

DIFFERENT

online magazine

Marie:
'BIJ DE
VPRO ZEI IK
NIET DAT IK
DOOF BEN'

50

TOPSPORTER THIJS:
'HET EERSTE WAT IK
WILDE WETEN NA
MIJN AMPUTATIE
WAS, OF IK NOG KON
ZWEMMEN'

Ilse: 'Ik heb
ongeveer vijfhonderd
post its die ik niet
moet vergeten'

Gershwin
STADSDICHTER
MET DYSLEXIE

Justin:
'Mensen die het
moeilijk hebben:
trek aan de bel!'

6 TIPS VOOR EEN
POSITIEVE MINDSET

EDITORIAL

Iedereen is Different
Nathalie Schrijen



Ik weet nog heel goed wat mijn eerste gedachten waren toen ik te horen kreeg dat ik een heupprothese nodig had. 'Huh moet mijn hele bekken eruit? Kan ik dan nog wel kinderen krijgen? Ik dacht eigenlijk dat we gewoon over de stand van mijn heup gingen praten...'

Ik heb de ziekte van Perthes. De doorbloeding van mijn heupkop is verstoord geraakt, met als gevolg dat de kop misvormd is en ik ernstige gewrichtsslijtage heb. Eigenlijk zijn er best veel jonge mensen die, net als ik, een beperking hebben. Sommige lichamelijk, sommige minder zichtbaar. Veel mensen uit mijn omgeving waren verbaasd dat ik zo positief en open over mijn lichamelijke beperking sprak. Ik kwam erachter dat er een soort van schaamte heerst rondom dit onderwerp. Daarnaast hoorde ik weleens commentaar als 'Je bent nog jong, je kan toch niks hebben?' of 'Stel je niet aan, zo erg kan het niet zijn'. Zo ontstond het idee voor een magazine genaamd Different: een plek om verhalen te delen en meer bewustwording te creëren over functiebeperkingen. Want, uiteindelijk is iedereen anders.

Hoewel het begon als mijn afstudeerproject, wilde ik graag dat het tijdschrift meer mensen zou helpen. Dus klopte ik bij HvA Campus Creators aan. Met mijn idee als basis ging de publishingredactie aan de slag met

het Different dat je nu leest, over studeren en werken met een functiebeperking aan de HvA. Ik ben heel blij dat deze verhalen nu een groter bereik krijgen, zodat we inclusie nóg meer kunnen aanmoedigen.

'Mijn beperking heeft mij gevormd in hoe ik in het leven sta: positief en zelfverzekerd.'

Stel dat ik door mijn beperking niet was gaan studeren, dan zou ik niet weten wat voor werk ik nu had gedaan. Waarschijnlijk was ik een stuk minder gelukkig geweest, want ik vind mijn baan als redacteur van het online magazine FloorZorgt echt heel leuk. Deze functie had ik nooit kunnen vervullen als ik niet gestudeerd had.

Mijn beperking heeft mij gevormd in hoe ik in het leven sta: positief en zelfverzekerd. Ik vind het mooi dat ik met mijn verhaal en met Different anderen kan helpen. Ik wil graag bewustwording creëren met Different. Laten we 'anders' zijn als iets positiefs zien. ■

INHOUD

- 2** Editorial: Iedereen is Different
- 6** Dichter met Dyslexie
- 10** Peercoaching: Samen
- 13** Column: Het leven met een korrel zout nemen

- 16** 6 tips voor een positieve mindset
- 18** Roos: 'Durf jezelf te zijn'
- 20** Anouk, Lisa en Valery over woordkeuze
- 22** Prijsvraag

Blz. 6



- 23** Video: 'Leer verder kijken'
- 24** Topsporter Thijs over zijn beenamputatie
- 33** Ilse: 'Ik zou het leven saai vinden zonder ADD'
- 36** Maverick over PDD-NOS

TOPSPORTER THIJS:

'Als je een keer onderuitgaat is dat niet erg, dat hoort juist bij het leven'



38 Must have

40 Medewerkers Marie, Lisette, Naomi en Ilona:
'Uniek, maar niet anders dan anderen'

46 Must read

48 Studeren en werken met een functiebeperking

52 Must see

55 De makers van Different



Blz. 40

Dichter met dyslexie

L
H
C

S

N

G

w

R

H

E

G

S N

Gershwin is 28 jaar, studeert Commerciële Economie en heeft dyslexie. Naast studeren vult hij zijn tijd als stadsdichter van Amsterdam. Om de twee weken geeft hij een 'poëtische vertaling' van opvallende dingen die gebeuren in de stad: van gedichten over het Amsterdam Dance Event tot de fusie van Weesp bij de gemeente Amsterdam, en over zijn eigen 'bijzondere brein'. Want volgens Gershwin was hij zonder zijn dyslexie nooit dichter geworden.



Dyslectisch zijn én dichten- Gaaf dat wel samen?

'Het lijkt een tegenstelling, maar ik ben juist dichter geworden omdat ik dyslectisch ben. Van kleins af aan speel ik al met synoniemen en vervorm ik zinnen, omdat ik bepaalde woorden niet kan spellen en die dan wil vermijden. Ik heb hierdoor een gigantische woordenschat gekregen.'

Wanneer kwam je erachter dat je dyslectisch bent?

'Ik werd vroeger met mijn taalachterstand geconfronteerd. Ik woonde van mijn derde tot mijn achtste op Curaçao en toen ik terug naar Nederland kwam, bleef ik gelijk zitten op school. Mijn ouders en ik merkten dat mijn niveau niet omhoog ging. Ik dacht op een gegeven moment dat ik dom was. Ik deed mijn best en alle bètavakken gingen goed, ik was creatief en sociaal. Alleen taal lukte niet. Dat had impact op mijn zelfvertrouwen. Na een IQ-test bleek dat ik dyslexie heb. Ik schaamde me eerst, maar later gaf het mij houvast. Ik begreep mezelf beter en zag mezelf niet meer als dom, maar als iemand die zijn brein op een andere ma-

nier gebruikt. Mijn rechterhersenhelft is dominant dan de linkerkant, waardoor ik minder goed ben in taal, maar bijvoorbeeld beter in conceptueel en *out-of-the-box* denken. Inmiddels draag ik mijn dyslexie als een deel van mijn identiteit, net zoals dat ik dichter ben. Ik ben er trots op.'

Hoe heeft jouw dyslexie je opleiding aan de HvA beïnvloed?

'Ik heb eerst de mbo-opleiding rechten gedaan en dat ging me goed af. Toen ik begon aan de hbo-opleiding Commerciële Economie vond ik studeren gelijk een stuk lastiger. Ik werd geconfronteerd met het feit dat mijn niveau van schrijven en spelling ondergemiddeld was. Ik moest daardoor twee keer zo hard werken als andere studenten. Ook merkte ik dat klasgenoten niet met me wilden samenwerken, omdat ze mijn teksten dan zouden moeten nakijken. Daardoor moest ik strategisch denken met wie ik een projectgroep vormde. Het extra hard werken ging ten koste van de kwaliteit van leven, want ik kon daarnaast niet ook nog een baantje hebben.'>>



Hoe werd je vanuit de HvA begeleid?

'Ik had extra tijd bij toetsen, maar dat was eigenlijk het enige. Natuurlijk kon ik altijd terecht bij een decaan of mijn SLB'er, maar ik liep niet per se achter met vakken, dus dat deed ik niet. Ik had het fijn gevonden als er op de HvA een soort editor was geweest die de teksten van dyslectici nakeek. Of dat er een 'dyslexieclub' was geweest, waar ik mijn ervaringen met anderen had kunnen delen.'

Uiteindelijk ben je toch schrijver geworden. Wanneer kwam je erachter dat je schrijven en dichten leuk vond?

'Rond mijn veertiende luisterde ik weleens naar filosofen en las ik vaak inspirerende quotes zoals die van Einstein: 'Blijf weg van negatieve mensen. Zij hebben een probleem voor elke oplossing.' Ik vond het leuk om zo iets dan op Hyves te delen. Ook verzon ik zelf tekstjes die ik daar deelde.'

Wat een jonge leeftijd om daarmee bezig te zijn.

'Ja, ik denk dat dat me wel kenmerkt, dat ik op die leeftijd geïnteresseerd was in filosofie. Maar ook dat komt door mijn dyslexie. Omdat ik ik op jonge leeftijd geconfronteerd werd met het feit dat ik anders ben en denk, vroeg ik me af waar die verschillen tussen mensen vandaan komen.

En kwam ik uit bij filosofen. Veel leeftijdsgenoten verklaarden me voor gek, omdat ik thema's behandelde waar zij nog niet mee bezig waren. Gelukkig trok ik me daar niets van aan.'

En nu ben je de jongste stadsdichter van Amsterdam ooit. Brengt dat niet een bepaalde druk met zich mee?

'Absoluut. Ik trok me vroeger misschien niets aan van wat mensen van me vonden, maar in het begin van mijn stadsdichterschap was dat anders. Mijn gedichten kwamen bij een ander publiek dan normaal terecht en iedereen vond er ineens iets van. Vooral op Twitter kreeg ik het weleens over me heen. Dat vond ik spannend en lastig, maar het is een mooie titel die ik waardig wil dragen. Dat probeer ik nu te doen door gedichten te schrijven die voor iedereen begrijpelijk zijn.'

Wil je nog iets meegeven aan de lezer?

'Aan mensen die dyslectisch zijn: schaam je niet en probeer je vooral te verdiepen en te ontwikkelen in iets waar je goed in bent. Focus je op iets wat je van een zeven naar een tien kan tillen in plaats van een drie naar een zes. Daardoor voel je je veel beter over jezelf.' ■



*Ongecorrigeerde versie

Meester Baarsschool

Gershwin Bonevacia

Gush, als je iets maar lang genoeg blijft herhalen
 dan hoeft je het niet meer te lezen
 een lexicale verwerking bestaat uit een herhaling van een trauma
 een herhaling van een gedachten
 een herhaling van een aanval
 het allerergste wat je gaat overkomen
 is dat je jou achternaam niet durft te schrijven
 dat jij jou achternaam verkeerd spelt
 dat er verschillende varianten van je achternaam bestaat
 Gush, het ergste wat je gaat overkomen
 is voorlezen
 je gaat dingen verzinnen
 ter plekken,
 terwijl iedereen meeleeft
 je steeds zachter begint te praten
 je steeds harder begint te trillen
 men getuige is van gewonde gezondheid
 hoe je diep van binnen uit elkaar valt
 hoe je stotterende adem zich terugtrekt

Gush, meeste dyslecten groeien kwetsbaar
 maar mooi
 leren om zwak en mooi te zijn
 leren om bang en trots te zijn
 leren dingen verzinnen
 ter plekken.

Samen

Wanneer je aan de HvA studeert met een beperking kun je een peercoach aanvragen. Via peercoaching word je gekoppeld aan een student met dezelfde functiebeperking als jij. Op deze manier ontvang je waardevolle tips. Coach Justin (25) studeert Toegepaste Psychologie. Coachee Rosemijn (26) studeert Verpleegkunde. Beiden ervaren ze stemmingswisselingen en depressieve gevoelens, wat ook hun studie beïnvloedde. Rosemijn en Justin gaan met elkaar in gesprek over het traject.



Limitless is het platform van de Hogeschool van Amsterdam voor én door studenten met een functiebeperking. Het platform werkt aan de zichtbaarheid van deze groep studenten, voorziet de HvA van feedback en brengt studenten met elkaar in contact. Kortom, Limitless zet zich in om studeren toegankelijker en leuker te maken. Je kunt contact opnemen via limitless@hva.nl of via Instagram: @hvalimitless.

Justin: 'We hebben elkaar ontmoet bij een fysieke bijeenkomst van Limitless. We zaten naast elkaar en zo raakten we al snel aan de praat. Ik was als coach erg bezig om jou te kunnen helpen, maar als ik erop terugkijk hebben we van elkaar geleerd.'

Rosemijn: 'Ik merkte bij die bijeenkomst dat zo'n peercoach interessant kon zijn voor mij. Vooral in deze lastige coronatijd herkennen we veel van elkaar. Daardoor konden we over genoeg onderwerpen sparren.'

'Ik meldde mij aan bij Limitless als coach, en doordat ik een minor heb gevolgd in coaching, kende ik het traject al. Limitless gaf alsnog goede leidraden en documenten om mij te helpen een peercoach te worden. Ik keek vooral naar mijn eigen ervaringen om iemand verder te helpen. Ik wilde bijvoorbeeld mindfulness meegeven aan jou, Rosemijn. Maar jij, de aanpakker, was daar al bekend mee. Ik ben door je geïnspireerd. Grappig hoe dat gaat.'

'Ik dacht echt arme jongen! Je was heel enthousiast en dacht dat je een goed plan had, maar ik deed het dus al...'

'Ik had wel een bepaalde werkwijze. In het eerste gesprek wilde ik kennismaken. We praatten over serieuze onderwerpen die dichtbij ons staan, dus ik vond het belangrijk dat ik iemand leerde kennen. In het tweede gesprek wilde ik al dingen meegeven, zoals een soort huiswerkopdracht. Op deze manier konden we vooruitgang en verandering zien.'

'Je gaf praktische tips over studie, maar ik had zelf ook al best veel geprobeerd. Het was vooral heel fijn om iemand te spreken die de impact van een stemmingsstoornis begreep.'

'Ik probeerde daarom wel dingen te verzinnen waar jij echt iets aan zou hebben. Over het algemeen was dat gewoon een luisterend oor. Met je peercoach spreek je één tot drie keer af. Het gesprek duurt vaak een uurtje, en je kan samen beslissen over hoeveel tijd je die keren wilt verspreiden. Ik kan als coach ook ervoor kiezen om – naast die drie keer – nog meer gesprekken te voeren. Op het einde besloten we om een paar maanden na het traject elkaar weer te zien om te kijken hoe het nu ging.'

'Ja, we hebben toen een goed gesprek gehad. In totaal hebben we er drie gevoerd. In februari ging ik stage lopen en ik vond het fijn vinden om daarna nog eens contact te hebben. Ik vind stage misschien wel een grotere uitdaging dan het theoretische deel van studie.'

'Ik kan juist enorm gestrest raken van toetsmomenten of tentamens. Ik voelde op dat soort momenten druk en ging me daardoor neerslachtig voelen. Het werk hoopte zich uiteindelijk op en daardoor had ik studievertraging. Ik wilde het zó graag goed doen, dat ik het daardoor niet meer kon doen. Echt bang om te falen.' >>



'Daar herken ik me ook wel in. Met opdrachten begin je met een leeg papier waar iets op moet. Dan had ik al in mijn hoofd: ik ben niet goed genoeg en dan begin je er ook niet aan. We gaven elkaar toen de tip om te beginnen met steekwoorden opschrijven.'

'Ik gaf je ook de tip om aan je SLB'er en medestudenten uit te leggen waar je mee zat, weet je nog? Op een gegeven moment stopt het coachtraject en dan is het goed om nog met iemand anders te kunnen praten. En je had ook iemand gevonden!'

De meeste medestudenten kennen Limitless niet en ze weten daardoor niet hoe je over een beperking praat. Door het gesprek aan te gaan, besepte ik ook dat ik niet de enige ben die last heeft van stemmingswisselingen. Ik heb nu ontdekt dat wel drie á vier studiegenoten dit ook hebben.'

'Aaah zie je! Nice! Heel tof dat je deze stap hebt gezet Rosemijn, en dat je nu weet dat je niet de enige bent.'

'Ja! Daarmee blijf je ook in contact met mensen die dezelfde studie doen en dezelfde dingen moeten inleveren en dan kun je elkaar helpen.'

'Gaaf om te horen dat er zo gecommuniceerd wordt onderling.'

'Ja precies! Die communicatie heb ik ook zo ervaren bij Limitless. Niet alleen mensen met een zichtbare functiebeperking melden zich aan bij Limitless'

'Wij hebben ook allebei last gehad van depressieve gevoelens, en Limitless heeft ons daarbij verder geholpen.'

'Ik raad andere mensen peercoaching zeker aan. Het is fijn om herkenning te krijgen en te beseffen dat je niet raar of apart bent als je het even moeilijk hebt. En dat geldt ook voor lichamelijke moeilijkheden. Limitless is goed om je in contact te brengen met iemand die jouw situatie begrijpt. Op psychische klachten zit nog weleens een taboe. Dat merkte ik ook toen ik het gesprek aanging met medestudenten buiten Limitless.'

'Zeker! Voor mensen die tegen hetzelfde aanlopen als wij, dus mensen die het even moeilijk hebben: trek aan de bel! Soms is een SLB'er druk, maar studenten bij Limitless staan sowieso voor je klaar.' ■

BAS

HET LEVEN
MET EEN
KORREL ZOUT
NEMEN

A stream of consciousness



Bas Peetsold is 25 jaar oud en studeerde onlangs af aan de HvA. Na zijn bachelor Toegepaste Psychologie studeert hij nu Communicatiewetenschappen aan de UvA. Toen Bas drie jaar oud was, kreeg hij de diagnose autismespectrumstoornis. Op zijn zeventiende maakte hij de overstap van speciaal onderwijs naar openbaar onderwijs. Dit was voor hem een wereld van verschil. Zijn stoornis heeft hem al aardig wat uitdagingen gebracht. Bijvoorbeeld in zijn dateleven. Maar gelukkig heeft Bas iets gevonden wat de wereld voor hem iets makkelijker maakt.

Het is bijna fascinerend om terug te kijken naar mijn jongere jaren, want wat een sociaal ongemakkelijke vent was ik. Gelukkig heb ik grote stappen gemaakt. Waar ik vroeger niet eens aan de ober durfde te vertellen wat ik wilde eten, zeg ik nu beleefd 'Jij ook!' nadat hij me smakelijk eten wenst. Oké, misschien lijken het babystapjes. Het waren echter niet de trainingen van een pedagoog die me daarbij hielpen. En ook niet die groepstraining van een psycholoog aan de UvA. Het is iets beters: cabaret.

HA HA HA

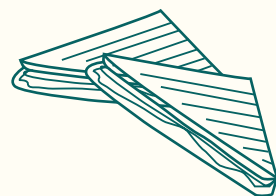
Lachen is het beste medicijn

Maar wat kunnen cabaretiers dan wat psychologen en pedagogen niet kunnen? Als ik één tip mocht geven aan mensen die net als ik een autismespectrumstoornis hebben, zou het cabaret zijn. Cabaret leert je op een andere manier naar alledaagse sociale situaties kijken, naast dat het gewoon een lekkere ontspanning is. De bevestiging dat jij niet de enige bent die soms anders naar bepaalde situaties kijkt, geeft veel voldoening. Daardoor heeft cabaret mij socialer gemaakt en me geholpen om me zelfverzekender te voelen. Men zegt niet voor niets dat lachen het beste medicijn is.

De meesters

Cabaret helpt mij emoties en verhalen uit te leggen op een manier waarop mensen blijven luisteren. Ik bedoel, we hebben het hier over mensen die regelmatig in volle zalen optreden en langer dan een uur het publiek weten vast te houden. Fenomenen als Ricky Gervais, Jim Jefferies en Dave Chapelle zijn hier meesters in. Hoe zij hun lichaamstaal gebruiken, zich voordoen als andere personages en praten op een manier alsof ze gewoon thuis zitten met vrienden: daar kun je als (autistische) toeschouwer veel van leren.

Maar ze hebben ook ieder hun eigen bijzondere talenten. Zo weet Gervais een balans te vinden tussen arrogantie en bewustzijn van zijn gebreken. Vaak als mensen arrogant doen over rijkdom of talent worden ze als natte tosti's beschouwd. Gervais neemt zichzelf daarentegen niet te serieus. Dat merk ik aan hem.





Daten á la Ned's Survival Gids

Als we het over daten hebben, dan is Jim Jefferies mijn ultieme raadgever. Hij legt bijvoorbeeld uit hoe de structuur van de datingwereld in elkaar zit. Volgens hem bestaat de meerderheid van de wereld uit vieren, vijven en zessen. Die mensen daten vooral met elkaar. Jefferies noemt zichzelf een vijfje, maar heb je zijn ex-vrouw wel eens gezien?! Dat heeft hij vast te danken aan zijn humor.

Door goed te observeren en te luisteren leer je stapje voor stapje hoe het werkt, dat daten. Met genoeg oefenen gaat het uiteindelijk beter. Dan hoef je je niet meer te schamen over die keer dat je op je zestiende een quote uit Ned's Survival Gids gebruikte toen je iemand mee uit vroeg. Heel specifiek voorbeeld, ik weet het. Je zou bijna denken dat ik hier uit ervaring spreek.



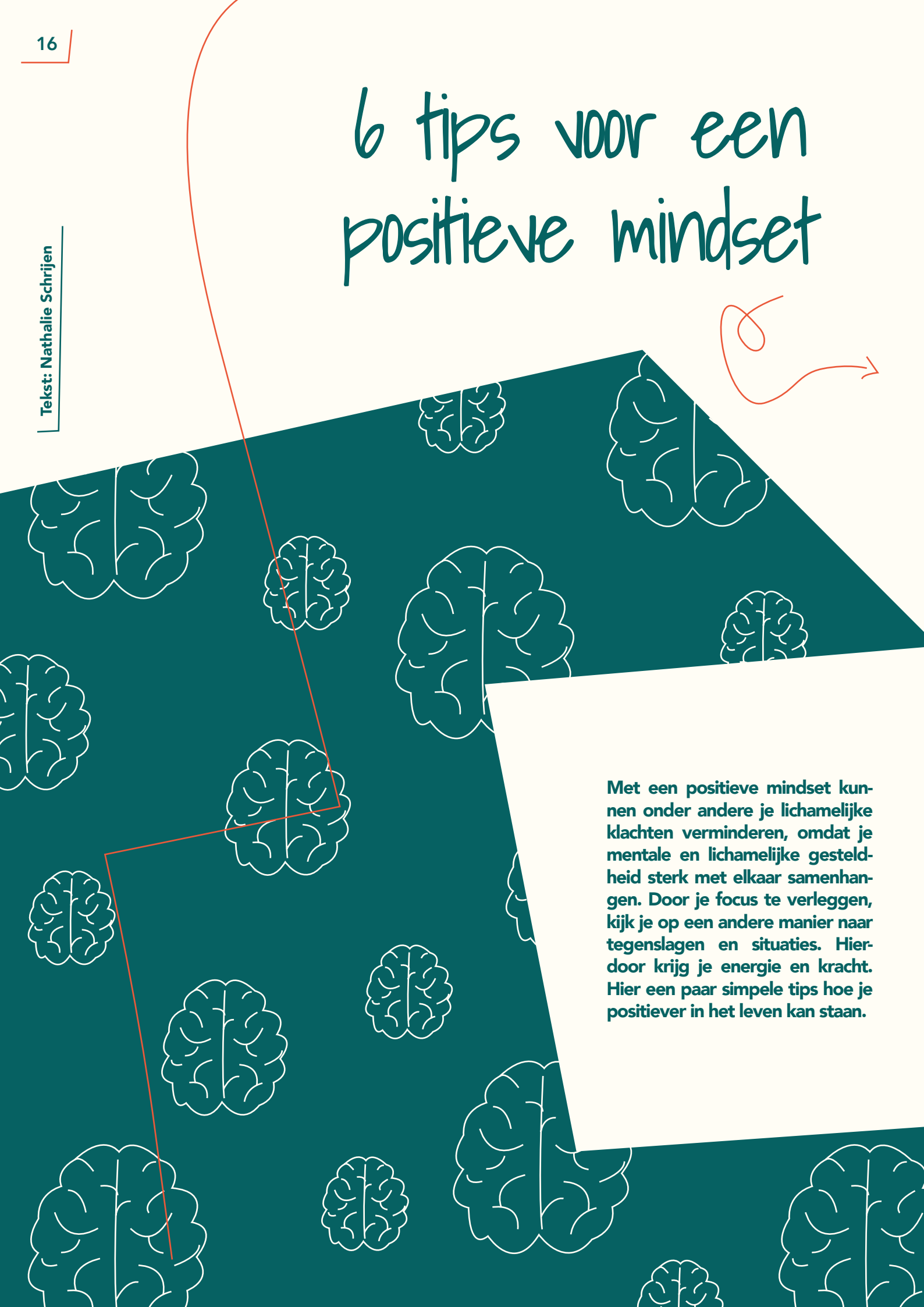
Lepeltje zelfspot

Bij Dave Chapelle voelt het soms net alsof je naar een lezing luistert met af en toe een *punchline* tussendoor. Ook maak ik het zelden mee dat het publiek al lacht om een verhaal na de eerste paar zinnen, nog lang voordat de clou komt, zoals bij Dave. Het maakt nog aandoenlijker dat hij zelf al halverwege het verhaal moeite heeft om zijn lach in te houden. Chapelle is een aanrader als je wilt leren om humoristisch te zijn op een manier waarop anderen empathie voor je hebben.

Ik ga zo goed op al die sarcastische, nonchalante no-nonsense humor met een lepeltje zelfspot hier en daar. Ik ben vooral dol op de komieken die verhalen vertellen alsof ze het op het podium ter plekke bedenken en de tijd nemen met hun verhaal. Ze laten dan af en toe een stilte vallen om een grap te laten bezinken bij het publiek.

Het belangrijkste is dat je soms gewoon schijt moet hebben. Omdat ik zo vaak naar cabaret kijk, ben ik tegenwoordig ook minder snel op mijn teentjes getrapt. Mijn advies is daarom: neem het leven vaker met een korreltje zout. Voor de autistische lezers: dit was een gezegde. Ik vertel je niet om zout te gaan eten en ik neem geen verantwoordelijkheid voor de gevolgen van je gezondheid. ■

6 tips voor een positieve mindset



Met een positieve mindset kunnen onder andere je lichamelijke klachten verminderen, omdat je mentale en lichamelijke gesteldheid sterk met elkaar samenhangen. Door je focus te verleggen, kijk je op een andere manier naar tegenslagen en situaties. Hierdoor krijg je energie en kracht. Hier een paar simpele tips hoe je positiever in het leven kan staan.



1 Je hebt altijd een keuze

Als er iets goed of fout gaat, heb jij de regie over jouw reactie daarop in handen. De situatie kan je niet veranderen, maar wel de manier hoe je hiernaar kijkt. Zie je enkel het negatieve? Lucht je hart bij je familie, vrienden of collega's en vraag wat hun kijk op de situatie is. Misschien kunnen zij jou op de positieve kanten wijzen.

2

2 Begin de dag positief

Start de dag met iets waarvan je kan genieten. Als je vrolijk begint is de kans veel groter dat je dit de rest van de dag ook bent. Sta op met je favoriete nummer of verwen jezelf met een lekker ontbijt. *Don't forget to smile!* Want wist je dat het stofje endorfine, dat door lachen vrijkomt, zorgt voor een goed humeur en als pijnstiller werkt?

3

3 Trek geen vergelijkingen

Jezelf vergelijken met anderen kan zorgen voor ontevredenheid. En dat is zonde want tevredenheid zorgt juist voor rust en geluk. Vergelijken levert negatieve emoties op én is een eindeloze strijd. Het gras is immers altijd groener aan de overkant. Leg daarom de focus op jezelf en leef hoe jij je het prettigst voelt.

4

4 Richt je op wat je kan

We kijken al gauw naar de dingen die we niet kunnen, maar dit helpt ons niet verder. Kijk eens naar alle dingen die je wél kan! Begin klein en leg de lat niet te hoog. Zie elke kleine stap die je haalt als overwinning en beloon jezelf. Mocht een stap niet meteen lukken neem jezelf dat niet kwalijk, maar zie het als een leerproces.

5

5 Zie de kleine dingen

Om positiever naar je leven te kijken, helpt het om bewust te worden van de kleine dingen om je heen die je blij maken. Bijvoorbeeld: een nieuw liedje dat je hebt ontdekt, een lekker recept dat je hebt geproefd of je favoriete film. Zo leer je jezelf onbewust om steeds meer kleine dingen te ontdekken en te zien. Je stelt jezelf als het ware open voor klein geluk. Wat hierbij kan helpen is om een boekje bij te houden waar je elke avond voor het slapen gaat vijf dingen in opschrijft waar je dankbaar of blij over bent geweest.

6

6 Neem de tijd

Je kan niet van de ene op de andere dag je hele instelling veranderen; dat heeft tijd en ook training nodig. Kleine stappen nemen is belangrijk. Gedragsveranderinggoeroe BJ Fog ontwikkelde hiervoor de Tiny Habits-methode waarbij je jezelf nieuw gedrag aanleert. Dit kan je doen door een kleine nieuwe actie te koppelen aan een routinematige handeling. Dus als jij vaker wilt lezen zou jouw Tiny Habit kunnen zijn dat je elke avond één bladzijde van een boek gaat lezen als je klaar bent met eten. Een kleine moeite met grote beloning, namelijk een tevreden gevoel en een stap in de goede richting. ■



'Durf jezelf te zijn'

Roos Sipkens was nog maar één uur oud toen ze haar eerste operatie kreeg. Ze is geboren met een open buik, waardoor haar lichaam veel te verduren kreeg. Inmiddels gaat het met de 27-jarige Roos hartstikke goed. Ze studeert Media, Informatie en Communicatie aan de Hogeschool van Amsterdam. Sinds dit jaar woont ze met haar kat Parker in Den Haag.

Tekst: Nathalie Schrijen



Wanneer je Roos ontmoet is ze erg spontaan en kletst ze veel. Ze houdt van muziek en gaat regelmatig naar concerten en festivals. Ook reist Roos graag naar het buitenland en is ze een paar jaar terug door Azië gereisd. Ze geniet van het leven en is dankbaar voor alles wat ze heeft.

Maar om te staan waar ze nu staat, heeft Roos in haar leven heel wat dingen meegemaakt. Ze is namelijk geboren met een open buikje. In vaktermen omphalocèle genoemd. Bij de geboorte van Roos lag het merendeel van haar organen uit haar lichaam, met als gevolg dat haar eerste operatie volgde toen zij nog maar één uur oud was. Bij de tweede operatie was ze twee weken oud. In die tussentijd werd Roos tien dagen in coma gehouden en kreeg ze zware medicatie. Ook kreeg ze een bloedvergiftiging. Dat is voor een klein lichaam een hoop trauma geweest, waar ze de gevolgen nog steeds van merkt.

Roos heeft nog altijd klachten omtrent haar spieren en organen. 'De eerste acht jaar van mijn leven had ik een buik die ruim vijf centimeter dikker was dan bij normale kinderen. Alsof ik zwanger was. Mijn buikspieren zijn daardoor onderontwikkeld en mijn rug heeft veel te verduren gehad. Hoe ouder je wordt,

hoe meer je dat gaat merken. Ik heb hierdoor snel last van mijn rug en mijn schouders raken snel overspannen. Daarnaast zijn mijn organen anders gevormd en liggen ze anders.'

Roos heeft haar klachten leren te accepteren en haar lichaam weten te omarmen. 'Mijn moeder en oma vonden het altijd mooi dat ik zo trots was op mijn buik. Ik doe nooit moeilijk over mijn litteken. Ik heb geen navel, met als gevolg dat het er heel anders uitziet dan een normale buik. Het maakt wie ik ben en ik weet niet beter. Afgezien van het litteken op mijn buik zie je niks aan mij. Ik kan nu in principe alles doen wat ik wil, maar net wat minder snel en makkelijk dan anderen.'

Ervoor uitkomen dat je klachten hebt, is iets dat Roos aan anderen mee wil geven. 'Twee jaar geleden was ik op vakantie het dragen van badpakken zat, dus ik kocht een bikini. Ik merkte dat mensen daar niet eens zo erg van opkeken. En dat terwijl ik wel over het strand liep zonder navel, met een gigantisch litteken. Als tiener durfde ik dat niet, maar je kan het niet blijven verbergen. Durf jezelf te zijn. Mensen met een aandoening hebben misschien meer onzekerheden, maar iedereen heeft wel iets wat hij of zij lastig vindt.' ■



Woordkeuze

Het woord functiebeperking slaat op iemand die een lichamelijke of geestelijke beperking heeft in het uitvoeren van een bepaalde taak, maar is op dit moment niet de meest recente term om een beperking aan te duiden. Die luidt 'mensen met een specifieke zorgbehoefte' en is meteen een mondvol. De zoektocht naar de geschikte woordkeuze is niet altijd vanzelfsprekend geweest. Termen als idioot, krankzinnige, gebrekkige, lamme, mongool en gehandicapte zijn lang gebruikelijk geweest maar zijn zeker niet wenselijk of juist. We gaan in gesprek over woordkeuze met drie HvA-studenten die lid zijn van het platform Limitless en zelf een functiebeperking hebben. Hoe ervaren zij de term functiebeperking en hebben ze een beter alternatief?



Anouk (23) is eerstejaarsstudent Commerciële Economie. Ze heeft ADHD.



Lisa (22) is derdejaarsstudent Pedagogiek. Ze heeft autisme.



Valery (26) is eerstejaarsstudent Engineering. Ze heeft een depressie en angststoornis.

Soft Landingsgesprekken

De Hogeschool van Amsterdam heeft in 2018-2019 een pilot uitgevoerd met Soft Landingsgesprekken. Het doel van deze gesprekken is spanning wegnemen bij studenten met een functiebeperking voordat zij beginnen met de studie. De HvA kijkt welke voorzieningen aansluiten bij de situatie van de student. Soft Landingsgesprekken worden afgenomen met een studentendecaan en een docent van de opleiding.

Ervaar je de term functiebeperking als negatief?



Anouk: 'Ja. Mensen hebben vaak een bepaald beeld van je, terwijl iedereen weleens moeilijke momenten heeft, dat betekent niet dat je meteen beperkt bent.'



Lisa: 'Ja, omdat de term voor mij enkel doelt op wat iemand niet zou kunnen.'



Valery: 'Zeker. Het lijkt alsof er iets mis is. Ondanks dat mensen met een functiebeperking inderdaad iets missen, hoeft dit niet op een negatieve manier te zijn. Ik heb depressie en een angststoornis. Ik ben dit niet, ik heb het wel.'

Wat betekent de term voor jou?



Anouk: 'Persoonlijk vind ik de term zwaarbeladen. Het omschrijft voor mij alles waarin ik beperkt word door mijn ADHD. Denk aan een korte spanningsboog, impulsief en snel afgeleid. Ik ervaar ADHD niet als een beperking, maar als iets wat bij mij hoort.'



Lisa: 'Ik vind de term negatief. Het geeft mij het gevoel dat mensen in hokjes worden geplaatst met allerlei diagnoses, waarbij de nadruk ligt op wat je niet kan. Ik vind het fijner als mensen zich zouden richten op wat een ander wel kan. Het is zonde dat de term functiebeperking daaraan voorbijgaat.'



Valery: 'De term functiebeperking betekent voor mij dat je één of meerdere beperkingen hebt op het 'normale' functioneren, wat mij meteen al ergert, want wat is normaal functioneren?'

Hoe wil je dat mensen jou aanspreken met betrekking tot je beperking?



Anouk: 'Ik vind het fijn als mensen mij niet anders behandelen dan

anderen. Als ze iets willen weten over mijn ADHD, dan kunnen ze dat aan mij vragen. Ik ben daar open over, want zo leren we van elkaar.'



Lisa: 'Ik vind het prettig als mensen aan mij vragen hoe ik autisme ervaar in plaats van dat ze zelf conclusies trekken, wat soms kwetsend kan zijn.'



Valery: 'Ik vind het fijn dat *mental health awareness* bespreekbaar wordt. Toch merk ik dat zodra ik vertel dat ik een depressie en/of angststoornis heb, mensen mij zielig en hulpeloos aankijken. Ik vind het prettig als alle beperkingen worden besproken op de manier zoals je vertelt dat je hoofdpijn hebt.'

Is er een andere term die jij prefereert?



Anouk: 'Ik heb gesproken op de open dag van Soft Landingsgesprekken (zie kader, red) over mijn eigen ervaring met studeren met ADHD. Op deze open dagen praten wij over de term studenten+, in plaats van studenten met een functiebeperking. Deze term klinkt al een stuk luchtiger.'



Lisa: 'De term functie-uitdaging zou ik zelf het fijnst vinden. Hier ligt voor mij de nadruk niet op het negatieve, want bij een uitdaging kan je er sterker uitkomen. Ik zie mijn autisme ook niet als een beperking, maar als een uitdaging.'



Valery: 'Ik denk dat alle termen beter zijn dan het woord functiebeperking. Het woord student+ – een student met iets extra's – is misschien een goed woord om te gebruiken. In ieder geval zou ik het liefst een positief woord willen, het blijft lastig! ▀

Verzinnen én winnen



Maak kans op een boekenbon t.w.v. 50 euro!

Het woord functiebeperking wordt vaak als negatief ervaren. Weet jij een betere en inclusievere term? Laat het ons weten! Stuur een berichtje naar ons Instagramaccount @hvacampus-creators en wie weet maak jij kans op een boekenbon t.w.v. 50 euro.

VERZINNEN ÉN WINNEN
VERZINNEN ÉN WINNEN
VERZINNEN ÉN WINNEN
VERZINNEN ÉN WINNEN
VERZINNEN ÉN WINNEN

'Leer verder kijken'

Demi is 23 jaar en heeft albinisme. Door deze pigmentstoornis zijn haar huid, ogen en haar heel licht. Ook is ze slechtziend. In deze video vertelt Demi over haar dateleven, haar motivatie voor de studie Social Work en hoe het is om te studeren met een beperking.



'In het water voel ik me niet beperkt'

Thijs van den End (27) studeert aan de Johan Cruyff Academy aan de Hogeschool van Amsterdam. Op twaalfjarige leeftijd werd zijn been geamputeerd als gevolg van een kwaadaardige tumor in zijn knie. Eén van de eerste dingen waar Thijs na zijn amputatie benieuwd naar was: of hij nog kon zwemmen. Hij viel al snel op bij de bondscoach van de Nationale Paralympische selectie en niet veel later deed hij mee aan het EK in IJsland en het WK in Eindhoven. Deze fotoreportage geeft je een kijkje in het leven van Thijs.

Alle foto's © Privé-archief Thijs, tenzij anders vermeld.



'Vroeger was ik al een waterrat. Mijn familie en ik gingen vrijwel elke zomer naar Kroatië, waar ik bijna iedere dag in het water te vinden was.'



'Als kind was ik een druktemaker. Ik speelde voornamelijk buiten en bouwde hutten met mijn vriendjes.'

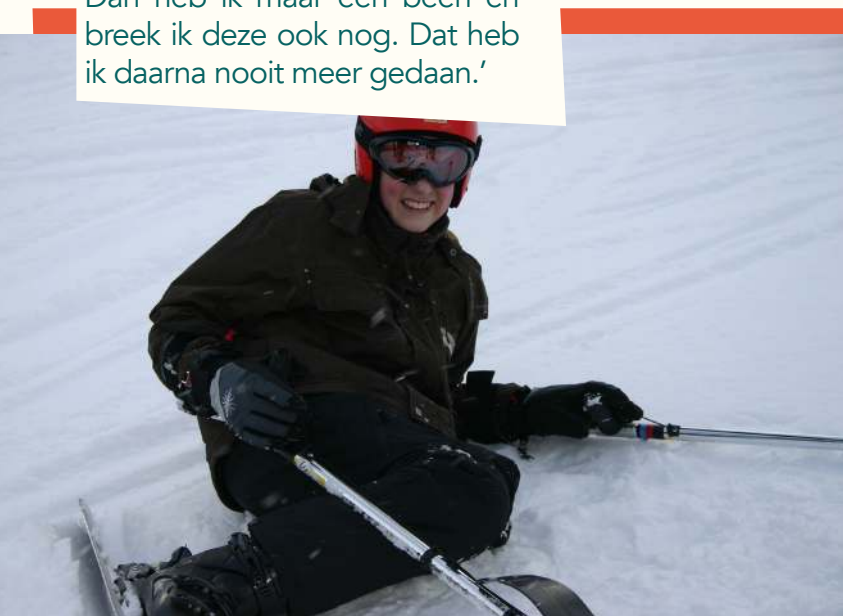


'Na één van de eerste atletiektrainingen na deze zomervakantie kreeg ik last van mijn knie. De huisarts dacht dat het een sportblessure was, maar dat bleek later wel anders. Tijdens een operatie om mijn groeischijs te stabiliseren, kwamen ze een kwaadaardige tumor tegen.' >>

'Om de tumor te onderzoeken onderging ik meerdere operaties. Ze probeerden mijn been te besparen, maar uiteindelijk bleek amputatie de enige optie. Dit was natuurlijk heftig en emotioneel, maar ik ging er vrij nuchter mee om. Het was voor mij duidelijk: mijn been eraf anders ben ik er straks niet meer.'



'Vanuit het ziekenhuis werden verschillende oncologische kinderkampen georganiseerd. Hier heb ik twee keer aan meegedaan, één keer survivals en één keer skiën. Het skiën op één been was geen groot succes. Ik heb toen mijn been gebroken. Dan heb ik maar één been en breek ik deze ook nog. Dat heb ik daarna nooit meer gedaan.'



'Na de amputatie heb ik nog achttien chemokuren gehad. Pas na deze kuren begon het revalidatieproces echt. Het bewegen met één been was allemaal nieuw. Aan het begin frustreerde dit mij, omdat je altijd meer wilt dan dat je kan.'



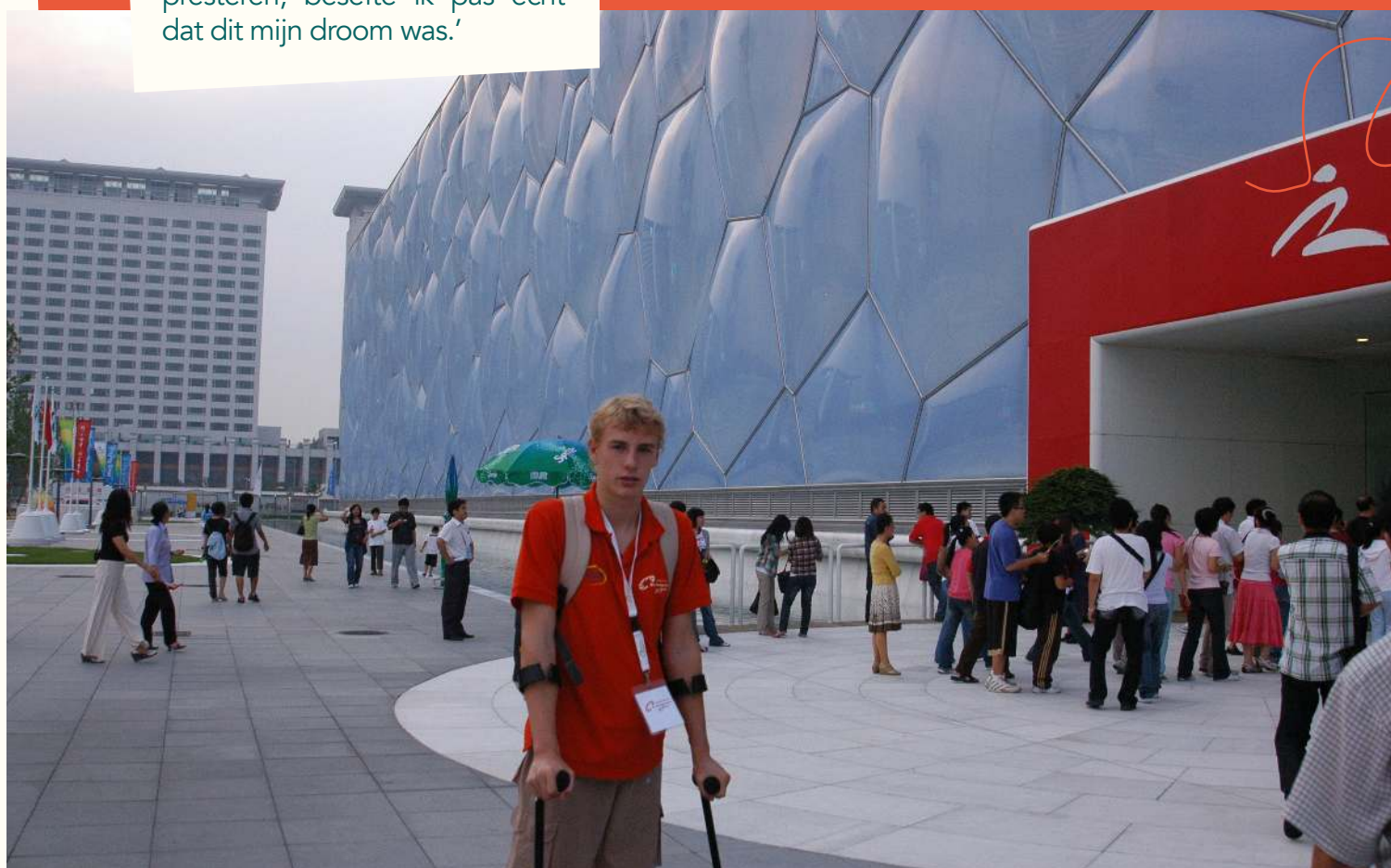
'Op het oncologisch kinderkamp heeft iedereen dezelfde ziekte meegemaakt. De één in ergere mate dan de ander. De ziekte speelde eigenlijk geen rol op het kamp. Sterker nog, er werd nauwelijks over gesproken. Het heeft ook geen zin om het steeds te benoemen, dat verandert niks aan de situatie.'

50



'Eén van de eerste dingen waar ik na mijn amputatie benieuwd naar was, was of ik kon zwemmen. Mijn buurjongen zat op wedstrijdzwemmen. Zijn coach zat in een rolstoel en had meegedaan aan de Paralympische Spelen. Mijn buurjongen dacht dat ik het daarom ook wel zou kunnen. Het was niet de insteek om van zwemmen daadwerkelijk mijn sport te maken, maar het werd uiteindelijk een uitdaging en leuke hobby waar ik steeds beter in werd.' >>

'Via mijn revalidatiecentrum was het mogelijk om naar Peking te gaan om de Paralympische Spelen van 2008 te bezoeken. Dit was een geweldige ervaring. Toen ik de sporters daar zag presteren, besepte ik pas echt dat dit mijn droom was.'





© Carla Kogelman

'Zwemmen werd een levensstijl. Ik trainde bijna dagelijks. Leef-tijdsgenoten gingen naar de kroeg en studeerden. Maar mijn leven voelde beperkt. Op een gegeven moment merkte ik dat ik daardoor minder plezier had in het zwemmen. Twee jaar lang ben ik gestopt met zwemmen, maar in 2014 begon het weer te kriebelen. Voor mijn gevoel had ik nog niet alles uit mijn zwem-carrière gehaald.'

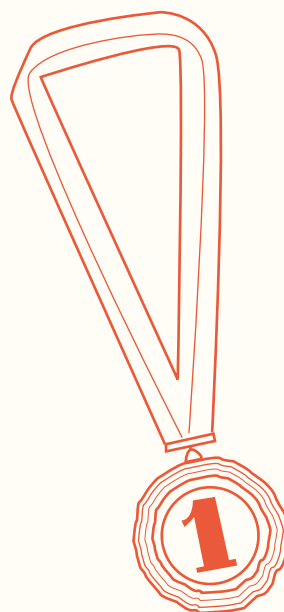
'De wereld van zwemmers met een beperking is klein. Na een aantal wedstrijden viel ik op bij de bondscoach van de Nationale Paralympische selectie. Vervolgens deed ik mee aan internationale wedstrijden en kwam ik in de talentselectie terecht. In 2009 deed ik mee aan het EK in IJsland. Dan zwem je tussen de grote jongens, zo bijzonder om mee te maken.' >>





© Alicja Królikowska

'In 2014 was het voor mij een bewuste keuze om opnieuw voor de topsport te gaan. Ik was fysiek sterker geworden en ik had weer plezier in het zwemmen. Ik wist precies waar ik ja tegen zei en dat gaf motivatie om sneller te zwemmen dan ooit. Ik won soms zelfs van mensen die twee benen hadden, dat gaf een mooi en bevrijdend gevoel. In het water voel ik mij niet beperkt.'



'Als ik een mindere dag of prestatie heb, blijf ik daar niet in hangen. Ik kijk naar het grotere geheel. Je kan niet altijd een persoonlijk record zwemmen. Mijn mooiste prestatie is het winnen van zilver op het EK in Dublin in 2018 met een PR van 1.05.08 op de 100 meter rugslag. Alles viel dat jaar op zijn plek. Deze medaille was een bekroning op mijn comeback.' >>





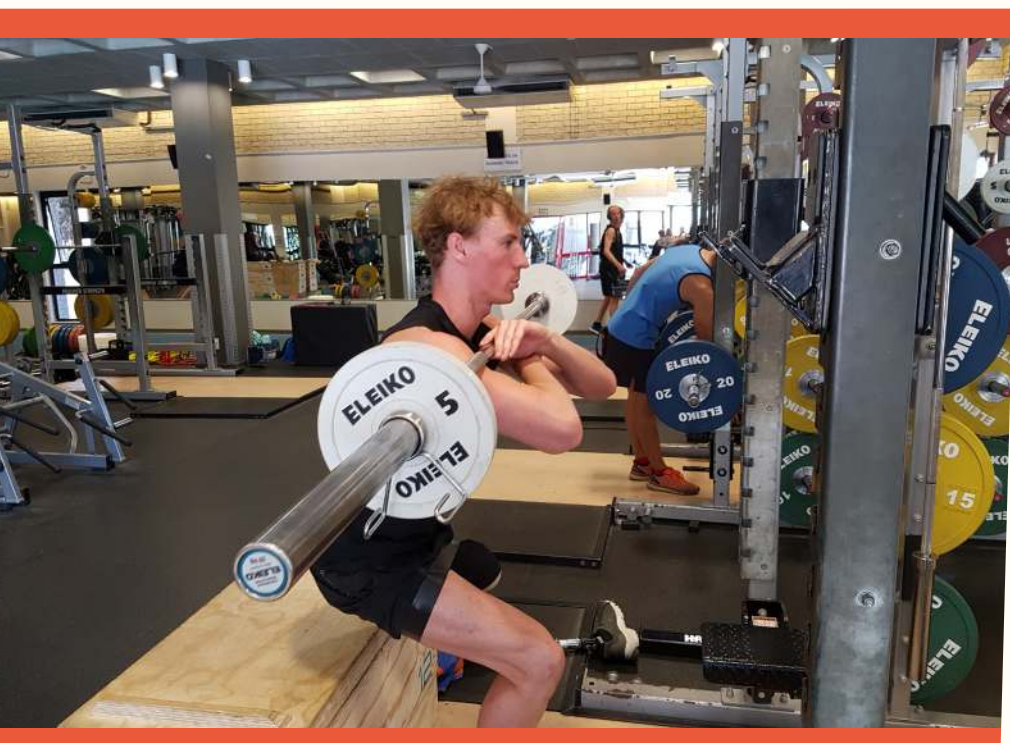
'Begin 2016 bij het Rabobank Sportgala Woerden ben ik uitgeroepen tot Woerdens sportman van het jaar 2015. In dat jaar werd ik Nederlands kampioen op de 200m vrije slag.'

© Alex de Kuijper



'In 2019 ben ik onder andere op trainingsstage geweest in Zuid-Afrika als voorbereiding op de Paralympische Spelen in 2020. Voor mijzelf had ik een planning gemaakt om na deze spelen te stoppen. Door de coronacrisis werden de Spelen afgezegd en vervolgens verplaatst. Uiteindelijk heb ik mede hierdoor de keuze gemaakt om te stoppen met zwemmen. Topsport heeft mij mooie dingen opgeleverd, maar ik kies nu voor een leven waarin ik elke dag beslis wat ik die dag wil doen.

Als je een beperking hebt, weet je als geen ander dat je moet kijken naar de positieve dingen in het leven. Laat je niet tegenhouden door je beperking of door meningen van anderen en probeer nieuwe dingen. Als je een keer onderuitgaat is dat niet erg, dat hoort juist bij het leven.' ■



Stel je voor: je zit thuis op de bank en krijgt een appje van een vriendin die vraagt waarom je momenteel niet bij het tentamen bent. Voor Ilse is dit niets nieuws. Door haar ADD is het constant chaos in haar hoofd en is ze al drie keer een tentamen vergeten. 'Ik heb meer dan vijfhonderd notities met dingen die ik moet onthouden.'

'Ik kreeg te horen dat ik ADD had toen ik op mezelf ging wonen. Ik merkte dat ik in ergere mate dingen vergat. Ik zat ook niet lekker in mijn vel en praatte daar met familie over. Meerdere mensen uit mijn familie hebben ADD, waardoor ik al snel een link legde. Ik legde de tweede link toen ik in gesprek was met een vriendin van mij die ook ADD heeft. We graptten dat we veel op elkaar lijken. Na een van onze gesprekken, bekeek ik een lijst met ADD-kenmerken en dacht: dit is precies wie ik ben. Kort daarna deed ik een test, waar meteen uit bleek dat ik inderdaad ADD heb.

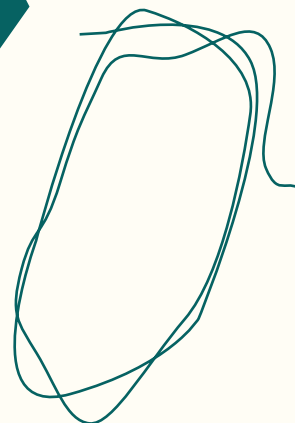
Toen ik de diagnose kreeg, was ik blij. Ik heb altijd al last gehad van psychische problemen en dacht dat de medicatie die ik zou krijgen misschien de oplossing was. Eén van de kenmerken van ADD of ADHD is namelijk dat je een dopaminetekort hebt, dus sommige mensen zijn daardoor depressief. Ook ik had depressieve gevoelens en ik vond het fijn als dat weg zou gaan. Door de medicatie voelde het alsof ik nooit kleuren had gezien en opeens allemaal kleuren zag. Ik snapte eindelijk waarom ik 'anders' was. Het krijgen van de diagnose was dus fijn en erg hoopvol, en ik dacht dat alles beter zou worden vanaf dat moment.

'Ik zou het
leven saai vinden
zonder
ADD'

Uiteindelijk werkte de medicatie toch niet goed, waardoor ik gewoon heb moeten leren leven met mijn ADD. Ik raak snel afgeleid, ik raak de draad van mijn verhaal kwijt en kom soms niet op woorden. Ik raak ook vaak spullen kwijt, zoals mijn sleutels of ik vergeet waar ik mijn fiets heb neergezet waardoor ik te laat kom. Daarnaast ben ik snel overprikkeld. Ik kan dus niet meerdere activiteiten op

een dag hebben. Zo beïnvloedt ADD mijn hele leven. Soms heb Een extreem voorbeeld is dat ik al drie keren een tentamen ben vergeten. Ik heb dan verkeerd gekeken in het rooster en denk ik dat het de volgende dag is. Dan krijg ik ineens een appje van een vriendin met 'Waar ben je?' en stuur ik vrolijk terug 'Thuis, waar ben jij?'. Vervolgens heb ik mijn tentamen gemist. Daarnaast heb ik ongeveer vijfhonderd notities met lijstjes van dingen die ik niet moet vergeten. Ik heb ook overal briefjes liggen, maar dan moet ik die wel weer terugvinden. Daar kan ik wel de humor van inzien.

ADD brengt ook niet alleen maar negatieve dingen. Doordat mijn hersenen anders werken, ben ik creatief en kom ik vaak met oplossingen voor vraagstukken waar anderen niet op komen. Daarnaast is het ook wel gezellig dat het altijd chaos is. Ik houd wel van de onvoorspelbaarheid die het met zich mee brengt. Ik denk dat ik het leven zelfs een beetje saai zou vinden zonder ADD.' ■



'Ik snap vaak niet wat mensen voelen of willen'



PDD-NOS staat voor *Pervasive Development Disorder Not Otherwise Specified*. Pervasief betekent dat het invloed heeft op de totale ontwikkeling. Dat zijn bijvoorbeeld de sociale vaardigheden, motoriek of relaties, maar ook fantasie, gevoelens en begrip van de omringende wereld.

Tegenwoordig wordt iemand niet meer met PDD-NOS, klassiek autisme of Asperger gediagnosticeerd, maar alleen nog met de overkoepelende autisme-spectrumstoornis (ASS). Die diagnose krijg je als je veel autistische kenmerken hebt.

Maverick is 25 jaar, studeert Technische Informatica en houdt van bordspellen spelen. Toen hij vijf jaar was, werd de diagnose PDD-NOS bij hem vastgesteld: een vorm van autisme. 'Ik heb veel tijd en duidelijkheid nodig.'

Waar in uit jouw autisme zich?

'Door mijn autisme heb ik niet op alles snel antwoord. Ik moet eerst nadenken, dus er kan een paar seconden zitten tussen de vraag en mijn antwoord. Daarnaast kan ik heel eigenwijs zijn en beschik ik niet over alle sociale vaardigheden die een gemiddeld persoon heeft.'

Over wat voor sociale vaardigheden heb je het dan?

'Dat weet ik niet.'

Wat wil je eigenlijk liever dat ik zeg: dat je autistisch bent, of autisme hebt?

'Dat ik autisme heb. Als je zegt dat ik autistisch ben, dan klinkt het alsof dat het enige is wat ik ben. Ik ben meer dan alleen mijn autisme.'



Hoe word je vanuit de HvA begeleid?

'Ik heb nu elke vier weken een belafpraak met mijn studenten-decaan. Daarnaast heb ik een peercoach die ik om de zoveel dagen spreek. Dat is een soort studentmentor die mij tips geeft over hoe ik binnen mijn studie en de HvA om kan gaan met mijn autisme, zoals het inplannen wanneer ik aan een opdracht ga werken en herkansingen voorkomen zodat het werk zich niet opstapelt. Die tips vind ik fijn. Ook door Limitless, het HvA-platform voor studenten met een functiebeperking, kom ik in aanraking met mensen die hetzelfde hebben als ik, wat ik prettig vind.'

En hoe gaat het samenwerken op je studie?

'Samenwerken gaat supergoed. Ik ben een echte teamspeler. Daarnaast zitten er vaak meerdere autisten in de klas bij een studie als Technische Informatica. Mijn klas bestaat uit honderd studenten, die zijn verdeeld in groepen (squads) van tien tot twaalf mensen. In mijn squad zitten in totaal al drie autisten. Het is dus ook fijn om samen te werken omdat die mensen mij begrijpen.'

Worden er wel eens grapjes gemaakt over autisme?

'Ja.'

Lach je er dan om?

'Dat ligt eraan wie de grap maakt. Bij mijn vrienden worden er veel grapjes gemaakt over autisme.

Als ik het bijvoorbeeld oneens ben met vrienden dan zeggen ze: 'Daar krijg je zeker autistische trekjes van.' Dat vind ik wel grappig.'

Zou je nog iets willen meegeven aan mensen over PDD-NOS?

'Ja, dat wij mensen zijn die soms tijd nodig hebben. We hebben een emotionele blinde vlek. Daardoor snappen we soms niet wat andere mensen bedoelen, willen, of hoe ze zich voelen. Ik snap de emoties vaak niet in iemands woorden of gezicht. Gun ons tijd en wees duidelijk.' ■



Must have

Sommige producten maken het leven net even wat makkelijker, leuker of fijner. Maar, dan moet je natuurlijk wel van het bestaan afweten! Op deze pagina tippen we onze ultieme *must have's*: van koptelefoon tot plant en van waterfles tot gezichtsroller. Ook leuk om cadeau te doen!

Tekst: Yvonne van Antwerpen



In de wolken: Geurwolkje diffuser

Last van een droge keel, verstopte neus, droge huid, hoofdpijn of rode ogen? Dit gezellige geurwolkje is een luchtbevochtiger, geurverspreider én nachtlampje in één! Gebruik bijvoorbeeld in combinatie met een etherische olie van cederhout voor een rustgevendende en zuiverende werking.

€39,95 bij geurwolkje.nl



They see me rollin': Jade roller

Met een roller van jade of rozenkwarts stimuleer je de bloedsomloop in je gezicht. Dit is goed voor het afvoeren van afvalstoffen, heeft helende effecten op je huid en vermindert wallen. Daarnaast trekt rozenkwarts geluk, succes en rijkdom aan. Ook stimuleert het liefde en wijsheid én helpt bij bescherming tegen bedrog, uitbuiting en pech.

€9,99 bij Etos

Dagboek 2.0: Iedere dag een vraag

Waar sta jij over vijf jaar? En waar was je vijf jaar geleden? Dit vijf-jaren dagboek stelt je iedere dag een nieuwe vraag. Volgend jaar, op dezelfde datum, beantwoord je de vraag nog eens. Zo houd je makkelijk je persoonlijke ontwikkeling bij!

€12,99 bij bol.com



Het gras is groener: Monstera plant

De *Monstera* plant zorgt voor een extra dosis zuurstof en blijdschap en zuivert de lucht. Het ziet er niet alleen heel gezellig uit, maar planten in je kamer zorgen ook nog eens voor een gevoel van veiligheid.

€16,99 bij Intratuin



Ik zie, ik zie wat jij niet ziet: Make-up bril

Je make-up doen en toch nog scherp zien: het kan met deze handige make-up bril. De bril heeft één glas, die je van links naar rechts kunt schuiven. Zo kun je op het ene oog die strakke winged liner maken, en met je andere oog beoordelen of 'ie niet per ongeluk tot aan je oor doorloopt.

€14,95 bij bol.com



Het licht zien: Lichttherapie

Je stemming verbeteren en energiedipjes bestrijden? Met deze lamp word je alleen door het kijken naar het licht, fitter en energieke. *Shed a light on me!*

€38,50 bij bol.com

Alles in één: YOS fles

Met deze handige fles heb je alles bij de hand om je medicijnen of supplementen in te nemen, ook onderweg. Verkrijgbaar in diverse hippe kleuren.

€21,90 bij productpine.com



Handsfree: Telefoonhouder Tokomundo

Gemak dient de mens, net als deze handige telefoonhouder van *Tokomundo*! Ideaal tijdens het koken of voor de perfecte selfie.

€26,95 bij bol.com

Medewerkers aan de HvA ervaren – net als studenten – *struggles*. Toch laten zij zich niet méér beperken dan andere medewerkers. We spraken Marie, Lisette, Naomi en Ilona over hun beperking en het werkende leven.

Zo vertelt Marie over haar ervaring met lesgeven zonder dat ze de studenten kan horen. Lisette zit in rolstoel en loopt tegen ongemakken aan met kleding, Naomi is verlamd aan één kant van haar lichaam en ten slotte vertelt Ilona over haar auto-immuunziekte en hoe Limitless haar leven positief inkleurt.

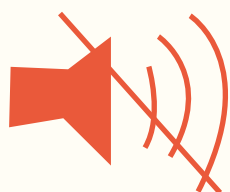
Marie

Lisette

Naomi

Ilona

'Ik sta niet
iedere dag
op met:
Oh ik ben
doof'





Marie van Driessche (32) is interactief ontwerper bij de VPRO en afstudeerbegeleider bij de opleiding Communication and Multimedia Design aan de Hogeschool van Amsterdam. Ze woont in Amsterdam en in haar vrije tijd is ze dol op boeken lezen, koken en kitesurfen.

'Ik ben doof geboren. Het is een groot deel van mijn identiteit. Het heeft me gevormd tot wie ik ben en hoe ik in het leven sta. Maar tegelijkertijd is doof zijn geen hoofdzaak in mijn leven. Ik sta niet iedere dag op met: Oh ik ben doof. Ik krijg soms de vraag of ik muziek mis, maar ik heb muziek nooit kunnen horen dus ik weet niet wat ik mis. Ik denk dat als ik nu zou mogen kiezen om morgen horend wakker te worden, ik het niet zou doen. Ik vind het prima zoals ik nu ben.

Solliciteren is altijd een dilemma. Zet ik in de sollicitatiebrief dat ik doof ben? Bij de VPRO heb ik dat uiteindelijk niet gedaan. Als ze mijn CV of website goed hadden gelezen, hadden ze het er wel uit kunnen opmaken. Ik ben gedegen in wat ik doe, namelijk User Experience (UX) en User Interface (UI) ontwerp. Het vervullen van de baan draait tenslotte om de kennis in het vakgebied.

Lesgeven vind ik spannend want ik vraag mij af hoe studenten mij zien, of wat ze van mij vinden als doof iemand. Lesgeven is heel veel plannen en voorbereiden.

Ik heb voor elke les die ik geef twee tolken nodig, omdat ze elkaar afwisselen. Ik kan ook niet elke week een andere tolk regelen, omdat de vertaler dan geen idee heeft waar de les over gaat of welke woorden ik gebruik. Tot nu toe gaat het prima. Ik leg iedere keer uit aan studenten hoe dat werkt met tolken. Er zijn wel bepaalde fouten die mensen vaak maken. Dat ze bijvoorbeeld via een tolk praten tegen mij. Dus dan zeggen ze: 'Kan jij dit even aan Marie vragen?', dat zijn dingen waarvan ik denk doe dat alsjeblieft nooit.

Ik ben doof, ik kan daar niet omheen, maar ik ben meer dan dat alleen. Mensen met een beperking moeten zich extra bewijzen, omdat ze op een andere manier worden gezien. Op televisie worden dove mensen ook alleen maar gevraagd als het over doof zijn gaat. Dat snap ik ook wel, maar ik vraag me af waarom alleen dan? Ik ben interactief ontwerper en toevallig ben ik ook doof, dat kan gebeuren. Ik hoop dat daar de shift gaat komen in de toekomst. Dat de aandacht minder ligt bij het doof zijn, maar juist bij onze vaardigheden.' ■

Marie

Lisette

Naomi

Ilona

'Broeken zijn altijd te kort'

Lisette Vonk (33) werkt als onderzoeker op de HvA voor het Fashion Technology Lab. Onlangs deed ze onderzoek naar de problematiek bij kleding voor rolstoelgebruikers. Lisette is zelf ook een rolstoelgebruiker, maar dat is niet de reden waarom ze dit project is gestart: 'Mensen maken dit soort projecten al snel persoonlijk, dat ik het doe omdat ik in een rolstoel zit maar dat is niet zo.'

'Ik heb weinig last van het niet kunnen vinden van kleding, maar tijdens het onderzoek kwamen er wel een aantal dingen naar voren waarvan ik dacht: dat klopt, daar heb ik ook last van! Zo zijn broeken altijd te kort. Kleding wordt gemaakt op de staande mens, zodra je gaat zitten kruipt je broek omhoog. Dat hebben niet-rolstoelgebruikers ook, maar die zitten niet de hele dag. Ook kunnen rolstoelgebruikers eigenlijk geen witte jas aan. Binnen no-time zijn je hele mouwen bruin omdat je telkens met je armen tegen de wielen aanzit. Er zijn wel oplossingen te bedenken voor dit soort dingen, maar unieke kleding op maat maken wordt lastig. Het wordt dan een nichemarkt waardoor de prijs snel omhoogschiet. Zulke kleding wordt daarmee onbetaalbaar voor de meeste eindgebruikers.'

Onderzoek naar jezelf doen is altijd een lastig onderwerp. Het wordt al snel persoonlijk. Mensen denken: Oh daarom doe je het! Nee, ik doe goed onderzoek en dat heeft niks te maken met het feit dat ik in een rolstoel zit.

We hebben het onderzoek gedaan met studenten van de HvA en drie ondernemingen. Eén bedrijf, Be it By Jenn, heeft gekeken naar het grootste probleem, namelijk broeken. Eigenaresse Jennifer maakte een collectie voor mensen die een zittend leven leiden, zodat broeken hen toch goed passen. Dit vind ik slim van haar want hierdoor kun je zulke broeken gaan massaproduceren en worden ze voor veel mensen in ieder geval een oplossing voor een deel van de problematiek.'

Lisette raakte zelf verlamd op haar zeventiende, maar weet nog steeds niet hoe dat komt. Vooraf heeft ze een half jaar lang klachten gehad, maar de artsen konden hun vinger er niet op leggen. Op een dag werd ze wakker zonder gevoel in haar benen. 'Iemand stelde mij een mooie vraag: 'Wat zou je anders doen als je morgen opstaat en kunt lopen?' Ik zou niks anders doen, mijn leven zou hetzelfde zijn alleen dan veel sneller en minder gecompliceerd. Een rolstoel beïnvloedt mijn leven niet.'



Marie

Lisette

Naomi

Ilona

'Ik laat mijn beperking mij niet beperken'

Naomi de Jong (27) is in haar vrije tijd het liefst bij haar paarden of spreekt af met familie en vriendinnen. Sinds haar geboorte heeft ze hemiplegie (verlamming aan één kant van het lichaam) met als gevolg sinds 2018 epilepsie. Naomi heeft verminderde kracht en controle over haar rechterarm. Ze studeerde Communicatie aan de HvA en is nu medewerker Onderwijsbureau CO+CB. 'Aan alle startenden: wees gelijk open en eerlijk over je beperking.'



'Bij mijn allereerste baan bij een woningbouwvereniging zei ik niet dat ik een beperking had, omdat ik dacht dat ik de baan wel aankon. Uiteindelijk moest ik aan mezelf en mijn vorige werkgever toegeven dat de werkzaamheden te veel werden voor mij. Ik heb toen besloten dat ik bij een nieuwe werkgever minder zou gaan werken.'

Tijdens mijn sollicitatie bij de HvA had ik mijn team ook niet meteen op de hoogte gebracht van mijn beperking. Ik wilde dat ze mij zouden beoordelen om wie ik ben zonder mijn beperking. Uiteindelijk bleek dat de HvA het al van mijn toenmalige SLB'er had gehoord. Ik had het net zo goed meteen kunnen zeggen...

Mijn beperking is een deel van wie ik ben. Ik heb geleerd dat mijn beperking mij niet beperkt in het vinden van de baan die ik leuk vind. Aan alle startenden op de arbeidsmarkt: wees gelijk open en eerlijk over je beperking.' ■



Marie

Lisette

Naomi

Ilona

'Eigenlijk ben ik dus altijd allergisch'

Ilona (24) woont sinds kort op zichzelf in Den Haag, is derdejaars Creative Business-studente en heeft een zeldzame auto-immuunziekte genaamd mastocytose (oftewel mestcelziekte, een auto-immuunziekte; zie uitleg op de volgende pagina). Ze is een creatieve duizendpoot en in haar vrije tijd doet ze graag dingen als fotograferen, schrijven, wandelen en rondstruinen op de markt.



'Ik werk als projectmedewerker voor de platformen Limitless en Tune In. Bij de sollicitatie was voor de verandering een beperking vereist. Het feit dat ik nu open kan zijn over mijn functiebeperking is zó fijn. Beide platformen zetten zich in voor inclusie en diversiteit binnen de Hogeschool van Amsterdam. We informeren studenten, brengen ze met elkaar in contact en organiseren evenementen en bijeenkomsten. Het werk is leerzaam en bijzonder. Ik vind het waardevol om mij naast mijn studie in te zetten voor studenten met een functiebeperking. Je leert ook over andere functiebeperkingen, waardoor je blik breder wordt en je empathisch vermogen groter. Als maatschappij vergeet je soms de diversiteit in functiebeperkingen; niet iedereen is hetzelfde.'

Limitless en Tune In zijn beiden een platform van de Hogeschool van Amsterdam. Limitless maakt studeren voor studenten met een functiebeperking toegankelijker en leuker. Wanneer jij als eerste uit jouw gezin start met een hbo-opleiding, bereidt Tune In je voor op je studie.

Mastocytose is een auto-immuunziekte. Het is een zeldzame bloedziekte, waarbij er in mijn lichaam te veel mestcellen aanwezig zijn. Deze cellen hebben een belangrijke rol bij je afweersysteem. Wanneer je allergisch bent voor, bijvoorbeeld, noten, en je eet een pinda komt het stofje histamine vrij. Bij mij komt – door het aantal mestcellen – dit chronisch vrij. Eigenlijk ben ik dus altijd allergisch. De ziekte was al ontwikkeld bij mijn geboorte, maar pas rond mijn twaalfde begon ik ziek te worden. Mijn klachten varieerden van extreme vermoeidheid tot chronische hoofdpijn.

Als ik er bewust over nadenk ben ik erg beperkt, maar ik sta er niet zo bij stil. Ik ben ook al meer dan tien jaar ziek. Door mijn revalidatie leerde ik met mijn ziekte, klachten en onzekerheid om te gaan. Ik heb meerdere burn-outs gehad en ik deed moeite om hier bovenop te komen. Ik begon met een uur per week te werken. Na dat uurtje lag ik de hele week op bed. Kan je nagaan: nu werk ik zestien uur per week én doe ik er een voltijd studie naast. Ik hoop door mijn werk bij Limitless, studenten te motiveren en hen te inspireren om hun dromen achterna te gaan. Kleur buiten de lijnen. Als ik het kan, dan kan jij het ook.' ■



Must read

Lezen is heerlijk én goed voor je geest. Aan prachtboeken waarin beperkingen een rol spelen geen gebrek. Zo speelt de recente winnaar van de Libris Literatuurprijs, Cliënt E. Busken van Jeroen Brouwers, zich af op een gesloten psychiatrische instelling. Op deze pagina lees je onze aanraders. Helemaal handig: de meeste van deze boeken vindt je ook als luisterboek op Storytel.



Het begint met een kus Kelly Moran

Dierenarts Flynn heeft samen met zijn twee broers een dierenartspraktijk in het stadje Redwood. Omdat hij niet kan horen, vertrouwt hij op zijn assistente Gabby, die ook zijn beste vriendin is. Beiden houden ze stug vol dat er geen gevoelens in het spel zijn, maar de inwoners van het stadje weten wel beter.

€12,99

De geur van groen Pamela Sharon

Raaf is een doodgewone puber van zestien die toevallig ook blind is. Haar beste vriendin May-Lin vertelt haar letterlijk in geuren en kleuren hoe de omgeving eruit ziet en ruikt. Maar het leven is niet alleen maar rozengeur en maneschijn, want er overkomt Raaf een *life-changing* moment.

€19,99



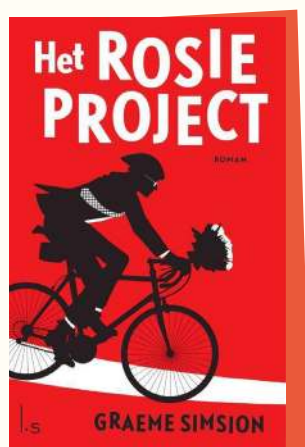
De tweelingparadox Nowelle Barnhoorn

Een bijzondere roman over de eeneiige tweeling Thomas en Mathis. Ze begrijpen elkaar zonder ook maar iets te zeggen, maar de verschillen in hun leven worden steeds groter naarmate ze ouder worden. Thomas zit in een rolstoel en ligt het grootste deel van de dag op bed. Mathis daarentegen bezoekt als fotograaf plekken over de hele wereld.

€20,99

I'm OK**Josien Smit**

In dit boek beschrijft auteur Josien hoe haar leven met reuma eruitziet. Ze schrijft over alles waar mensen met een chronische aandoening mee te maken krijgen. Onderwerpen als daten, acceptatie en depressies komen op een openhartige, en soms zelfs humoristische, manier aan bod.

€11,85**Het Rosie project**
Graeme Simon

Don Tillman is geneticus en geeft les aan de universiteit. Vanwege zijn autisme is hij niet ijzersterk in sociale contacten, laat staan in daten. Rosie Jarman brengt daar al snel verandering in. Lees ook deel twee en drie: *Het Rosie effect* en *Het Rosie resultaat*.

€12,99**De stotteraar****Charles Lewinsky**

Omdat Johannes Hosea al zo lang als hij zich kan herinneren stottert, vindt hij kracht in het geschreven woord. Hij kent de Bijbel als zijn broekzak en als kind schreef hij brieven om uit handen te blijven van pesterijen op school. Ook in zijn carrière weet hij omhoog te klimmen dankzij zijn schrijftalent. Als Johannes door een 'ongelukkige onzorgvuldigheid' in de gevangenis belandt, schrijft hij ook daar brieven om de mensen die zijn lot bepalen om zijn vinger te winden.

€24,99**Ik ben er niet**
Lize Spit

Simon en Leo zijn al jaren een hecht koppel en hebben samen veel meegemaakt. Zolang ze elkaar hebben, komt alles altijd weer op z'n pootjes terecht. Totdat Simon op een nacht thuiskomt en een totaal ander persoon lijkt. De relatie die eerst als twee stevige pilaren in de grond stond, brokkelt nu langzaam af. *Ik ben er niet* gaat over twee mensen met hun eigen beperkingen, die niets liever willen dan lief hebben en leven.

€25,99

Steun lokale ondernemers: koop je boek (online) bij een boekhandel bij jou in de buurt! Heeft jouw favo boekenwinkel geen website? Met een mailtje of een belletje kun je vaak alsnog een bestelling plaatsen.

Studeren en werken

Studeren en werken met een functiebeperking vallen onder 'diversiteit en inclusie', een onderwerp dat de afgelopen drie jaar op steeds meer manieren aandacht heeft gekregen binnen de HvA. Zo is er een programmamanager aangesteld, zijn er platforms opgericht (bijvoorbeeld Limitless, HvA Pride, Diversity Hub) en heeft debatcentrum FLOOR een avond georganiseerd met diversiteit en inclusie als thema met presentatrice Eva Eikhout.

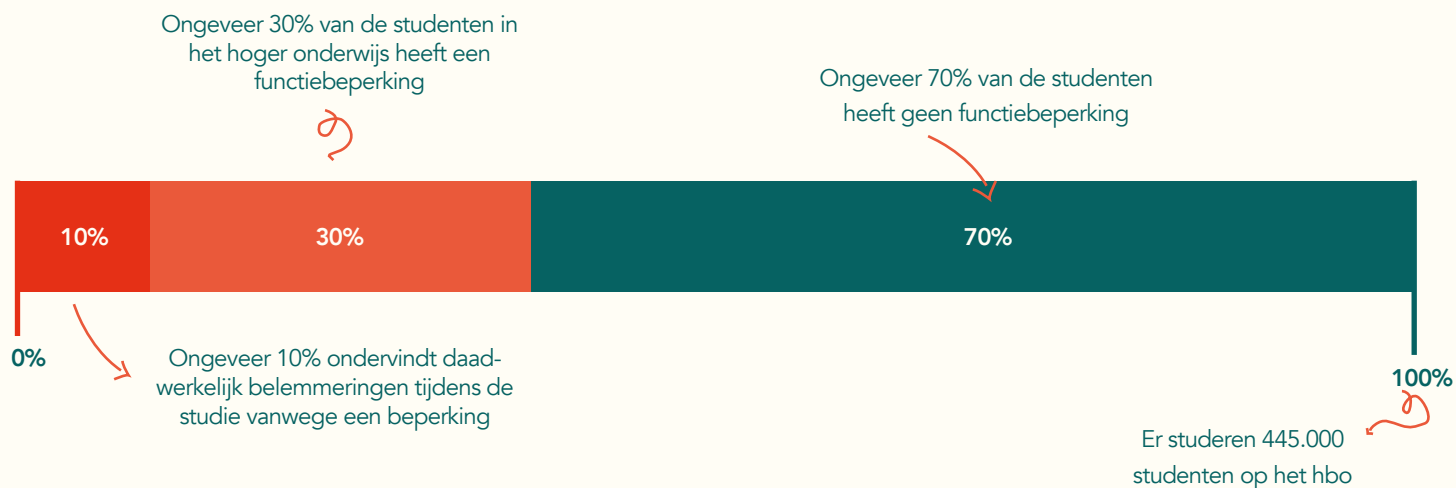
Een inzicht dat uit het tafelgesprek die avond naar voren kwam is: iedereen, ook mensen die zichzelf inclusief vinden, zegt of doet op een gegeven moment iets waarvan zij achteraf vinden 'dat had ik beter anders kunnen zeggen of doen'. Diversiteit en inclusie vragen om een continu leerproces, waar je je ook bevindt in je ontwikkeling. Daarom is het heel belangrijk om zo min mogelijk te oordelen – dat staat ieders leerproces namelijk in de weg. Wat je in ieder geval kunt doen is niet over groepen praten, maar met die groepen, zodat je de blinde vlekken in je eigen perspectief voorkomt. Dus: mild zijn voor jezelf en mild zijn voor anderen, om samen, al zoekend, verder te komen.

Wat zegt de voorzitter van de HvA?

Jopie Nooren is sinds 1 maart 2021 de voorzitter van het College van Bestuur van de HvA. Nooren is van huis uit ergotherapeut en was onder andere werkzaam als bestuurder bij Bartiméus, een instelling voor slechtzienden, en Vereniging Gehandicaptenzorg Nederland.

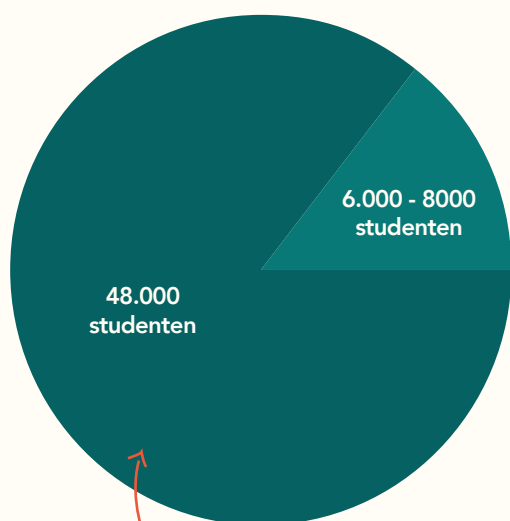
'Soms is er wat extra's nodig om alle studenten dezelfde kansen te geven hun talenten te ontplooiën. Per jaar starten er aan de HvA ruim tweeduizend studenten met een functiebeperking, een chronische ziekte of psychische omstandigheden. Standaardoplossingen zijn voor hen niet altijd voldoende en datzelfde geldt trouwens voor medewerkers, waaronder ook mensen zijn met een functiebeperking. De afgelopen drie jaar hebben we extra ingezet, samen met Limitless en de faculteiten, om de hele hogeschool zo toegankelijk mogelijk te maken. We zijn blij met wat er bereikt is. En tegelijkertijd is er nog veel te doen om daadwerkelijk een inclusieve HvA gemeenschap te zijn. Daar blijven we ons voor inzetten!' >>





2000 studenten met een **functiebeperking** melden zich **per studiejaar** op het hoger onderwijs aan

Hoeveel studenten hebben een functiebeperking op de HvA?



Er studeren ongeveer 48.000 studenten aan de HvA

In totaal zijn er per studiejaar tussen de 6000-8000 studenten met functiebeperking die aan de HvA studeren

Meest voorkomende beperkingen onder studenten op de HvA:

Dyslexie

ADHD

Psychische omstandigheden

Wat zeggen de experts?

Eén van de lectoraten van de HvA heet Langdurige Zorg en Ondersteuning. Onderzoekers Rick Kwekkeboom en Stefanie van Zal houden zich bezig met vraagstukken in het leven van mensen met een langdurige behoefte aan zorg en ondersteuning. Zij kijken naar onderwerpen als inclusie en samenwerking tussen professionals. Wat kunnen zij meegeven aan de HvA?

'Je hebt studenten met een functiebeperking, maar ook studenten met een zorgverantwoordelijkheid: zij hebben zelf geen functiebeperking maar zijn mantelzorger voor een ouder, kind, broer, zus of andere naaste met een functiebeperking. Deze studenten hebben geleerd om meerdere uitdagingen tegelijkertijd aan te kunnen en hebben vaak een enorme veerkracht en verantwoordelijkheidsgevoel. Zij denken vaak dat ze de enige zijn en alleen zijn en willen graag met elkaar in gesprek komen. Het is goed om tegen deze mensen te zeggen: wij zien jullie kracht en betrokkenheid.

Je hebt fysieke toegankelijkheid en sociale toegankelijkheid. Aan fysieke toegankelijkheid wordt binnen de gebouwen hard gewerkt. Zo is er de mogelijkheid om gebruik te maken van doventolken, ondertiteling, grotere schermen of grotere letters. Buiten de gebouwen en op weg van buiten naar binnen is ruimte voor verbetering. Bij het Muller-Lulofshuis bijvoorbeeld hangt de bel voor toegang tot het gebouw op ooghoogte, dus rolstoelgebruikers hebben altijd iemand anders nodig om op de bel te drukken. In het Kohnstammhuis is de geschikte lift een goederenlift aan de achterzijde van het gebouw. Een ander voorbeeld is dat de boodschap op de schermen dat mensen met dyslexie extra tijd bij examens kunnen aanvragen zo snel verdwenen dat mensen met leesproblemen ze niet hebben kunnen lezen.

Sociale toegankelijkheid is een ander verhaal. Het is heel zwaar om tijdens je opleiding telkens opnieuw te moeten uitleggen waarom iets meer moeite kost dan anders. Studenten hebben wisselende ervaringen als het gaat om medewerkers en toegankelijkheid. Sommige medewerkers hebben weinig begrip voor de situatie. In ieder geval wordt er niet hetzelfde over gedacht. Er zijn opleidingen met een case manager en er zijn opleidingen waarbij studenten afhankelijk zijn van de *goodwill* van hun docenten op dat moment. Als organisatie kun je vanaf dag 1 uitstralen dat je weet dat sommige studenten een zorgverantwoordelijkheid dragen of beperking hebben en helder maken wat je aan ondersteuning biedt. Een gesprek over het handelingsrepertoire en over de kennis en beeldvorming van sommige situaties zou al helpen. Voor studenten is het fijn hun situatie niet steeds te hoeven uitleggen om schappelijkheid van de organisatie te ontvangen wanneer zie die nodig hebben.' ■

Rick: 'Het is heel zwaar om tijdens je opleiding telkens opnieuw te moeten uitleggen waarom iets meer moeite kost dan anders'



Must see

Tip van
Lector Rick
Knekkeboom



Rolstoel Roadmovie

Filmmaker Mari Sanders trekt in het televisieprogramma *Rolstoel Roadmovie* door Europa. In dit drieluik onderzoekt hij hoe toegankelijk Europa is voor mensen met een lichamelijke beperking. Mari gaat op zoek naar wat ons verbindt en verdeelt door middel van de verhalen van de mensen die hij tijdens zijn reis ontmoet. *Rolstoel Roadmovie* is te zien op NPO start.

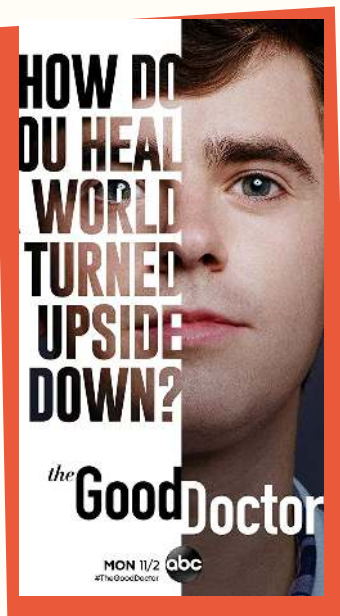
Special

Ryan heeft cerebrale parese: een houding- en bewegingsstoornis die veroorzaakt wordt door een beschadiging in de hersenen. Hij leeft in zijn eigen, beschermde bubbel totdat hij met zijn eerste echte baan begint. Ryan besluit een leven te leven wat hij altijd al wilde: vol avontuur, dates en zelfstandigheid. Fun fact: de producer van deze semi-autobiografische serie speelt ook de hoofdrol in het verhaal! *Special* is te zien op Netflix.



The Good Doctor

Shaun Murphey is een jonge, autistische chirurg. Hij verruult zijn stille plattelandleven voor een baan bij een prestigieus ziekenhuis in de grote stad. Shaun vindt het moeilijk om contact te leggen met zijn collega's, maar maakt veel indruk met zijn buitengewone medische vaardigheden. *The Good Doctor* is te zien op Videoland.





Toc Toc

In de wachtkamer van de bekende Dr. Palomero ontmoeten zes mensen met verschillende vormen van dwangneurose elkaar. Door een fout in het computersysteem hebben ze allemaal een afspraak op hetzelfde tijdstip. Alsof dat nog niet erg genoeg was, blijkt Dr. Palomero's vlucht uit Londen te zijn vertraagd. De zes raken met elkaar in gesprek en gaan op zoek naar een oplossing voor hun kwalen. *Toc Toc* is te zien op Netflix.



Weet Wat Je Date

Hoe is daten eigenlijk als je niet helemaal voldoet aan 'de norm'? Presentatrice Eva Eikhout bezoekt in iedere aflevering twee mensen met een bijzondere liefdesrelatie. Ook date ze zelf drie verschillende mannen: één man die volgens de wetenschap haar ideale partner is, één man die net als zij een lichamelijke beperking heeft en één man die totaal niet haar type is. Aan de hand van de verhalen van de koppels, haar eigen date-ervaringen en gesprekken met een liefdescoach gaat Eva op zoek naar het geheim van de liefde. *Weet Wat Je Date* is te zien op NPO Start.

Penguin Bloom

Na een heftig ongeluk staat het leven van de jonge moeder Sam Bloom volledig op zijn kop. Ze ontsnapt op een haar na aan de dood en raakt verlamd. Sam, haar man Cameron en hun drie zoons gaan door een moeilijke periode. Als zoon Noah op een dag een jonge ekster op het strand vindt, wordt het beestje al snel onderdeel van het gezin. De vogel blijkt niet alleen een fijne afleiding, maar laat ook een grote impact achter op het leven van het gezin. De film *Penguin Bloom* is te zien op Netflix.



Rising Phoenix

De Paralympische spelen zijn een van de grootste sportevenementen ter wereld. In deze documentaire volgen we negen verschillende Paralympische atleten in hun weg naar de top, maar duiken we ook in het heden en verleden van dit bijzondere sportevenement. *Rising Phoenix* is te zien op Netflix.

Colofon

Concept: Nathalie Schrijen

Redactie: Bente van Diepen, Yvonne van Antwerpen, Hedwig Goudsmit, Inez Emmer, Janet Feenstra, Elvira de Goede

Vormgeving: Neanke Veenstra @studioneanke

Fotografie Nathalie (pagina 2): Giel Robeerst

Fotografie Gershwin (pagina 7 & 9): Nina Idrus

Fotografie Jopie Nooren (pagina 46): Monique Kooimans

Bronnen Infographic pagina 47: Matthijs Eijgelshoven (2021), Jopie Nooren (2021)

Projectcoördinatie: Elvira de Goede

Met dank aan alle geïnterviewden. Ook aan Ilona Boekhout, Eef de Rijk en Cindy Warmerdam van Limitless en aan Matthijs Eijgelshoven, Lisa Boendermaker en Jitse Schipper van HvA Studentenzaken. Eveneens dank aan Beer Swildens en Liv Triemstra van de Hva Campus Creators AV-redactie. Tot slot aan Elijah Alvares, Lieke Biesma, Maaïke Boots, Vasilis van Gemert, Jos Kok, Janine Minheere, Sietzke Vermeulen, Agnes van Warmerdam

Different is gepubliceerd door HvA Campus Creators, Amsterdam 2021.

HvA Campus Creators is de studentenuitgeverij van de Hogeschool van Amsterdam (HvA), mogelijk gemaakt door de HvA-opleidingen Communicatie+Creative Business. Kijk voor meer informatie op www.campuscreators.nl.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd of openbaar gemaakt worden gemaakt op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande toestemming van HvA Campus Creators.

Neanke Veenstra

'Ik werk bij HvA Campus Creators als vormgever. Hier tover ik elk boek en/of tijdschrift om in iets speciaals, zoals bij Different. Hiernaast studeer ik Communication and Multimedia Design. Ook werk ik met veel passie en plezier als freelancer onder de naam Studio Neanke. Daar maak ik digitale illustraties en visuele ontwerpen. Ben je nieuwsgierig naar mijn werk? Neem dan een kijkje op mijn Instagram @studioneanke.'

Yvonne van Antwerpen

'Ik houd zowel van schrijven als van vormgeven: daarom is het zo leuk dat ik bij HvA Campus Creators beide kan doen! Op de publishingredactie werk ik met een gezellig team aan mooie projecten, waar Different er één van is. Inmiddels ben ik derdejaars student Creative Business. Daarom vind ik het extra fijn dat ik bij Campus Creators veel ervaring opdoe die ik later in het werkveld kan toepassen.'

De
makers
van
Different

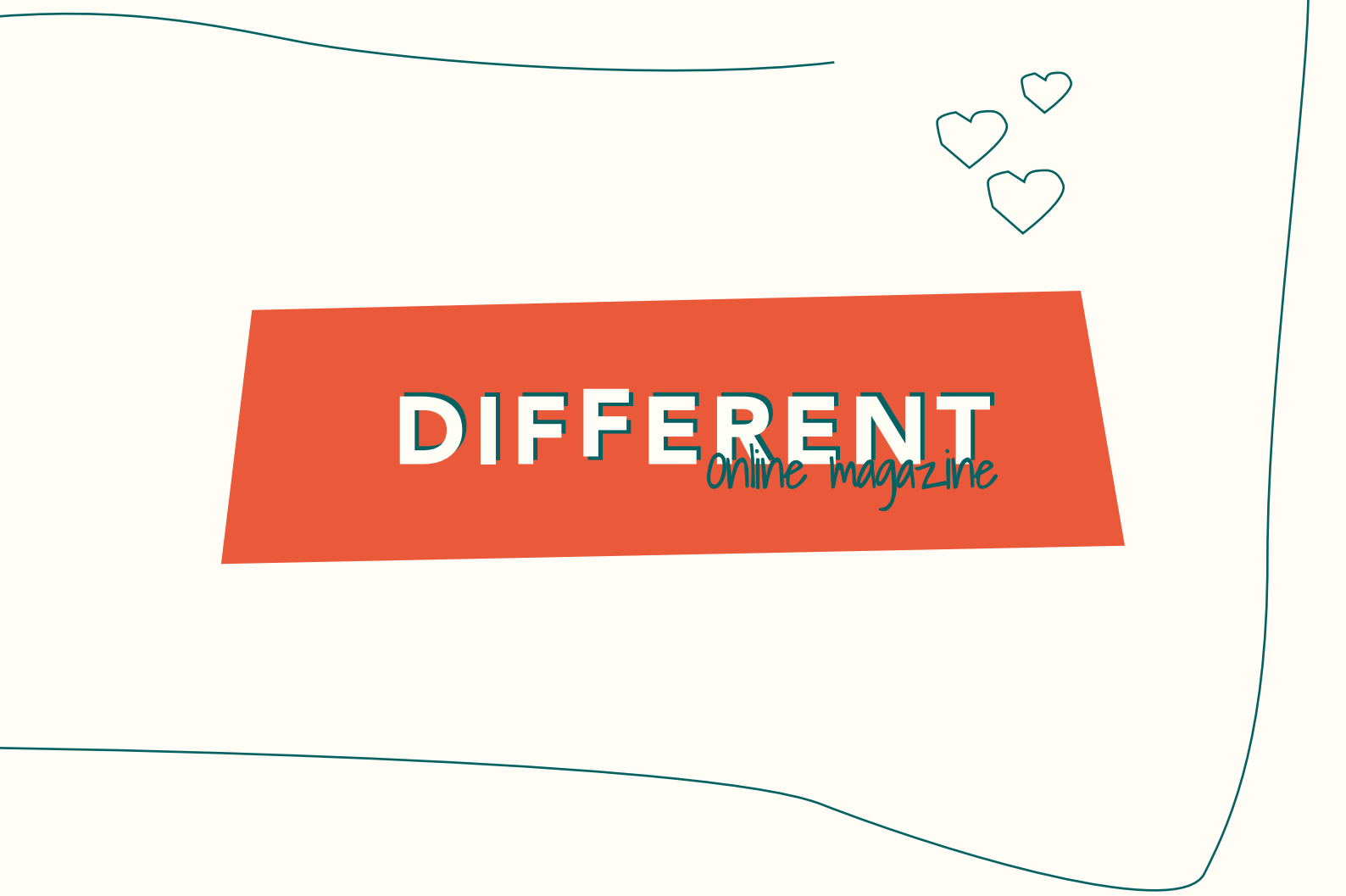
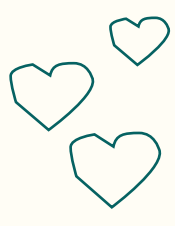
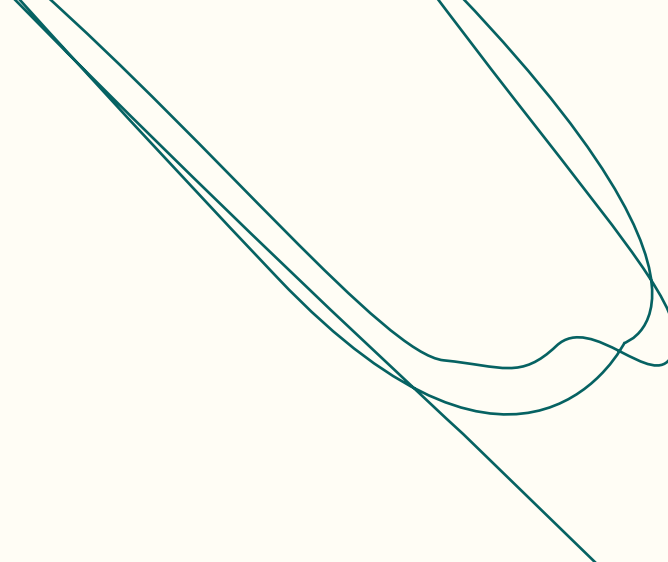


Hedwig Goudsmit

'Als MIC-studente wilde ik graag een bijbaan die aansloot op mijn studie. Dit vond ik bij Campus Creators Publishing. Hier kon ik mijn creativiteit kwijt in het bedenken en maken van mooie content voor Different. De gesprekken die ik had waren inspirerend en ik hoop dat ze voor jullie even inspirerend op papier zijn!'

Bente van Diepen

'Ik werk met veel plezier als redacteur bij Campus Creators Publishing. Qua werkzaamheden neem ik interviews af, schrijf ik artikelen en redigeer ik diverse teksten. Naast deze baan studeer ik Creative Business, met als specialisatie Tekstschrijven. In mijn vrije tijd vind ik het een feestje om op mijn blog eenbentmoment.nl te schrijven. Kortom, ik heb een echte passie voor tekst!'



DIFFERENT

online magazine