



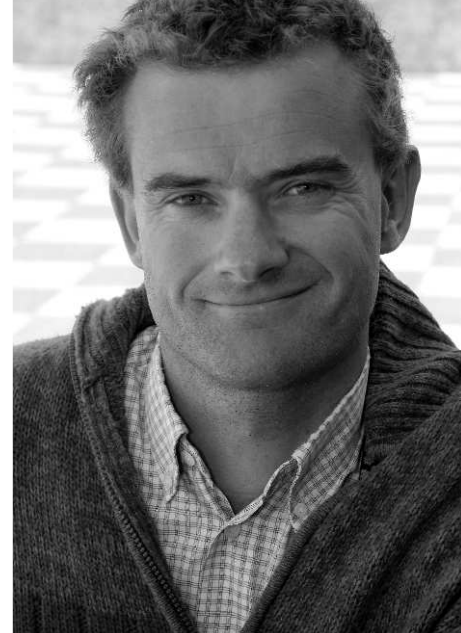
**Interview met
paralympisch
zeiler Thierry
Schmitter**

**Is een persoonsge-
bonden budget
iets voor u?**

**Van patiënte naar
whiplash-consulente**

Is een persoonsgebonden budget iets voor u?

7



In
paraly
Thie



Eerste Nederlandse claim tegen tabaksindustrie ingediend

8



Van patiënte naar zelfstandig whiplash-consulente

10

Haal het beste uit jezelf

Allereerst dank voor de goede reacties op het laatstverschenen Letseljournaal. Het is goed om te horen dat de wijzingen die zijn doorgevoerd, grotendeels als verbeteringen worden ervaren. Reden te meer om de ingezette lijn door te zetten.

In dit nummer een interview met een wel zeer gedreven en bijzonder persoon, wedstrijdzeiler Thierry Schmitter. Hij is door een ongeval tijdens het bergbeklimmen invalide geraakt, maar is niet bij de pakken neer gaan zitten. Hij heeft zijn leven opgepakt en is met dezelfde snelheid en ambitie als voorheen, doorgedaan.

Hetzelfde geldt voor José van Erp. Ook zij werd het slachtoffer van een ongeval, maar heeft na 12 lange jaren een uitdaging gevonden waar ze haar hart en ziel in kwijt kan en waarin ze, juist door haar ervaringen als letselschadeslachtoffer, meer dan uitstekend functioneert.

Twee voorbeelden dus van mensen die ondanks hun letsel op zoek zijn gegaan naar nieuwe doelen en uitdagingen in het leven. Mensen die, juist door de situatie waarin ze terecht kwamen, ontdekt hebben dat zij kwaliteiten in zich hebben waarvan ze zich voorheen niet bewust waren. En mensen die beide op een punt in hun leven zijn gekomen waarop ze ervoor kiezen om anderen te helpen en inspireren om ook het leven na een ongeval weer op te pakken en het beste uit zichzelf te halen.

Interview met
Olympisch zeiler
Thierry Schmitter

4

Verder in dit nummer:

Handige hulpmiddelen.....	12
Nieuws.....	14
Lieve Mona.....	16

Colofon

VvLS: Postbus 157, 1000 AD, Amsterdam,
0900-6353538, www.vvls.nl, info@vvls.nl

Abonnementen: Antwoordnummer 9407,
1000 VP, Amsterdam, 16 euro per jaar

Opmaak: Studio Noord, Amsterdam

Drukwerk: Van der Wiel en Smit, Arnhem
ISSN 1872-6682

“Ik weet wat ik wil en wat ik wil bereiken”

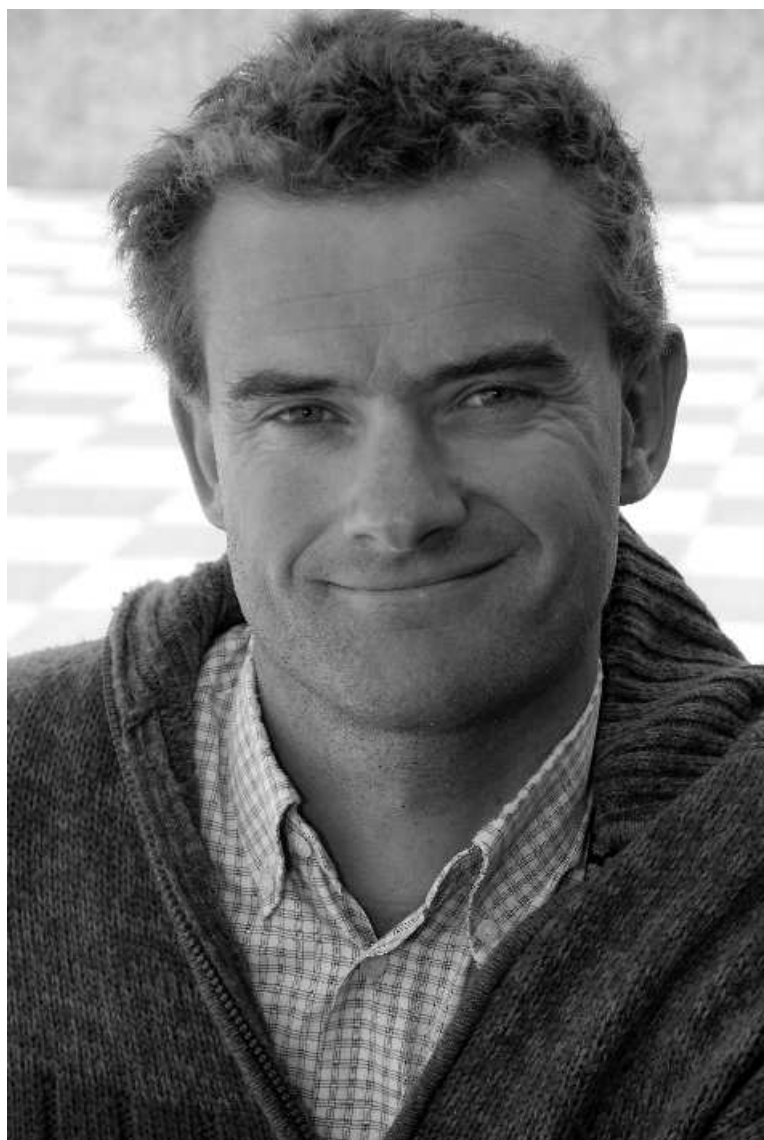
Thierry Schmitter, sportief tot op het bot, stelt zichzelf al vanaf jonge leeftijd uitdagende, (soms) risicovolle doelen. Met name in zijn grote passie bergbeklimmen kon hij wat dat betreft zijn ei kwijt. Hoewel hij al vroeg aanvoelde dat in het verkennen van grenzen zijn voldoening lag, heeft hij lange tijd eerst aan een maatschappelijke carrière gewerkt. Hij studeerde aan de TU Delft (Maritieme Techniek) en zocht vervolgens een baan. Het sporten (naast bergbeklimmen deed hij ook aan extreem skiën en zeilen) bleef niettemin een grote rol in zijn leven spelen. Zo nam hij deel aan de Nederlandse K2-expeditie (één van de moeilijkst bedwingbare bergen in de Himalaya) in 1995 en maakte hij verscheidene extreme klimmen in de Alpen. Juist toen hij full-time zijn hart wilde gaan volgen en was begonnen aan de officiële opleiding tot Zwitserse berggids om ‘te gaan leven van de bergen’ sloeg het noodlot toe. Op 29 november 1998 werd hij tijdens het ijsklimmen meegesleurd in een lawine en liep hij een dwarslaesie op.

“Wanneer je uit jezelf iets bereikt, is de voldoening die je eruit put ook veel groter.”

Zelfde persoon gebleven

Hoewel het ongeval op een heleboel vlakken invloed heeft gehad op zijn leven, is Schmitter ervan overtuigd dat hij van binnen dezelfde persoon is gebleven. “Ik weet wat ik wil en wat ik wil bereiken. Ik heb altijd vrij extreme doelen nagestreefd, vaak tot onbegrip van mijn omgeving. In de klimwereld weet je dat je risico’s loopt en af en toe hoor je verhalen waarin het mis gaat. Het is logisch dat je omgeving je wil behouden voor deze gevaren, maar het heeft mij juist altijd veel voldoening en zelfvertrouwen gegeven om dingen te doen die ik alleen voor mijzelf nastreefde.”

Ook na het ongeval is dit de draai gebleven die Schmitter aan zijn leven geeft. Want hoewel zijn



levensplan in duigen viel, pakte hij de draad weer op. “Kijk, als zoiets je gebeurt, heb je naar mijn gevoel twee opties. Of je springt van een brug, of je kijkt om je heen naar mogelijkheden. Ik kende van vroeger wel mensen die in een rolstoel terecht waren gekomen en die toch altijd een gelukkige indruk op me maakten. Het was me dan ook vrij snel duidelijk dat dit de kant was die ik op moest gaan.”

Omdat sport altijd zijn uitlaatklep en een bron van voldoening was geweest, ging hij al vrij snel op zoek naar sporten die hij ondanks zijn handicap kon beoefenen. Dit werd ook gestimuleerd door de revalidatiekliniek in Zwitserland waarin hij verbleef. “Valide mensen krijgen, wanneer ze hun lijf niet in goede conditie houden, te maken

met de eerste slijtage en achteruitgang als ze rond de 40 á 50 jaar oud zijn. Dit kan je uitstellen als je je leven lang sport. Voor met name mensen met een dwarslaesie geldt dit iets extremer: als je niet sport, treedt de achteruitgang nog eerder op. In de revalidatiekliniek werd daarom veel nadruk op sport gelegd, bij wijze van pro-actief werken aan het voorkomen van complicaties."

Zeilen

Schmitter pakte daarom één van zijn vroegere passies weer op, het zeilen. En niet onverdienstelijk. De mentaliteit die hem ver bracht in het klimmen, helpt hem ook naar goede resultaten in het zeilen. In de 2.4 mR-klasse won hij op de Paralympische Spelen van Athene een bronzen plak. Trots is hij hier zeker op, maar er al te lang bij stil staan past niet bij zijn karakter. Het moge duidelijk zijn dat Schmitter zijn doel hoog stelt en voor goud wil gaan bij de Paralympische Spelen in Beijing (2008). Dit is echter niet zijn ultieme droom. "Wat mijn uiteindelijke droom is? Deelname aan de [reguliere] Olympische Spelen. Ik ben echter wel zo realistisch te bedenken dat dit waarschijnlijk nooit zal gebeuren. Er zijn zoveel verschillende klassen bij het zeilen, dat het wel heel toevallig moet zijn dat juist de 2.4 mR Olympisch wordt."

Zich meten met de valide topzeilers doet Schmitter overigens al wel regelmatig (bijvoorbeeld op het Open WK 2005 - 4e plaats). Omdat het boottype waarin hij vaart volledig met de armen wordt bestuurd, valt het verschil tussen valide en invalide zeilers vrijwel helemaal weg. "Door veel te trainen, voorkom ik zoveel mogelijk dat ik tijd en dus meters verlies wanneer ik bijvoorbeeld even mijn evenwicht kwijt raak en dat moet corrigeren met mijn armen. Een valide zeiler doet dit met behulp van zijn benen en kan zijn armen blijven gebruiken voor het zeilen zelf. Toch heb ik me ondertussen opgewerkt tot de top van de wereld, door me met name te richten op het compenseren van de nadelen die ik zou kunnen hebben."

"Je moet zichtbaar zijn om geaccepteerd te worden en je moet er zelf voor zorgen dat je zichtbaar bent."

"Omdat je niet mag verwachten dat de maatschappij zich aan de minderheid aanpast, moet je naar mijn gevoel als minder-valide zelf zoveel mogelijk doen om je aan je omgeving aan te passen"

Volledige integratie

Ook in het dagelijks leven richt Schmitter zich zoveel mogelijk op het wegwerken van de verschillen die hij ervaart ten opzichte van validen. "Mijn ultieme doel is volledige integratie van gehandicapten. Omdat je niet mag verwachten dat de maatschappij zich aan de minderheid aanpast, moet je naar mijn gevoel als minder-valide zelf zoveel mogelijk doen om je aan je omgeving aan te passen."

Helaas staat de realiteit nog ver af van zijn wens. Naar Schmitter's mening worden gehandicapten vaak te veel beschermd en in een eigen wereldje geplaatst. Al jong worden gehandicapte kinderen bijvoorbeeld naar een aparte school gestuurd. Of neem 'Het Dorp' in de buurt van Arnhem, een maatschappijtje op zich, waarin alleen gehandicapte mensen wonen. Schmitter ziet heus wel





dat er voor sommige gehandicapten geen andere mogelijkheid is dan te leven in een omgeving waarin zorg volop voorhanden is, maar hij zou zichzelf daar niet thuis kunnen voelen. Voor hem is er geen sprake van twee werelden, eentje voor validen en eentje voor invaliden, maar moet iedereen zich in dezelfde maatschappij bewegen.

Eigen initiatief belangrijk

Gelukkig ziet Schmitter op verschillende vlakken wel een verandering in de maatschappij. Steeds vaker gaan gehandicapte kinderen naar een reguliere school (met een zogenaamd 'rugzakje' voor extra individuele begeleiding) en bij arbeidsongeschiktheid wordt een werkgever gestimuleerd om een aangepaste werkplek te organiseren. Het zijn ontwikkelingen die volgens Schmitter heel belangrijk zijn. Juist isolatie van gehandicapten staat de volledige integratie die hij nastreeft in de weg. "Je moet zichtbaar zijn om geaccepteerd te worden en je moet er zelf voor zorgen dat je zichtbaar bent. In onze maatschappij waarin met 200 km/u geleefd wordt, kan en mag je er niet vanuit gaan dat er iemand anders zal zijn die jou op sleeptouw neemt. Iedereen heeft het druk met zijn eigen dingen en er zijn simpelweg te weinig mensen die tijd maken om anderen te helpen. En begrijp me goed, dat is geen verwijt, maar een constatering. En ik doe er even hard aan mee. Momenteel richt ik me volledig op mijn sport, een egocentrisch doel waarvoor veel moet wijken."

Ambassadeurschap

Hoewel hij zegt geen prediker te willen zijn, is zijn heilige overtuiging dat mensen zelf het heft

in handen moeten nemen toch een boodschap die hij graag verkondigt. "Wanneer je uit jezelf iets bereikt, is de voldoening die je eruit put ook veel groter." Juist daarom is hij ingegaan op de uitnodiging om ambassadeur te worden voor het project 'Samen Bewegen, Gewoon Doen', een initiatief van de Gemeente Den Haag om gehandicapten aan het sporten te krijgen. Het goede van dit project is dat het gedragen wordt door de doelgroep zelf. Invalide sporters proberen vanuit hun motivatie het enthousiasme bij anderen aan te wakkeren om ook te gaan sporten. Echt succes wordt met het project behaald als het 'samen doen' op sportgebied wordt doorgetrokken naar andere aspecten van de maatschappij.

"Het heeft mij juist altijd veel voldoening en zelfvertrouwen gegeven om dingen te doen die ik alleen voor mijzelf nastreefde."

Op weg naar Beijing

Voor de eerste plaats in Beijing heeft Schmitter dus veel over. Hoewel de medaille in Athene hem geen gouden bergen heeft opgeleverd, zoals dit soms bij valide sporters wel het geval is, merkt hij dat het brons van toen er wel aan bijdraagt dat de weg naar Beijing iets soepeler zal verlopen dan die naar Athene twee jaar geleden. "Je merkt dat je wat bekender bent, dat je vaker gevraagd wordt voor een lezing of een ambassadeurschap. Het is nu ook makkelijker om je omgeving en sponsors te overtuigen van de haalbaarheid van je doel. Die bronzen plak laat zien dat je er al eens dicht bij bent geweest en dat je droom dus niet onrealistisch is."

Wie Thierry Schmitter wil ondersteunen of volgen op weg naar Beijing kan terecht op zijn internetsite
www.paralympischzeilen.nl.

Is een persoonsgebonden budget iets voor u?

Wat is een persoonsgebonden budget?

Via een persoonsgebonden budget (PGB) kunt u zelf 'zorg op maat' inkopen en bent u niet langer afhankelijk van hulp- of zorgverlenende instanties. U kunt het geldbedrag dat u ontvangt vrij besteden aan de hulp die het beste bij u en uw wensen past. Met een PGB kunt u particulieren, reguliere zorginstellingen of vrienden en familie die u een handje komen helpen, inhuren. U kunt een PGB aanvragen voor huishoudelijke hulp, persoonlijke verzorging, verpleging, ondersteunende en activerende begeleiding en voor kortdurende verblijven buitenshuis (logeeropvang, weekendopvang).

Wie kan er gebruik van maken?

In principe kan iedereen die zorg of hulp nodig heeft om zelfstandig te (blijven) wonen aanspraak maken op een PGB. De hoogte van de toelage varieert van persoon tot persoon en is afhankelijk van welke hulp u precies nodig heeft en voor hoeveel uren per dag of week.

Welke voordelen heeft een PGB boven reguliere zorg?

Het grote voordeel van een PGB is dat u zelf meer keuzevrijheid heeft en dat u de zorg en hulp die u nodig heeft exact aan uw eigen wensen en behoeften kunt aanpassen. Wanneer u gebruik maakt van zorg 'in natura' (via reguliere instellingen als bijvoorbeeld Thuiszorg) kunt u niet zelf bepalen wie u komt helpen of verzorgen, hoe laat en hoe vaak dit gebeurt en wat er dan gedaan wordt. Met een PGB kunt u dit alles wel. U kunt de hulp inroepen van iemand met wie u goed kunt opschieten, afspreken wanneer hij of zij zorg of hulp komt verlenen en wat er precies gedaan moet worden.

Wat u zich moet realiseren

Aan het PGB zijn niet alleen voordelen verbonden. Wanneer u een PGB gaat gebruiken, moet u zelf op zoek gaan naar de personen of instellingen die u de zorg kunnen bieden die u nodig heeft en wenst. U moet uw eigen personeel dus gaan werven en selecteren. Wanneer u zorg 'in



natura' krijgt, heeft u hier geen omkijken naar.

Daarnaast is het zo dat wanneer u particulieren inhuurt en betaalt, u in feite hun werkgever wordt. Dat maakt dat u voor een contract met hen moet zorgen en dat u verantwoordelijk bent voor alle administratieve handelingen (belasting, loonbetaling, registratie van uitgaven etc.) die hiermee gemoeid zijn. Dit zou u óf zelf allemaal moeten bijhouden, óf u moet hiervoor een administratiekantoor inhuren.

Hoe gaat het aanvragen in zijn werk?

Voor het aanvragen van een PGB moet u zich wenden tot het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) of, wanneer het gaat om de zorg voor kinderen jonger dan 18 jaar, tot Bureau Jeugdzorg. Samen met een medewerker van deze instellingen brengt u in kaart welke hulp u nodig heeft en of u hiervoor een PGB wilt aanvragen, of deze hulp 'in natura' wilt ontvangen. Naast het in kaart brengen van het soort hulp, wordt u ook ingedeeld in een klasse die aangeeft hoe vaak per week en hoe lang u hulp nodig heeft.

De indicatiestelling van het CIZ wordt vervolgens doorgegeven aan één van de regionale zorgkantoren. Het CIZ beslist of er een PGB aan u wordt toegewezen en hoe hoog de toelage zal worden. Is er een PGB aan u toegekend, dan zorgt het zorgkantoor ervoor dat dit op uw rekening wordt gestort.

Voor meer informatie kunt u terecht bij Per Saldo. Zie www.pgb.nl of bel 0900-7424857

Eerste Nederlandse claim tegen tabaksindustrie ingediend Amerikaanse toestanden in Nederland?

In Amerika is het aanklagen van producenten of dienstverleners wanneer er iets mis is met een product of dienst aan de orde van de dag. Om claims zoveel mogelijk te beperken, wordt er door bedrijven werkelijk alles aan gedaan om hun aansprakelijkheid in te dammen. De Amerikanen worden daarom doorlopend gewaarschuwd voor alles wat er mis zou kunnen gaan. Op de bekertjes van McDonalds wordt, nadat een rechter 3 miljoen dollar toekende aan een 79-jarige vrouw die brandwonden opliep doordat ze koffie morste, gewaarschuwd dat de inhoud heet kan zijn en in veel openbare gelegenheden staan continue borden met het opschrift 'caution wet floor', ook al kan je aan het vuil zien dat er in tijden niet is gedweild.

In Nederland loopt het gelukkig zo'n vaart niet. 'Wij' vinden dat ook het gezonde verstand van de gebruiker voor een belangrijk deel bepaalt of een organisatie wel of niet aansprakelijk kan worden gesteld voor een ongeval met zijn product of op zijn terrein. Wie op de groenteafdeling in de supermarkt uitglijdt over een sperzieboontje krijgt moeilijk een schadevergoeding rond als de supermarkt de vloer normaal gesproken regelmatig netjes schoon houdt; van de klant mag worden verwacht dat hij weet dat de er iets op de vloer kan vallen en dat hij dus extra voorzichtig zal zijn.



Claims tegen tabaksindustrie

Eén van de sectoren die in Amerika veelvuldig wordt bestookt met claims, is de sigaretten- en tabaksindustrie. Op dit gebied lijkt er nu in ons land een verschuiving plaats te vinden richting de Amerikaanse situatie. Een zieke ex-roker uit Landgraaf heeft BAT (producent van o.a. Caballero en Peter Stuyvesant) ongeveer een jaar geleden gedagvaard en 3 anderen hebben in voorbereiding op een rechtszaak voor de rechtbank enkele 'hoge heren' uit de tabaksindustrie laten horen. Maar, hoe kansrijk is het indienen van zo'n claim in Nederland nu eigenlijk?

De verwijten

De zieke (ex-)rokers zijn stuk voor stuk begonnen met roken rond de jaren '50/'60 en stellen dat ze destijds geen weet hadden van het gevaar dat roken met zich meebrengt. Ze verwijten de tabaksproducenten vooral dat zij willens en wetens jarenlang de gezondheid van rokers in gevaar hebben gebracht door onderzoeksresultaten die duiden op grote gezondheidsrisico's onder de tafel te houden. Hiervoor hebben zij een aantal argumenten.

In de eerste plaats blijkt uit bestudering van interne documenten van tabaksproducenten dat zij al sinds de jaren '50 weten hoe gevaarlijk en verslavend sigaretten zijn. Desondanks werd het roken van sigaretten in reclamecampagnes keer op keer geassocieerd met een stoer en positief imago (denk aan de Marlboro-cowboy en de sponsoring van grote sportevenementen). In de jaren '60 was er zelfs een spotje op tv waarin roken werd aangeprezen omdat je met een sigaret 'wel honderd jaar' zou worden. Pas sinds 1981, toen de overheid hiertoe een wettelijke verplichting instelde, vermeldt de industrie waarschuwingen op pakjes tabak en sigaretten.

Verder hebben de ex-rokers kritiek op de 'speciale receptuur' waarnaar de producenten hun sigaretten en tabak maken. Volgens de tegenstanders van de industrie wordt er een 'speciaal sausje' over de tabak gegoten waardoor sigaretten en shag nog meer verslavend zouden worden. Met andere woorden, er worden stoffen aan

toegevoegd die de trek in een sigaret en het gevoel er niet zonder te kunnen, versterken. De producenten maken zichzelf extra verdacht omdat ze in het kader van het geheimhouden van hun 'unieke' recept niet willen vertellen welke stoffen er precies in hun producten zitten.

In het verlengde hiervan ligt het verwijt van het op de markt brengen van de light-sigaret, een 'gezondere' sigaret met een lager nicotine- en teergehalte. De claim dat deze sigaretten minder schadelijk zouden zijn dan normale sigaretten, wordt ondersteund door resultaten die gemeten zijn met een zogenaamde 'rookmachine'. De nicotine- en teerwaarden die hiermee gemeten worden, liggen namelijk inderdaad lager dan bij een normale sigaret. In de praktijk blijkt echter dat bij het roken van de lightsigaret dieper en krachtiger geïnhaleerd wordt, waardoor er alsnog evenveel (en zo niet meer) nicotine en teer in het lichaam terecht komt. Ook hiervan zouden tabaksproducenten al langere tijd op de hoogte zijn.



De tegenargumenten

De gedagvaarde tabaksproducent heeft zelf nog geen verweer laten horen tegen de hiervoor genoemde verwijten. Vanaf de zijlijn zijn er al tegenargumenten ingebracht, die stuk voor stuk zijn terug te leiden op de eigen verantwoordelijkheid van rokers.

Allereerst is een veelgehoord commentaar dat de roker nooit had moeten beginnen aan zijn eerste sigaret, om te voorkomen dat er na deze eerste nog vele zouden volgen. Met name jonge mensen nemen hierover een vrij star standpunt in. Logisch, want zij zijn opgegroeid met waarschuwingen voor de slechte effecten die roken op de gezondheid heeft. Maar of dit argument helemaal eerlijk is ten opzichte van de onwetende roker die in de jaren '50 zijn eerste peukje aanstak?

Als je het credo 'niet aan beginnen' verder doortrekt, ligt de stelling dat bij het bekend worden van de risico's zo snel mogelijk zou moeten

worden gestopt, voor de hand. Want hoewel de tabaksfabrikanten zelf lange tijd verzwegen dat roken gevaarlijk is, kwamen er al in de jaren '60 en '70 uit andere hoeken veelvuldig waarschuwingen voor het vergrootte risico op bijvoorbeeld longkanker. Vanaf dat moment werd ook de filtersigaret geïntroduceerd, die ervoor zou zorgen dat er minder schadelijke stoffen doorgelaten zouden worden. Dit zou de rokers van toen aan het denken moeten hebben gezet.

Van in ieder geval twee rokers die nu proberen/geprobeerd hebben een schadevergoeding te krijgen, weten we dat ze niet direct bij het bekend worden van de risico's gestopt zijn. De (nu) ex-roker uit Landgraaf die BAT gedagvaard heeft (goed voor 2 pakjes sigaretten per dag), is in 1983 gestopt; dus pas twee jaar nadat de overheid de waarschuwingen op de verpakkingen verplicht had gesteld. Eén van de rokers die eerder een getuigenverhoor liet houden, heeft tot de dag van zijn dood (in 2005) de sigaret niet afgezworen. Hij zei zo verslaafd te zijn dat hij werkelijk niet kon stoppen.

Verband roken en ziek zijn?

Buiten de vraag of de verwijten die de (ex-)rokers de tabaksfabrikanten maken uiteindelijk gegrond zullen worden verklaard, is het ook nog maar zeer de vraag in hoeverre het mogelijk blijkt te zijn om de klachten die de (ex-)rokers ervaren causaal te verbinden aan het roken. Het is lastig aan te tonen dat longkanker, etalagebenen, herseninfarcten, longemfyseem etc. het rechtstreekse gevolg zijn van het roken, omdat roken slechts één van de factoren is die kan leiden tot een verhoogd risico op deze aandoeningen. Om uiteindelijk een schadevergoeding te verkrijgen zal dit verband echter wel aangetoond moeten worden.

Amerikaanse claims

Om nog even terug te komen op het begin van dit verhaal: voor ons gevoel lijkt het er in Amerika allemaal een stuk wilder aan toe te gaan wanneer het aankomt op claims (en de toekenning ervan) tegen bedrijven. Uit de cijfers over claims tegen de tabaksindustrie blijkt echter dat er van de ongeveer 600 zaken die in de Verenigde Staten zijn aangespannen, maar 1 zaak is waarin de claim daadwerkelijk is toegekend. Het overgrote deel van de zaken ketste af op het ontbreken van harde bewijzen. Dit doet, gezien het vaak wat gematigder standpunt van de rechter in Nederland, niet veel goeds verwachten voor de zaak die hier is aangespannen. Of dat gevoel terecht is, zal moeten blijken.

Van patiënte naar zelfstandig whiplash-consulente

12 januari 1994. Een datum die José van Erp niet snel vergeet. Op deze dag raakt ze betrokken bij een kop-staart-botsing, waarbij ze een whiplash oploopt. Na exact 12 jaren tegenslag en leren leven met haar letsel, heeft ze op 12 januari 2006 de deuren van haar eigen onderneming Consulash geopend, een bureau dat whiplashpatiënten begeleidt door middel van coaching, lichaamswerk en juridische trajectbegeleiding.

Het ongeval

Op 12 januari 1994 neemt het leven van José van Erp een grote wending. Ze is dan 34 jaar oud, heeft een leuke fulltime baan als assistente in de sociaal-juridische dienstverlening en een druk sociaal leven. Wanneer ze als passagier in de auto van haar broer meerijdt, worden ze plotse-

ling van achteren aangereden. In eerste instantie lijken de gevolgen mee te vallen; naast de schrik is er alleen wat blikschade aan de auto ontstaan. De volgende dag merkt ze echter dat er wel degelijk meer aan de hand is; ze heeft nekklachten. De diagnose van de huisarts is een whiplash. Van het ene op het andere moment staat haar leven op de kop en belandt ze in de ziektewet.

Tweede klap

Na enige tijd thuis te zijn geweest, besluit Van Erp te proberen haar werk weer op te pakken. Dit gaat moeizaam, een voltijd werkweek is niet meer mogelijk. Toch presteert ze het om weer voor 20 uren in de week aan de slag te gaan in haar oude baan. Terwijl ze probeert om dit aantal uren verder uit te bouwen, krijgt ze een nieuwe tegenslag te verwerken. Van Erp's werkgever vindt dat de kwaliteit van haar werk, als gevolg van het ongeval, achteruit is gegaan en wil haar arbeidsovereenkomst beëindigen. Als gevolg van deze tweede, figuurlijke, klap belandt Van Erp tijdelijk voor 100% in de WAO. De teleurstelling die ze te verwerken krijgt na alle energie die ze in haar reïntegratie had gestoken, is even te groot.

Met behulp van een advocaat die gespecialiseerd is in arbeidsrecht vecht Van Erp de ontslagprocedure met succes aan. Tegelijkertijd werkt ze met een neuropsycholoog aan haar terugkeer in het arbeidsproces, ondanks de chronische beperkingen waarmee ze te maken heeft. Zo lukt het haar om na een jaar weer parttime terug te keren op haar oude, hetzij enigszins aangepaste, werkplek.

Vrijwilligerswerk

Kort na het ongeval komt Van Erp, via Slachtofferhulp, in contact met de Whiplash Stichting Nederland. Omdat ze het gevoel heeft dat het goed is ervaringen te delen, meldt ze zich aan als vrijwilliger. In haar eigen regio organiseert ze lotgenotenmiddagen. Al snel merkt ze dat hier haar passie ligt en dat het haar veel voldoening geeft. Ook de respons is goed: haar spreekuren zitten eigenlijk altijd vol.



Op het moment dat ze weer parttime werkt, besluit ze haar overige tijd te gebruiken om meer te doen met het helpen van lotgenoten. Ze volgt opleidingen tot reiki-therapeute, stresscounselor en NLP-coach en blijft doorgaan met de door haar georganiseerde bijeenkomsten.

Wanneer ze een presentatie over mensen met een functiebeperking en arbeid bezoekt, hoort ze iemand spreken over haar 'loopbaanverloop'. Het is een dame die ondanks het feit dat ze reuma- en fibromyalgiepatiënte is, een eigen reïntegratiebureau heeft opgericht, terwijl ze door haar ziekten eigenlijk was afgeschreven als reïntegratieconsulente. Ineens krijgt Van Erp voor ogen wat ze met haar toekomst wil: met die dingen die haar geholpen hebben er weer zo goed mogelijk bovenop te komen na het ongeval, nu zelf anderen gaan helpen.

Eigen ondernemer

Niet lang daarna vraagt ze bij het UWV een Individuele Reïntegratie Overeenkomst (IRO) aan. Haar aanvraag wordt goedgekeurd en ze kan starten met het traject om haar eigen onderneming op te starten.

Met behulp van een reïntegratiebureau, maar vooral bouwend op haar eigen kwaliteiten zoals enthousiasme, doorzettingsvermogen, zelfstandigheid en leiderschap, gaat ze het traject in. Het doel: een bureau dat aan whiplashpatiënten (en anderen) een totaalpakket van coaching, lichaamswerk en juridische trajectbegeleiding aanbiedt. Een jaar lang wordt ze intensief begeleid bij het maken van een ondernemingsplan, netwerken, het ontwikkelen van folders, briefpapier, een logo, het creëren van een aangepaste werkplek, enzovoort. Haar zelfvertrouwen groeit en het geeft haar een hoop nieuwe energie om zich met hart en ziel op deze uitdaging te storten. Tegelijkertijd wordt er door een uitstekende begeleiding voor gezorgd dat ze niet té veel hooi op haar vork neemt; haar grenzen worden bewaakt. Uiteindelijk is het op 12 januari 2006 (exact 12 jaar na het ongeval) zover. José van Erp schrijft zich als zelfstandig ondernemster in bij de Kamer van Koophandel. Consulash is geboren!

Consulash

Met haar bureau biedt Van Erp een compleet, op de persoon toegesneden, begeleidingspakket aan whiplashpatiënten (en anderen die er baat bij hebben), dat bestaat uit coaching, lichaamswerk en juridische trajectbegeleiding. Deze drie 'behandelingen' kunnen ook afzonderlijk

plaatsvinden. Van Erp heeft juist voor deze combinatie gekozen omdat ze van mening is dat er in de letselschadepraktijk te weinig aandacht is voor de emotionele gevolgen die een ongeval kan hebben. Juist omdat Van Erp zelf ook slachtoffer is (geweest), merkt ze dat cliënten zich sneller op hun gemak voelen en zich eerder over durven te geven. Ze heeft immers hetzelfde meegemaakt en heeft daardoor aan een half woord vaak al genoeg.

Door middel van coaching probeert ze om letselschadeslachtoffers een manier te laten vinden om binnen hun vermogen zo optimaal mogelijk te functioneren en ze helpt hen bij het zoeken naar oplossingen voor problemen die bij de persoon en de omstandigheden passen. Met het lichaamswerk wordt bereikt dat de patiënt meer ontspannen raakt, waardoor het lichaam zichzelf beter kan genezen. De juridische trajectbegeleiding tot slot kan bestaan uit het 'meekijken over de schouder' en het volgen van het letselschadetraject, maar ook komt het voor dat Van Erp, op verzoek van cliënten, contacten onderhoudt met belangenbehartigers. De behandeling die Van Erp toepast wordt door enkele ziektekostenverzekeraars gedeeltelijk vergoed en wordt geregeld gestart op verzoek van belangenbehartigers en verzekeraars.

Contact met Consulash?

Kijk op www.consulash.nl of bel: 077-3519890.



Handige hulpmiddelen voor slimme oplossingen

Heeft u dat soms ook? U wilt liever geen hulp vragen tijdens het douchen, zelf in en uit bed komen, met uw pijnlijke handen toch zelf uw schoenen aantrekken, beter kunnen lezen, handwerken of blijven tuinieren. Voor veel dagelijkse hindernissen die mensen met een functiebeperking ervaren zijn slimme oplossingen. Maar je moet wel weten dat ze er zijn en waar je ze kunt kopen. De nieuwe website www.handigeproducten.nl helpt u daarbij.

Heeft u een handig product dat nog niet is opgenomen in de website www.handigeproducten.nl? Of hebt u een probleem met een bepaalde handeling of activiteit, waar u geen oplossing voor kunt vinden? Meldt het aan KITZ : info@kitz.nl of telefoon 050-36 86 257.

Beter in en uit bed komen

Heeft u moeite om in of uit bed te komen, dan zijn er verschillende handige hulpmiddelen:



Oplossing: glijplank

Een glijplank is een langwerpige, harde plank met of zonder handvatten. De maatvoering varieert in breedte van 21cm tot 36 cm en in lengte van 60cm tot 76cm. De dikte van de plank varieert van 13mm tot 25mm. De glijplank kan zowel gemaakt zijn van hout als van kunststof. Het gewicht varieert van ruim 1 kg tot 3 kg.

Tips: Indien u de glijplank gebruikt om op het toilet of op de douchestoel te komen is het handig om een handdoek op de glijplank te leggen. U kunt dan eenvoudig met ontbloot onderlichaam over de glijplank schuiven.

Let op:

U moet vrij sterk zijn in uw armen en handen. En u moet uw romp goed in balans kunnen houden.

Verkrijgbaarheid: hulpmiddelenwinkel

Oplossing

Een optrek...
bestaan uit...
aan de bove...
elektrisch b...
beeld een z...
u zich, als...
optrekken o...

Tips:Een op...
eringen te v...

Verkrijgba...
hulpmiddele...

Samen werken aan zelfredzaamheid en autonomie.

KITZ wil bereiken dat mensen zo lang mogelijk zelfredzaam en autonoom kunnen zijn. Met het oog daarop voert KITZ, als onafhankelijk kennis- en innovatie-instituut, projecten uit die leiden tot nieuwe en betere mogelijkheden op het terrein van zelfredzaam en comfortabel wonen, zorg en diensten afgestemd op de behoeften en

wensen van mensen. Gebruiksvriendelijkheid, kwaliteit, doelmatigheid en goede vormgeving staan daarbij voorop. (Zie voor meer informatie www.kittz.nl)

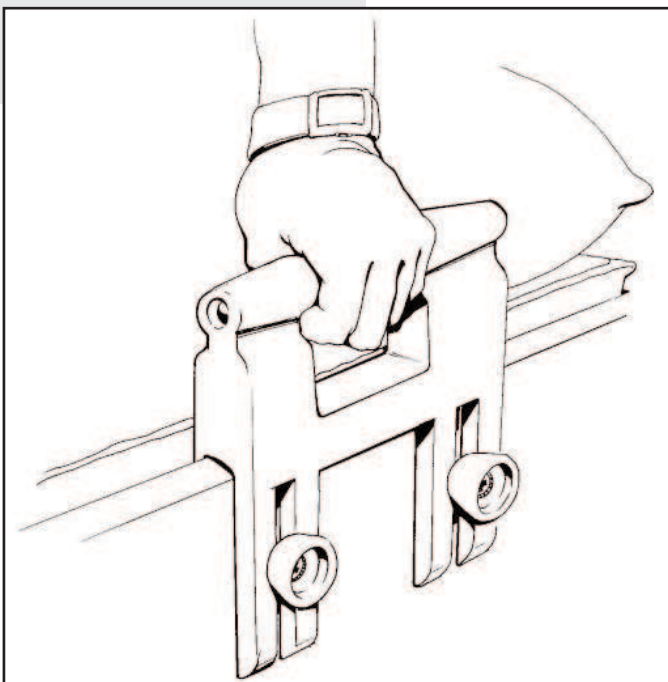


g: optrekhulp

hulp, bevestigd aan het bed, kan een rechtopstaand plankje met eenkant een handgreep. Er zijn ook bedienbare optrekhulpen, bijvoorbeeld eenkarm. Met een optrekhulp kunt u in bed ligt, gemakkelijker om te gaan zitten.

optrekhulp is in verschillende uitvoeringen verkrijgen.

arheid:
enwinkel



Resultaten KITZ en Fireva Innovatieprijs 2006

De vorige keer nodigden wij u uit om mee te doen aan de Innovatieprijs 2006, een prijsvraag voor handige producten. De prijsvraag heeft 100 heel verschillende inzendingen opgeleverd. Bijvoorbeeld:

- zelf slingers kunnen ophangen en je partner dus verrassen met een versierd huis als je niet uit je rolstoel kunt;
- het zelf aan en uitdoen van kousen en schoenen;
- beter in en uit bed kunnen stappen;
- in bed een computer kunnen bedienen;
- het gemakkelijker openen van verpakkingen;
- beter kunnen lopen, winkelen en mobiel blijven;
- bij dementie toch zo lang mogelijk kunnen blijven functioneren;
- verbetering en verfraaiing van bestaande hulpmiddelen, tot en met het 'oppimpen' van krukken, en nog veel meer.

Wilt u weten wie de winnaars zijn en een aantal andere inzendingen bekijken? Dat kan op www.innovatieprijs2006.nl. U kunt zelfs al ideeën aanmelden voor de volgende editie van de prijsvraag. Ook kunt u knelpunten melden rond dagelijkse handelingen waarvoor u een oplossing zoekt.

Nationaal platform personenschade wil aan de slag met gedragscode behandeling letselschade

Wim Deetman, voorzitter van het Nationaal Platform Personenschade (NPP) heeft donderdagmiddag 6 juli jongstleden de gedragscode behandeling letselschade ontvangen van prof. mr. M. Barendrecht (Universiteit van Tilburg).

De behandeling van letselschades is ingewikkeld en kost veel tijd. De nieuwe gedragscode geeft verzekeraars, slachtoffers en belangenbehartigers 'spelregels' om de afhandeling vlot en zonder problemen te laten verlopen.

Het NPP beoogt de opvang van verkeersslachtoffers te verbeteren. Met deze gedragscode kan de schaderegeling transparanter en vlotter verlopen. De gedragscode normeert het proces van letselschadeafwikkeling. Er staan termijnen in vermeld waarbinnen partijen op elkaar dienen te reageren. Ook worden er diverse voorbeelden gegeven van hoe men de letselschade harmonieuzer kan afwickelen.

Om daadwerkelijk uitvoering te geven aan deze gedragscode, is toezicht op de naleving nodig. Voor slachtoffers wil het NPP graag snel een bemiddelingsloket inrichten om vastgelopen zaken weer vlot te trekken. Een informatiesite voor slachtoffers en letselschadebranche is inmiddels reeds bereikbaar: www.letselcode.nl.

Het NPP wil graag voortvarend verder aan de slag met de gedragscode. Om de uitbreiding van het NPP te financieren en gedurende enkele jaren te waarborgen, zijn subsidies nodig. Het NPP gaat actief op zoek naar fondsen.

Het NPP wenst bij te dragen aan meer duidelijkheid, voorspelbaarheid en transparantie in alle facetten van het schaderegelingsproces. Dit dient herkenbaar, evenwichtig en waar mogelijk genormeerd te verlopen. Voorop staat de vergoeding van de door het slachtoffer werkelijk geleden personenschade.

Opnieuw daling aantal verkeersslachtoffers

In 2005 zijn ruim 7% minder doden gevallen in het verkeer dan in 2004. Omdat het aantal verkeersdoden zowel in 2005 als in 2004 is gedaald, gaat minister Peijs de doelstelling voor 2010 aanscherpen.

Het aantal doden in het verkeer daalde van 881 (2004) naar 817 (2005). De daling is het grootst bij inzittenden van personenauto's (een afname van 15%). Ook is de grootste daling te zien bij jongeren t/m 24 jaar.

Bij voetgangers is het aantal verkeersdoden gestegen. Vooral 60-plussers vormen hierbij een relatief grote groep. Het kabinet gaat de

komende jaren speciale aandacht besteden aan deze groep.

Doelstelling

Omdat het aantal verkeersdoden in de afgelopen twee jaar is gedaald, gaat Peijs de doelstelling voor 2010 aanscherpen. In de Nota Mobiliteit is het streven van maximaal 900 verkeersdoden per jaar opgenomen. De nieuwe doelstelling wordt: maximaal 750 verkeersdoden in 2010.

Bedrijfsarts schendt privacy van zieke werknemers

Zieke werknemers klagen steeds vaker over de schending van hun privacy. Steeds meer komt het voor dat bedrijfsartsen vertrouwelijke medische informatie doorgeven aan instanties die daar niets mee te maken hebben.

Dat zeggen Karel Boomsma en Peter Langedijk, werknemers van het Breed Platform Verzekerden en Werk, een advies- en informatiecentrum waar werknemers ook met klachten terecht kunnen over hun behandeling tijdens ziekte en reïntegratie.

Bij de reïntegratie van zieke werknemers raken steeds meer instanties betrokken. Er wordt met

veel informatie heen en weer geschoven, waardoor het risico toeneemt dat bepaalde informatie in verkeerde handen terecht komt.

Hoewel Boomsma en Langedijk geen harde cijfers kunnen presenteren, is de trend volgens hen onmiskenbaar: er komen steeds meer klachten binnen over privacyschending. Volgens Boomsma gaan vooral freelancende bedrijfsartsen, die niet in dienst zijn bij een arbodienst, te lichtzinnig om met de privacy van werknemers.

FNV: meeste werkgevers passief zonder wettelijke arboregels

Driekwart van de werkgevers zal minder geneigd zijn arbo-verbeteringen aan te brengen als er niet een stok achter de deur is in de vorm van wettelijke verplichtingen. Die conclusies trekt de FNV uit een onderzoek onder 700 ondernemingsraadsleden, preventiemedewerkers en vakbondskaderleden. De enquête, uitgevoerd door FNV Bondgenoten, is gepresenteerd op een FNV-discussiebijeenkomst met Tweede Kamerleden over de omstreden herziening van de Arbo-wet.

Uit het onderzoek blijkt ook dat arbeidsomstandigheden in de meeste bedrijven wel onderwerp van overleg is tussen werkgevers en werknemers. Zo antwoordt 89% van de ondervraagden dat er is gesproken over veiligheid en gezondheid op het werk. Belangrijke thema's zijn dan de hoge werkdruk en vermindering van ongevallen.

Je inspannen als ondernemingsraad- of vakbondslid voor betere arbeidsomstandigheden werkt, zo blijkt ook uit het onderzoek. Van de keren dat er over arbo werd gesproken, kwamen in bijna tweederde van de gevallen ondernemingsraadleden en werknemers met suggesties voor verbeteringen. In negen van de tien

gevallen leidde dat tot positieve toezeggingen door de directie.

Uit de enquête blijkt verder dat vermindering van het ziekteverzuim een belangrijke reden is voor de leiding van een bedrijf of organisatie om verbeteringen aan te brengen. 'De wettelijke verplichting is een ander belangrijk motief, net als het voeren van een goed personeelsbeleid en verbetering van het imago van het bedrijf', zo melden de onderzoekers.

Punt van kritiek is de duidelijkheid van de huidige wetgeving. Zo zegt één op de vijf ondervraagde werknemers last te hebben gehad van niet heldere regels als er werd gesproken over werkdruk en klimaat. 'Ook wat betreft staand werk en agressie en sociale veiligheid zijn de normen onvoldoende helder in de wet vastgelegd', zo meldt het onderzoek.

Onder andere over deze punten hebben werknemers en werkgevers in de Stichting van de Arbeid een brandbrief geschreven waarin zij bij de verantwoordelijke staatssecretaris Van Hoof niet aandringen op meer regelgeving, maar heel nadrukkelijk wel op duidelijkere normen.

Vraag:

Nu zo'n drie jaar geleden heb ik een ongeval gehad. Ik heb hier behoorlijk wat klachten aan overgehouden. Hierdoor kan ik nu nog steeds weinig dingen in huis of in de tuin doen. In het begin waren er veel vrienden en familieleden die me uit de brand hielpen door even een uurtje of twee wat werkjes voor me te doen. Jammergenoeg merk ik nu dat het aantal mensen dat me komt helpen steeds kleiner wordt. Alleen een goede vriendin en een lieve tante komen me regelmatig helpen. Omdat er nu meer klusjes blijven liggen, hebben zij eigenlijk ook steeds meer tijd nodig om alles te doen. Ze zeggen wel dat ze het graag doen, maar het voelt toch vervelend om ze zo vaak iets te vragen.

Om ze te bedanken geef ik ze nu af en toe een cadeautje of een bosje bloemen. Maar ze zijn er nu zo vaak, dat ik het gevoel heb dat dat eigenlijk niet genoeg is. Weet jij een oplossing?

Antwoord:

Ik begrijp dat het erg vervelend voor je moet voelen om zoveel aan en van anderen te vragen. Er zijn een aantal dingen die je zou kunnen doen. Heb je er bijvoorbeeld al eens aan gedacht om te kijken of je in aanmerking komt voor Thuiszorg? Of om iemand voor een paar uurtjes per week in te huren om je te helpen? De kosten hiervoor kan je verhalen op degene die je ongeval heeft veroorzaakt; omdat je zonder ongeval deze kosten niet had gemaakt, maken ze onderdeel uit van je schade. Ook mantelzorgers (zoals je vriendin en tante) komen in aanmerking voor een vergoeding. Houdt dus in ieder geval goed bij hoe vaak en hoe lang ze je komen helpen!

Vraag:

Duren letselschadezaken altijd zo lang? Ongeveer 5 jaar geleden werd ik opgenomen in het ziekenhuis voor een operatie aan mijn knie. Vrijwel direct daarna bleek dat er tijdens de ingreep een fout is gemaakt. Hierdoor kan ik nooit meer normaal lopen en mijn passie paardrijden kan ik ook wel vergeten.

Waar ik nu vooral tegenaan loop is dat het allemaal zo ongelooflijk lang duurt. De aansprakelijkheid is nu, zo'n 5 jaar later dus, pas net erkend. Nu heb ik gehoord dat het vaker zo lang duurt, als je je door een rechtsbijstandverzekeraar laat bijstaan. Klopt dit? En wat kan ik nu het beste doen?

Antwoord:

Het klopt inderdaad dat veel letselschadezaken erg lange tijd in beslag nemen. Helaas is dat ook in jouw geval zo. Of dat nu direct aan de behandeling door de rechtsbijstandverzekeraar ligt, is een andere vraag. Soms kan het bijvoorbeeld lang duren voor een advies van een onafhankelijk deskundige binnen is en het kan ook zo zijn dat je tegenpartij er alles aan doet om de zaak maar zo lang mogelijk te rekken. Je eigen belangenbehartiger heeft hierop niet altijd (evenveel) invloed. Heb je echter het gevoel dat je belangenbehartiger wél meer zou kunnen doen om vaart in de zaak te brengen, dan zou je kunnen overwegen om eens door een buitenstaander naar de zaak te laten kijken. Denk dan bijvoorbeeld aan een zogenaamde second opinion door een advocaat of letselschadebureau.

Heeft u een probleem of vraag waar u zelf niet uitkomt? De VvLS helpt u graag! Schrijf naar: VvLS, o.v.v. 'Letselschaderaadvrouw', Postbus 157, 1000 AD Amsterdam of stuur een e-mailtje naar info@vvl.nl.