

Zelf de regie nemen

Project Camino Anders Bekeken



Een team van vijf jonge mensen met een visuele of visueel auditieve beperking ging de uitdaging aan: een pelgrimstocht naar Santiago de Compostela.

'Onze eerste dag. Een paar uurtjes vliegen en dan begint mijn job. De mensen veilig vervoeren van het vliegveld bij Santiago de Compostela naar Ponferrada, een rit van twee uur. Ponferrada, het is er knetterdruk. Een rustplek voor 185 pelgrims en wij zijn de laatste mensen die erbij passen. Wat zijn dit toch voor "idioten" die vrijwillig honderden kilometers lopen en gaan rusten op een slaapzaal met vijftig stinkende lichamen met de privacy van een mier? Ik hoop er nog een antwoord op te krijgen.'

'Ram, ram, op de deur, het licht wordt aangedaan en een bulderende mannenstem roept: "buenos dias!" Het is 6.15 uur. Dit is nog erger dan defensie.'

Manon van Ooijen (chauffeur en buddy)

Op 11 oktober startten we in Ponferrada onze pelgrimstocht. De eerste dagen begonnen rustig met twee korte wandeldagen, met daarna twee zwaardere etappes. Met deze opbouw kon iedereen rustig wennen aan alle aspecten van het leven van een pelgrim: het lopen met een rugzak, het vinden van de route, het slapen in de herbergen en de afstemming tussen buddy en wandelaar. Het team werd geleidelijk meer uitgedaagd door langere afstanden in het geaccidenteerde terrein tussen Villafraanca del Bierzo en O Cebreiro.

Wandelaar en buddy aan elkaar
verbonden via een lintje.

Foto: Gert-Jan de Hoon

'Ik ben mezelf een aantal keren tegengekomen. Het moment dat je je realiseert dat zo'n wandeling niet alleen lukt en je daar geen controle over hebt, doet zeer van binnen. Ook dat je tegen kleine dingen aanloopt en merkt dat bijvoorbeeld het opnieuw inpakken langzaam gaat, omdat je loopt te zoeken naar spullen en de verschillen niet ziet, of letterlijk iets over het hoofd ziet en bepaalde objecten voor iets anders aan ziet. Als je in een paar dagen al die dingen beseft, komt dat hard binnen.'

Connie Haumahu

'Het lopen van deze camino heeft me gebracht dat ik heus wel uitdagingen aan kan gaan, dat het eigenlijk ook niet eens erg is dat ik niet meer in m'n eentje op expeditie kan. Het is eigenlijk wel leuk met z'n tweeën of meerderen. Mijn hernieuwd zelfvertrouwen maakt Usher (doofblindheid) minder aanwezig, of wellicht beter bij mezelf passend ..., dus dat ik weer met een lach naar mezelf en anderen kan kijken. Ik heb het gevoel content te zijn met de ervaringen en belevenissen die ik meemaak. De angst voor de toekomst is er nog steeds, de werkelijke kleine wereld van de lach van een ander niet meer te zien blijft een gruwel waar ik niet aan kan en wil denken. Maar ik sta in ieder geval weer meer in verbinding met mezelf en met de ander.'

Séverine Kas

Vertrouwen

We hebben de eerste dagen georganiseerd gewandeld: we wachtten op elkaar en gingen als groep onderweg. De wandelaars liepen in de eerste week ieder voor zich in specifieke situaties tegen hun eigen beperking op: problemen met inpakken van de rugzak, dingen niet (goed) zien, constateren dat je dit niet alleen zou kunnen doen, vermoeidheid. Dit uitte zich soms in frustratie, verdriet of weerstand. Het was hierbij niet mogelijk om terug te vallen op routine en hun eigen comfortzone. Deze pijn aankijken, voelen, bespreekbaar maken, delen met lotgenoten, de situatie indien mogelijk accepteren, maakte dat de wandelaars daarna vrijer gingen en konden lopen. Ze gingen zelf-



Deelnemers en buddy's
weten zich beschermd
door Jacobus.

Foto: Sofie Mangnus

standiger onderweg, voelden zich steeds meer pelgrim, kregen meer vertrouwen en openden zich voor andere pelgrims.

'Op een gegeven moment kwamen we op een plek terecht waar we even een momentje hadden, op een berg met twee andere deelnemers en een buddy. Toen vroegen we aan elkaar wat we nou meekregen van onze omgeving. Op dat moment werd het wel duidelijk voor mij hoe weinig ik eigenlijk zag van de omgeving waar ik anders nooit bij stil sta. Het niet kunnen onderscheiden van de verschillende kleuren groen, een weg die er tussendoor loopt, koeien in de wei, dat was voor mij wel even slikken. Later op de dag hebben we dit moment geëvalueerd en tijdens dat gesprek kwam ik erachter dat het eigenlijk wel erg prettig was om dit te delen, ondanks dat het ook moeilijk was om er bij stil te staan, kwetsbaar en krachtig.'

Patrick van Gelderen

Motivatatie van wandelaars met een visuele beperking

Séverine Kas (39): 'Op de camino wil ik de angst voor mijn toekomstige "kleine wereld" (doofblind) achterlaten en vertrouwen op mijn kracht en weer ten volle dromen beleven en avonturen aangaan.'

Connie Haumahu (32): 'Erkennen dat je visueel "beperkt" bent en toegeven dat je hier en daar hulp nodig hebt, is best lastig. Ik wil leren niet meer te denken in beperkingen, maar denken in mogelijkheden.'

Maartje de Kok (38): 'Tijdens deze camino wil ik ervaren hoe het is om minder op survival te zijn en te beleven wat een buddy voor mij kan betekenen aan extra ogen en oren. Zodat ik op een ontspannen manier de pelgrimstocht kan ervaren.'

Patrick van Gelderen (25): 'Deze pelgrimstocht betekent voor mij het onbekende ontdekken, nieuwe ervaringen opdoen en vooral proberen te genieten, het fanatieke en constant willen presteren even achter me laten en genieten van alles om me heen.'

Motivatatie van goedziende buddy's

Nik van Hoogstraten (26): 'Ik ben een avonturier en ontdekker. Ik verken en verleg graag mijn grenzen, letterlijk en figuurlijk. Het mooie van deze camino is dat je dit samen doet met de persoon die je als buddy begeleidt.'

Sofie Mangnus (47): 'Het dagelijks alleen maar wandelen, ervaren en delen met elkaar van wat er op dat moment is, biedt ruimte om stil te staan bij jezelf, wie je bent en wie je wilt zijn.'

Marianne Sickler (63): 'Het mooiste wat je kunt ervaren op de camino is de rust en bezinning tot je laten komen. Vertrouwen op jezelf en weten dat je meer kunt dan je ooit gedacht had te kunnen bereiken.'

Tom Botermans (61): 'Wat ik op de camino mee wil geven zijn de overweldigende indrukken, de bijzondere ontmoetingen, het een zijn met de camino en het gewoon onderweg zijn.'

Manon van Ooijen (39): 'Kan iemand met een visuele beperking hetzelfde beleven als ik haar/hem iets bijna onbeschrijfelijk vertel? Tijdens de camino wil ik leren op een andere manier te gaan kijken als je letterlijk blind op je buddy moet vertrouwen.'

'Met het vinden van nieuwe routines, het loslaten van mijn behoefte aan extra verlichting en het met elke etappe letterlijk steeds meer aarden van mijn voeten kon ik de zwaarte van mijn Ushersyndroom wat meer loslaten. Ik ontdekte de charme van de eenvoud van de camino: eten, wandelen en bezinnen. Dit "gezondheidsrecept" zorgde ervoor dat ik meer in mijn lijf en mezelf zakte (minder in de survival en het hoofd) en er ruimte kwam voor mijn persoonlijke ontwikkeling. Dit gaf mij waardevolle inzichten voor een lichtvoetigere manier van leven en omgang met de impact van Ushersyndroom op mijn leven en dat van mijn gezin.'

Maartje de Kok

De wandelaars kregen steeds meer zelf de regie in wat zij wilden, met wie ze wilden lopen, en

hoe ze wilden lopen. Een van de laatste dagen wandelden de vijf wandelaars met een visuele beperking voorop in een groep, met de buddy's erachter. Het was voor de buitenwereld niet zichtbaar wie een visuele beperking had.

'Voor mij zijn de drie grootste factoren om het geslaagd te noemen, het feit dat de groep een groep is gebleven, we met elkaar konden lachen, en verder dat op het einde de buddy naar de achtergrond geschoven kon worden. Zelf genieten, struikelen en er om lachen en weer door lopen; hoe anders dan de eerste dagen.'

Marianne Sickler (buddy)

'Ik ben onder de indruk van de impact van het project op mezelf, op de teamleden maar ook op mijn gezin en in mijn omgeving.'

Sofie Mangnus (buddy)

'Ik sta steeds meer versteld over de mogelijkheden en onmogelijkheden van onze groep. En kom steeds meer tot het inzicht dat er geen onmogelijkheden zijn als je erin gelooft en het aangaat. Ik leer zoveel.'

Tom Botermans (buddy)

Na een prachtige pelgrimstocht, waarin iedere deelnemer elke kilometer te voet heeft afgelegd, kwamen we als team met veel nieuwe inzichten en ervaringen aan in Santiago de Compostela, twee weken later op 24 oktober 2015. De wandelaars begonnen als slechtzienden aan deze pelgrimstocht en kwamen als pelgrims aan. Voor ons allen een noemenswaardige overwinning en een emotioneel moment. De missie was volbracht en dit team heeft laten zien dat er altijd meer mogelijk is dan je denkt.

En Manon van Ooijen vond ook haar antwoord:

'Ik heb een korte ontmoeting met Marta, een dame uit Duitsland. Omdat ze er erg moe uitzag, vroeg ik of ik haar weg mocht brengen. Dit nam ze met dankbaarheid aan. Ze was verkeerd gelopen en haar rugzak stond bij herberg de Pedro aan de andere kant van het dorp. Ik vertelde haar ons verhaal. Marta vertelde dat ze slechtziend is en deze reis alleen wilde maken nadat haar man was overleden. Ze noemde me haar engel van de dag. Ik noem dit het caminogevoel.' ●

Organisatie

De initiatiefnemers van Project Camino Anders Bekeken zijn Annemieke Oost en Gert-Jan de Hoon. Annemieke ontmoette Gert-Jan tijdens een workshop 'Wees de regisseur van jouw leven'. In deze workshop vertelde Gert-Jan hoe hij als pelgrim de camino naar Santiago had gelopen. Met de vraag van Annemieke of zij de camino, ondanks haar visuele beperking, zou kunnen lopen, zag dit project het levenslicht. Annemieke heeft sinds acht jaar een sterk verminderd gezichtsvermogen als gevolg van een progressieve oogandoening. Maar haar droom om de camino te willen lopen, liet haar niet los. Meer informatie over Project Camino Anders Bekeken: Voyagebeyond.org en Facebook. [com/projectcaminoandersbekeken](https://www.facebook.com/projectcaminoandersbekeken).