



Goede zorg doen we samen

Door: Esther Elshof



Een autisme-spectrumstoornis

Carla werd ervaringsdeskundige

Regelmatig liep Carla van Gestel (55) vast in haar leven. In contacten met andere mensen, in haar werk. Ze wist niet waarom.

Tot ze een programma zag op de televisie. Van Kruispunt. Over autisme bij volwassenen met een normale intelligentie. Carla zegt: "Toen viel het kwartje. Ik dacht 'dat ben ik'. Het was zo herkenbaar. Tot die tijd dacht ik dat iedereen hetzelfde in elkaar stak. Maar mijn brein is gewoon op een andere manier geprogrammeerd."

Diagnose

Ze dacht 'en nou wil ik het weten ook'. Ze ging naar de huisarts. En werd doorverwezen. Op 48-jarige leeftijd kreeg ze de diagnose. Een autisme-spectrumstoornis. Carla: "Ik wilde er alles over weten. Verslond de boeken hierover. Ook ging ik naar school. Een post-HBO opleiding. Ik werd ervaringsdeskundige. Ik begon steeds meer over mezelf te begrijpen. Prettig is als ik weet wat ik op een dag ga doen. Als het dan anders

loopt, word ik chagrijnig, moe. Of chaotisch. Dat zijn dan vermoeiende dagen."

Details

Mensen met autisme zien meer details. Dit is echter niet altijd een voordeel. Carla vertelt een voorbeeld: "Op mijn werk hadden we post-its nodig. Van die gele briefjes. Mijn collega en ik. We kwamen de receptiëniste tegen. Die zei dat ze op de balie lagen. Mijn collega zag meteen de post-its. Ik begon met kijken naar de linkerkant van de balie. En verdronk in de details. Zo zag ik de post-its pas veel later."

Begeleiding

Carla krijgt 1 keer in de week 2 uur begeleiding. Hulp bij praktische zaken. Want dat is soms moeilijk. Mensen met autisme hebben veel kwaliteiten. Maar ze ervaren ook veel moeilijkheden. Daar wordt soms te luchtig over gedaan. Carla wil met haar ervaringsdeskundig-

Een van de hobby's: lezen



Foto: Moulham al Boushi

Carla heeft honderden boeken thuis

heid andere mensen gaan helpen. Die ook autisme hebben. Wat tips geeft ze alvast weg. "Zoek iemand die goede informatie kan geven. Zeg pas ja, als je denkt je begeleider te kunnen vertrou-

wen. En geef het de tijd. Zo'n diagnose is niet niets."

www.meewestbrabant.nl
www.zorgvoorelkaarbreda.nl/Stadsblad016



Door: Nelleke Simonse



De Taalvriend

Een bijzondere ontmoeting



Abdulrahman zorgt voor gezelligheid

Foto: Jille Zuidema

In een activiteitenruimte van Molenstaete vindt een bijzonder evenement plaats. Op dinsdagmiddag. Statushouders en ouderen ontmoeten elkaar.

De deelnemers

Vanmiddag praten we met Mieke en Abdulrahman. We zijn benieuwd naar hun ervaringen. Mieke komt onzeker binnen. Ze reageert wat emotioneel en verontschuldigt zich. Ze zegt "Sorry hoor,

ik kan er niks aan doen. Dat overkomt me af en toe." Ze is in eerste instantie wat stil. Maar in de loop van het gesprek ontdekt ze. Soms oogt ze wat verward en is moeilijk te volgen. Maar haar gesprekspartner heeft daar geen probleem mee. Hij begrijpt haar toch wel. Op zijn manier.

De Taalvriend

"Mag ik je wat vragen?"; zegt ze ineens tegen Abdulrahman. "Vind je Neder-

lands een moeilijke taal?" Hij zegt "Het gaat steeds beter. Nederlands is een mooie taal." Abdulrahman komt uit Syrië. Hij woont sinds 3 jaar in Nederland. Na 1,5 jaar zijn vrouw en 4 kinderen hem gevolgd. In Nederland is een vijfde kind geboren. Naast een druk gezin volgt hij taallessen bij Welkomstaal. En hij heeft een baan als automonteur. Hij is erg blij met het project 'De Taalvriend'. Hij zegt "Ik spreek nog niet goed Nederlands. Ik wil zoveel mogelijk met mensen praten. Dit is voor mij heel leerzaam."

Een gezellige groep

De groep bestaat uit 9 bewoners en statushouders. Het aantal wisselt wel eens. Om een gesprek tot stand te brengen worden praatplaten gebruikt. Met afbeeldingen waar mensen samen over praten en ervaringen uitwisselen. Maar naast leren moet het ook gezellig zijn. Dat laat Abdulrahman zien. Vrouw Noura heeft vanmorgen heerlijk Syrisch gebak voor de groep gebracht. "Nou"; zegt Mieke "die moet je houden." Abdulrahman moet er om lachen. Hij zegt "Een volgende keer neem ik mijn vrouw en kinderen mee naar de groep." Dat zorgt weer voor een andere afleiding. Mieke ziet het helemaal zitten.

OUD HELPT NIEUW

Welkomstaal en de GGD zijn een nieuw project gestart: De Taalvriend.

In Vredenberg ontmoet elke woensdagmiddag een groepje statushouders een vaste groep ouderen. En in Molenstaete op dinsdagmiddag. In drie verzorgingshuizen vindt een vergelijkbaar project plaats. In totaal doen hier nu 60 mensen aan mee (30 nieuwkomers en 30 ouderen).

De nieuwe Nederlanders hebben nog niet veel Nederlandse contacten. Ouderen hebben meer tijd en voelen zich weer maatschappelijk betrokken.

Het contact met de nieuwe Nederlanders Stichting Welkomstaal Breda en De GGD brengt hen samen in het project De Taalvriend.

Contacten via Naima Aadmi of Dianne Kikstra:
N.Aadmi@ggdwestbrabant.nl
Dianne@Welkomstaal.nl



(076) 525 15 15

Maandag t/m vrijdag, van 8.00-17.00 uur
Hulp of zorg nodig? Samen komen we eruit! www.zorgvoorelkaarbreda.nl

Wilt u reageren of ook bijdragen?
Mail naar:
redactie@zorgvoorelkaarbreda.nl

www.zorgvoorelkaarbreda.nl/Stadsblad017

