rusthuis mijn weg vinden en hoewel ik snel contact maak, voel ik toch een beetje terughoudendheid. Ik ben ook wat bang dat de buschauffeurs nog niet veel ervaring hebben met blinde mensen.

Ik zie wel wat er op me afkomt. Dromen heb ik nog genoeg! Graag zou ik mijn eerste vliegreis willen maken. Maar mijn grote droom is een liedje zingen met Dana Winner! Toen ze in Overpelt kwam optreden, hadden mijn ergo en ik kaarten. Helaas kon het niet doorgaan, omdat mijn covidpas nog niet in orde was... De ergo is toen met mij gaan eten, op een plek waar dat kon. Dat vond ik heel mooi van haar! Hopelijk komt het er toch nog van, dat liedje met Dana...

Wat ik nog wil zeggen: ik merk dat het brailleschrift steeds meer op de achtergrond raakt. Dat vind ik heel spijtig. Stel je voor dat het ooit verdwijnt... Ik hoop dat dat nooit gebeurt! Braille is onvervangbaar.

Mijn goede raad voor iedereen: blijf optimist, trek het positieve uit het negatieve! Denk niet aan wat je niet meer kunt, maar aan wat wel nog gaat. Er zijn veel mogelijkheden, zeker nu de technologie zo'n vooruitgang maakt. Geef niet op, ga door, blijf proberen!"





TEVREDENHEIDSONDERZOEK LICHT EN LIEFDE:

DE RESULTATEN

Meer dan ooit zijn tevreden cliënten de belangrijkste factor in het voortbestaan van Licht en Liefde. Daarom hebben wij – zoals vastgelegd in ons beleidsplan – een uitgebreid, professioneel tevredenheidsonderzoek gedaan bij de mensen voor wie we ons inzetten. Graag delen we de resultaten.

Blindenzorg Licht en Liefde helpt mensen met een visuele beperking om een kwaliteitsvol leven uit te bouwen, volgens hun wensen en dromen. Elk jaar kloppen ongeveer 700 personen voor de eerste keer aan. Bijna driekwart is ouder dan 65. De troeven van Licht en Liefde zijn haar grote **expertise** en haar **menselijke kwaliteiten** om die expertise te gebruiken, op maat van elke persoon.

De tijd is voorbij dat erkenning door de overheid het voornaamste goed was. De overheid blijft wel achter de hoek kijken, om kwaliteitsvereisten af te dwingen. Het zijn echter de cliënten die een budget krijgen (o.a. via persoonsvolgende financiering), om te besteden bij Licht en Liefde en/of andere erkende zorgverstrekkers. Hun **tevredenheid** is dan ook het allerbelangrijkste. Logisch, toch?

Daarom is het erg belangrijk om te weten wat de cliënten van de hulpverlening denken, hoe tevreden ze zijn. Dat is nu uitgebreid onderzocht. 1.279 cliënten kregen telefonisch of online een toegankelijke vragenlijst aangeboden. Uiteindelijk hebben **335 cliënten** de vragen beantwoord. Het zijn mensen uit alle regio's en leeftijdsgroepen, met alle vormen van visuele beperking en alle soorten (of geen) financiële tegemoetkoming.

Naast een gedetailleerde beoordeling van de hulpverlening leverde de enquête ook veel andere nuttige informatie op. Hier volgt een samenvatting van de belangrijkste conclusies.

Hoe verloopt het eerste contact?

Mensen komen vooral in contact met Licht en Liefde via het ziekenhuis (30 procent), mond-aan-mondreclame (17 procent) en de huisarts of oogarts (14 procent). Maar liefst 97 procent is **positief** over het eerste contact, velen zelfs zeer lovend. Een van de verbeterpuntjes: het onderscheid tussen de verschillende onderdelen van Licht en Liefde is in het begin niet altijd duidelijk.

Welke ondersteuning wordt gevraagd?

Drie op vier cliënten deden reeds een beroep op **leeshulpmiddelen** en hulp om hun **mobiliteit** te verbeteren. Ook advies over **tegemoetkomingen**, **technologie** en **huishoudelijke taken** wordt veel gevraagd.

Ondersteuning gebeurt bij de meeste cliënten **aan huis** (83 procent) of **via de telefoon** (54 procent). Eén op drie krijgt ook hulp **in een vlaamsoogpunt** (inloopcentrum) en één op vijf neemt deel aan **groepsactiviteiten**. In coronatijden waren er noodgedwongen minder huisbezoeken en begeleidingen op locatie, er werd vaker telefonisch geholpen. De meeste cliënten vragen om de paar maanden hulp.





Hoe tevreden zijn de cliënten?

85 procent van de cliënten geeft de hoogste tevredenheidsscore aan Licht en Liefde, de gekregen hulp en de hulpverlener! Slechts een kleine minderheid van 3 à 5 procent geeft negatieve scores (5 of minder op 10). 70 procent beoordeelt de expertise van Licht en Liefde als zeer goed, 27 procent als eerder goed en slechts 3 procent als (eerder) slecht.

Meerdere cliënten vermelden dat de hulpverlener zelf wat meer ondersteuning op maat zou mogen **voorstellen**, ondanks het 'vraaggestuurd' werken.

Wanneer cliënten verschillende aspecten van de kwaliteit van de hulp beoordelen, is de overgrote meerderheid (91 à 92 procent) positief. Ook allerlei kwaliteiten van de vaste hulpverlener worden door de meesten zeer positief beoordeeld: **de expert is gemotiveerd, op tijd, grondig voorbereid, in staat om oplossingen te zoeken, op de hoogte van hulpmiddelen en in staat om af te ronden met een positief gesprek.**

Bijna alle cliënten kijken dan ook uit naar

de ontmoeting met hun hulpverlener. 80 procent beschouwt haar/hem als een **vertrouwenspersoon** en 34 procent spreekt zelfs van een vriendschapsrelatie (vooral wie al meer dan tien jaar hulp krijgt). Bij iets minder dan de helft van de cliënten werd ook al een andere expert ingeschakeld en bijna iedereen is daar positief over.

Enkele minpunten: 17 procent van de cliënten geeft aan dat de hulpverlener **niet altijd bereikbaar** is tijdens de werkuren. 19 procent zegt dat de vaste expert zich **niet snel genoeg beschikbaar** kan maken. Er is wel begrip voor de drukke agenda's.

Hoe scoort Licht en Liefde in vergelijking met anderen?

33 procent van de cliënten is ook aangesloten bij **andere organisaties**. In vergelijking daarmee scoort Licht en Liefde opvallend beter op het vlak van vriendelijkheid, persoonlijke aanpak, kwaliteit van ondersteuning en aangeboden hulpmiddelen.

Werkpunten zijn de snelheid van hulp, de locatie en de openingsuren.

Willen de cliënten ondersteund blijven worden?

Na afloop van een begeleidingstraject wenst 70 procent van de cliënten zelf terug contact op te nemen met Licht en Liefde. 18 procent heeft liever dat de expert het initiatief neemt. Slechts 3 procent wil niet verder opgevolgd worden.

De cliënten zijn **zeer loyaal**. Maar liefst 66 procent zou Licht en Liefde sterk aanraden (score 9 of 10). Nog eens 25 procent geeft een score van 7 of 8. Deze cliënten vermelden vaak vriendelijkheid, warme aanpak, inlevingsvermogen, grote expertise en behulpzaamheid. Bij 8 procent ligt de score tussen 6 en 0, zij zouden Licht en Liefde wellicht niet aanraden. Ze vermelden moeizame contacten.

Welke extra ondersteuning is gewenst?

De laatste jaren zette Licht en Liefde sterk in op structurele aanpassingen om de kwaliteit van de zorg te verbeteren: één hulpverlener per cliënt, diepte-experten voor specifieke expertise, een nieuwe plek in Veltem om meer sport- en dagactiviteiten te doen. Een actiepoint voor de toekomst is **tewerkstelling**.

Waar dromen de deelnemers aan de enquête van? 46 procent wil graag **contact met mensen die dezelfde visuele beperking hebben**. 40 procent is voorstander van professioneel geleide **groepsactiviteiten** (bijvoorbeeld sport) en van **psychologische begeleiding** (individueel of in groep). Bij de deelnemers jonger dan 25 is er opvallend veel vraag naar contact met ervaringsgenoten (73 procent), groepsactiviteiten (64 procent) en **steun bij de zoektocht naar werk** (55 procent).

Zijn de cliënten goed geïnformeerd?

De deelnemers zijn goed op de hoogte van andere ondersteuning die ze bij Licht en Liefde kunnen krijgen op het vlak van **zorg, groepsactiviteiten en verenigingsleven (VeBeS)**. De meesten wensen er nog meer informatie over.

Bijna één op drie wil graag meer info over de **woonprojecten** van Licht en Liefde en ongeveer één op twee over het **opleidingstraject voor volwassenen bij Sint-Rafaël** in Gent.

Zijn er nog opmerkingen?

Tot slot mochten de deelnemers extra opmerkingen geven. Daarin vragen ze vaak naar een oplossing voor **mobilitetsproblemen**. Ze willen actiever deelnemen aan activiteiten, maar hebben nood aan ondersteuning om ter plaatse te geraken.

Aan de slag!

Licht en Liefde dankt alle deelnemers aan de enquête van harte. We zijn heel blij met alle informatie en gaan ermee aan de slag, om de hulpverlening voor alle cliënten verder te verbeteren.

Alle gegevens worden met het vergrootglas bekeken, om te zien waar versterking of bijsturing nodig is. Op basis daarvan wordt een **kwaliteitssysteem** gemaakt om de werking van Licht en Liefde in de toekomst te evalueren en te verbeteren. Er komen dus zeker ook opvolg-enquêtes.

‘Licht en Liefde is er voor jou’: deze woorden zijn veel meer dan een slogan. Ondanks grote obstakels zoals een pandemie doen we er alles aan om onze blinde en slechtziende cliënten steeds beter te helpen!



HANNA (14) UIT OEKRAÏNE:

“IK HEB NU TWEE LEVENS!”

Eind 2021 verhuisden onze bewoners in Varsenare naar gloednieuwe zorg-accommodatie. Toen de oorlog in Oekraïne uitbrak, maakten wij het oude wooncomplex direct klaar voor vluchtelingen. Temeer omdat Licht en Liefde al een project had lopen voor blinde en slechtziende Oekraïners. Hanna uit Charkov is een van onze tijdelijke gasten. Deze intelligente en vrolijke tiener doet haar verhaal.

“Charkov ligt in het noordoosten van Oekraïne, niet ver van de Russische grens”, vertelt Hanna. “Een grote, prachtige stad, waar het goed leven was. Ik volgde zangles en ging naar de muziekschool, waar ik piano en gitaar leerde spelen. Tot de oorlog begon...

Donderdag 24 februari was een schokkende dag voor mij. Mijn papa kwam me wakker maken. ‘Zoek je kleren bijeen en maak je koffer’, zei hij. ‘We gaan westwaarts!’ Die dag zijn we nog niet vertrokken. We moesten wel voortdurend naar de ondergrondse verdieping om te schuilen. Er klonk een hels lawaai, echt beangstigend. Mijn familie en ik waren heel bang.

Twee dagen later reisden we – zonder papa – naar West-Oekraïne, van waaruit we Europa verder in trokken. Eerst kwamen we in Hongarije. Daar hadden we veel problemen. Mijn grootmoeder voelde zich niet goed, ze was behoorlijk ziek. We deden een noodoproep en ze kreeg hulp. Toen ze zich wat beter voelde, reisden we naar Duitsland en zo naar België.

In Brussel was er geen plaats voor ons om te wonen. Er werd ons verteld dat we naar Varsenare konden. We werden met een bus naar hier gebracht, samen met andere mensen die we nog niet kenden. Dat zou

snel veranderen, want nu leven we samen in het gebouw van Licht en Liefde!

Varsenare is een fijne plek – kleiner dan de Oekraïense dorpen. Er zijn hier vooral ook fantastische mensen! Zij hebben ons uitstekend opgevangen.

We zitten echt goed bij Licht en Liefde, en zijn daar heel blij mee. Als we iets willen, dan maken ze het voor ons mogelijk!

Charkov is helaas zwaar gebombardeerd. Er zijn veel slachtoffers gevallen en de stad werd grondig verwoest. Mijn vader is daar nog, hij bezorgt de mensen hulpgoederen. Hij was bereid om te vechten, maar ik zei hem dat ik echt niet wou dat hij naar de oorlog zou gaan om mensen te doden. Het is wel goed dat hij ginder blijft: ze kunnen de mannen daar absoluut gebruiken.

Ook mijn tweede grootmoeder is in Oekraïne gebleven. Ik hoop dat iedereen voorzichtig is! Mijn vrienden zitten intussen overal verspreid: Oekraïne, Duitsland, Tsjechië, ... Ik mis hen.

Zelf ga ik naar school in Brugge, bij de Jozefienen. Ook dat valt heel goed mee. Ik heb er nieuwe vrienden bij en ken al wat Nederlands. Daarnaast volg ik online lessen in Oekraïne: zo kan ik mijn moedertaal onderhouden. Het is alsof ik nu twee levens heb!

De oorlog is hier ver weg, al zijn we natuurlijk erg ongerust over wat er ginder gebeurt. Ik ben samen met mijn mama, mijn grootmoeder, mijn oudere broer

en mijn kleine broer en zus. We worden fantastisch ondersteund. Ik heb hier een gitaar en kan piano spelen. Voor zangles kan ik naar het conservatorium. Ook sporten is geen probleem.

Mijn grootste wens is dat mijn papa niet sterft en dat de oorlog stopt. Of ik naar Oekraïne terugga nu mijn stad verwoest is, weet ik niet. Ik hou intussen ook van België. Ik zou graag geneeskunde studeren aan de universiteit van Gent, en dokter worden!”

Tot zover het verhaal van Hanna. Wanneer we haar bedanken, zegt ze lachend: “Graag gedaan” – in keurig Nederlands met een West-Vlaams accent!

Help je mee om onze hulp voor de Oekraïners optimaal te blijven organiseren? Online doneren kan via de QR-code bij dit artikel. Je kunt ook terecht op www.lichtenliefde.be. Of gebruik ons rekeningnummer **BE93 7370 3703 7067, met mededeling ‘Gift Oekraïne’. Dyakuyu, dank je wel!**



LICHTBAKENS



‘Zorgzame Buurt’ in Varsenare

Een groot nieuw project van Licht en Liefde in Varsenare is door de Vlaamse overheid geselecteerd als ‘Zorgzame Buurt’. Het krijgt een subsidie van 80.000 euro. Met dit project wil Licht en Liefde een ‘buurt in de buurt’ creëren, waar zorgeloos wonen en voluit leven centraal staan.

Vorig jaar lanceerde de Vlaamse minister van Welzijn het idee van **Zorgzame Buurten** als toekomstmodel. Een Zorgzame Buurt is een buurt waar mensen comfortabel in hun vertrouwde omgeving kunnen blijven wonen. Ze krijgen hulp van

buren, familie, vrijwilligers of professionele zorgverleners. Dat is precies wat de vzw Licht en Liefde Heem beoogt in Varsenare, op een **gloednieuwe zorgsite**.

Al sinds 1969 vinden blinde en slechtziende mensen in de Oudenburgweg een tijdelijk verblijf of een vaste thuis. Alle voorzieningen zijn er aanwezig. Op die plek groeit nu een **eigentijdse, groene wijk, waar leven tijd krijgt en tijd leven**. Een plaats waar mensen zo lang mogelijk, zo gezond mogelijk en altijd gelukkig zullen kunnen leven. Waar nodig ondersteunen ze elkaar of krijgen ze zorg op maat.

De zorgsite zal diverse woonvormen combineren: een residentiële voorziening, kleinschalige wooninitiatieven, studio-wonen, sociale huisvesting en assistentiewoningen. Alles samen zullen 200 personen er een thuis vinden. Licht en Liefde wil ook tonen wat **universeel design** (toegankelijk voor iedereen) in een wijk kan betekenen, zowel binnen als buiten.

Dankzij een mix van oud en jong zal een **hechte, warme gemeenschap** ontstaan. Speciale aandacht gaat naar senioren, blinde en slechtziende personen en mensen met een verstandelijke beperking. Het wordt een veilige en gastvrije woonomgeving, waar de **zorg evolueert volgens behoefte**: van licht naar intensief. Daarnaast wordt het een **centrale ontmoetingsplek** voor de hele omgeving. Uiteraard worden de buurtbewoners nauw bij de realisatie van dit project betrokken.

Een nieuw leven voor onze bewoners

Het bestaande woonproject van Licht en Liefde in Varsenare is verhuisd, en meer dan dat! Op 18 november 2021 hebben de bewoners de grote stap gezet naar leven en wonen zoals iedereen, in een context van cohousing.

Er werden **drie gloednieuwe woningen** in gebruik genomen. In twee ervan is continue ondersteuning gegarandeerd en staat de focus op 'zorg'. De derde woning heeft tien studio's. Verhuizen was voor alle betrokkenen een groot avontuur, ook al staken ze 'gewoon' de Oudenburgweg over.

De kersverse studiobewoners nemen voortaan af en toe zelf het roer van hun dagelijks leven in handen. Ze kunnen bijvoorbeeld **zelfstandig** een broodmaaltijd aan: tafel dekken, koffie zetten, afruimen en de tafel proper maken, de vaatwasser bedienen, vegen. Ria, Hilde, Annelies, Nadia, Marc en Manu hadden zich intensief voorbereid, ondersteund door de ergotherapeuten van Licht en Liefde.

"Ik droomde er al langer van om zelf mijn was te doen", vertelt Hilde. "Stapje voor stapje heb ik het geleerd. De gekleurde was droog ik op een rekje, de witte stop ik in de droogkast. 's Anderendaags krijg ik van onze **huismoeder** de gestreken was terug. Plooien doe ik zelf en ik leg alles op de juiste plaats in mijn kast."

"We leerden alle bewoners de weg in en rondom het nieuwe gebouw", leggen de ergotherapeuten uit. "Binnen zijn er gidslijnen in de muur en op de vloer. Buiten liggen ribbel- en noppentegels.

Waardevolle actieve inzet is voor iedereen ontzettend belangrijk. Zorgen voor jezelf vormt daar een stevige basis voor. De bewoners zijn enorm enthousiast en voelen zich al goed thuis. Veel nieuwe mogelijkheden dienen zich aan. We zijn heel trots op hen!"

Nieuw inloopcentrum voor Vlaams-Brabant in Veltem

In Vlaams-Brabant is Licht en Liefde verhuisd naar een nieuw inloopcentrum: het vlaamsoogpunt Veltem (ter vervanging van de Ernest Solvaystraat in Leuven). Een andere locatie is voor iedereen wennen! Adres: Groenstraat 62, 3020 Veltem-Beisem.

De routebeschrijving staat op onze website: www.blindenzorglichtenliefde.be/nl/events/Artikels/26519/de-route-naar-het-vlaamsoogpunt-veltem. Opgelet: vooral voor blinde personen is het niet evident om direct volledig zelfstandig de weg te vinden. Laat je begeleiden, of oefen het traject met iemand van Licht en Liefde!

Voor meer info en hulp: 016 26 05 90, leuven@vlaamsoogpunt.be





Licht en Liefde zet in op klimaat

Op onze nieuwbouw in Varsenare komen 223 zonnepanelen. Naast de vele energiebesparende maatregelen zal dit ervoor zorgen dat we het resterende verbruik zoveel mogelijk kunnen dekken, deels ook in het oude gebouw. Na evaluatie wordt een investeringsplan gemaakt voor zonnepanelen op de daken van alle inloopcentra.

Onze vestigingen in Veltem en Varsenare krijgen op de parking twee **laadpalen**, als eerste stap in de verdere vergroening van het wagenpark. We hebben al een eerste elektrische bedrijfswagen.

In de inloopcentra van Varsenare, Gent en Veltem werden **watertappen** geïnstalleerd met gefilterd leidingwater (plat en bruis). De andere vlaamsoogpunten kregen een kraanfilter en een apparaat voor bruiswater. Alle plasticen en glazen waterflessen zijn verdwenen.

Wordt vervolgd!

NIEUW: unieke inclusieve wenskaart

'Blindenbloempjes' (vergeet-mij-nietjes) zijn al heel lang een symbool van Licht en Liefde. Vroeger werden papieren bloempjes verkocht aan de deur van de kerk. Nu hebben we iets gloednieuws: de inclusieve wenskaart 'oneAday4all'.

Met deze kaart geniet jij – of de persoon aan wie je ze schenkt – elke dag van een warm gedicht, een deugddoende tekst of een mooi lied, 99 dagen lang! Naast reliëf en braille bevat de kaart een **NFC-chip**. Hou je smartphone erbij en je hoort elke dag een ander hartverwarmend vitamientje! Onze fantastische inleesvrijwilligers geven het beste van zichzelf.

Steun Licht en Liefde: bestel deze unieke kaart via <https://blindenzorglichtliefde.koalect.com/nl-NL/project/oneaday4all?tab=overview>





ONS PROJECT 'HOOGSTPERSOONLIJK!':

EEN ARTISTIEKE ZOEKTOCHT NAAR IDENTITEIT

Beeld is meer dan ooit aanwezig in onze leefwereld. Licht en Liefde vindt het belangrijk om stil te staan bij de invloed van visuele waarneming op onze identiteitsvorming. Hoe beïnvloeden onze zintuigen de omgang met elkaar? Wat gebeurt er als visuele informatie ontbreekt? Dat onderzoeken we in een uniek artistiek project, gerealiseerd met steun van De Warmste Week.

Het project 'HOOGSTPERSOONLIJK!' is een artistiek proces. We willen ons bewust worden van hoe zintuiglijke waarneming werkt, van ons eigen zijn en van elkaar. 'In de spiegel kijken' krijgt een andere betekenis als we **kijken zonder onze ogen**: door te voelen, ruiken, proeven, bewegen. Heel nieuwsgierig verleggen we grenzen.

'WIE BEN IK?' Luisteren met het lichaam

Professionele kunstenaars/coaches stimuleren de non-verbale en artistieke expressie. Deelnemers met of zonder visuele beperking verkennen hun identiteit en zoeken naar associaties met objecten, geluiden, geuren, smaken en ruimtelijke context. Daarbij ontdekken zij het belang van ervaringen, patronen en rituelen die hen typeren. Welke overeenkomsten zijn er en hoe worden de rituelen door anderen geïnterpreteerd?

'WIE BEN JIJ?' Verbinding en dialoog

Beeldende kunst vertrekt vanuit communicatie met je eigen lichaam. Via workshops bieden we alle deelnemers



tools om vorm te geven aan hun beleving. Op basis van de creaties die zo ontstaan, vragen we professionele kunstenaars om zich een beeld te schetsen van de scheppers en een eigen artistieke interpretatie te geven aan de werken. Zo zetten we kunst als correspondentiemiddel in. We stimuleren een bijzondere ontmoeting, geleid door zintuiglijke perceptie.

Doelstellingen van 'HOOGST- PERSOONLIJK!':

- Een (visuele) beperking wordt als KRACHT ingezet.
- Slechtziende mensen zetten ziende personen aan tot reflectie.
- Deelnemers experimenteren met kunstvormen rond lichamelijke gewaarwording.
- We starten een artistieke dialoog tussen mensen met en zonder handicap.



De eerste workshops:

- In **'BEWOGEN BEELD'** nam kunstenares **Alexandra Jacquet** blinde, slechtziende én ziende mensen mee op een poëtische, zintuiglijke reis met de ogen dicht – een wonderlijke zoektocht naar identiteit en persoonlijkheid. Een week lang werd in Kortrijk bewogen, gevoeld, verteld, verzonnen, gedanst, gebeeldhouwd. Een fantastisch avontuur van fijnzinnige prikkels en zachte ontmoeting!
- **'ECHO'S IN HET LICHT'** was een vierdaagse workshop fotografie en lichttechniek in Gent, samen met de vzw BREEDBEELD. Fotografe **Hilde Braet** leerde de deelnemers, met of zonder visuele beperking, verhalen vertellen met licht. Ze doken samen haar studio in om te experimenteren met 'lightpainting' en met de symbiose van beeld en (live)muziek, in samenwerking met saxofonist **Francis Cromphout**.
- **'IMAGINAIR LANDSCHAP'** is een beeldhouwwerk dat gecreëerd werd door cursisten van **Sint-Rafaël** in Gent. Het landschap, ontworpen uit verschillende materialen, zal betast én beluisterd kunnen worden op de tentoonstelling.

Gepland:

- **'DE ONTMOETING'** (zie verder) is een schrijfworkshop in Gent met auteur **Ellen Kil**.
- In de workshop **'TASTBAAR'** (Mortsel) zal kunstenaar **Tonia In den Kleef** tonen hoe speksteen makkelijk bewerkbaar is, ook als je niet of minder goed ziet. Tonia maakt beelden op de tast: ze kijkt met haar handen.
- **'MUURSCHRIJVER'** is een project waarin kunstenaar **Patrick De Ceuster** van **Intvis Art** op zoek gaat naar 'straat'-elementen in het Museum Dr. Guislain. Hij betreft personen met een visuele beperking bij dat onderzoek en bij het ontwerp en de realisatie van een kunstwerk.
- Het dansproject **'LE TRIBUNAL D'AMOUR'** in Leuven wordt georganiseerd in samenwerking met **Wisper**. Het zal uitmonden in een video en een sensorische geluidsinstallatie.
- Vooroordelen? "Nee hoor, die heb ik niet!" - "Of toch wel?" **'UIT denken'** belooft een boeiend reflectieproces te worden, begeleid door filosoof en beeldend kunstenaar **George Kabel** (Nederland).

2 UITNODIGINGEN VOOR WIE GRAAG SCHRIJFT!

Workshop 'DE ONTMOETING' in Gent

Een heel divers publiek op alle gebied, dat is waar we op hopen voor onze schrijfworkshop met auteur Ellen Kil in het Museum Dr. Guislain!

De deelnemers schrijven elk een verhaal of gedicht over een kunstwerk, met extra aandacht voor het niet-visuele. Daarna interviewen ze elkaar en schrijven korte dialogen die zich afspelen in en rond het

museum. Aan het einde van de dag hebben ze elk twee teksten om trots op te zijn.

Op www.lichtenliefde.be of bij Cindy Peeters (0479 46 93 32, cindypeeters@breedbeeld.org) vind je meer info over datum en uur. Je kunt bij Cindy ook inschrijven. Breng schrijfgerief mee naar keuze. Een laptop mag, maar hoeft niet.

Schrijfwedstrijd 'HET LAATSTE OORDEEL'

De resem aan vooroordelen over blinde en slechtziende mensen is eindeloos. Wat is feit en wat is fictie? Welke vooroordelen hebben jou al aan het lachen of huilen gebracht?

Zin in een laatste oordeel?
Stuur dan vóór 30 september '22 een

tekst van maximaal 400 woorden naar
hetlaatsteoordeel23@gmail.com.

Een jury van ervaringsdeskundigen selecteert vijf winnende teksten, die een ereplaats krijgen op de grote tentoonstelling 'HOOGSTPERSOONLIJK!' in het Museum Dr. Guislain. Grijp je kans!

Samen op ontdekking met klei

Drie vrouwen, drie leeftijden, drie achtergronden. Zoveel raakvlakken. De eerste is kunstenares, geeft les, danst. De tweede is ook kunstenares, volgt er les in, raakt mensen en danst door het leven. De derde houdt eveneens van geraakt worden, anderen raken, kunst beleven en het leven nieuwsgierig ontdekken. Sinds zij aan de workshop 'Bewogen beeld' deelnamen, gaan ze samen verder op ontdekking.

Alexandra leent haar ogen en technische kennis uit, **Kathleen** brengt haar ervaring als blinde beeldhouwster erbij, **Mei Lan** haar ervaring vanuit haar kunstopleiding. Samen werken ze al sinds begin dit jaar aan een **artistieke dansvloer**, die bewegend en stilstaand beeld zal samenbrengen. De vloer bestaat uit raakvlakken en groeit steeds verder.

Wat primeert, is het proces: het zoeken wie wát doet, het samen bewegen van één ziende en twee blinde vrouwen, hoe ze zich verplaatsen, elkaar vinden, hout zagen, plaaster maken, klei bewerken, ... En ook: waar vinden ze elkaar? Waar verliezen ze elkaar uit het oog? Welke raakvlakken zijn er en hoe raken die elkaar?

Enkele dagen per maand komen ze bijeen en steken de handen uit de mouwen. Dan wordt het uitvoerend werk gedaan, met schuren en afgieten, maar is er ook constant een diep creatief proces aan de gang.

Liefst van al willen ze dit proces opentrekken naar meer mensen. Ben je nieuwsgierig? Vraag je je af hoe het zou voelen om je over te geven aan klei en aanraking? Of wil je meer weten over het project of er deel van zijn? Neem dan zeker contact op met Alexandra Jacquet: 0473 34 34 98, alexandrajacquet@icloud.com.



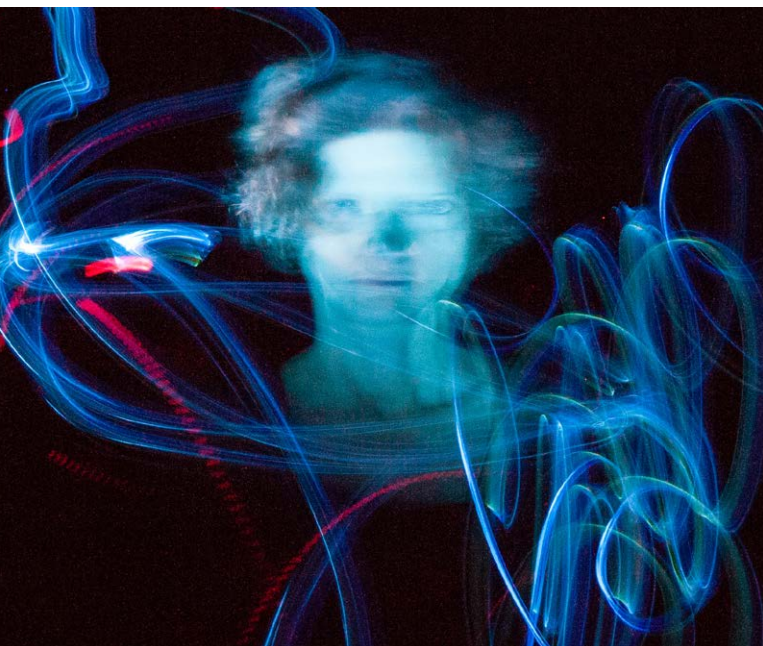
Meer info over 'HOOGSTPERSOONLIJK!' vind je op www.lichtenliefde.be. Het project eindigt met een heel bijzondere groepstentoonstelling in het Museum Dr. Guislain in Gent, van november 2023 tot maart 2024.



FOTOGRAFE HILDE BRAET:

“ZIEN DOE JE OOK MET JE HART!”

“Fotograferen, daar moet je toch goed voor kunnen zien?” Via haar workshop ‘Echo’s in het licht’ voor Licht en Liefde bewijst Hilde Braet het tegendeel. We spraken met deze gedreven Gentse fotografe over kunstfotografie en waarom mensen met een visuele beperking daar erg veel aan kunnen hebben.



“Ik ben altijd geëngageerd geweest”, stelt Hilde zichzelf voor. “Als master in de landbouwkunde, met tropische en subtropische landbouw als specialiteit, wou ik graag ontwikkelingshulp doen. Maar dat was begin de jaren negentig en ik had geen rekening gehouden met de genderproblematiek. Als vrouw lukte het toen niet om een leidinggevende functie te krijgen in Afrika of elders.

Fotografie was mijn hobby – niet zozeer technisch, maar als manier om verhalen te vertellen. Dus recycleerde ik mezelf en behaalde mijn diploma fotografie aan de academie (in avondonderwijs, want ik werkte als bediende om aan de kost te geraken).”

Bewustmaking

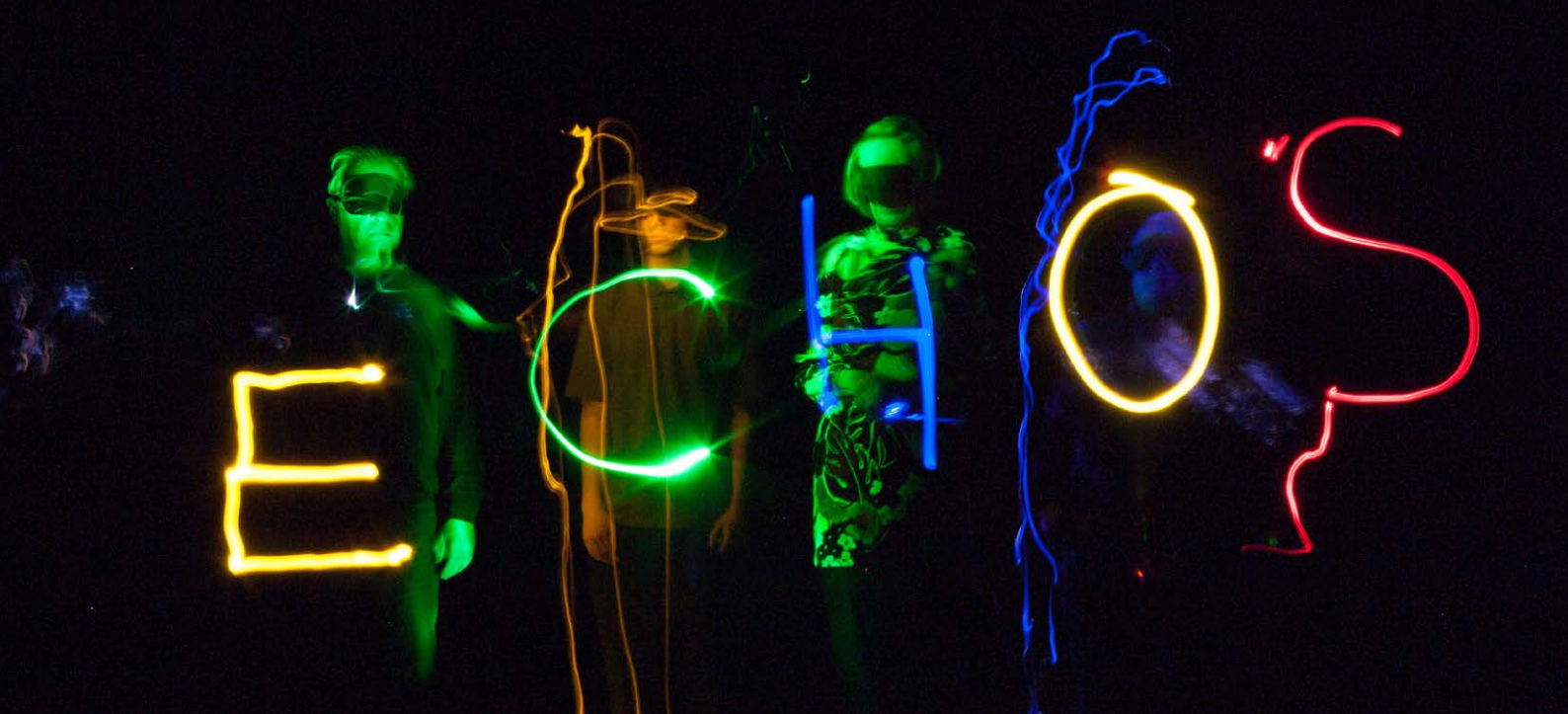
“Mijn eerste belangrijke project was een reeks subtiele erotische portretten van oudere vrouwen. Daarmee wou ik aantonen dat oudere dames best ook wel aantrekkelijk zijn. Ik werd zelf al een stukje ouder. Overal zag ik antirimpelcrèmes op de huid van jonge meisjes gepresenteerd. Op wat oudere leeftijd worden wij onzichtbaar, dacht ik. Daar wou ik iets aan doen, met **krachtige beelden!**

Dit werd het startpunt van mijn fotografische visie en mijn oeuvre. Als zelfstandige heb ik alle soorten van fotografie gedaan, maar mijn hart gaat uit naar de mens. Ik heb mij gespecialiseerd in sensuele portretten. Via krachtige foto’s wil ik **verhalen** vertellen, om zo een debat op gang te brengen en taboes te doorbreken. Dat lukt nog altijd beter met beelden dan met woorden.

Het boeit mij ook dat je via de fotografie mensen sterker en bewuster kunt maken. Je kunt processen in gang zetten waarbij mensen gaan **nadenken**. Daardoor gaan ze soms op een andere manier in het leven en de maatschappij staan of er anders naar kijken.”

Fotografie als proces

“Later heb ik ook cultuurwetenschappen gestudeerd, met de optie visuele cultuur. Mijn masterthesis maakte ik over de mogelijkheden van fotografie om emancipatie, weerbaarheid en welbevinden te stimuleren. Ik kreeg grootste onderscheiding en mijn thesis werd bekroond in Nederland. Zo ontstond het boek ‘De kracht van een foto’, waarin ik mijn methode uitleg van ‘**instrumentele fotografie**’. Dat is een manier om



fotografie als middel te gebruiken om empowerment te bevorderen. Het proces van het fotograferen is daarbij heel belangrijk. Met dat concept ben ik al een hele tijd bezig.

Mijn project voor Licht en Liefde was niet zo evident: fotografie voor blinde of slechtziende mensen is een paradox, een schijnbare tegenstelling. Iedereen gaat er spontaan van uit dat het zo goed als onmogelijk is, maar dat klopt niet!

Het woord 'blinden' gebruik ik trouwens niet graag meer, omdat ik het heel stigmatiserend vind. Tussen 'zien' en 'niet zien' ligt een breed spectrum van mogelijkheden. Als je over 'blinden' spreekt, stop je mensen in een hokje. Daar moeten we vanaf! Visuele beperkingen zijn zo verschillend en mensen zijn ook zoveel meer dan dat!

Ik vind het heel boeiend om de paradox op te heffen en te tonen dat fotografie ook voor mensen met een visuele beperking een uitstekend **communicatiemiddel** is. Fotograferen is een manier om mensen bijeen te brengen en samen na te denken over wat het betekent om niet goed te zien.

De workshop 'Echo's in het licht' is echt inclusief: de helft van de deelnemers hebben een visuele beperking, de helft niet. De inbreng van de mensen die minder goed zien, weegt sterk door. Het proces van het fotograferen is minstens zo belangrijk als het resultaat."

Lightpainting

"En toch: als ik naar de resultaten kijk, zijn daar echt pareltjes bij. De mensen die minder goed zien, ervaren die resultaten ook, dankzij de beschrijving en doordat ze het zelf gedaan en gevoeld hebben. Het is zeker mogelijk om een foto te beschrijven. Via beeldtaal, audiodescriptie en reliëf kan iemand die weinig of helemaal niets ziet, een foto visualiseren of zelfs aanvoelen.

In de workshop 'Echo's in het licht' gebruiken we de techniek van lightpainting. Daarbij is het belangrijk om de foto te **'pre-visualiseren'**: je stelt je het beeld op voorhand voor en communiceert daarover met alle anderen. In de kunstfotografie



is het immers belangrijk dat je weet wat je wilt uitdrukken. Bij ons kunnen de deelnemers zich een stukje blootgeven in een veilige omgeving.

Lightpainting is heel eenvoudig om uit te leggen. Gedurende een lange tijd, bijvoorbeeld drie minuten – wat lang is in de fotografie – belicht je voorwerpen of personen met zaklampjes, met of zonder gekleurde filters. Zo bouw je een beeld op dat je in je hoofd hebt. Dat gebeurt in het volledige donker, waardoor iedereen op gelijke basis kan deelnemen. Op de laatste van de vier dagen dragen de ziende deelnemers zelfs een blinddoek.

‘Echo’s in het licht’ wordt ondersteund door All-In, de diversiteitscel van BREEDBEELD vzw, en is een onderdeel van het artistieke project **‘HOOGSTPERSOONLIJK!’** van Licht en Liefde. Ik ben enorm enthousiast over dat project! Alles draait rond **identiteit** en visuele beperking als kracht. Ook in onze workshop zoekt iedereen naar zijn of haar identiteit, in relatie tot de anderen.

Elke deelnemer brengt de eerste keer een voorwerp mee dat iets over hem of haar vertelt. Dat nemen we als uitgangspunt om de lightpainting toe te passen. We maken ook groepsfoto’s, want de verbondenheid is echt heel belangrijk.

Met behulp van de zaklampjes schrijven we letterlijk met licht. Als totaal nieuw experiment hebben we er ook muziek mee verbonden: we nodigden Francis Cromphout, een heel goede saxofonist, uit om erbij te zijn. Een deelnemer verwoordde een bepaald gevoel, de saxofonist improviseerde op dat gevoel en alle deelnemers begonnen in de donkere ruimte te bewegen, terwijl ze zichzelf uitlichtten met een zaklampje. Er zit dus ook **beweging** in de foto’s.

Met mijn iPhone maakte ik opnames, wat prachtige filmpjes opleverde waarop je de muziek hoort én de beweging ziet. Bij elke volgende sessie bekeken we de resultaten van de vorige. Dat was weer een

stimulans om te praten en nieuwe beelden te maken.”

Sensitieve fotografie

“Ik noem dit ‘sensitieve fotografie’: ze gebruikt **alle zintuigen**. De letterlijke betekenis van het woord fotografie is ‘schrijven met licht’. De meeste mensen denken dat je daar je ogen voor nodig hebt. Maar zeker in de kunstfotografie gebruik je je gevoel en heel je lichaam om een bepaald beeld op te bouwen.

De kracht van sensitieve fotografie is dat we afwijken van de platgetreden paden van de fotografie: we slaan zijwegen in, om tot een nieuwe vorm te komen. Waarom zouden mensen met een visuele beperking niet fotograferen? Het is voor hen evengoed een manier om te communiceren en om een emotie te visualiseren. Zien doe je ook met je hart! We voelen, hebben herinneringen, ... Dat allemaal in een beeld brengen is heel fascinerend.

In groepsverband en met goedziende mensen erbij wordt het extra boeiend. Het visualiseren gebeurt dan ook via de beschrijving die alle andere aanwezigen geven. Dat is de kracht van een inclusieve aanpak!

De foto's zijn allesbehalve momentopnames, want ze worden niet in een fractie van een seconde gemaakt. De tijd en de ruimte zijn belangrijk, en de opbouw van het beeld gedurende die tijd. De fotografie zoals we ze kennen, wordt geherdefinieerd.

Ik gebruik het woord niet graag, maar zulke workshops zijn voor een stuk ook **therapeutisch**. Nadenken over jezelf in relatie tot anderen is belangrijk, en ook je uitleven in je lichaam. De meeste mensen zitten een beetje in hun lichaam gevangen. De andere zintuigen helpen om dat te overwinnen. Denk bijvoorbeeld aan muziek.

Het zaadje is gelegd, we hebben een basis waar verder op gebouwd kan worden. Deze workshop verdient echt meer bekendmaking als waardevol inclusief project. Waarom ook niet uit de studio komen en op stap gaan om te fotograferen? Tegenwoordig heeft iedereen een smartphone met camera. Lightpainting is maar één van de technieken: er kan nog veel meer!"

Bij dit artikel staan enkele foto's die in de workshop gemaakt werden met lightpainting. Ook de **coverfoto** ontstond tijdens 'Echo's in het licht'. De opdracht luidde: "breng een voorwerp mee dat iets over jezelf vertelt". Het voorwerp is hier een bol waar een paardenbloem in vastzit, klaar om haar vruchten te verspreiden. De bol symboliseert licht, de hand liefde.

Cover en foto's bij dit artikel: © Hilde Braet
Zie ook: www.hildebraet.be





CURSIEFJE:

LOGEREN IN EIGEN STAD

Sinds de virussen met al hun varianten ons leven bepalen, snakken wij naar wat avontuur. Ook al zijn we al wat ouder en missen we een belangrijk zintuig, we willen niet voor eeuwig in ons kot blijven. Dus beramen we samen een plan. We reserveren een tafel in het restaurant en twee kamers in een hotel dicht bij het station, in Leuven. Dat is de stad waar ik woon en mijn weg blindelings vind. Op de website van Toerisme Leuven vinden wij een buitengewoon 'corona-aanbod'. Voor 60 euro krijgen we een welkomstgeschenkje, een glaasje bubbels, een tweegangenmenu, een kamer en daarbovenop nog een ontbijt. Daar kun je toch niet voor thuisblijven?

Donderdag 16 december, rond 17 uur. Met een minimum aan bagage in mijn rugzak wandel ik richting station. Omdat Myriam pas om 18.30 uur zal aankomen, heb ik alle tijd om in te checken. Ik moet bekennen dat ik er niet zo gerust in was. Zal dat wel lukken, gezien onze beperking? Zullen die kamers goed bereikbaar zijn?

Ik word aan de balie ontvangen door een dame die ik gemakshalve Bea zal noemen. Ze heeft duidelijk een anderstalige achtergrond, te horen aan haar Nederlands en haar korte en bondige zinnen.

"Dag mevrouw," zeg ik, "wij hebben gereserveerd voor twee kamers. Zou u mij de kamer al willen tonen?"

"Hier staat maar één kamer in het boek", zegt Bea. "Eerst betalen, dan kan u sleutel krijgen."

"Zou dit een vergissing kunnen zijn? Mijn vriendin heeft twee kamers geboekt en betaald. Gezien corona willen wij geen kamer delen."

"Maar madam, hier niks geen corona.

Gezellig samen in één kamer. Maar moet eerst betaald worden."

Daar sta ik met mijn mond vol tanden, in mijn eigen stad. Ben het eigenlijk niet gewoon dat er voor mij beslist wordt wat gezellig zou kunnen zijn.

Dan sta ik weer op straat, in het donker. Wat nu? Zal ik een ander hotel zoeken? Die zijn er hier op het Martelarenplein wel genoeg.

Als ik Myriam, aan de arm van de treinbegeleider, zie aankomen, ben ik opgelucht. "Kom, we gaan terug naar dat hotel. Ik heb de bewijzen en heb de eigenaar aan de lijn gehad", zegt Myriam.

Bij Bea echter tellen bewijzen niet en het coronavoordeel bestaat al helemaal niet. Mijn onrust groeit en mijn fantasie slaat op hol. Ben ik wel in Leuven? Zou dit een rendez-vous huis zijn? Is dit wel veilig? Zou het hotel volzet zijn?

Myriam, met al haar reiservaring, neemt het voortouw. "Laat ons de kamer zien en dan beslissen wij of we hier blijven." Bea, die ook chef is van het restaurant, aarzelt wat, maar zal dan wel met ons meegaan.

We hebben twee draaitrappen en dan nog twee opstapjes te doen voor de deur van kamer 2 van het slot gaat. "Kijk eens wat een mooie kamer", zegt Bea. "U hebt alle geluk met zo een mooie grote kamer met een grote badkamer." Dan laat ze ons alleen. Ik zoek naar het raam en Myriam voelt zich een weg door de ruimte. "De bedden zijn goed, we blijven", zegt ze, ook al hebben wij andere voorstellingen van een grote badkamer.

Eens terug aan de balie verwacht Bea dat we onmiddellijk beslissen wat we gaan eten. Wij hebben ondertussen onze kordaatheid weer gevonden en vragen om

een rustig tafeltje en vooral een lekker glaasje wijn. We zijn tenslotte naar hier gekomen om te genieten. Dat doen we. Het is ook allemaal om te lachen hé?

De wijn is lekker en de Belgische keuken heeft een buitenlands tintje. We krijgen geen hulp bij de bediening en dat kost ons een omgevallen half glas witte wijn.

Om 22 uur nemen we opnieuw de moeilijke draaitrap naar boven. Eigenlijk is het nog wel leuk om samen te slapen, met het raam open. We voelen ons, ondanks corona en een lastige start, toch veilig. Tot 23 uur, want dan wordt er op onze deur geklopt. Driemaal en dan gaat de klink naar beneden. "Niet opendoen", sis ik naar mijn vriendin. Maar Myriam roept: "Wie is daar?" Ze stapt uit bed en doet even later toch de deur open. Daar staat Bea.

"Ik heb toch een andere kamer voor u."

"Wij gaan niet meer verhuizen", zegt Myriam nu ook heel kordaat.

"Dat moet ik regelen met mijn baas", zegt Bea en ze verdwijnt.

De volgende morgen om 8 uur zijn we beneden voor het ontbijt. Gelukkig is Bea er niet en worden wij heel vriendelijk bediend door een andere dame.

Druppelsgewijs komt het personeel binnengevallen. Zij mogen ook genieten van het buffet. Deze keer klinkt de moedertaal erg Aziatisch.

Als ik Myriam terug naar het station breng, vraag ik haar: "Is er in Aalst ook een hotel aan het station?"

Ik wil onszelf nog eens voorstellen. Myriam, mijn vriendin, komt dus uit Aalst. Haar leeftijd wil ze geheimhouden, maar het eerste cijfer is wel een dikke zeven. Ze is blind sinds haar veertiende, maar dat heeft haar nooit afgehouden van welk avontuur ook. Ze durft zowat alles en dat getuigen de littekens en breuken die ze in de loop van haar leven heeft bijeengespaard. Ze heeft de hele wereld 'gezien'. Eerst was ze rugzaktoerist, daarna heeft ze, dankzij haar werk als tolk, ook de betere hotels ontdekt. Ik ben Anne-Lieze, woon in Leuven en ga al naar de tachtig toe. Heel avontuurlijk ben ik vooral in mijn hoofd. Ik ben slechtziend en gebruik de witte stok. Myriam en ik hebben elkaar ontmoet in de iPhone-lessen voor blinde personen.

Anne-Lieze Albregts





PictureLive:

INCLUSIEVE COMMUNICATIE DANKZIJ SLIMME CHIP

Goede ideeën komen vaak onverwacht. Toen Alain Cloet een demo zag van een visitekaartje-met-chip, ging hem een licht op: dezelfde technologie zou je kunnen gebruiken om allerlei informatie toegankelijk te maken voor mensen met een beperking. Het leidde tot een nieuwe toepassing: PictureLive, mogelijk gemaakt door een unieke samenwerking tussen UD-projects, Hdruk en het vlaamsoogfonds, met steun van Licht en Liefde.

“Het idee voor PictureLive is ontstaan uit mijn werk in Sint-Rafaël en mijn interesse in grafisch ontwerp”, vertelt Alain. “Op een dag zag ik een nieuw soort visitekaartje: als je er je smartphone op legde, kwamen de gegevens automatisch in het adresboekje op je telefoon. Dat werkte via een **NFC-chip**. De afkorting staat voor Near Field Communication. Je kunt met die technologie informatie overbrengen over heel korte afstanden, twee à drie centimeter.

Via mijn job bij Sint-Rafaël, het herscholingscentrum van Licht en Liefde,

wist ik dat er voelplaten bestaan waarop de contouren van een afbeelding in reliëf staan. Je kunt extra tactiele info toevoegen, bijvoorbeeld de muren van een gebouw arceren of een personage op een schilderij aangeven met een puntjesraster. Zo’n plaat maken is een kunst. Je moet heel goed nadenken over wat je precies voelbaar maakt. Dan nog is het voor blinde of slechtziende mensen niet altijd evident om de afbeelding goed te interpreteren.

Dat naamkaartje bracht me op het idee: als we via een NFC-chip een beschrijving koppelen aan zo’n voelplaat, dan heb je een extra element om de afbeelding te begrijpen. Het Vlaams Innovatiecentrum Grafische Communicatie vond dat een heel goed plan. Toen heb ik deelgenomen aan een wedstrijd van de toegankelijkheidsorganisatie Inter. Die koos PictureLive uit als een van de beste ideeën om de toegankelijkheid in de hulpverlening te verbeteren.

De volgende stap was uitzoeken in welke sectoren we een verschil zouden kunnen maken. Dat bleek onder meer in het **toerisme** te zijn. Belangrijk aan PictureLive is dat mensen hun eigen telefoon kunnen gebruiken. Je hoeft geen nieuw toestel te leren bedienen en geen apps te downloaden. Het kan altijd en overal, zolang er een internetverbinding is. Je kunt verschillende soorten informatie doorgeven via de chip: tekst, audio, beeld, ...

We hebben al voelplaten met een NFC-chip gemaakt voor enkele opdrachtgevers. Gent heeft een toegankelijke stadswandeling uitgewerkt, vooral gericht op mensen met een beperkte mobiliteit. Wij willen nu een brochure maken zodat mensen met een visuele beperking datzelfde traject zonder begeleiding kunnen afleggen. Dat houdt



in dat er een plannetje in reliëf nodig is. Bij elke stop komt er ook een voelplaat met uitleg die je via een NFC-chip kunt opvragen.

Je zou via de chip bijvoorbeeld ook informatie kunnen doorgeven voor mensen met autisme. Of filmpjes in gebarentaal voor doven en slechthorenden.

In de toegankelijkheidswereld is **universeel design** een sleutelbegrip: ontwerp alles zodat het meteen voor iedereen toegankelijk is. Maak deuren bijvoorbeeld breed genoeg, zodat mensen in een rolstoel er kunnen passeren. Wij

passen die principes nu toe op schriftelijke communicatie. Eigenlijk brengen we een nieuwe manier van inclusief communiceren op de markt.”

Je kunt PictureLive uitproberen in de beiaard van Nieuwpoort. Neem je smartphone en oortjes mee. Meer info bij stadsbeiaardier Els Debevere: els.debevere@skynet.be of 0486 76 93 41.

Ook in de Hofkamer in Antwerpen hangen al PictureLive-platen. Er werden prototypes gemaakt voor de Mechelse Sint-Romboutstoren.

(Bron: toerismevlaanderen.be)

OPMERKELIJK

Blinde cafébaas voerde actie voor Licht en Liefde

Willem Moeyersoons is de blinde cafébaas van café Dutch Inn in Aalst. “Na 30 jaar in de horeca kan je blindelings pinten tappen en koffie zetten”, zegt hij.

Elke dag werkt Willem nog 14 uur. Koffies en pinten brengt hij op de tast naar de klanten. Geld telt hij door te voelen. Dankzij Licht en Liefde kent hij heel veel trucjes en gebruikt hij een camera met spraak die onder meer gezichten herkent.

Daarom wou Willem iets terugdoen. Toen de gele vuilniszakken werden afgevoerd, mocht je die inruilen voor geld. Willem begon de zakken te verzamelen ten voordele van Licht en Liefde. Zijn actie leverde 404 euro op, wat hij uit eigen zak verhoogde naar 500 euro.

“Ik ben blij dat ik iets kan terugdoen voor deze mensen die me zo goed hebben geholpen”, aldus Willem. Wij danken Willem en Fabienne héél hartelijk voor hun inzet en edelmoedigheid!



Wil jij ook iets opmerkelijks doen om Licht en Liefde te steunen? Fantastisch! Bezoek ons actieplatform via www.lichtenliefde.be, of contacteer Sofie De Leeuw: 0489 86 43 87, sophie.de.leeuw@vlaamsoogpunt.be



ONTMOETEN & LEREN



VeBeS, onze unieke vereniging

Licht en Liefde heeft een warme ledenvereniging voor mensen die slecht of niet zien. VeBeS biedt informatie en ontspanning, behartigt je belangen en laat je in contact komen met ervaringsgenoten. Ook de bestuursleden zijn blind of slechtziend.

Het **ledenblad Tibsz** verschijnt in aangepaste leesvormen. Het bevat onder meer info over de vele **activiteiten** die VeBeS organiseert – toegankelijk en met begeleiding. Na de moeilijke coronajaren komt de werking weer op kruissnelheid. Ook het aanbod van **reizen en vakanties** is indrukwekkend.

VeBeS steunt op **vrijwilligers** voor organisatie, praktische hulp, vervoer, begeleiding, ... Blinde en slechtziende personen kunnen een opleiding volgen om als ervaringsdeskundige aan de slag te gaan.

Info: 02 212 11 10, info@vebes.be, www.vebes.be. Je kunt ook terecht in het vlaamsoogpunt van je regio (adressen achteraan in dit magazine).

JOVO, een platform voor jongvolwassenen

Ben je tussen 18 en 30 jaar en heb je een visuele beperking? Ervaar je moeilijkheden in je leven of maak je je zorgen over de toekomst? Dan kun je terecht bij de JOVO-werking van Licht en Liefde.

Samen met jou en de mensen uit je omgeving die je erbij wilt betrekken, zoeken we mogelijkheden om je toekomst vorm te geven. We doen dat individueel en op jouw tempo. Je kunt ook deelnemen aan zeer boeiende en aangename groepsactiviteiten.

Volg JOVO op Facebook:
www.facebook.com/jovo.bll



Welkom bij Sint-Rafaël!

BuSO Sint-Rafaël is het herscholingscentrum van Licht en Liefde voor volwassenen met een visuele beperking. Wij zijn gevestigd in Gent, maar hebben cursisten uit heel Vlaanderen.

Je volgt bij ons een opleidingstraject dat volledig aangepast is aan je noden en behoeften.

Vergroot je zelfstandigheid via vakken als braille, mobiliteit en koken. Leer typen, met de computer (pc of Mac) en met iPhone/iPad werken. Volg Engels, Frans en Nederlands, ook als anderstalige. Duik in het creatief en het ambachtelijk atelier en sport je gezond. Er is nog veel meer en je kunt alle vakken op verschillende niveaus volgen.

Interesse? Bel 09 292 40 89 en we geven je met plezier meer informatie over onze school.



Leef je uit in het Oogatelier

Het Oogatelier van Licht en Liefde is een heel dynamisch inclusief dagcentrum. Op vier locaties (Gent, Kortrijk, Oostende en Varsenare) vind je allerlei boeiende activiteiten: koken, creatieve workshops, sport, muziek, vorming, uitstapjes, rondleidingen, ... Ook mensen zonder visuele beperking zijn welkom!

Vraag de maandelijkse activiteitenboekjes aan, je vindt zeker en vast iets wat jou interesseert. Zo kun je misschien ook eenzaamheid doorbreken.

**Contact: oogatelier@lichtenliefde.be,
www.facebook.com/oogatelier**





GEEF JEZELF MEER COMFORT!

RAADPLEEG ONZE EXPERTEN VOOR...



Sokkenhouders

Hulpmiddelen voor het dagelijks leven

Bij Licht en Liefde zijn tal van handige hulpmiddelen verkrijgbaar. Leden van VeBeS genieten een voordeeltarief. De catalogus staat op www.lichtenliefde.be.

- Om te bestellen: bel **050 40 60 52** (maandag tot donderdag van 9 tot 12 en van 13 tot 16 uur) of mail naar **hulpmiddelen@vlaamsoogpunt.be**.
- Om langs te komen in Varsenare: bel of mail voor een afspraak.
- Om wegwijs te worden in het grote aanbod: contacteer je **vlaamsoogpunt**. Een **EXPERT HULPMIDDELEN** zal tonen wat voor jou zoal interessant kan zijn. Dat kan ook aan huis gebeuren.

Leeshulpmiddelen

Een loep of loepbril, filterglazen, een digitale loep: iets voor jou? Onze **ORTHOPTISTEN** weten raad. Zij geven je graag een demonstratie met heldere uitleg. Indien nodig komen ze aan huis, dan

kunnen ze jouw wensen en behoeftes nog beter inschatten. Deze experts hebben inzicht in alle vormen van slechtziendheid. Ze verkopen niets, maar geven objectief advies. Contacteer het **vlaamsoogpunt** in je buurt (zie de adressenlijst achteraan in dit magazine).

Passende verlichting

Foute lampen doen ons minder goed zien. Een eenvoudige aanpassing kan je comfort sterk verhogen. Misschien heb je dat dure leeshulpmiddel dan niet nodig. Maak een afspraak met een **LICHTADVISEUR**: contacteer het **vlaamsoogpunt** in je buurt.

Technologie

Benieuwd welke handige snufjes er zijn voor mensen met een visusbeperking? Onze **EXPERTEN TECHNOLOGIE** demonstreren het graag. In klare taal leggen ze uit wat smartphones, grote beeldschermen, vergrotingssoftware, spraakweergave, brailleleesregels en dergelijke voor jou persoonlijk kunnen betekenen. Hun advies is objectief: er wordt niets verkocht. Contacteer je **vlaamsoogpunt** voor een afspraak. Ontdek op **www.blinddmobiel.be/nl/hulpmiddelen/keuzewijzer** wat er zoal bestaat.







RALPH TEETOR,

DE BLINDE UITVINDER VAN DE CRUISE CONTROL

Heel wat ingenieurs ontwerpen producten voor mensen met een handicap. Maar wat dacht je van een technicus met een beperking die een succesvol hulpmiddel ontwikkelt voor mensen zonder handicap? De alom gebruikte cruise control staat op naam van een blinde Amerikaan.

Net zoals Louis Braille kreeg de jonge Ralph Teetor (1890-1982) een mes in zijn oog en werd hij daardoor volledig blind. Al heel vroeg kwam zijn talent voor techniek naar boven. Vanaf zijn tiende knutselde Ralph aan onderdelen in de werkplaats van zijn vader. Hij werd steeds vaardiger in het voelen en ontwerpen van mechaniek.

Na de middelbare school weigerden veel universiteiten hem op basis van zijn handicap. Uiteindelijk raakte hij ingeschreven aan de universiteit van Pennsylvania op de afdeling werktuigbouwkunde, waar hij een masterdiploma behaalde. Tussendoor werkte hij bij de Amerikaanse marine, waar hij instond voor het technisch onderhoud van stoomturbines op oorlogsschepen.

Zijn vader en drie ooms haalden hem binnen in hun Teetor-Hartley Motor Company. Daar bleef hij tot de motorafdeling verkocht werd. Vervolgens hielp hij de New York Shipbuilding Corporation bij het balanceren van turbinerotors op torpedobootjagers. Zijn sterk ontwikkelde tastzin bleek een grote troef, die hem deed slagen waar anderen hadden gefaald.

Na de oorlog keerde hij naar huis terug en ontwierp een vloeistofgestuurde versnellingspook. Vanaf 1919 werkte hij voor de Perfect Circle Company, de opvolger van het familiebedrijf. Hij zou daar ook twaalf jaar ceo zijn. Daarnaast werd



hij voorzitter van de Society of Automotive Engineers (SAE).

Telkens als hij meereed met zijn advocaat, ergerde Teetor zich eraan dat die vertraagde en versnelde terwijl hij praatte. Dat bracht hem op het idee om een systeem te ontwerpen dat de snelheid van een auto constant zou houden. Er was ook een concrete aanleiding: tijdens de Tweede Wereldoorlog kregen Amerikaanse chauffeurs een limiet van 35 mijl per uur opgelegd om brandstof te besparen.

In 1948 werd Teetors **Speedostat** geboren. Een decennium later lanceerde Perfect Circle het eerste prototype: een vacuüm-aangedreven zuiger die voorkwam dat het gaspedaal te ver werd ingedrukt. Echte cruisecontrol is echter meer dan afremmen. Daarom voegde Teetor een **speed lock-mechanisme** toe, met behulp

van een elektromagnetische motor. Je kon de vaste snelheid uitschakelen door op de rem te duwen.

Vanaf 1958 plaatste Chrysler de Speedostat in al haar auto's. In de jaren zestig hadden ook alle Cadillacs het systeem, dat werd herdoopt tot **cruise control**. Toen in Amerika een oliecrisis uitbrak, werd de cruise control geprezen als ideaal om te besparen.

Later ontwierp Teetor ook nog een vroege aangedreven grasmaaier, vergrendelingsmechanismen en houders voor vishengels. Hij werd beloond met twee eredoctoraten.

Ralph Teetor overleed veertig jaar geleden. Over zijn beperking wou hij nooit praten, maar het verhinderde hem niet om een baanbreker te worden. Uiteindelijk zal zijn uitvinding ook mensen met een visuele of andere beperking ten goede komen. Cruise control was immers de eerste stap naar auto's zonder bestuurder.





VRIJWILLIGERSCOACH WENDY:

“HELPE MET WAT JIJ TE BIEDEN HEBT, ZORGT VOOR ZINGEVING”

“Als kind wou ik hondenkapster worden!” vertelt Wendy. “Op het einde van mijn middelbaar werd duidelijk dat ik heel geboeid was door mensen en de dynamiek die ze onderling teweegbrengen. Daarom koos ik de richting maatschappelijk werk, optie sociaal-cultureel werk. Ik wou mensen in beweging brengen en zelf mee in die beweging komen.

Toen ik bij Licht en Liefde ging solliciteren, werd voor het eerst niet gevraagd naar wat ik kon, maar naar wie ik was. Dat voelde heel aangenaam, heel menselijk. Nog altijd voel ik dat er hier ruimte is voor wie ik ben en wat ik bij te dragen heb. Ik kan iets doen dat me warm maakt vanbinnen.

Ik ondersteun projecten, zoals ‘**T-buddy**’. T-buddy’s zijn vrijwilligers die via de telefoon een luisterend oor bieden aan leden en cliënten die daar behoefte aan hebben. De T-buddy kan ook een brugje zijn met een hulpverlener, als het lid of de cliënt daar toestemming voor geeft.

Verder zit ik mee in het ‘**blended care**’-verhaal, dat vrijwilligers betreft in de hulpverlening. Ze bouwen een relatie uit zowel met de expert als met de cliënt, zodat korter op de bal gespeeld kan worden en de drempels lager zijn. We onderzoeken hoe dat kan, in samenwerking met het platform Helpper.

Ook met de **basiscursus ervaringsdeskundige** ben ik bezig. En ik denk mee in het **vrijwilligersbeleid** en onderzoek hun noden, onder meer qua vorming. Vorig jaar gaf ik vorming in communiceren. Elke vrijwilliger kon inschrijven, bijna alle groepen waren volzet. Communiceren is een basis van menselijke relaties. Al doende groei ik er zelf ook in. De cursus verliep

noodgedwongen digitaal, maar viel zó goed mee!

Elke vrijwilliger heeft zijn eigen motivatie om te helpen. Dat alleen al maakt een mens boeiend. Welke verhalen zitten erachter, hoe zien ze het, hoe pakken ze het aan, waar hebben ze goesting in? Ik vind het heel belangrijk dat een vrijwilliger zich niet leeg geeft. Het is een wisselwerking, die beide partijen ten goede moet komen. Vrijwilligers mogen zich nooit schuldig voelen!

Het gevoel dat je iets bijdraagt, dat je kunt helpen met wat jij te bieden hebt, kan een enorme meerwaarde zijn. Het zorgt voor **zingeving**. Dat is volgens mij de grootste reden waarom mensen vrijwilligerswerk doen. Je hebt ook meer **contact** met mensen en kunt heel veel **dankbaarheid** voelen. Daar wordt je hart heel warm van. Je doet ertoe, je maakt echt een verschil bij iemand of bij de organisatie. En je kunt **bijleren**, door in nieuwe situaties terecht te komen.

Als vrijwilliger kun je volledig vrij beslissen wat je wilt doen en hoe vaak, wanneer en waar. Als je je voor een bepaalde taak engageert, verwachten we wel dat je het gaat doen. Natuurlijk kan er iets belangrijks tussenkomen, daar is begrip voor. We zijn helemaal in orde met alle verzekeringen en administratie. De fundamenteën van onze vrijwilligerswerking zijn heel stevig. Daar werd al veel energie in gestopt, maar het loont.

We hebben ook veel vrijwilligers die zelf blind of slechtziend zijn. Het is fantastisch om te zien hoe zij daar positiviteit uithalen. Wat als een beperking wordt ervaren en bekeken, kan een **krachtbron** zijn! Dat is magie voor mij. Ik heb er ook bewondering

voor, want het vraagt moed om je handicap op een andere manier te zien en de stap te zetten.

Ik probeer heel breed naar de dingen, de mensen, de wereld te kijken. Gezondheid bijvoorbeeld is voor mij niet alleen fysiek, maar ook mentaal, emotioneel en spiritueel. 'Welzijn' gaat over veel meer dan een gezond lichaam. Als een vrijwilliger zich ergens niet goed

bij voelt, probeer ik te luisteren, om te achterhalen wat er niet goed voelt. Het kan overal zitten: praktisch, maar evengoed emotioneel.

Of ik nog een tip heb? Wel, ik zou zeggen: weet wie je bent en wat voor jou belangrijk is, wat je behoeften zijn. Luister daarnaar."



Fiche:

Wendy Van den Bosch (42, uit Merendree)

- **Lijkt altijd vrolijk, maar is een gevoelsmens!**
- **Is gepassioneerd door alles wat haar in verbinding brengt met zichzelf.**
- **Houdt van de natuur, yoga, contact met mensen, nieuwe dingen ervaren en creatief zijn.**
- **Blijft ook in haar job zichzelf.**



Word vrijwilliger bij Licht en Liefde

Heb je enkele uren vrij en wil je blinde en slechtziende mensen helpen? Fantastisch idee!

Licht en Liefde heeft een uitgebreid en veelzijdig team van vrijwilligers, met of zonder visuele beperking. Op dit moment zijn ze officieel met **564**, maar extra hulp kunnen we zeker en vast gebruiken!

Er zijn allerlei mogelijkheden, waarbij jouw inzet een wereld van verschil maakt. Een speciale opleiding hoeft meestal niet, als je maar veel 'goesting' hebt en een groot hart voor mensen.

Wedden dat je er zelf ook veel aan zult hebben? Vrijwilligerswerk, daar wint iedereen bij!

Interesse?

Contacteer ons:

vrijwilligers@vebes.be

03 800 70 10, 02 212 11 11 of 09 292 40 80.





75 JAAR GELEDEN...

“NA DE TREKKING VAN ONZE GROTE BLINDEN-TOMBOLA”

“Zes kindertjes van blinde bondsleden stonden op 't verhoog met de zakjes waarin de nummertjes staken. Vóór iedere trekking moesten ze eerst het zakje goed dooreenschudden, dan een nummertje uithalen dat door den heer advocaat getoond werd aan de aanwezigen en luidop afgeroepen. (...) De spanning groeide naarmate de trekking vorderde, tot eindelijk het grote ogenblik daar was: de trekking van de prijsauto! Eerst werden nogmaals al de zakjes zorgvuldig nagezien door de trekkingscommissie en de kindertjes nogmaals van plaats verwisseld. En traag vormde zich het belangrijk getal: 172.254.

Wie heeft de grote prijs? Geen der aanwezigen... Wie te lande is de gelukkige winnaar? De toekomst zou het uitwijzen. En ja, Zondagmorgen daaropvolgende kregen wij een lakoniek briefje uit Nijlen-bij-Lier: 'Mijne heeren... Wilt u zoo goed zijn, ons eenige uitleg te verschaffen over het winnend nummer 172.254 dat in ons bezit is. Liefst zoo gauw mogelijk. Hoogachtend onze groeten. Smets August'.

Een simpele werkman had de grote prijs gewonnen! Een man van 60 jaar, eenvoudig, ongekunsteld, vader van 4 kinderen, allen reeds getrouwd. Met de klak op het hoofd, zonder col, simpelweg kwam hij den Dinsdag af met zijn zoon en een chauffeur uit zijn dorp. Voor de eerste maal in zijn leven had hij nu eens geluk, zei hij... En hij had slechts drie lotjes gekocht aan de blinde Joske Sels; eerst had hij er maar ééntje gewild, maar omdat Joske niet kon teruggeven, had hij er nog maar twee bijgekocht, aja, voor 't goed werk, hé! En zie! 't Geluk vliegt!... Juist in die twee bijgekochte lotjes stak de auto!

'Wat kan ik daarmee doen?' had hij tegen zijn vrouw en kinderen gezegd dien Zondagavond, toen ze allemaal bijeengekomen waren om 't geval te bespreken... Maar de zoons hadden aangedrongen, dat hij de auto toch maar houden zou, nu hij toch eens zo'n geluk had in zijn leven. Zij zouden de jaarlijkse taksen en onkosten samen betalen... En 't moest! De geburen, de dorpsgenoten verwachtten hem stellig mét de prijsauto...

Maar zeker, vriend, gij hebt het volle recht de auto mee te nemen naar huis. Wacht even, dat we u eens fotograferen bij uw auto! Ja, leg er maar uw hand op, 't is de uwe! En haastig stak onze vriend Gust zijn pruimtabak achter zijn kiezen, en poseerde fier met de hand op 'zijn' auto!"

(Uit 'De Blindenbode van Licht en Liefde', november 1947)





ONS ENGAGEMENT: HELEMAAL VOOR JOU

Licht en Liefde helpt slechtziende en blinde mensen om een kwaliteitsvol leven uit te bouwen en ijvert voor een inclusieve samenleving, waar iedereen automatisch kan meedoen.

We leven in een tijd waarin ons gevraagd wordt om op grenzen te focussen, eerder dan eroverheen te kijken. We worden gestimuleerd om te vallen over verschillen, eerder dan ze als inspirerend te zien. Het wordt heel belangrijk geacht onze grenzen ten opzichte van anderen duidelijk te stellen, eerder dan ze steeds open te houden. We krijgen de raad sluitende en beperkende afspraken te maken, in plaats van ons onvoorwaardelijk te engageren...

LICHT houdt zich niet aan grenzen. LIEFDE ook niet. Vandaar dat Licht en Liefde zich voluit wil inzetten, zonder te focussen op 'tot waar en niet verder'. Elke persoon heeft zonder meer recht op een inclusief leven als volwaardig burger. Wij willen blinde en slechtziende mensen helpen om dat – en niets minder – te bereiken. Er is altijd wel een weg vooruit.

Bij Licht en Liefde hebben we **respect voor en vertrouwen in jouw mogelijkheden**. Samen met jou willen we de weg naar een beter leven gaan, waarbij jij de doelen stelt. Onze relatie gedurende het traject naar

resultaat is open, steeds bespreekbaar en helder.

Om goed te kunnen helpen, verzamelen we **deskundigheid** via alle mogelijke kanalen en middelen, over de regionale grenzen heen. We houden van **samenwerking** met andere organisaties. Geen dubbel werk doen geeft ons de kans om nieuwe gebieden in deskundigheid te betreden.

Er is geen deskundigheid zonder **ervaringsdeskundigheid**. Daarom leven en werken we zoveel mogelijk samen met blinde en slechtziende mensen, als onuitputtelijke bron voor onze expertise. Om dezelfde reden ondersteunen we, waar mogelijk, de verenigingen van blinden en slechtzienden.

Naast door de overheid georganiseerde solidariteit (ziekteverzekering, overheidsagentschappen, ...) vragen we actief extra middelen aan wie een warm hart heeft voor mensen met een visuele handicap. Wij vinden het belangrijk dat deze vorm van **solidariteit** blijft bestaan: het is de verzekering voor een warme samenleving.

We waarderen onbaatzuchtige inzet door **vrijwilligers** en beschouwen die als zo authentiek dat we een deel van onze werking daarop baseren. Op die manier kunnen we meer mensen beter en warmer bijstaan.

Dat is het engagement van Licht en Liefde. Zo willen we er voor jou zijn, helemaal en onbegrensd!

Ongeveer **200.000** personen zijn blind of slechtziend in Vlaanderen.

Elke dag kloppen **6** nieuwe mensen bij Licht en Liefde aan.

Leven met **4** zintuigen kan heel mooi en waardevol zijn!



SCHENK LICHT EN LIEFDE!

De overheid geeft geen subsidies meer aan zorgverleners. Ze ondersteunt wel, in zekere mate, de mensen met een handicap zelf via een **persoonsvolgend budget**. Helaas komt lang niet iedereen daarvoor in aanmerking.

Voor al mensen die na hun 65ste een visuele beperking krijgen, ontvangen vaak te weinig steun. Dankzij jouw giften en legaten kunnen wij hen helpen om comfort en levenskwaliteit te vinden, volgens hun eigen wensen.

Gezocht: helpende handen

- Slechtziendheid kan iedereen overkomen. Ben je graag solidair, volgens je mogelijkheden? Schrijf **je gift** over op rek. **BE93 7370 3703 7067** of schenk online via www.lichtenliefde.be. Vanaf 40 euro op jaarbasis ontvang je een fiscaal attest. Voeg het bij je aangifte: het geeft recht op een belastingvermindering tot 45 procent op het geschonken bedrag.
- Door ons **een deel van je nalatenschap** te schenken, geef je licht en liefde door over de grens van het leven.
- Wil je met je vereniging, school of bedrijf **een actie of benefiet** organiseren? Vier je iets (jubileum, geboorte, ...) en verkies je dat de aanwezigen Licht en Liefde steunen? Ben je graag **partner bij een van onze projecten**? Aarzel niet en contacteer ons, of bezoek ons **actieplatform** via www.lichtenliefde.be.

Aangeboden: luisterende oren

- Heb je vragen omtrent je **GIFT**? Wil je een adresverandering doorgeven of een duplicaat van een attest ontvangen? Of wens je bijvoorbeeld maar één keer per jaar een brief te krijgen? Bel of mail dan **je contactpersoon INGE FRAEYMAN: 050 40 60 58, giften@lichtenliefde.be**.
- Wens je meer info en advies op maat over een **SCHENKING, TESTAMENT OF PARTNERSCHAP**? Dan kun je steeds terecht bij **je adviseur SOFIE DE LEEUW: 0471 65 30 37, sophie.de.leeuw@vlaamsoogpunt.be**. Sofie adviseert je kosteloos en in alle discretie. Indien gewenst komt ze bij je thuis.



Sofie De Leeuw



Lieve donateur, Licht en Liefde is er helemaal voor jou! Je kunt altijd op ons rekenen, want we waarderen je steun voor blinde en slechtziende mensen enorm. DANK JE WEL!

POËZIE



Bezoekster Veerle maakte een poëtische impressie van haar bezoek aan 'XiNiX', het inleefproject van Licht en Liefde. Kijk mee door de machteloze ogen van een ziende in het duister...

XiNiX

De ruimte is niet meer gewoon maar donker,
de wereld is volledig zwart,
geen licht meer als houvast.

Ik voel een vreemde hand mijn schouder raken,
allemaal handen op schouders,
zo beweegt deze wereld zich altijd voort.

XiNiX.

Je lijkt plots veel luider tot mij te spreken,
ik sluit mijn ogen met een vreemde angst,
probeer zo de duisternis te plaatsen.

Stel mij nog met moeite de kleuren voor
die wij op onze huid nu dragen.

Over tafel heen zoek ik naar jouw hand,
troost mij met de warmte en de vorm,
de fijn gedoseerde druk, herken je zo alleen.

Teken er je glimlach even bij.

XiNiX.

Ik smaak het eten, probeer het te ontleden,
voel het water dat sprankelt in mijn mond.

Luister naar verhalen.

XiNiX.

Ik weet dat dit straks voor mij weer stopt.

Voor jou wel niet.

Veerle

Info over XiNiX:

- **050 40 60 15 of 0473 95 18 99**
- **xinix@lichtenliefde.be**
- **www.blindenzorglichtenliefde.be/nl/MeerWeten/Index/2250/inleefervaring**



Colofon

KNIPOOG is het tijdschrift van Blindenzorg Licht en Liefde vzw en haar partners VeBeS, Licht en Liefde Heem, Sint-Rafaël en KMBS. Het verschijnt in gewone druk (met veel aandacht voor een goede leesbaarheid), braille, gesproken en digitale vorm.

Dit magazine werd gemaakt door medewerkers van Licht en Liefde. Zij kregen ondersteuning van Toech, onze trouwe partner in toegankelijke vormgeving.

Redactie: Jan Dewitte

Lay-out: www.toech.be

Coverfoto: Hilde Braet

Andere foto's: o.a. Sofie De Leeuw (p. 3 bovenaan, 4-8, 10, 13 en 35), Hilde Braet (p. 20-23), Jeroen Baldewijns (p. 15 en 31 bovenaan) en Jan Dewitte (p. 14 en 16)

Verantwoordelijke uitgever: Licht en Liefde, Oudenburgweg 40, 8490 Varsenare (info@lichtenliefde.be)

Gelieve bij overname van teksten de bron te vermelden.







WELKOM BIJ LICHT EN LIEFDE

Dit is het adres van onze maatschappelijke zetel:

Oudenburgweg 40, 8490 VARSENARE
tel. 050 40 60 50 – info@lichtenliefde.be
(ondernemingsnummer: 0405 123 864)

rek. (giften): BE93 7370 3703 7067
(fiscaal attest vanaf 40 euro op jaarbasis)

Met alle hulpvragen kun je terecht in een 'vlaamsoogpunt' in je regio:

(= een inloop- en expertisecentrum waar veel organisaties samen te contacteren zijn en waar ook Licht en Liefde gevestigd is):

- Durlletstraat 43, 2018 **ANTWERPEN**,
03 237 59 51, antwerpen@vlaamsoogpunt.be
- Kunstlaan 24 bus 21, 1000 **BRUSSEL**,
02 230 90 66, brussel@vlaamsoogpunt.be
- Kortrijksesteenweg 304, 9000 **GENT**,
09 225 95 29, gent@vlaamsoogpunt.be
- Kuringersteenweg 27, 3500 **HASSELT**,
011 25 15 56, hasselt@vlaamsoogpunt.be
- Lange Munteplein 1, 8500 **KORTRIJK**,
056 21 85 94, kortrijk@vlaamsoogpunt.be
- Groenstraat 62, 3020 **VELTEM-BEISEM**,
016 26 05 90, leuven@vlaamsoogpunt.be
- Meerveldstraat 5, 3900 **PELT**,
011 14 02 21,
hans.van.de.vyver@lichtenliefde.be
- Oudenburgweg 40, 8490 **VARSENARE**,
050 34 30 69, brugge@vlaamsoogpunt.be

Op www.lichtenliefde.be vind je meer over onze activiteiten. Volg ons ook op www.facebook.com/lichtenliefde.

Je kunt aankloppen bij specifieke expertisecentra:

- **hulpmiddelen voor het dagelijks leven:**
050 40 60 52 (ma-do),
hulpmiddelen@vlaamsoogpunt.be
- **technologische hulpmiddelen:**
www.blinddmobiel.be
- **mobiliteit:**
verkeergebouw@lichtenliefde.be
- **toegankelijk internet (AnySurfer):**
02 210 61 49, info@anysurfer.be,
www.anysurfer.be
- **teksten in aangepaste leesvorm (AnyReader):** 050 40 60 54,
patrick.willems@lichtenliefde.be
- **toegankelijke media (AnyMedia):**
0472 43 43 12,
erik.de.snerck@vlaamsoogpunt.be
- **documentatie:** 050 40 60 53,
docu@lichtenliefde.be
- **inleefactiviteiten (XiNiX):** 050 40 60 15,
xinix@lichtenliefde.be

En dit zijn de andere vzw's uit ons netwerk:

- **VeBeS** (ledenvereniging): Oudenburgweg 40, 8490 VARSENARE, 02 212 11 10,
info@vebes.be, www.vebes.be
- **Licht en Liefde Heem** (ondersteuning, accommodatie, aangepaste bezigheden):
Oudenburgweg 45, 8490 VARSENARE,
050 40 50 40, info@lichtenliefde.be
- **Sint-Rafaël** (herscholing, kennis- en competentieverwerving voor volwassenen): Maagdestraat 56, 9000 GENT, 09 292 40 89, info@sintrafael.be,
www.sintrafael.be
- **KMBS** (dienstverlening en projectondersteuning): Durlletstraat 43, 2018 ANTWERPEN, 03 248 54 78,
info@kmbsvzw.be (ondernemingsnummer: 0404 745 564)

4 SENSES:

EEN VERRASSENDE ERVARING!

Blinde en slechtziende mensen missen, volledig of gedeeltelijk, een heel belangrijk zintuig. Nochtans is dat niet onoverkomelijk. Licht en Liefde helpt hen om een mooi, boeiend leven met vier zintuigen uit te bouwen.

Onze cliënt **David** verwoordt het als volgt:

“Ik ben blind, maar geniet volop. Je komt op een plaats en voelt dat die anders is. Ook geluid is bijzonder om te ervaren, en stemmen. Ik beleef dat nu allemaal op een heel andere manier, veel intenser dan toen ik kon zien.”

Je zou kunnen zeggen dat veel **goedziende mensen ook een beperking** hebben: te weinig aandacht voor wat ze horen, voelen, ruiken en smaken. De ogen sluiten en je **andere zintuigen openzetten**, kan je ervaringswereld spectaculair verruimen! Wie vertrouwd is met mindfulness, zal dat al weten.

Probeer het eens: kijk aandachtig naar de wereld om je heen met je oren, vingers, neus en mond. **Herbeleef je omgeving met ‘4 senses’!**

Wees verwonderd...

Jan de Smedt,
netwerkdirecteur Licht en Liefde
jan.de.smedt@lichtenliefde.be



Help je Licht en Liefde helpen?

**Ons rekeningnummer is
BE93 7370 3703 7067.**

**Vanaf 40 euro op jaarbasis krijg je
automatisch een fiscaal attest.**

DANK JE WEL!