

Bianca van Raaij: "Benut je mogelijkheden, ook als je blind bent"



"Mensen op straat willen mij vaak helpen. Dat is in de meeste gevallen echt niet nodig", vertelt Bianca van Raaij (52), coördinator Onderwijs en Inzet Eigen Ervaring bij het Zelfregiecentrum in Nijmegen. "Mijn blindheid is het eerste dat andere mensen zien. Maar wat ze niet weten is dat ik werk, zing in een koor, kook, een relatie en lieve vrienden en familie om mij heen heb. Ik ben veel meer dan alleen blind. Dát laat ik graag aan iedereen zien."

Durf hulp te vragen

Bianca leert in haar werk andere mensen hoe ze het beste kunnen omgaan met mensen met een beperking. "Ik geef en coördineer gastlessen op scholen en opleidingen. Dit sluit aan bij mijn studie onderwijskunde. Daarnaast verzorg ik coaching- en presentatiecursussen. Deelnemers komen soms binnen met faalangst, maar per bijeenkomst zie ik ze zelfverzekerder worden. Zelf was ik vroeger ook verlegen. Daarom vind ik het leuk om aan anderen te laten zien hoe je die onzekerheid bij jezelf kunt wegnemen. Zelfregie is hierbij het uitgangspunt. Ik bespreek samen met hen wat zij willen, wat ze al kunnen en waar ze hulp bij nodig hebben. Bijvoorbeeld bij zelfstandig wonen of nieuwe mensen leren kennen. Het is belangrijk dat we allemaal om hulp durven te vragen en ons bewust te zijn van wat we wel en niet kunnen. Juist dat is zelfregie, want je geeft zélf aan wat voor jou belangrijk is en waar je hulp bij nodig hebt. Ik kan veel zelf, maar voor het zetten van een handtekening op een brief of bij het gebruik van een ontoegankelijke website, vraag ik zeker hulp."

Wandelvriendinnen

Naast haar werk besteedt Bianca veel tijd aan haar gezondheid én de mensen om haar heen. "Ik ga 3 keer per week lopend naar de sportschool. Ook zwem ik wekelijks in het zwembad in Dukenburg. Ik vind het fijn dat ik met het openbaar vervoer naar het zwembad en andere plekken reis. Dat geeft mij veel vrijheid. Daarnaast wandel ik graag. Dit doe ik alleen, met

vriendinnen of met een vrouw van Turkse afkomst. Zij begeleidt mij in het bos, terwijl ik haar de Nederlandse taal beter leer spreken. Ik vind het een leuke uitdaging om dingen goed aan haar uit te leggen. Als ik bijvoorbeeld zeg: "wat ruikt het in dit bos lekker naar dennenappels", leg dan maar eens aan haar uit wat dat zijn, want ik kan ze zelf niet aanwijzen. In deze coronatijd houden wij ieder een kant van mijn blindenstok vast, zodat we anderhalve meter afstand kunnen houden."

Luisteren naar een ander

Ook de mensen op straat hebben oog voor Bianca. Alleen werken hun goede bedoelingen soms juist averechts. "In het openbaar vervoer maak ik het regelmatig mee dat mensen mij zomaar stevig bij mijn arm pakken en zeggen welke kant ik op moet. Op een perron zeggen ze bijvoorbeeld waar de lift is, terwijl ik met de trap wil. Ze doen dit om te helpen, maar bekijken de situatie daarbij volledig vanuit zichzelf. Vaak hoor ik ze zeggen: "goh, wat lijkt het mij erg om blind te zijn." Zij missen de ervaring die ik al mijn hele leven heb. Met elkaar communiceren is daarom heel belangrijk. Vraag de persoon die je wilt helpen of deze ook echt hulp nodig heeft en zo ja, op welke manier. Ik vind het wel fijn als mensen mij helpen in een voor mij nieuwe of onverwachte situatie, zoals bij wegwerkzaamheden. Daarnaast wil ik graag aan andere mensen met een beperking meegeven: benut de mogelijkheden die je hebt. Want alleen dan kun je ze uitbreiden. Doordat ik met het openbaar vervoer ben gaan reizen, kan ik naar het zwembad gaan en met mijn vriendinnen wandelen. Zonder deze activiteiten was ik pas écht beperkt in mijn leven."

Hulp en tips

Op meerdere plekken wordt er hulp aangeboden in Nijmegen.

Bianca werkt bij het [zelfregiecentrum Nijmegen](#). Het zelfregiecentrum is er voor iedereen die meer grip op zijn of haar leven wenst en daarbij een steuntje in de rug kan gebruiken.

[Visio](#) ondersteunt, adviseert en begeleidt slechtziende en blinde mensen. Uitgangspunt is een zo onafhankelijk en zelfstandig mogelijk leven.