



**Naam** : Rita  
**Leeftijd** : 59  
**Beperking** : Cerebrale parese

**Wat ik nu ben en hoe ik nu in het leven sta heb ik te danken aan mijn ouders en mijn opvoeding. Ik heb geleerd alle dingen van een positieve kant te bekijken en erop te vertrouwen dat alles goed komt. En dat is ook zo.**

Rita woont in een Fokuswoning. Werkt als vrijwilliger twee middagen per week bij de BOSK bij de ledenadministratie en de webshop.

“Van 1994 tot 2012 heb ik 22 uur per week als telefoniste gewerkt bij de voorloper van het huidige Ieder(in). Ik verdeelde dit over vier dagen. Toen moesten er mensen uit en werd de functie van telefoniste opgeheven. Ik verloor dus mijn baan. In het begin dacht ik: ‘Hoe moet dat nu?’ Ik ging behoorlijk in inkomen achteruit. Kort daarna werd ik gevraagd om bij de BOSK vrijwilligerswerk te komen doen.

Nu is financieel alles geregeld: zorg- en huurtoeslag, belasting en uitkering. De stress daarover is voorbij en nu heb ik rust. Laatst kreeg ik een vacature voor een receptioniste/telefoniste voor 24 uur toegestuurd van een oud-collega. Erg lief van haar maar dat kan ik niet meer aan. Gelukkig is de bedrijfsarts van het UWV dezelfde mening toegedaan. Ik ben blij met mijn vrijwilligerswerk en voel mij bij de BOSK als een vis in het water.

*“Ik moet mijn activiteiten goed doseren, want als ik maar iets te veel doe, krijg ik er last van.”*

Ik ben niet bewust bezig met ouder worden. Ik kan echter ook niet net doen alsof er niets aan de hand is. Ik heb slijtage aan mijn heupen, rug en nek, raak snel overbelast en word sneller moe. Koken en boodschappen doen kosten me meer energie. Ik moet mijn activiteiten goed doseren, want als ik maar

iets teveel doe, krijg ik er last van. Dat gaat wel weer over, maar toch. Ik kan steeds minder dingen helemaal zelf. Ik heb nu een passieve stalift (Sara), waarmee mijn transfers (bed en toilet) veel makkelijker gaan.

Wat ik nu ben en hoe ik nu in het leven sta heb ik te danken aan mijn ouders en mijn opvoeding. Ik heb geleerd alle dingen van een positieve kant te bekijken en erop te vertrouwen dat alles goed komt. En dat is ook zo. Als je positief denkt ben je een stuk vrolijker. Ik ben bij tegenslag niet zo gauw van mijn stuk te brengen. Ik ben niet iemand die snel piept. Ook al heb ik pijn. Ik kom uit een nuchtere en sterke familie. Mijn ouders en vooral mijn moeder waren ook sterke mensen. Ik heb geen stress en zorgen want ik heb alleen mezelf om rekening mee te houden.

*“Vergelijk jezelf niet met een ander. Wees blij met wat je hebt en met wie je bent.”*

Omdat ik met mijn beperking geboren ben, weet ik niet beter. Mijn moeder heeft me nooit anders meegemaakt. Ze zei altijd: ‘Je hebt een gezond verstand’. Ze wilde geen uitzondering voor mij en daarom ging ik samen met mijn jongere broer en zus naar een gewone lagere school in Suriname. Ik ging mee op schoolreisjes en dan renden klasgenoten met mij rond in mijn rolstoel. Daar kieperde ik wel eens hardhandig uit maar dat was niet erg. Tot mijn 10e had ik nog nooit iemand anders in een rolstoel gezien. Dat vond ik zo vreemd. Zou ik echt de enige zijn? Toen we een keer in Paramaribo bij de revalidatiearts waren, vroeg mijn moeder daarnaar. ‘Het internaat zit er vol mee’, zei de revalidatiearts. Toen we gingen kijken wist ik niet wat ik zag. De arts vond dat ik naar dat internaat moest, maar mijn moeder was gelukkig rotsvast in haar overtuiging dat ik beter af was op een gewone school.

Toen ik op mijn 16e naar Nederland ging, ben ik wel naar een Mytylschool gegaan. Dat was niet mijn leven. De school in Suriname vond ik veel leuker.

Soms kom ik mensen met een lichamelijke beperking tegen die somber zijn en klagen. Die zou ik als tip willen geven: Vergelijk jezelf niet met een ander. Wees blij met wat je hebt en met wie je bent. Wanneer iedereen klaagt dat het toch zo lang donker buiten is in de maand december, doe ik gezellig de gordijnen dicht en steek kaarsjes aan. Ik probeer van iedere situatie iets moois te maken.”

