



Inhoud magazine:

Woord van	1
De voorzitter	
<u>IM nieuws</u>	<u>2</u>
<u>Even voorstellen</u>	<u>4</u>
RTD	
<u>Een link uitgelicht</u>	<u>6</u>
Opvoeden met een handicap	
<u>E-Shops</u>	<u>7</u>
Hobby	
<u>Agenda</u>	<u>8</u>
<u>Gedicht</u>	<u>8</u>
Het laatste	
<u>Psyche</u>	<u>9</u>
Reiki	
<u>Column van</u>	<u>11</u>
Marianne	
<u>De favo's van</u>	<u>11</u>
Chrisijan Albers	
<u>In gesprek met</u>	<u>12</u>
Kenny van Weeghel	
<u>Prijsvraag</u>	<u>14</u>
<u>De dag van:</u>	<u>15</u>
Simone	
<u>Sponsors</u>	<u>16</u>
<u>Intercontact</u>	<u>17</u>
emailadressen van Intermobiel	
<u>Club van 100</u>	<u>17</u>

Laat in 2006 van je horen!

Woord van: de voorzitter

Een nieuw jaar met nieuwe kansen en uitdagingen. Dat geldt voor een ieder van ons, dus ook voor Stichting Intermobiel. Intermobiel heeft voor 2006 vier doelen gesteld namelijk: de nieuwe website afbouwen en groots openen, een project naamsbekendheid starten, nieuwe donateurs en sponsoren werven en meer draagkracht voor de stichting in de vorm van vrijwilligers met en zonder handicap. Met het laatste doel is al een goed begin gemaakt. We hebben in januari namelijk nieuwe vrijwilligers met en zonder handicap gekregen.

Stichting Intermobiel is echt een initiatief dat vanuit de doelgroep zelf is opgericht. Daar ligt onze kracht. De website wordt voor en door de doelgroep ingevuld. Alleen merken we dat we een kleine zeer actieve kern hebben en een aantal jongeren die af en toe een bijdrage leveren. Maar ook zijn er een jongeren zijn die alleen de website en het MM lezen. Daar is absoluut niets mis mee! Maar om aan te blijven sluiten bij de doelgroep is het wel nodig dat we weten wat jullie wensen en behoeftes zijn en wat verbeterd kan worden. We hebben bijvoorbeeld ideeën over een thema spraakchat, maar dan is het wel handig om te weten wie interesse heeft en welke thema's er leven om met lotgenoten over te praten. Ook kan een site alleen voor en door zijn als de doelgroep zelf ook nieuwe kennis en ervaring aanbiedt om lotgenoten mee te helpen. Ik weet dat je als jongere met een ziekte en/of handicap je handen al vol hebt aan leven met je beperkingen en alles regelen wat daarbij komt kijken. Ik wil alleen aangeven dat een bijdrage geen uren tijd hoeft te kosten. Ook kan je eenmalig een bijdrage leveren. Denk aan een bijdrage in de vorm van een gedicht, een foto van bijvoorbeeld een aanpassing of een klein stukje tekst schrijven over een thema. Al bezoek je het forum, de chat of een spraakchat of werk je mee aan een interview. Een bijdrage is dus altijd mogelijk. De bijdrage is wat telt en niet de vorm, grootte en frequentie!

Je hebt alleen zelf zoveel te bieden waar je een ander mee kan helpen. Dat is ook waar Stichting Intermobiel voor staat; elkaar helpen door de opgedane kennis en ervaring ter beschikking te stellen voor een lotgenoot. Zo hoeft niet iedereen hetzelfde wiel uit te vinden en kan er meer zelfstandigheid gehaald worden aan de juiste aanpassingen en voorzieningen.

Laat dus in 2006 van je horen en mail ons (info@intermobiel.com) plat! Stichting Intermobiel zal zeker in 2006 van zich laten horen en graag met jouw steun! Groetjes Veroni Steentjes

Wil je het Mobiël Magazine de volgende keer ook ontvangen, meld je dan aan via mobielmagazine@intermobiel.com





Doelen voor 2006

Kort samengevat zijn dit de onderstaande doelen voor 2006 van Intermobiel:

1. *nieuwe toegankelijke website afbouwen en groots openen.* Wat er allemaal verbeterd wordt en nieuw is, kunnen jullie in maart/april zelf gaan bekijken!
2. *starten en uitvoeren van het project naamsbekendheid.* In dit kader passen onder andere een flyer, een stopper (gratis advertentie) en op de support beurs staan in april 2006. Ook willen we iets unieks gaan organiseren, maar wat houden we nog even voor ons.
3. *Meer giften, donateurs en sponsors werven* voor financiële continuïteit. In dit kader past dus de doorlopende machtiging.
4. *Meer draagkracht voor Intermobiel* door nieuwe vrijwilligers met en zonder handicap te verwerven. We hebben zoveel werk dat we vrijwilligers tekort komen. Ook willen we Intermobiel meer naar buiten toe uitdragen, zodat de doelgroep weet dat Intermobiel er is. We hebben dan alleen wel meer mobiele vrijwilligers nodig.

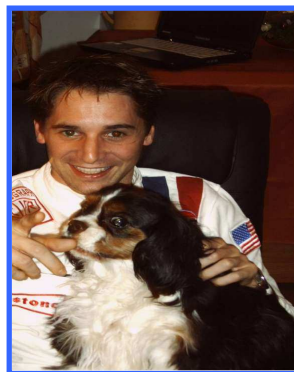
Deze doelen hangen natuurlijk met elkaar samen. Meer naamsbekendheid kan bijvoorbeeld leiden tot meer donateurs en nieuwe vrijwilligers.

Begroting toegankelijke website met cms systeem rond

We zijn super blij dat we eind 2005 de begroting rond hebben voor het project toegankelijke website met cms systeem. Het NSGK, Oranje Fonds, Monuta charity fund en Zorgbelang Gelderland hebben hun bijdrage geleverd. Na de nieuwe site wordt het onderhoud en de webhosting gesponsord door PPC. We bedanken alle fondsen, organisaties en bedrijven voor hun bijdrage!

Ambassadeur Christijan Albers

De veiling op de fanclubdag van Christijan heeft voor Intermobiel € 1400,- opgeleverd. Christijan is op 29 december 2005 op bezoek geweest om kennis te maken met Veroni en te bespreken wat we in 2006 voor elkaar kunnen betekenen. Op de foto hiernaast zie je de ambassadeur en mascotte samen.



Intermobiel op Supportbeurs 2006

Na vele overwegingen hebben we toch besloten op de Support en balance beurs in Utrecht te gaan staan, die van 19-22 april 2006 gehouden wordt. De beurs wordt om het jaar gehouden. Door op de beurs te staan, kunnen we wel direct met de doelgroep en de omgeving ervan in contact treden. Het is de enige grote beurs voor mensen met een handicap. We merken dat veel mensen Intermobiel nog niet kennen. Vandaar dat deelname aan zo'n beurs toch belangrijk is om de doelgroep te bereiken. Ook in het kader van sponsoring en contacten opdoen is deelname belangrijk.

Kartteams rijden met Intermobiel

Intermobiel heeft met twee kartteams de afspraak gemaakt dat ze ons ondersteunen door onze naam uit te dragen op de overal. Dit past dus goed in het project naamsbekendheid.



Verdere professionalisering donateurs

Sinds december hebben we een doorlopende machtiging voor de donateurs, omdat we een goedkeuring vanuit Interpay hebben gekregen. Zo hopen we meer financiële continuïteit te krijgen. Voor maar € 15,- per jaar of €2,-per maand, kunt u lid worden van de Vrienden van Stichting Intermobiel. Voor aanmelding en informatie pr_sponsoring@intermobiel.com

Giften

We hebben eind 2005 fantastisch afgesloten met grote giften van bijvoorbeeld Stichting Kangeroo 4 x 4 en het Remonstrantse broederschap. Ook hebben veel particulieren een bijdrage overgemaakt aan het einde van 2005, zodat we echt een warm kerstgevoel kregen. Tevens heeft Intermobiel van Kiwanis een groot bedrag ontvangen. Op 24 januari 2006 in Beukenrode in Doorn is tijdens een bijeenkomst van Kiwanis Driebergen het geld verdeeld over de goede doelen die meededen. Emile is er namens intermobiel heengegaan om een dankwoord uit te spreken.

Thema spraakchat

Op dinsdag 31 januari is de eerste thema spraakchat gehouden over omgaan met een handicap. We zullen iedere 4 weken een thema spraakchat houden tot zolang we het spraakchataccount nog gesponsord krijgen. Het is dus nog niet zeker voor geheel 2006. Heb je interesse om mee te doen, mail dan even spraakchat@intermobiel.com

Wijziging opzet forum en opheffing prikbord

In januari is Emile begonnen met de nieuwe opmaak voor het forum, zodat iedereen alvast kan wennen aan de nieuwe opzet. Opzet is dat het overzichtelijker is en dat er minder gescrolld hoeft te worden. Het prikbord wordt opgeheven. De inhoud wordt in het forum gevoegd, zodat je maar één keer hoeft in te loggen. De inhoud van het forum en prikbord worden meegenomen naar de nieuwe website.



nederlandse stichting voor het
gehandicapte kind

www.nsgk.nl

Oproep i.v.m. boek over isolement: Els Valkenburg (auteur & mcs patiënte) zoekt **vóór 1 maart 2006** verhalen en/of gedichten van mensen in een (gedeeltelijk of volledig) isolement met een onzichtbare (vaak onbegrepen) ziekte (bijv. MCS/ CVS/fibromyalgie/licht-/electro-overgevoelig/astma/enz). De rode draad in het boek is: wat maakt degene (toch nog) gelukkig? Voor de details kunt u contact opnemen met Els Valkenburg: e.valkenburg@hetnet.nl



Even voorstellen

Revalidatie techniek het Dorp



Er zijn veel organisaties, instellingen en bedrijven die zich inzetten voor jongeren met een handicap. Soms ken je alleen een naam, maar wat ze nu exact doen en wat je er zelf aan kunt hebben, is vaak onbekend. Vandaar deze rubriek waarin je kennismaakt met een organisatie of instelling aan de hand van vier vaste vragen.

Wat is Revalidatietechniek het Dorp?

Revalidatietechniek het Dorp BV (RTD) is gevestigd te Arnhem op het terrein van Het Dorp. Hier ligt ook de oorsprong van RTD, meer dan 35 jaar geleden. Toen der tijd maakte en leverde RTD enkel producten en aanpassingen aan de bewoners van Het Dorp, een woon - zorgcomplex voor mensen met een ernstige functionele beperking. Nu vervaardigt en levert RTD producten en aanpassingen aan relaties in heel Nederland.

Onze core business wordt duidelijk uit de eerste alinea van ons Mission Statement:

“Wij hebben ons tot doel gesteld om mensen met een functionele beperking zo volwaardig mogelijk en zelfstandig mogelijk te laten leven in hun eigen leefomgeving, uitgaande van de budgettaire en financiële ruimte die onze opdrachtgevers daarvoor ter beschikking willen en kunnen stellen”.

Wat doet Revalidatietechniek het Dorp?

RTD ontwikkelt, produceert, adviseert en levert hoogwaardige specialistische aanpassingen en toepassingen op het gebied van vier productgroepen; Mobiliteit, Communicatie, Omgevingsbesturing en Armfunctie alternatieven.

Om onderscheidend te blijven en goed in te kunnen springen op gesignaleerde behoefte in de markt ontwikkelt RTD ook eigen producten.

De laatste eigen ontwikkelingen van RTD zijn de **Advanced**, een modulaire elektrische rolstoel speciaal voor mensen met een progressieve spierziekte en de nieuwe **HomeServant4**. Dit is de nieuwe omgevingsbesturing van RTD, gebaseerd op een PDA, klein van omvang, met een moderne uitstraling en veel nieuwe mogelijkheden.

Naast ontwikkeling van eigen producten zoekt RTD over de gehele wereld naar innovatieve producten die aansluiten bij onze core business en de behoefte van onze klanten. Zo is RTD trots op het feit de exclusieve leveringsrechten te hebben gekregen van twee fabrikanten om de **Armon** en de **Allora** te adviseren en te leveren. De Armon is een armondersteuning voor mensen met weinig spierkracht in de armen. De Armon werkt met een compensatiemechanisme en geeft de gebruiker het gevoel dat zijn arm gewichtsloos is. De Allora is een nieuw communicatiehulpmiddel op basis van tekstinput. De sterkste eigenschappen zijn een uitstekende kwaliteit spraak op basis van Realspeak™, goed woordvoorspelling en eenvoudig in gebruik. RTD hecht veel waarde aan haar innovatieve karakter.



Onze adviseurs zijn op de hoogte van de nieuwste ontwikkelingen en mogelijkheden om elke cliënt een professioneel individueel advies te geven, teneinde de zelfstandigheid te vergroten. De uitgewerkte adviezen op gebied van mobiliteit worden na overdracht aan de werkplaats daar uitgewerkt tot een individuele aanpassing.

Wat heb ik aan Revalidatietechniek het Dorp?

RTD is specialist in aanpassingen voor mensen met een handicap. Wanneer een standaard hulpmiddel niet voldoet, kan RTD door middel van een aanpassing een hulpmiddel passend maken of een passend hulpmiddel maken.

Hoe bereik ik Revalidatietechniek het Dorp?

RTD is onder werktijd telefonisch te bereiken op telefoonnummer: 026-3529292

Via de e-mail is RTD te bereiken op het volgende adres: rtd@rtdhetdorp.nl

Via de website: www.rtdhetdorp.nl Op de website staan alle bedrijfsactiviteiten, maar ook een overzicht van onze producten.

Geschreven door Jochem Besseling

Marketing coördinator RTD



A.L.S. snelheid geboden is: Advanced

rtd
maakt meer mogelijk

Een standaard rolstoel is geen Advanced. Een standaard rolstoel kan wel een Advanced worden! Advanced is een zeer flexibel concept van modulaire producten en toegespitste dienstverlening, toepasbaar op diverse merken elektrische rolstoelen.

Het doel van het Advanced concept is mensen met A.L.S. of vergelijkbare progressieve spierziekte te allen tijde van een passend hulpmiddel te kunnen voorzien. De Advanced biedt hun bij verandering van behoefte altijd een passend antwoord.

Nooit meer hoeft de rolstoel terug naar de werkplaats voor een aanpassing. Het Advanced concept is toepasbaar op elektrische rolstoelen van de volgende merken: Invacare, Wheelbase, Richard van Seerius, Meyra, movingpeople.net en Ligevet. Bent u geïnteresseerd in de mogelijkheden van het Advanced concept, in andere mogelijkheden van RTD of wilt u een brochure aanvragen, neem dan gerust contact met ons op.

Heijenoordseweg 130
6813 GC Arnhem
Postbus 4019
6803 EA Arnhem
Tel: 026 352 92 92
E-mail:
rtd@rtdhetdorp.nl
www.rtdhetdorp.nl

Advanced[®] RTD is gespecialiseerd in innovatieve hulpmiddelen voor mensen met een functionele beperking. Wij leveren hulpmiddelen en aanpassingen op het gebied van mobiliteit, communicatie en omgevingsbesturing

- Mobiliteit
- Communicatie
- Omgevingsbesturing
- Robotica

Een link uitgelicht

Opvoeden met een handicap



Opvoeden met een handicap – hoe doe je dat?

Jo-Ann Snel is 29 jaar. Ze is 10 jaar getrouwd en heeft 2 dochters van 6 en 9 jaar oud. Samen met haar vriendin Barbara zette ze in juni 2005 een website op over persoonlijke ervaringen met het opvoeden van kinderen wanneer je zelf een handicap hebt:

www.opvoedenmeteenhandicap.web-log.nl

Beperkingen

Doordat Jo-Ann heupdysplasie en het hypermobilitetssyndroom heeft, is zij zeer beperkt in haar bewegingsvrijheid. Sinds een jaar verplaatst zij zich in een rolstoel en kan per keer een kwartier zitten. In totaal ligt zij zo'n 20 uur per dag op bed. Hoewel het proces geleidelijk verliep en de kinderen gewend raakten aan Jo-Ann's beperkingen, vindt zij het niet altijd gemakkelijk hiermee om te gaan: "Er zijn zoveel dingen die mama niet kan, die de moeders van hun vriendinnetje wel doen. Maar ook wat betreft de opvoeding vind ik het soms moeilijk. Hoe stimuleer je ze om toch te doen wat je vraagt als je niet naar ze toe kan? Hoe verdeel ik mijn energie zo dat ik ook nog genoeg voor de kinderen over heb als ze uit school komen?"

Niet van een leien dakje

Haar vriendin Barbara, die ook beperkingen heeft, werd met dezelfde problemen geconfronteerd als Jo-Ann. Zij praatten hier samen over, maar ze wilden ook graag ervaringen van anderen horen. "We zochten een stukje herkenning. Maar waar we ook op het Internet zochten, we konden niets vinden. Ook niet op de forums waar we al kwamen. Het lijkt wel alsof het bij iedereen van een leien dakje gaat. Nou, bij ons niet, hoor."

Ervaringen uitwisselen

Na een tijdje gearzeld te hebben, trokken Jo-Ann en Barbara de stoute schoenen aan en zetten een weblog en forum op. De vriendinnen hopen op deze manier andere ouders te ontmoeten die tegen soortgelijke problemen in de opvoeding aanlopen en zo ervaringen met elkaar te kunnen uitwisselen en van elkaar te kunnen leren. Jo-Ann had zelf al een weblog aangemaakt, maar vanwege de overzichtelijkheid en de extra mogelijkheden kozen zij en Barbara ook voor het format van een forum. Samen onderhouden ze de website.

De website

De website bestaat uit verschillende 'hoeken' die zelf ook weer zijn onderverdeeld. Zo worden, onder andere, thema's behandeld als handicap en zwangerschap, de omgang met mensen in je omgeving, naar buiten gaan en natuurlijk de opvoeding en alles wat daarbij komt kijken. Op de site worden tips gegeven en bestaat de mogelijkheid om met anderen in contact te komen. Ook wordt iedere maand een stelling geplaatst waarover gediscussieerd kan worden.

"Een groot man is hij die zijn kinderlijk hart niet verloren heeft."

Mencius



www.plantageboekhandel.nl

"Zucht niet dat je jeugd voorbij is. Laat je stimuleren door het optimisme van kinderen."

Tao Meng



In elk magazine komt een andere categorie e-shops te staan. Zo zit er op den duur voor iedereen wel wat bij.

Deze keer internetwinkels in de categorie hobby

- [Eloe Candel](#) is de site van Ellen Dekker. Zij heeft diverse leuke spulletjes te koop waaronder zelf gemaakte kaarsen!
- [Marmix](#) is de winkel van Marinda. Zij biedt diverse zelf gemaakte sieraden aan voor een hele leuke prijs! Bovendien gaat een deel van de opbrengst naar Intermobiel. Dus shoppen maar!
- [Creatiefplein](#) heeft een grote variatie aan hobbyartikelen waaronder zelfs hout- en natuurmaterialen.
- [De kralencompany](#) heeft niet alleen glaskralen, maar o.a. ook facetkralen, jade, strass en swarkovski.

Opvoedingsthema's

In tegenstelling tot andere websites over dit onderwerp komen op deze site opvoedingsthema's in bredere zin aan bod. Er wordt niet alleen ingegaan op bijvoorbeeld de verzorging van de allerkleinsten, maar ook op vragen die aan de orde komen later in de opvoeding, zoals hoe je met je kind moet omgaan als het niet naar je luistert. Of wat te doen als je kind van je wegrent en je kunt er niet achteraan lopen? Wat zijn leuke dingen om met je zoon of dochter te doen die zowel voor ouder als kind haalbaar zijn?

Hoop op meer bezoekers

Jo-Ann vindt het jammer dat nog niet veel ouders hun weg naar de website hebben gevonden. "Ik hoop dat er meer ouders op het forum komen, zodat we onze ervaringen kunnen delen. Ouders met jonge, maar ook met grotere kinderen. Nu is het soms lastig om iets neer te zetten, omdat er weinig interactie is." Dit maakt Jo-Ann soms aan het twijfelen: "Ik zou wat meer tijd aan de site moeten besteden. Maar omdat het niet zo loopt, is het soms ook moeilijk wat je er nou neer moet zetten. Dat maakt me een beetje onzeker. Ik weet wel van reacties dat mensen het een goed initiatief vinden."

Nieuwe ideeën

Ondanks haar twijfels heeft Jo-Ann genoeg nieuwe ideeën voor de website: ze is van plan columns te plaatsen en in te gaan op meer algemene aspecten van opvoeden, zoals het tv- en computergedrag van kinderen. Ook wil ze actuele items en tips uit opvoedbladen gaan bespreken op de site.

Eigen weblog

Naast de website over opvoeden met een handicap heeft Jo-Ann ook een weblog waar zij over haar eigen belevenissen vertelt en waar bezoekers op kunnen reageren. "Ik vind het ook altijd leuk om zelf wat logs af te gaan, omdat het zo lekker algemeen is. Het is mijn luikje met de buitenwereld, zoals een ander een praatje bij de supermarkt of school maakt."

Delen met anderen

Ook heeft Jo-Ann een website met gedichten (<http://www.schorel.nl/~jo-ann>). Deze gaan vooral over acceptatie, omgaan met en het verwerken van haar beperkingen. Ze denkt dat ze nog aan het begin staat van gedichten schrijven, maar ze wil deze wel graag met anderen delen. "In het revalidatiecentrum gaven mensen aan dat ze veel herkenning vonden in de gedichten. Het deed wat met ze. Daarom wil ik ze via deze site delen met mensen die ook hun weg aan het zoeken zijn in het omgaan met hun ziekte, handicap of beperkingen. Zo kan ik op mijn manier toch iets voor anderen betekenen."

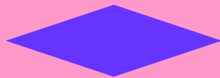
Geschreven door Mirjam Gloerich



Oranje Fonds

www.oranjefonds.nl

Agenda:



26 februari

teampresentatie kartteams

12 maart

1^o F1 race Bahrein Sakhir

22 maart

drie jarig bestaan Stichting Intermobiel

19-22 april

Support, beurs over leven met een handicap
Jaarbeurs Utrecht
www.supportexpo.nl

22 april

Markt van mogelijkheden
Aquaverium in Grou (Fr)



*"Eén dag verdriet
duurt langer dan een
maand vreugde."*



Foto: Simone Boekhoud

Het laatje

Ik verstop veel liever mijn gevoelens
in een laatje van mijn kast
soms zit het laatje alleen zo vol
dat het uit zijn voegen barst

gevoelens van verdriet en onmacht
die glippen er dan heel gauw uit
maar, zodra het laatje dicht wil
zorg ik, dat ik het gelijk weer sluit

wil ik begrepen worden door mensen om mij heen
dan moet dat laatje helemaal niet dicht
ik moet dan uiten hoe ik me werkelijk voel
en me niet verstoppen achter een lachend gezicht

© Jo-Ann Snel
16-11-2005



partners in
professional
computing

www.ppcnet.nl



Reiki



Psyche: In deze rubriek komt iedere keer iemand aan het woord over zijn religie, levenswijze of filosofie. In dit nummer vertelt Joyce over **reiki**.

Ik ben Joyce, 29 jaar, en ik heb een zware vorm van M.E. en een abnormale zenuwpijn in mijn gezicht. Hierdoor lig ik minimaal 18 uur per dag op bed en kan ik geen aanraking, warmte/kou of tocht in mijn gezicht verdragen. Ik ben Reiki – Master in opleiding.

Wat is Reiki?

Het symbool dat hiernaast staat zijn de Japanse tekens voor het woord Reiki. Reiki is een methode waarbij door middel van handoplegging energie wordt gegeven. Het gaat hierbij om universele, goddelijke energie. Reiki is niet gerelateerd aan één godsdienst, maar het is te combineren met elke geloofsovertuiging.

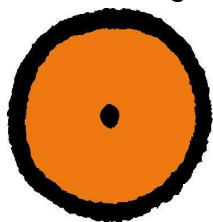
Reiki gaat uit van het zelfhelende vermogen van het lichaam en ondersteunt deze met de Reiki-energie. Hierdoor is het in principe niet nodig dat de behandelaar een diagnose weet of zelfs maar de klachten kent. De energie gaat vanzelf naar die plekken in het lichaam waar het nodig is. Ook wordt er binnen Reiki geen verschil gemaakt tussen psychische en lichamelijke klachten. Reiki is een aanvullende therapie en kan *nooit* het bezoek aan de reguliere arts vervangen!

Het mooie van Reiki is dat het niet alleen goed voor je is als je een behandeling ondergaat, maar ook als je een behandeling geeft! Om dit uit te leggen, gebruik ik de analogie van een waterleiding en een kraan:

de behandelaar is de waterleiding, waardoor de energie aan de patiënt wordt doorgegeven, maar in die leiding zitten gaatjes op de plekken waar jij zelf energie nodig hebt. Dit gaat niet ten koste van de patiënt, want die bepaalt hoe ver de energiekraan open staat en merkt niets van het “lekken”.

Hoe voelt een Reiki - behandeling aan?

Dat is voor iedereen verschillend en eigenlijk moet je het ondergaan. Ik kan *wel* vertellen hoe het voor mij voelt. De handen van de behandelaar(s) voelen warm aan en ik word er heel rustig van. Het is ook best normaal dat mensen tijdens een Reiki - behandeling in slaap vallen, maar dat is mijzelf nog nooit overkomen.



Taskforce Handicap en Samenleving

www.handicapensamenleving.nl



Als bijvoorbeeld mijn buik pijn doet en ze komen op die plek, dan voel ik dat de pijn in mijn buik zich terugtrekt naar de oorspronkelijke plaats. De pijn wordt dan in eerste instantie heftiger, voordat het minder wordt. Ik vind dat zelf logisch, want als je de pijn van "je hele buik" in een klein plekje moet voelen, voelt het heviger aan.

De ervaringen zijn voor iedereen heel verschillend, maar bijna iedereen wordt er rustig van. Het werkt ook erg goed bij dieren. Ze komen vaak de behandelkamer in en springen tegen de behandelaar of behandelde aan om zo wat energie mee te snoepen.

Hoewel ik nu erg enthousiast ben over Reiki, is dat vroeger wel anders geweest. Ik geloofde er gewoonweg niet in! Mijn vader bleef echter elke keer als ik bij hem kwam heel erg aandringen en uiteindelijk dacht ik: "De tijd die hij hier over bezig is, kan ik *liggen* in plaats van dat ik hier *zit* te luisteren naar het bekende verhaal." Toen ik echter een behandeling onderging, kwam ik erachter dat ik me veel beter voelde dan normaal gesproken. In het begin was het effect van heel korte duur. Pas na veel behandelingen werd het effect langduriger. Ook merkte ik dat kleine pijntjes overgingen en grotere wat verminderden.

Nu ben ik officieel Reiki - Master in Opleiding. Maar ik heb de Reiki 3A inwijding voor mijzelf gedaan, want ik heb voorlopig geen intentie om zelf mensen in te gaan wijden. Ik heb weinig ervaring als Reiki - therapeut (Reiki 2). Ik heb de inwijding toch gedaan, omdat ik beter wilde worden in Reiki en als intentie om het Reikipad te blijven bewandelen. Reiki heeft een bepaalde filosofie waar ik achter sta.

De vijf Reiki-leefregels:

Vandaag zal ik dankzeggen voor mijn vele zegeningen
Vandaag zal ik me geen zorgen maken
Vandaag zal ik niet boos worden
Vandaag zal ik op eerlijke wijze mijn brood verdienen
Vandaag zal ik vriendelijk zijn voor al mijn naasten en elk ander levend wezen

Geschreven door Joyce Koonen



DIJKMAN DIEMEN
PRINTMEDIA

www.drukkerijdijkman.nl - www.fullcolor.nu

www.drukkerijdijkman.nl



Nieuw: In deze rubriek vind je de 10 favorieten van BN'ers die bij Intermobiel betrokken zijn.

Deze keer de 10 favo's van ambassadeur Christijan Albers. Christijan Albers maakte vorig jaar zijn debuut in de Formule 1 bij Minardi. Dit seizoen rijdt hij voor Midland.

De 10 favo's van Christijan Albers



Favoriet eten: Pizza margarita

Favoriete drank: Cola light

Favoriete lekkernij: Salmiakdrop

Favoriete website: <http://www.albersf1.com/>

Favoriete TV programma: CSI

Favoriete boek/film: Het lichaam liegt nooit van Ted Troost

Favoriete kleur: Oranje (fluor)

Favoriet huisdier: Engelse Bulldog

Favoriete (denk)sport: Formule 1

Favoriete (lijf)spreuk: Maximum Attack

Monuta

Uitvaartzorg en verzekeringen

www.monutacharityfund.nl

Column Te laat?

Pas als je ziek bent, realiseer je je dat gezond zijn een groot voorrecht is.

Onze straat is omgedoopt tot "scheidingsstraat". Pas als je dat om je heen ziet, besef je dat je het samen toch wel erg goed hebt. Dat dit dus niet vanzelfsprekend is. Pas als er iemand overleden is, sta je stil bij het leven en de dood. Dan sta je erbij stil dat iedere dag er eentje is om van te genieten. Niet zeuren over de kleine dingen, omdat die er eenvoudigweg niet toe doen.

Ook de "hoge pieten" kunnen er wat van: Waarom worden dijken pas verstevigd als er eentje door gebroken is? Wordt er pas geld uit gegeven aan stoplichten als er mensen zijn verongelukt? Dat zijn maar een paar voorbeelden, maar ik weet zeker dat veel mensen hier iets in herkennen.

Kortom waarom kunnen we pas van iets genieten, of handelen we pas als het te laat is.....?

Te laat, nee dat is het nooit!
Ik denk dat we hier iets van kunnen leren.

Doe de dingen -nu-! Heb je een droom, ga die dan -nu- achterna. Geniet -nu- van de dingen die je nog kan. Altijd al iets willen leren, ga dat dan -nu- regelen. Zeg -nu- tegen je naaste dat je dankbaar bent dat hij/zij in je leven is.

Het is niet te laat. Handel nu!
Geschreven door: Marianne Verschoof



IN GESPREK MET Kenny van Weeghel "Sneller kan niet"

*"Sport is de
belangrijkste
bijzaak in het
leven."*

Kees Jansma

Kenny van Weeghel (25) is informaticastudent aan de Saxion Hogeschool in Enschede en woont op de campus tussen medestudenten. Op het eerste gezicht een gewone student zou je zeggen. In 2004 werd hij echter tijdens het jaarlijkse sportgala van de NOS benoemd tot beste gehandicapte sporter van het jaar. In zijn met trofeeën overladen kamer vertelt Kenny over zijn sport: het wheelen.

Snelheid

Als kind speelde Kenny thuis veel met ballen. Aangezien dat binnenshuis niet altijd zonder schade verliep, stelden zijn ouders voor dat Kenny op een sport zou gaan. Rond zijn 11e ging hij dan ook op rolstoelbasketbal. Hier bleek dat Kenny vooral veel snelheid had en wat minder vaardigheid had met de bal. Toen hij een jaar of 15 was, stapte hij over naar wegatletiek: hij deed voor het eerst mee aan een wedstrijd in Zwolle – zijn vader fietste mee. Tijdens een wedstrijd daarna, op één van de Waddeneilanden, beseftte Kenny dat als hij met het wheelen verder wilde komen hij ook daadwerkelijk training nodig had; alles was immers nieuw.

Vooruitgang

Tien jaar geleden reed Kenny in een groepje waarin geprobeerd werd elkaar zoveel mogelijk af te troeven. Hij maakte een groeiproces door: hij werd steeds sneller en drong steeds meer door tot het 'wereldje'. Toen hij tijdens het WK in Birmingham op de 100 meter in de finale kwam, ging Kenny serieus naar de toekomst kijken. Hij had toen nog niet kunnen vermoeden dat hij in 2004 bij de Paralympics een gouden medaille zou halen op de 400 meter, een zilveren op de 200 meter en een bronzen op de 100 meter.



Trainen

Op dit moment rijdt Kenny bijna geen wegwedstrijden meer. Dat zou hij eigenlijk wel moeten doen, want die zijn goed voor zijn conditie en zijn erg leuk om te doen. De baanwedstrijden doet hij in overleg met trainer John Jansen en bondscoach Noël van Tilburg. John is degene met wie Kenny het meeste contact heeft. Hij stelt ook de trainingsschema's op, hoewel hij eigenlijk een baantrainer is voor loopwedstrijden. De technische kennis van het wheelen krijgt Kenny van Noël: hij heeft als valide ook gewheeled – hij weet dus waarover hij spreekt.

Verschillende klassen

Binnen het wheelen worden drie klassen onderscheiden: A (de hoogste klasse), B en C, waarbinnen verschillende afstanden worden gereden. Ook bestaat er een indeling in lichamelijke beperking. Hiervoor bestaat een vrij ingewikkelde waardering uitgedrukt in codes. Kenny heeft bijvoorbeeld de waardering 'T54'. Zo heeft een wheeler met waardering T53 een beperkt gebruik van de buikspieren en kan een sporter met T52 die spieren nog minder gebruiken, etc.

Een speciale rolstoel

Voor de wedstrijden heb je een speciale rolstoel nodig die erg duur is. Zo'n stoel koop je eigenlijk pas als je serieus gaat wheelen. Kenny leende dan ook eerst een rolstoel, kocht daarna een tweedehands exemplaar en kocht uiteindelijk een nieuwe rolstoel. Een wedstrijdstoel kun je niet voor iets anders gebruiken; deze is puur gericht op snelheid en is niet echt comfortabel.

Steeds minder wheelers

Kenny constateert dat het in Nederland vrij slecht gesteld is wat betreft de wheelersport. "Ik denk dat daar verschillende redenen voor zijn. Op dit moment wordt er meer en meer aan handbiken gedaan. Handbiken is meer als fietsen, de inspanning is constanter, terwijl wheelen juist heel explosief is en een grotere belasting geeft voor polsen en schouders." Ook denkt Kenny dat er te weinig is geïnvesteerd in de jeugd. "Er is een algemene tendens te zien dat mensen minder gaan sporten, dat geldt niet alleen voor minder validen." Kenny ziet nog een derde reden voor de verminderde aandacht voor wheelen: "Het niveau van de aangepaste sporten wordt steeds hoger en omdat deze sporten een kleinere doelgroep hebben, worden de niveaoverschillen tussen sporters steeds groter. Misschien dat dit beginners ook een beetje kan afschrikken."

Buitenlandse wheelers

Dat er geen Nederlandse wheelers zijn op zijn niveau vindt Kenny vrij demotiverend. Hij was zelfs bijna gestopt. Bij de wedstrijden komt hij meestal buitenlandse wheelers tegen. De meesten kent Kenny wel, vooral de wheelers uit Europa. "Het hangt van de persoon af hoe gezellig het is, sommigen zijn erg competitief. Als er een wedstrijd gereden wordt, zit iedereen in het zelfde hotel, dus je gaat 's avonds wel wat drinken met elkaar."

Een ander 'wereldje'

Behalve met collega-wheelers trekt Kenny ook met hardlopers op. "Toch is er wel een zekere scheidslijn tussen de validen- en invalidensport. Ik sta wel buiten het valide sportwereldje. Ik train bijvoorbeeld vaak alleen, terwijl de lopers dat ook in groepen doen. Ik voel toch een soort drempel om daar zomaar aan mee te doen." Kenny denkt dan ook dat het goed zou zijn als er wat meer integratie zou komen. "Daarvoor heeft het NOC NSF wel steeds meer aandacht".



Weinig media-aandacht

www.zorgbelang gelderland.nl

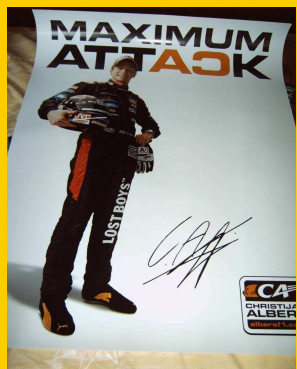
Particulieren steun Stichting Intermobiel door:

* een eenmalige gift over te maken op 36.11.14.850 te Arnhem

* lid worden van de vrienden van Stichting Intermobiel voor maar € 15,- per jaar. Lotgenoten kunnen voor € 10,- lid worden.

* Vraag een informatiepakket aan en help mee door de poster en informatie over Stichting Intermobiel te verspreiden.

Voor bovenstaande zaken mail naar pr_sponsoring@intermobiel.com
Groetjes Stichting Intermobiel



Naast integratie zou ook meer media-aandacht voor de sport welkom zijn. Toen Kenny vorig jaar in Finland bij het WK Atletiek twee zilveren medailles behaalde, hoorde hij van familie dat dit niet eens werd vermeld in de media, zelfs niet in een programma zoals Studio Sport. "Ik denk niet dat de media hier evenveel aandacht aan hoeven besteden als aan validensport, maar nu wordt invalidensport toch niet echt serieus genomen. Ook hieraan zou het NOC NSF nog moeten werken. Bij grote wedstrijden staan de media namelijk onder regie van hun mediacoördinator."

Mooiste momenten

Als mooiste sportmomenten noemt Kenny de marathon in Berlijn van 2001: "Omdat ik dat een mooie prestatie vond, want ik ben eigenlijk een korte afstandsrijder. En daarnaast was het publiek echt fantastisch." Ook het moment dat hij over de finish ging bij de 400 meter op de Paralympics is bij Kenny favoriet: "dat had ik eigenlijk niet verwacht. De 400 meter is een lastige afstand, het is net te lang om de hele tijd te sprinten. Dat ik daarop goud haalde, was natuurlijk een hele leuke verrassing."

Wat kunnen we nog verwachten binnenkort?

Het afgelopen jaar was een beetje een sabbatical voor Kenny. Hij is nu zijn trainingen weer aan het oppakken. Het seizoen voor de wedstrijden is nog niet begonnen; dit vindt plaats tussen april en september. Één van Kenny's doelen is om medailles te behalen bij het WK Atletiek in Assen in september van dit jaar. "Het zou helemaal mooi zijn als ik daarbij een wereldrecord zou behalen. Dat mis ik nog in het rijtje."

Geschreven door Mirjam Gloerich

PRIJSVRAAG:

Gewonnen: Het luisterboek van de Da Vinci Code van Dan Brown is gewonnen door Hester Nicolai. Dit boek is geschonken door Plantage Boekhandels. Gefeliciteerd Hester, we wensen je veel luisterplezier toe!

In dit Mobiel Magazine hebben we een zeer exclusieve maximum attack poster met een bedrukte handtekening van Christijan Albers! Van deze poster zijn slechts 100 exemplaren. **De nieuwe prijsvraag is:** Waar reed Christijan voordat hij de Formule 1 inging? Mail je antwoord voor **1 april 2006** naar mobielmagazine@intermobiel.com
De poster wordt verloot onder alle goede inzendingen.

In het volgende Mobiel Magazine lees je wie deze exclusieve poster heeft gewonnen. Ook hebben we dan weer een nieuwe prijsvraag. Groetjes Stichting Intermobiel

De dag van Simone (34 jaar)



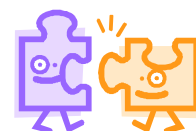
Hoi, ik ben Simone en ben al 20 jaar bedlegerig, doordat ik M.E., P.D. en astma heb. Ik woon nog thuis bij mijn ouders. Vervelen doe ik me nooit! Zo ziet mijn dag er meestal uit:



8.15 Opstaan en de lift naar beneden nemen. Binky, mijn lieve rode je-weet-wel-kater even in de tuin laten, want hij wacht met smart. Dan een shake met krachtvoer naar binnen werken, brrr! En dan É! lekker ontbijten en de krant lezen.



9.15 Weer naar boven, terug in bed! In etappes mezelf gedeeltelijk wassen en tanden poetsen, tussendoor liggen en Sudokupuzzels maken.



11.00 u Mijn moeder komt me wassen (wat ik zelf niet heb gedaan) en helpen met aankleden. Ik mis namelijk mijn linkerhand en onderarm door amputatie. Aankleden is heel belangrijk voor me. Ook al ben ik bedlegerig! Dat maakt het verschil!



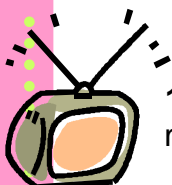
11.30 u Dan naar beneden en gezellig, met wederom mijn moeder, een paar koppen thee drinken met iets lekkers erbij, liggend op mijn bed in de woonkamer. En nog even internetten en e-mail kijken.

12.30 u Weer naar boven, want dan heb ik het echt gehad en ga een paar uur rusten, maar eerst komt mijn moeder mijn brood brengen, want de inwendige mens moet regelmatig gevoed worden!

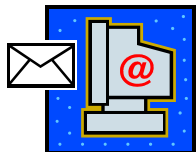


16u Heel belangrijk! As The World Turns kijken onder het genot van een kop thee, een beker yoghurt/vla en een beker krachtvoer!!

17.15u Weer naar beneden en nog ff achter de laptop kruipen. Mijn moeder kookt het eten en ondertussen komt mijn vader thuis. Dan kunnen we eten, wat ik ook weer op bed doe. Ik zou niet misstaan in de tijd van Cleopatra!



18.30u Terug naar boven, mijn bed in. Daar kijk ik de avond tv, nadat mijn moeder me eerst met uitkleden helpt.



22u Nog even een half uurtje naar beneden om wederom te internetten en naar mijn e-mail te kijken.

22.30u Naar boven, tanden poetsen en dan lekker weer onder m'n dekbed kruipen. Nog een poosje tv kijken, want slapen is door de pijn een heel groot probleem. Op de 24 uur slaap ik circa 2,5 uur. En toch....vliegen de dagen voorbij!! En geniet ik, hoe cliché het ook klinkt, van de kleine dingetjes.

Geschreven door Simone Boekhoud

Sponsors

Aviko BV
Steenderen
www.aviko.nl

Beerten reizen:
voor vakanties met rolstoel
of bed Borculo

Drukkerij Dijkman
Diemen
www.drukkerijdijkman.nl

Fangadgets.com:
online verkoop van fan
artikelen van voetbal, F1 tot
TV/movie
www.fangadgets.com

Inspired Mind bv
Velsbroek
www.inspired-mind.com

IS Interned Service
Purmerend
www.is.nl

Kiwanis
Driebergen
www.kiwanis.nl

Klaassen Vastgoedontwikkeling
Bv Arnhem
www.klaassen.com

Menten metaal
Haalen
www.menten.nl

Reed Business information BV
Afdeling Elsevier SubsidieTotaal,
Amsterdam
www.SubsidieTotaal.nl

RTD maakt méér mogelijk
Arnhem
www.rtdhetdorp.nl

Remonstrantse Broederschap

Stichting Donk-Grote
Apeldoorn



Adres Stichting Intermobiel:

Bertha von
Suttnerstraat 19,
6838 KL Arnhem

Telefoon
06-43055738

KVK Nummer:
09134684

Bankrekeningnummer:
36.11.14.850 Arnhem

Email:
info@intermobiel.com

Disclaimer

Mobiel Magazine:
De informatie in het magazine is zorgvuldig samengesteld. Desondanks kan het zijn dat informatie verouderd is, onvolledig of incorrect. De samenstellers van het magazine zijn dan ook op geen enkele manier aansprakelijk voor mogelijke schade of nadeel, voortkomend uit eventuele onjuiste of onvolledige informatie. Op de informatie en afbeeldingen die in het magazine worden getoond rust copyright. Niets uit deze uitgave mag zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Stichting Intermobiel worden openbaar gemaakt of veelevoudigd.
Groeten Stichting Intermobiel



Club van 100

Intercontact

Stichting Intermobiel staat altijd voor je klaar. Op onderstaande vragen kan je je vragen stellen of informatie doorgeven:

Informatie over Stichting Intermobiel
info@intermobiel.com

Voor aanmelding en vragen over het vrijwilligerswerk:
vrijwilligers@intermobiel.com

Informatie over het plaatsen van een link:
links@intermobiel.com

Voor foto's van aanpassingen en vragen over aanpassingen:
aanpassingen@intermobiel.com

Kopij opsturen, aan/afmelden omtrent het Mobiel Magazine:
mobielmagazine@intermobiel.com

Informatie over (spraak)chatten:
spraakchat@intermobiel.com

Vragen over wet en regelgeving en voorzieningen:
vraagbaak@intermobiel.com

Informatie over giften, PR en sponsoring of voor het aanvragen van een informatiepakket
pr_sponsoring@intermobiel.com

Able2
Zevenbergen
www.able2.nl

Café Zaal Het Jachthuis
Beegden (Limburg)

Fam. Groot
Driebergen
Boeddha bali winkel

Indora Informatisering
Arnhem
www.indora.nl

Nijland Tegelzetters
Doetinchem
www.nijland-tegelzetters.nl

Vincent Kemper
Steenderen
www.kemper.nu

Edwin de Meijer
Maarsveen

Revatech Jan Jissink BV
Dirkshorn
www.revatech.nl

Recycling International
Arnhem
www.recyclinginternational.com

BV Roerbrouw
Roermond
www.roerbrouw.com

Tegelshop Rothuizen
Contactpersoon A. Rothuizen
Wageningen
www.rothuizen.nl

Vredenhof beheersmaatschappij BV
Dhr. J.P. Bakker
De Friedhof 18
69555 BP Ellecom

Als u uw (bedrijf)naam hier ook wilt hebben staan, mail dan naar
pr_sponsoring@intermobiel.com

Bedrijven steun Stichting Intermobiel door:

* Te adverteren in het digitale Mobiel Magazine. Voor tarieven zie pr_sponsoring@intermobiel.com

* Een eenmalige gift over te maken op 36.11.14.850 te Arnhem

* Lid te worden van de club van 100. Dit is speciaal voor kleine bedrijven bedoeld. U maakt twee jaar lang € 100,- per jaar over. U kunt natuurlijk ook per maand betalen € 10,-- betalen.

* In natura te sponsoren. Denk bijvoorbeeld aan promotiematerialen, inktpatronen, papier, kantoorbenodigdheden, postzegels en pc apparatuur.

* Een dienst te sponsoren zoals bijvoorbeeld een persbericht schrijven, communicatieadvies geven of fondsen werven.

Voor meer informatie, mail naar pr_sponsoring@intermobiel.com
We hopen van u te horen.
Groetjes Stichting Intermobiel
