

Anders kijken

n°03

2015

Beschikbaar in braille,
in groot druk
en e-mail

SOCIALE INFORMATIES

Toegang voor geleidehonden in publieke plaatsen.

ONTMOETING

Het portret van Ninka Szczepanski – leren leven met RP

Foto : Een zonnige dag. Een slechtziende dame hou het harnas van haar geleide hond vast, een witte Zwitserse herder. Voor haar terrasstoelen en tafels van een restaurant



“Anders kijken” is het tijdschrift van de vzw De Vrienden der Blinden en Slechtzienden en van het Europees Interuniversitair Instituut van Sociaal Werk. Het tijdschrift wordt per abonnement verdeeld **in braille en in grootdruk** aan de prijs van **11 euro** voor 4 nummers, en het is **gratis per e-mail**.

Abonnementen:

VZW Federaal Werk
De Vrienden der Blinden en Slechtzienden
Rue de la Barrière, 37 - 7011 Mons (Ghlin)

Julien Bauduin

065.40.31.00 - j.bauduin@vriendenderblinden.org

Hebben aan dit nummer meegewerkt : Julien Bauduin, Christine Massin, Mélanie Delmée, en de sociale dienst.

Niets uit deze uitgave mag overgenomen worden zonder voorafgaande toestemming van het redactiecomité.

Grafisme : Anne-Catherine Biévelez

Druk : Métalgroup

Verantwoordelijke uitgever: Eric Balate
37, rue de la barrière, 7011 Bergen

INLEIDING

«De realiteit is een jojo, verandering is de enige constante» Paul Auster - Moon Palace

Sinds het ontstaan van de wereld regelt de verandering het voortgaan van de tijd. Noem het evolutie, hervorming, contrareformatie, innovatie, overname, opvolging of andere synoniemen die doen denken aan de overgang van de ene staat in de andere. Het jaar 2015 is zonder twijfel in vele opzichten een kanteljaar. Op politiek plan heeft de 6de staatshervorming de overdracht van bevoegdheden van de federale overheid tot de regionale overheid tot gevolg. Het zwaartepunt van het gehandicaptenbeleid heeft de neiging zich te verplaatsen naar de gefedereerde entiteiten, zelfs als de Federale Staat enkele bevoegdheden behoudt. Wat blijft er over van een land waar de grondvesten gelegd werden van wat tot nu toe zijn basis en zijn trots was, de sociale zekerheid? Het is zonder twijfel het moment voor de gefedereerde entiteiten te handelen en naar meer integratie voor de gehandicapte persoon te gaan. Op associatief niveau zal binnenkort een verandering van voorzitterschap plaatsvinden. Na meer dan 20 jaar doorgebracht te hebben aan het hoofd van de Vrienden der Blinden, zal Joseph Gillain zijn plaats als president afstaan aan Eric Balate. We zullen u hun respectievelijke portretten voorstellen in het volgende nummer.

Veel leesplezier

Stéphanie JOSSART
Tél : 071.44.72.09
stephanie.jossart@hainaut.be

Julien BAUDUIN
Tél : 065.40.31.00
j.bauduin@vriendenderblinden.org

OVERZICHT

Anders kijken n°3/2015

ONTMOETING	5
Het portret van Ninka Szczepanski – leren leven met RP	5
HET LEVEN VAN DE VZW	9
Op naar een nieuwe samenwerking !	9
De brief van één van onze begunstigen.....	10
SOCIALE INFORMATIES	12
Toegang voor geleidehonden in publieke plaatsen.....	12
WETENSCHAP & TECHNOLOGIE	15
Kempens bedrijf brengt braillemunt op de markt.....	15
CULTUUR	17
Europees Parlement heeft ‘een puik idee’ voor blinden..	17
42e editie van Film Fest Gent.....	20
SPORT	22
Mohamed Birza is de enige blinde loper in Vlaanderen..	22
KEUKEN RECEPT	24
Wijn door thee vervangen ?.....	24
CONTACTPERSONEN	27

ONTMOETING

Het portret van Ninka Szczepanski

Leren leven met RP

Kunt u zich kort voorstellen?

Ik ben 64 jaar en woon samen met mijn man in Hasselt. We hebben een zoon.

Op welk moment bent u slechtiend geworden?



Sinds een jaar of twintig, weet ik dat ik RP heb. Wat eerst als onhandigheid bestempeld werd, bleek een oogprobleem te zijn. Sinds een jaar of vijf ondervind ik meer ongemakken. Alles wat te maken heeft met teveel licht en vooral te weinig licht kan een obstakel vormen.

Was dat moeilijk voor u?

Of ik het moeilijk vind met RP te leven? Het is iets wat je overkomt en waaraan je niets kunt veranderen. Er zijn wel bepaalde ongemakken ontstaan waardoor ik dingen anders moet

aanpakken. Ik heb ook moeten aanvaarden dat mijn mobiliteit nu anders geregeld is. Niet meer met de auto of moto kunnen rijden is wel een moeilijke oefening geweest. De nachtblindheid is ook een groot probleem. De omgeving vertaalt jou onhandigheid niet altijd correct, ze merken niet op dat je slecht ziet. Ik moet steeds mijn verhaal doen maar het is moeilijk uit te leggen wat ik wel en niet zie.

Maar als ik de mensen zeg dat ik slecht zie, zijn ze zeer hulpvaardig. In mijn situatie kan ik mij gelukkig prijzen met mijn familie en vrienden die er zijn als het nodig is. Zelfs mijn hond wijst met zijn neus waar de dingen liggen die ik laat vallen....

Ik heb geleerd mij anders te bewegen tussen mensen en in omgevingen die ik niet ken. Ik gebruik mij handen die ik voor mij uitgestrek, waardoor de mensen uitwijken en ik de dingen op tijd voel. Er zijn ook verschillende dingen die minder aangenaam of meer moeite kosten om te doen omdat je niet alles ziet. Met het ouder worden krijgt een mens van alle kwaaltjes. En ik heb een oogprobleem. Af en toe een traantje omdat je dan toch alleen in het donker staat maar dan weer opgelucht dat je de weg vindt zonder te struikelen. Of je gelukkig preist dat je niet gevallen bent omdat je die vier treden gemist hebt. (wie maakt hier nu een trap, waarom geen helling!) Gelukkig zie ik de dingen die in mijn gezichtsveld zijn nog heel goed. Bij gebrek aan een overzicht, moet je leren 'anders kijken'. En ik denk dat onze hersenen ons daarbij helpen. Ik bekijk alles stukje bij stukje.

En uw hobby?

Stukje per stukje bekijken doe ik ook als ik foto's maak. Misschien is dat een voordeel dat je nauwkeuriger in het vizier moet kijken om te zien of je onderwerp juist in beeld komt. Tegenwoordig met de digitale fotografie kan je wel de kleine foutjes snel verbeteren. Mijn foto's zullen wat contrastrijker zijn dan andere, maar dan is dat mijn stijl. Zo zal ik ook heldere kleuren gebruiken als ik met vrienden zit te schilderen. Boeken lezen en beluisteren is ook iets waar ik veel tijd voor heb en ook veel plezier aan beleef.

Reizen met de moto is wel een van de dingen die ik heel graag samen met mijn man doen. Enkele jaren terug reed ik nog zelf, maar nu zit ik lustig vanachter op.

Vertel ons over uw reis door Polen, Wat hebt u bezocht?

Deze zomer hebben we met een hele groep motovrienden het zuiden van Polen bezocht. We hebben daar daar de gekende steden bezocht waaronder Wroclaw met zijn fraaie gotisch kerken, herenhuizen in Renaissancestijl en paleizen uit barok. Deze stad wordt in 2016 Culturele Hoofdstad van Europa. Krakau mocht natuurlijk niet ontbreken. Krakau staat op de werelderfgoed lijst van de UNESCO, bezit zeer veel historisch monumenten en was ooit de hoofdstad van Polen. In het zuiden van Polen met Zakopane als vakantieoord konden de motoliefhebbers hun hartje ophalen met zeer mooie ritten in de Karpaten.

Hoe vindt u de toegankelijkheid voor slechtzienden in dat land? Is die beter dan in België?

Ik moet eerlijk zijn met het antwoord op deze laatste vraag. Ik heb me nog nooit afgevraagd of de toegankelijkheid goed of slecht is in een gebouw of op straat. Wat ik wel kan zeggen, in de meeste hotels in Polen waar wij logeerden, vond ik de verlichting te zwak. Maar als ze het restaurant naar mijn ogen moeten verlichten, is de gezelligheid zoek. Daarom ga ik altijd naar een tafel waar het meeste licht schijnt. In Polen zoals op vele plaatsen in België zijn er gebouwen, straten en stoepen, met vele hindernissen. En als je slechtziend bent, ja dan heb je pech.

HET LEVEN VAN DE VZW

Op naar een nieuwe samenwerking !

Enkele maatschappelijk assistenten van de Vrienden der Blinden hadden begin augustus een ontmoeting met Legio. Legio? Dat staat voor Limburg, Euregio, Gidsen, Innovatief en Onverwacht.

De gidsen die we ontmoet hebben, waren benieuwd naar hoe ze zich kunnen openstellen naar een groep slechtziende en blinde toeristen die graag een gidsbeurt zouden krijgen. Tijdens een korte, interactieve toelichting over blind en slechtziend zijn én de werking van onze vereniging, bleek al vlug dat we te maken hadden met een zeer enthousiaste bende. De gidsen die elk in hun eigen streek, stad of thema gespecialiseerd zijn, bedachten zelf hoe ze hun rondleiding, wandeling of fietstochten interessant kunnen maken voor mensen met een gezichtsbeperking. Leuk om te merken dat er mensen zijn die – in hun vrije tijd! – extra aandacht schenken aan onze doelgroep.

Vanuit deze toffe groep, kwam het voorstel om enkele uitstappen op maat voor onze vereniging te maken. Komen jullie mee testen? Hou dan de uitstappenkalender van volgend jaar zeker in de gaten!

Wie meer info wilt over de werking en het aanbod van Legio kan terecht op www.legio-gidsen.be. Krijg je de jaarlijkse brief van de uitstappen niet? Verwittig dan je maatschappelijk assistente per telefoon of stuur een mailtje naar e.swinnen@vriendenderblinden.org.

De brief van één van onze begunstigden.

Het is weer zo'n dagje, waar het absoluut niet gaat : twijfels, complexen, de grote onbeantwoorde vragen die weer eens door het hoofd blijven spoken. Gisteren was nochtans positief: concertje, de mensen enthousiast, gezellige sfeer, wat wil de mens nog meer?

Buiten de muziek brengt ook de natuur mij een enorme rust. Alle geuren en geluiden neem ik op. Ze vervullen mij met ontzag en respect: het eeuwige raadsel der schepping doemt op, en de mens begint zich als een onbeduidend wezen te voelen. Verder kan een prachtig gedicht mij buitengewoon bekoren, soms zelfs diep ontroeren. Ik voel het echter meer en meer: die persoon om die prachtige ervaringen mee te delen, ze wil gewoon niet komen. Daarop wacht ik ondertussen al meer dan twintig jaar, maar vergeefs. En dan nog het probleem van beperking te moeten accepteren: niet kunnen uitbreken, niet kunnen doen wat je eigenlijk zou willen doen, het maakt het mij soms waanzinnig moeilijk, soms zelfs innerlijk woedend. Dikwijls denk ik: is de maatschappij nu echt zo stompzinnig en onverschillig geworden, dat ze mijn probleem niet ziet, waarschijnlijk zelfs niet wil zien?

Dus wie zoek ik? Een dame, liefst toch een beetje gecultiveerd, die met mij af en toe eens iets zou willen ondernemen, zoals een concert bezoeken, een wandeling, eens weg. Ik vraag niet de Himalaya te beklimmen, maar simpele dingen. Op sommige dagen til ik daar echt zwaar aan, dat dat blijkbaar allemaal niet gaat. Zo ondervind ik het, en hoop dat er nu eindelijk iets

verandert. Men hoeft geen Einstein te zijn om dit te begrijpen, maar gewoon mens!

Als ik één of twee reacties krijg, dan ben ik al in de wolken, en als er dan samen met een nieuwe lente een mooie vriendschap ontluikt, dan ben ik het onbekende opperwezen eeuwig dankbaar, want er is wel degelijk iets tussen hemel en aarde. Wat is het? Weer zo'n onbeantwoorde vraag. De lezer zal het ondertussen wel gemerkt hebben: ik ben eigenlijk wel een zoeker, maar dan in veel opzichten. Ben er meer en meer van overtuigd dat we, gedurende de tijd die ons hier gegeven is, een missie hebben, en die tot een zo goed mogelijk einde moeten proberen te brengen. Ondanks alle twijfels, vragen en tegenstrijdigheden, zal op een prachtige dag die innerlijke stem zeggen: "Je hebt het juiste gekozen". En ondertussen blijven we hopen!

Met vriendelijke groeten,

Maurice Peeters
Ter Rivierenlaan 13 box 10
2100 Deurne

SOCIALE INFORMATIES

Toegang voor geleidehonden in publieke plaatsen.

Een talkshow toonde deze donderdag 17 september een reportage over een chiwawa die in een restaurant als een baby behandeld werd. Verwonderlijk, gezien het aantal getuigenissen van slechtzienden of gehandicapten, begeleid door hun geleide- of assistentiehond, aan wie de toegang geweigerd wordt tot een restaurant, ziekenhuis, supermarkt, gevangenis, ... hoewel de wetgeving in de drie landsgewesten het toegangsrecht voor alle assistentiehonden in publieke plaatsen toekent. Meld uw ervaring aan de Belgische Federatie voor Assistentiehonden om statistieken op te maken en een debat te openen.

Assistentiehonden worden getraind om gehandicapte personen te gidsen en om ze te helpen zich te verplaatsen met een maximale autonomie, om ze de infrastructuur te helpen opmerken en de installaties op de openbare weg die belangrijk kunnen zijn voor de gehandicapte (zebrapaden, bushaltes, enz.). Ze onthouden de regelmatig genomen routes (bakker, supermarkt, dokter, enz.) Assistentiehonden zijn herkenbaar aan hun harnas en aan hun cape. Ze hebben ook een identiteitskaart. De geleidehond wordt gratis aan de begunstigde overhandigd, na een ad hoc opleiding door een erkend centrum. De toegankelijkheid tot openbare plaatsen is een geregionaliseerde bevoegdheid. Het is een besluit en een verordening van

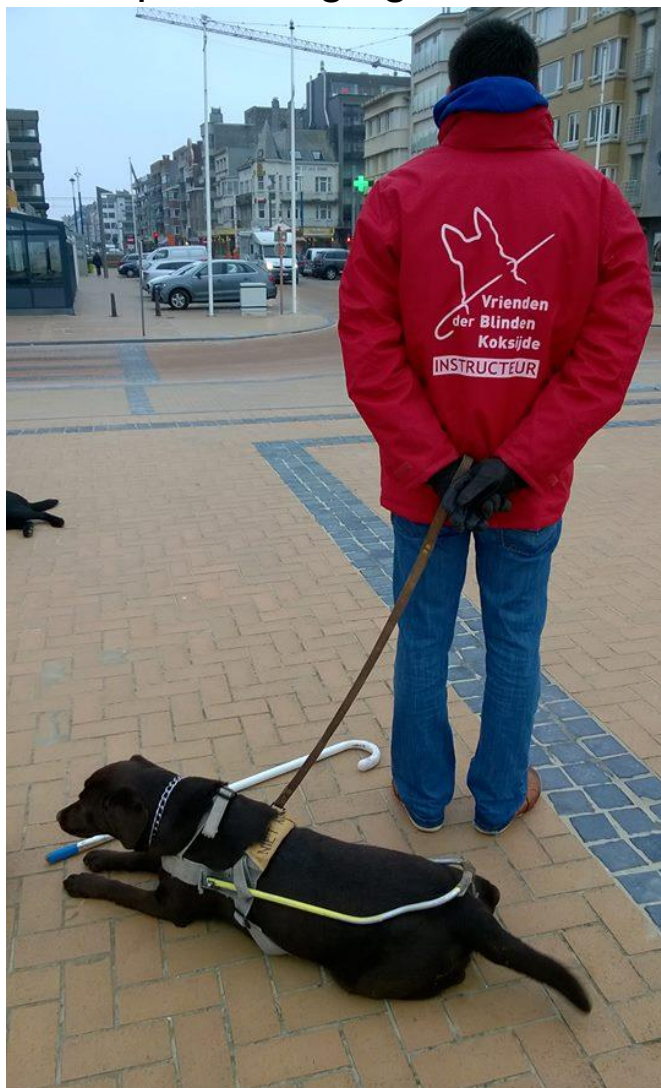
het Waalse en het Vlaamse gewest dat alle geleidehonden, puppys in opleiding inbegrepen, toegang hebben tot alle openbare plaatsen zonder uitzondering (restaurants, openbare gebouwen, ziekenhuizen, betalend vervoer, ...)

Het opleidingscentrum voor geleidehonden van de Vrienden der Blinden is lid van de Belgian Assistance Dog Association (BADF) waarvan één van de doelstellingen is om de toegankelijkheid te verbeteren van alle openbare plaatsen. Deze federatie – die de opleidingscentra voor assistentiehonden bijeenbrengt die voldoen aan de accreditatienormen en aan de vereisten van de internationale federaties om de gewenste opleidingskwaliteit te behalen- inventariseert alle negatieve ervaringen waarmee mensen met een geleidehond te maken kregen om zo het probleem te objectiveren en om de overheidsinstanties aan te moedigen ad hoc maatregelen te treffen.

De Europese federaties van assistentie- en geleidehonden lanceren binnenkort een online-petitie opdat er Europese normen zouden worden genomen. Wanneer we hun spreken over toegankelijkheid van openbare plaatsen, antwoorden de begunstigden: “Niet gemakkelijk! Het is vervelend om elke dag te moeten vechten om een door de wet erkend recht te doen gelden.” En te beseffen dat normen voorschrijven jammer genoeg niet voldoende is. Ook We moeten ze nog bekend maken en afdwingen. Eén van onze hondeneigenaars vertelde dat de manager van een grote supermarkt hem op een dag de toegang weigerde. Een inspecteur van de Food Security Agency (FAVV) die op dat moment ter plaatse was, heeft er toen met de manager, die deze wetgeving niet kende, over

gesproken. Na deze discussie en op vertoon van de identificatiekaart van de geleidehond kwam alles weer in orde. Sommige restauranthouders weigeren soms de toegang aan personen met een assistentiehond, zich beroepende op de hygiëne of uit vrees voor de reactie van de aanwezige klanten. Tegen alle verwachtingen in zijn het vaak de frituurs die de toegang weigeren! Het is waar dat assistentiehonden verboden zijn in keukens, maar het frietkot is een openbare plaats als een andere en moet dus toegankelijk zijn. Vergeet ook niet dat de persoon met een handicap een klant is als elke andere.

Wat te doen? Op regionaal niveau zijn bewustmaking-campagnes belangrijk om de wetgeving te verspreiden. Beroepsverenigingen en vormingscentra voor assistentiehonden hebben ook



een rol te spelen in de informatieverbreiding en de bewustmaking van verschillende situaties van invaliditeit. Ook de begunstigde vormen een fundamentele schakel in de informatieketen: de meeste onder hen verklaren dat alleen al door een constructieve dialoog de situatie geleidelijk aan verbetert.

Kempens bedrijf brengt braillemunt op de markt

Retie – Jetonproducent B-Token uit Retie in de Antwerpse Kempen lanceert een wereldprimeur: de blindenjeton. Het gaat om een unieke munt met een reliëfopdruk in brailleschrift, speciaal bedoeld voor blinden en slechtzienden.

Hoewel B-Token vandaag de enige producent ter wereld is die deze unieke braillemunt op de markt brengt, wil het bedrijf er bewust geen patent op nemen. Winst maken is immers niet de blinde drijfveer van B-Token. ‘Maatschappelijk verantwoord ondernemen vinden wij minstens even belangrijk’, zegt algemeen directeur Nathalie Breughelmans. ‘We willen onze concurrenten zelfs stimuleren om ons voorbeeld te volgen. Met plezier willen we onze kennis en ideeën met hen delen als we daarmee de integratie van blinden en slechtzienden in de maatschappij kunnen vooruithelpen.’

40 miljoen jetons

B-Token is een jonge Kempense KMO met amper twaalf werknemers, die de wereld jaar na jaar verbaast met forse groeicijfers en innovatieve producten. Veertig miljoen jetons rollen er elk jaar van de band in Retie. Ze worden gebruikt als betaalmunten op muziekfestivals en in voetbalkantines, scholen en bedrijven. ‘Maar we maken ook munten voor winkelkarretjes in supermarkten’, zegt Breughelmans. ‘Onder meer het bekende Amerikaanse warenhuisconcern Walmart, maar

ook de twee grootste supermarktketens in Frankrijk, Carrefour en Intermarché, zijn klant bij ons.'

De Kempense muntjes worden geëxporteerd naar 60 landen in Europa en elders in de wereld, tot in de VS, Canada en Japan. Nu komt daar nog een nieuw artikel bij: de blindenjeton. 'We hebben vier standaardmodellen gemaakt, in felle kleuren, met een gemengde reliëfopdruk van de getallen 1, 2, 5 en 10 erop. Op de voorkant van de munt staat het getal in brailleschrift, op de achterkant in gewone cijfers.'

De blindenmunten kunnen ook gepersonaliseerd worden, afhankelijk van de wensen van de klant. 'Wij beschikken over de modernste machines, waarmee we extra graveringen, reliëfs en zelfs computerchips kunnen aanbrengen in de jetons', zegt Breughelmans die de blindenjeton ontwikkelde. De blindenjetons zullen onder meer gebruikt worden als betaalmiddel in ziekenhuizen en clublokalen waar veel blinden en slechtzienden samenkomen. (ema)

Bron:

Het Nieuwsblad/Kempen, Vr. 31 Jul. 2015, Pagina 21

CULTUUR

Europees Parlement heeft ‘een puik idee’ voor blinden

Europarlementariërs huilen omdat lidstaten niet doen wat zij willen

“Het is tijd voor de volgende petitie”, zegt Cecilia Wikström van de verzoekschriftencommissie van het Europees Parlement. “U krijgt vijf minuten.” De Brit Dan Pescod mag namens de Europese Blinden Unie zijn verzoekschrift toelichten. We leren dat in 2013 het Verdrag van Marrakesh werd gesloten om blinden makkelijker toegang tot boeken te geven. Het verdrag regelt uitzonderingen op auteursrechten bij boeken in bijvoorbeeld braille. Daarmee zouden blinden en slechtzienden makkelijker toegang kunnen krijgen tot allerlei informatie.

Bij deze sessie leren we hoe ‘gemakkelijk’ het voor burgers is om Europees beleid te beïnvloeden. Als burger kun je naar het Europees Parlement om een verzoekschrift in te dienen. Er worden er deze donderdag tientallen behandeld. Wat gebeurt er als je dat doet?

Blokkerende minderheid

Pescod klaagt dat het Verdrag van Marrakesh wel door Argentinië, India en Mexico is geratificeerd, maar niet door de EU. Te veel lidstaten hebben tegen de ratificatie van het verdrag gestemd. Er was “een blokkerende minderheid in de Raad.” In de Raad komen de lidstaten

samen. Pescod verzoekt de verzoekschriftencommissie om zijn initiatief te steunen en verzoekt de lidstaten “zich niet te verschuilen achter technische en juridische smoesjes.” Volgens Pescod zet de EU zich in voor de mensenrechten maar mist de politieke wil om iets voor de blinden te doen.

Een blinde man naast Pescod weet ons te vertellen dat maar vijf procent van de boeken in de EU beschikbaar is in braille, in grote letters of als luisterboek. Dit is “internationale boekenarmoede” die “de culturele participatie van blinden en slechtzienden hindert.” Het Verdrag van Marrakesh is wel ondertekend door de Europese Commissie, maar vervolgens niet geratificeerd. Daarvoor moesten ook de lidstaten instemmen maar dat deden ze niet. “We zijn getuige van getouwtrek tussen de Commissie en de Raad”, horen we.

Exclusieve bevoegdheid

Langzaam wordt het probleem duidelijk: een Duitse blinde moet een Spaans boek in braille kunnen krijgen en een Zweedse student Engelse vakliteratuur. Een ambtenaar schuift aan om te vertellen dat de Commissie graag wil dat het verdrag van Marrakesh wordt ondertekend. Het is “haar exclusieve bevoegdheid” om dit te doen. De juridische diensten van de EU staan er ook achter. Maar door onvoldoende steun van lidstaten geldt het verdrag vooralsnog dus niet. Om het aantal betrokkenen verder te vergroten heeft de Commissie het Europese Hof van Justitie om advies gevraagd.

De aanwezige Europarlementariërs zeggen eensgezind dat het “een heel belangrijk en ernstig onderwerp” is. Zij

komen met een litanie van klachten over de lidstaten: hun gedrag is “onaanvaardbaar”. Zij verschuilen zich achter “een bevoegdheidskwestie”. Het gaat nog heel lang duren voordat het Hof van Justitie iets gaat zeggen, mopperen ze en dus is er druk op de lidstaten nodig om het verdrag te ratificeren.

Echoput met een puik idee

Niemand komt hier op het idee dat blinden meer geholpen zijn als lidstaten individueel het verdrag mogen ratificeren. Dan was het verdrag in veel EU-landen al geldig geweest en hadden blinden meer toegang tot boeken gehad. In plaats daarvan komt een echoput van Europarlementariërs tot de conclusie dat de lidstaten gedwongen moeten worden om te ratificeren. Een verzoek van burgers wordt hier dus gebruikt om lidstaten “te dwingen” iets te doen. En dat terwijl het Europees Parlement niets kan afdwingen, behalve veel bureaucratie in werking stellen.

Dan heeft Europarlementariër Edouard Martin een lumineus idee. Er moet een brief in braille naar de tegenstemmende lidstaten gestuurd worden, stelt hij. “Dan kunnen ze zich inleven in iemand die niet kan lezen.” De tolk in mijn oor dreunt staccato de instemmende woorden van de voorzitter op: “Dat-is-een-puik-idee! Mijn-dag-kan-niet-meer-stuk! Wat-leuk-is-dit!”

42e editie van Film Fest Gent

Het Federaal Werk DE VRIENDEN DER BLINDEN EN SLECHTZIENDEN hebben het genoeg u uit te nodigen op Woensdag 21 oktober 2015 om 15 uur op de vertoning van "PIEPKUIKENS" geregisseerd door Olivier Ringer

Synopsis : wanneer eendenkuikens uit het ei kruipen, gaan ze meteen op zoek naar hun moeder. Pech voor Cathy! Ze krijgt voor haar 10de verjaardag een eendenei cadeau, maar het is haar beste vriendin Margaux die door het kuiken als moeder wordt uitgekozen. Maar Margaux kan niet voor het diertje zorgen. Ze zit in een rolstoel, en bovendien willen haar ouders het schattige beestje niet in huis. Wat nu? Als niemand het kuiken wil verzorgen, dreigt het binnenkort in een blik kattenvoer te eindigen. Voor Cathy en Margaux betekent dit het begin van een groot avontuur: stiekem vertrekken ze op een tocht naar de riviermonding, waar ze het kuiken willen uitzetten bij zijn soortgenoten. Ondertussen zitten hun ongeruste ouders en zelfs de politie hen op de hielen...

Duur: 1u24



De film werd toegankelijk gemaakt voor visuele gehandicapte personen dankzij de ingelaste commentaarsteun - stern "off" op de geluidsband van de film.

Deze voorstelling zal plaatsvinden in
"KINEPOLIS-Gent" - Ter Platen, 12 □ 9000 GENT

Verplichte reservering voor 15 oktober

065/40.31.00

e-mail: s.culture@amisdesaveugles.org

De Vrienden der Blinden en Slechtzienden vzw

Dienstregeling bus DE LIJN (bus De lijn om de 8 minuten)

- Van Gent-Sint-Pieters naar Kinopolis
 - bus 34-35-70-76
- Van Kinopolis naar Gent Sint-Pieters:
 - bus 70-73-76-78

Aarzel niet om u te richten tot de dienst inlichtingen van het station bij eventuele vragen ivm. de busregeling De Lijn.

SPORT

Mohamed Birza is de enige blinde loper in Vlaanderen

Blind zijn en toch lopen. Geen probleem voor Mohamed Birza (49). De Beringenaar, die al van zijn geboorte blind is, doet al meer dan twintig jaar aan atletiek. Ondertussen staan al drie marathons en meerdere keren Dwars Door Hasselt op zijn palmares. De naar eigen zeggen enige blinde loper in Vlaanderen past dus perfect in de reeks Buitenbeentjes.

‘Al vanaf mijn schooltijd loop ik. Sindsdien heb ik de smaak te pakken. Ik ben een buitenmens, ik kan niet de hele dag binnen zitten. En lopen biedt de ideale gelegenheid om hieraan te ontsnappen’, zegt de receptionist/telefonist van opleiding die vervolgens uitlegt hoe een blinde/slechtziende deze sport beoefent. ‘Zonder begeleiders lukt het uiteraard nooit. We zijn verbonden met een touwtje. Rechte stukken vormen geen probleem. Het touw is dan een soort leidraad en zo volg ik mijn begeleider, maar dat wil niet zeggen dat de begeleider mij trekt. En bij bochtenwerk meldt hij dat we naar links of rechts gaan. Ook waarschuwt hij mij voor hindernissen zoals stoepen, putten of gaten in de weg, dat de weg helt of daalt. Als de begeleider me voortdurend waarschuwt voor de gevaren, kan er zelfs een bosloop van af. Het brengt wel met zich mee dat ik altijd uiterst geconcentreerd moet zijn en dat zorgt voor energieverlies wat zich vertaalt in minder snelle tijden. Ik ben er zeker van dat ik mocht ik zien, ik veel sneller zou lopen.’

Fietsknooppuntennetwerk

En wat met specifieke trainingen zoals interval, duurlopen, snelheid? 'Voor alles is een oplossing. Het fietsknooppuntennetwerk is een perfect middel voor duurtrainingen, snelheid trainen we langs het kanaal, interval doe ik regelmatig op de loopband van de kinesist, het is niet ideaal, maar nood breekt wet. Wedstrijden? Het is een beetje noodzakelijk om het parcours een beetje te verkennen. Zo was ik met grote verwachtingen naar mijn laatste marathon (*in Leiden, nvdv.*) afgezakt, maar het parcours leende er niet toe om een goede tijd neer te zetten. Te veel bochten. Gewone lopers snijden bochten met al dan niet een stoeprand af. Wij niet, we gaan geen extra hindernissen opzoeken. Dwars Door Hasselt bijvoorbeeld begint voor mij pas als we de drukkerij van Concentra achter ons hebben gelaten. Vele en mooie rechte stukken totdat we weer de stad binnenlopen.' Geïnteresseerden die Mohamed willen begeleiden als loper kunnen hem contacteren op 0472/23 04 69. Nieuwsblad – 20/08/2015



Mohamed Birza hier aan het werk met een begeleider.
Foto: Raymond Lemmens

KEUKEN RECEPT

Wijn door thee vervangen ?

Carine Amery, gepassioneerd door de aroma's en de geschiedenis van thee, is de enige theesommelier van Wallonië. Wij namen de gelegenheid te baat haar enkele vragen te stellen toen ze langskwam bij de Vrienden der Blinden om de manieren van serveren en combineren uit te leggen

Waarom is thee zo bijzonder in vergelijking met andere dranken?

Thee is een drank zonder alcohol, zonder calorieën, die een natuurlijke smaakversterker bevat en die tegelijkertijd ontspannend en stimulerend is. Thee is een product met een breder scala aan smaken dan wijn. Voor de ongeveer 5.000 soorten druiven die in de hele wereld geteeld worden, bestaan er meer dan



6.000 theesoorten in China alleen al. Toen ik volwassen werd en voor restauranthoudster leerde, heb ik de wereld van de wijn bestudeerd. Ik ontdekte dat thee en wijn tot vergelijkbare en complementaire universums behoren.



In feite worden alle voedingsmiddelen ofwel door wijn, ofwel door thee gemarkeerd. Waarom zou je wijn drinken bij gerechten die er niet bij passen zoals salades met vinaigrette, pittig gekruide gerechten, zwavelhoudende voedingsmiddelen (asperges, artisjokken, kool, eieren)? Deze gerechten komen prima tot hun recht door een goed gekozen thee. En u gaat van tafel met een helder hoofd en duidelijke ideeën.

Hoe kom je aan thee van goede kwaliteit?

Het aanbod van thee is toegenomen in ons land en de meeste steden hebben wel een gespecialiseerde theewinkel. Internet draagt ook bij aan de uitwisseling rond de thee, zowel aan het product als aan de cultuur eromheen, met vele blogs en publicaties die eraan gewijd zijn. Ik denk dat de wereld van de thee zeer groot is, het marktaanbod is dat dus ook, en zich richten tot een deskundige verkoper is een betere manier om goede producten te verkrijgen dan af te gaan op bekende namen of luxueuze verpakkingen. Vergeet niet dat thee de meest gedronken drank ter wereld is en dat hij veel in arme landen gedronken wordt.

Is het mogelijk wijn door thee te vervangen ? Kan thee alles soorten gerechten begeleiden?

Op voorwaarde dat de thee gekozen wordt in functie van het aromaprofiel van het te begeleiden gerecht , kan een thee de wijn zeer bevredigend vervangen. Hij kan warm en koud bereid worden, en opgediend in wijnglazen. Het is de meest aangewezen non-alcoholische drank om bij rood vlees te drinken dankzij zijn polyfenolen, krachtige antioxidanten die tannines bevatten. Sommige groene theesoorten passen prima bij groenten, andere bij vis, nog andere bij verse geitenkaas. Gele theesoorten gaan goed samen met Comtékaas. En natuurlijk zijn veel theesoorten bij allerlei nagerechten heerlijke harmonieus.

CONTACTPERSONEN

WEST-VLAANDEREN

Brigitte VERVENNE-HAUSPIE

b.hauspie@vriendenderblinden.org

051.21.17.38 (woensdag tot 14u30)

OOST-VLAANDEREN

Tamara DIRCKX

t.dirckx@vriendenderblinden.org

054.26.00.16 (vrijdag tot 13u00)

LIMBURG

Anneleen CLEUREN

a.cleuren@vriendenderblinden.org

011.76.40.45 (woensdag)

ANTWERPEN EN HET OOSTELIJK DEEL VAN VLAAMS-BRABANT

Elke SWINNEN

e.swinnen@vriendenderblinden.org

011.82.28.87 (woensdag)

BRUSSEL EN HET WESTELIJK DEEL VAN VLAAMS BRABANT

Edith de RYCKEL

e.deryckel@vriendenderblinden.org

02.759.35.65 (donderdag)

Anders kijken

*Een tijdschrift
door
slechtzienden
voor
slechtzienden !*

*Driemaandelijke
uitgave van
het Federaal Werk de
Vrienden der Blinden
en Slechtzienden*

n°03

2015



**Vrienden
der Blinden**

Het Federaal Werk de Vrienden der Blinden en Slechtzienden is gesticht in 1885 en ondersteunt de autonomie en integratie van de visueelgehandicapten in het sociaal-economisch en cultureel leven.



Het Europees Instituut voor Universitaire Opleiding in Sociaal Werk heeft de documentatie en de opleiding in sociaal werk als doel, voornamelijk in sociale gerontologie. Het animeert het Europese netwerk van universitaire opleiding in sociaal werk en ontwikkelt een leeshulpdienst voor slechtzienden in de bibliotheek Hainaut Doc'.