

Helpen mag, betuttelen niet!

Wie gezond is, staat er zelden bij stil hoe het is om te moeten leven met een beperking. En vaak weten mensen niet hoe ze zich moeten gedragen in het gezelschap van mensen met een handicap. Foute opmerkingen of goedbedoelde 'hulp' kunnen bij de andersvalide in het verkeerde keelgat schieten.

Caroline Stevens

Wanneer je door een ziekte of ongeval plotseling te maken krijgt met fysieke beperkingen, is dat op zich al moeilijk genoeg. Maar het wordt nog moeilijker als mensen uit je omgeving verkeerd reageren op je situatie. Het is niet altijd een kwestie van slechte wil, maar soms weten mensen eenvoudigweg niet welke houding ze moeten aannemen tegenover personen met een handicap. "Ik was 25, zelfstandig verpleegster en woonde alleen op een appartementje toen ik in augustus 2008 getroffen

werd door een zware hersenbloeding", zegt Liesbeth Jans (26). "Toen ik uit de coma ontwaakte, was ik aan de linkerkant volledig verlamd. Van de éne dag op de andere was ik alles kwijt. De dokters waren vrij somber in hun prognoses. Ze zeiden dat ik nooit meer zou kunnen werken, autorijden, fietsen,... Ik heb vanaf de eerste dag echter keihard gewerkt aan mijn revalidatie. Nu, bijna twee jaar na die beroerte (CVA), revalideer ik nog altijd. Ik kan inmiddels wel terug stappen, eten, praten, enz. Maar mijn linkerkant wil nog

steeds niet goed mee, ik heb geheugenstoornissen en ben snel vermoeid. Bovendien heb ik ook al een paar zware epileptische aanvallen gehad. Er zijn dus nog veel beperkingen."

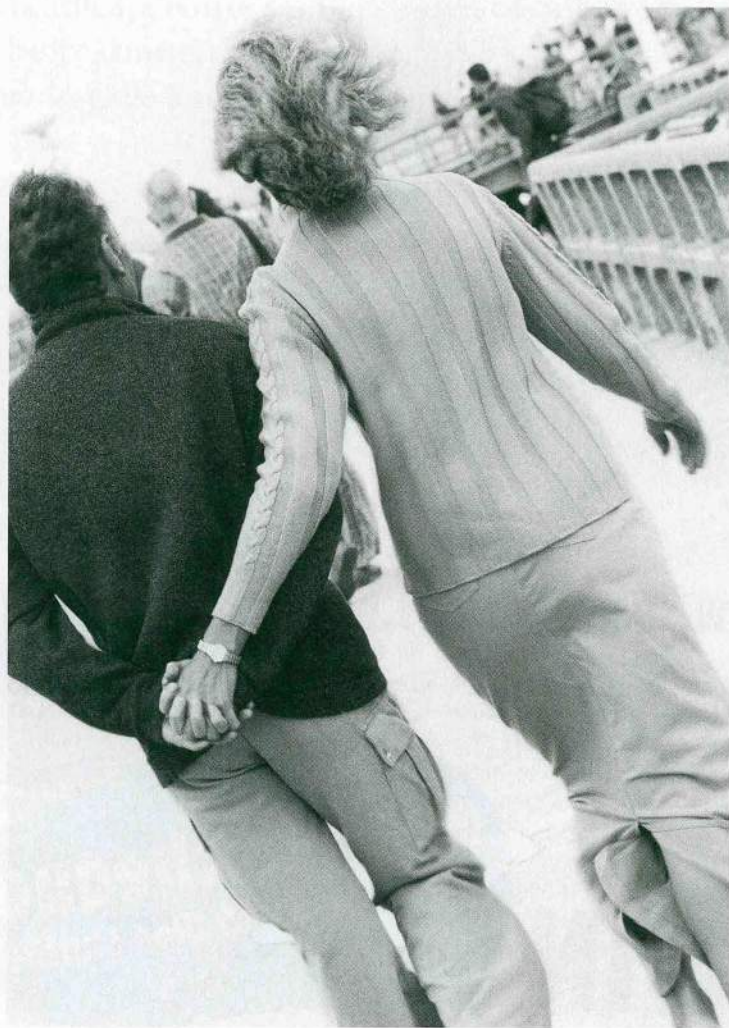
"Ik heb het nog altijd moeilijk met mijn verlies aan zelfstandigheid. Daarom vind ik het vreselijk wanneer ik word aangegaapt. Dat gebeurde vooral vaak toen ik nog in mijn rolstoel zat. Maar ook nu nog, als ik op restaurant bijvoorbeeld mijn mes laat vallen, voél ik hoe de blikken op mij gericht worden."

Niet betuttelen

"Ondanks mijn beperkingen wil ik helemaal niet betutteld worden", zegt Liesbeth. "Ik begrijp wel dat familie en vrienden mij willen helpen, maar dat betekent niet dat ze mij alles uit handen moeten nemen. Wat ik zelf nog kan, wil ik ook zelf doen! Als ik hulp nodig heb, zal ik dat wel gewoon vragen."

"Vroeger stond ik er niet bij stil, maar nu stoort het mij dat de maatschappij zo slecht is aangepast aan minder-

validen. Veel horecazaken en openbare gebouwen in dit land zijn bijvoorbeeld niet toegankelijk voor mensen met een rolstoel. Ook het openbaar vervoer – toch bedoeld voor mensen die minder mobiel zijn – kan beter. Laatst reisde ik met de bus en had ik op de bel geduwd voor de halte waar ik wou afstappen. Maar doordat ik niet zo snel kan stappen, geraakte ik niet tijdig tot bij de deur en de bus reed gewoon door voordat ik kon uitstappen..."



Teveel Belgische horecazaken, winkels, etc. zijn niet toegankelijk voor mensen in een rolstoel.

Liesbeth prijst zichzelf gelukkig dat ze zulke goede vriendinnen heeft. "Toch zal ik pas écht weer gelukkig zijn wanneer ik weer zelfstandig kan wonen en volop kan meedraaien in de maatschappij. Daar streef ik naar."

Gewoon doen

Danny Reviers (50) lijdt aan amyotrofe laterale sclerose (ALS), een ziekte waardoor hij langzaam maar zeker volledig verlamd geraakte. Danny kan enkel nog zijn hoofd bewegen. Ademen, slikken en praten lukt nog redelijk goed. "Voor zowat alles – eten, drinken, naar het toilet gaan, me wassen kleden, etc. – ben ik afhankelijk van anderen. Mijn vrouw Mia heeft haar job opgegeven om voor mij te zorgen. Het was niet makkelijk om die hulp te leren aanvaarden. Gelukkig kan ik me nog goed behelpen met mijn computergestuurde rolstoel", zegt hij. "Soms merk ik aan mensen dat er een bepaalde afstand en vrees bestaat om met mij te praten of contact te zoeken. Het gebeurt ook dat je er niet bij hoort en dat er over je heen wordt gepraat. Mia maakt daar dan snel komaf mee." Danny doet als voorzitter van de ALS-Liga nog vrijwilligerswerk en haalt daar erg veel voldoening uit. Ook hij ondervindt dat de maatschappij te weinig is aangepast aan personen met een handicap. "Teveel horecazaken, winkels, etc. zijn niet klantvriendelijk", zegt hij. "Vaak met opzet, vind ik, omdat een rolstoel niet altijd gewenst is in hun zaak, zeker tijdens het hoogseizoen. Gelukkig hebben we sinds kort wel een wetgeving om de toegankelijkheid te verbeteren maar of er ook zal gesanctioneerd worden indien de wet niet wordt nageleefd, valt nog te bezien."