

Bert Jongen

Onbeperkt succesvol

Leven met een fysieke beperking

Eerste druk, mei 2025

© 2025 Bert Jongen

Boekenplan.nl

ISBN 978 90 8666 586 0

NUR 401

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enigerlei wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Inhoudsopgave

Voorwoord	7
Niek van den Adel: ‘Wie succesvol wil zijn, moet wat ongeluk hebben’	10
Nico Blok: ‘Alle mensen met een arbeidsbeperking moeten mee kunnen tellen’	18
Ed Bijman: ‘Mijn droom opgeven was geen optie’	26
Robbert Charoe: ‘Men vond het raar dat ik met een dubbele beperking wél wilde werken’	34
Otwin van Dijk: ‘Er moet een emancipatiebeweging op gang komen’	42
Eva Eikhout: ‘Ik ben regisseur van mijn eigen leven’	54
Eelke Kelderman: ‘Ik heb heel veel drempels gehad’	64
Thijs de Lange: ‘Ik heb van mijn beperking mijn kracht gemaakt’	74
Noortje van Lith: ‘De maatschappij heeft een beperking’	80
Titia Martens: ‘Ziek zijn is gewoon topsport’	88
Jacqueline Maschino: ‘Ga <i>shinen</i> met je capaciteiten’	96
Jiska Ogier: ‘Jonge mensen willen hun stem laten horen’	112
Fleur van Puijenbroek: ‘We hebben nog een lange weg te gaan’	120

Basten Quaadvlieg: ‘Wij moeten ons laten zien’	130
Tako Rietveld: ‘Iedereen kan een rolmodel zijn’	140
Sam Schröder: ‘Iedereen heeft een taak in de samenleving’	148
Marylene Smeets: ‘Ik heb mezelf genezen van Multiple Sclerose’	156
Willem van Spaendonck: ‘Je moet kansen willen pakken’	162
Jonathan Terlouw: ‘Ik wil het maximale uit het leven halen’	170
Martin Visser: ‘Focus op wat je wél goed kan’	178
Literatuurlijst	185
Nuttige websites	187
Nuttige adressen	188

Voorwoord

Iedereen die mee wil doen, moet mee kunnen doen. Dat is een nobel uitgangspunt als het gaat om mensen met een handicap. De praktijk is weerbarstiger. In Nederland wonen ongeveer 600.000 mensen met een beperking die kunnen werken. Toch lukt dat maar bij veertig procent van hen. Maar vijftien procent van de werkgevers heeft mensen met een beperking in dienst. Naar schatting 70.000 kinderen volgen geen onderwijs (“thuiszitters”), het openbaar vervoer is vaak ontoegankelijk en dat geldt ook voor veel openbare gebouwen.

Er is nog een lange weg te gaan op het gebied van inclusie. In dit boek komen twintig mensen aan het woord die ondanks een beperking, niet bij de pakken neerzitten. Ze gaan openhartig in op pestgedrag, acceptatie, hun omgang met de bureaucratie, maar ook hun veerkracht, doorzettingsvermogen en hoe ze met tegenslagen omgaan.

Zelf ben ik sinds mijn geboorte halfzijdig verlamd. Mijn handicap bleek voor mij pas een probleem toen ik daarom niet werd toegelaten tot de lagere school. Leerplicht in Nederland gold blijkbaar niet voor mij. Nadat ik maanden thuis had gezeten, schreef mijn moeder een brief aan koningin Juliana. Toen kwam alles in een stroomversnelling en kon ik naar een mytylschool. Daar heb ik de lagere school en vervolgens de mavo doorlopen. Daarna ben ik overgestapt naar het reguliere onderwijs en heb de havo en het Atheneum afgerond. Ik ben sociologie gaan studeren in Nijmegen en combineerde dat met werk als freelance journalist. De journalistiek is als een rode draad door mijn loopbaan blijven lopen. Ondanks (of dankzij?) mijn handicap heb ik veel bereikt. Dat had ik nooit gekund zonder

mensen die in mij en mijn capaciteiten geloofden en mij de kans hebben gegeven mijzelf te ontwikkelen.

Ik heb altijd geloofd in mijn eigen kracht. Dat is ook mijn houding ten opzichte van andere mensen met een beperking. Toch staan honderdduizenden mensen met een beperking nog steeds buitenspel. Dat is doodzonde. Voor henzelf, maar ook voor de maatschappij. Want iedereen heeft toegevoegde waarde. Het is beter en ook financieel aantrekkelijker om de capaciteiten van mensen te benutten, in plaats van hen een uitkering te verstrekken. Zeker nu er een enorm personeelsgebrek is.

Ben je met een handicap veroordeeld tot een leven achter de geraniums? Of kun je ondanks een handicap toch succesvol zijn en hoe bereik je dat dan? Met die vragen ben ik op zoek gegaan naar mensen met een fysieke beperking die succesvol zijn. In twintig openhartige gesprekken geven zij aan hoe ze in het leven staan, welke tegenslagen ze zelf hebben overwonnen en wat je kunt doen om met een handicap toch succesvol te zijn.

Dit boek is in eerste instantie bedoeld voor mensen met een handicap die een ambitie hebben. Dat kan een baan zijn, een studie, of actief worden in het vrijwilligerswerk. Ik hoop dat zij inspiratie putten uit de verschillende interviews.

Daarnaast is dit boek bedoeld voor politici, werkgevers, beleidsmakers en mensen die werkzaam zijn op het gebied van welzijn en gezondheidszorg. Zij werken met of voor mensen met een beperking. Van hen wordt verwacht dat ze een bijdrage leveren aan de verdere integratie van mensen met een handicap in onze maatschappij.

Tenslotte hoop ik met dit boek ook belangstellenden te bereiken die niet iedere dag te maken hebben met mensen met een beperking.

Ik dank de geïnterviewden voor hun medewerking, hun moeite en hun openhartige gesprekken. Die dank geldt ook voor de fotografen die fotomateriaal hebben geleverd.

Sommige mensen hebben een beperking. Uit dit boek blijkt dat ze zeker niet beperkt zijn.

Maastricht, februari 2025

Bert Jongen



Niek van den Adel - Foto: www.niekvandenadel.nl

Niek van den Adel:

‘Wie succesvol wil zijn, moet wat ongeluk hebben’

Niek van den Adel (Westervoort, 5 maart 1982) was een succesvol horecaondernemer. Op 16 juli 2010 kreeg hij op weg naar huis een motorongeluk. Sindsdien heeft hij een dwarslaesie in combinatie met syringomyelie. Dat is een bobbel in zijn nek die zorgt voor een constante pijnprikkel. Inmiddels is hij een gewild spreker op congressen en bijeenkomsten. Hij is bestsellerauteur (met meer dan 67.000 verkochte exemplaren). Sinds januari is hij terug van een wereldreis van zeven maanden samen met zijn vrouw Kim en hun drie kinderen.

‘Ik was 28 en bedrijfsleider evenementen op horecagebied. Ik had al een paar dagen hard gewerkt en wat biertjes gedronken. Ik wilde naar huis en collega’s adviseerden om een taxi te nemen. Ik vond de wachttijd te lang en ben op de motor gestapt. In de eerste bocht ging het mis en ging ik onderuit. Ik kwam tussen twee geparkeerde auto’s terecht. Ik was bij bewustzijn, maar kon niet bewegen. Achteraf bleek dat ik daar zo’n drie tot vier uur gelegen heb. Ik kon na anderhalf uur mijn mobieltje pakken en 112 bellen. Aan de hand van het nummerbord van één van de geparkeerde auto’s konden ze mij vinden. Maar omdat ik net buiten het zicht lag, heeft dat nog een tijd geduurd. Ik was meer dood dan levend.’

‘Ik realiseerde mij dat er een heel ander leven voor mij lag dan ik op dat moment had. Ik heb acht maanden in een revalidatiecentrum gelegen. Dat was een hele vreemde periode. Want aan de ene kant had ik de meest heftige pijn die je je als mens kunt voorstellen. En aan de andere kant werd ik tot over mijn oren verliefd op mijn

ergotherapeute. Het was een achtbaan aan gevoelens. De liefde voor elkaar bleek gelukkig wederzijds. Ze was en is de vrouw van mijn dromen.’

‘Wij zijn gaan samenwonen. Als je mij in die tijd had verteld dat ik ooit weer zou gaan werken, had ik je uitgelachen. Ik zat onder de morfine. Ik kwam ’s morgens om elf uur mijn bed uit en ging er ’s avonds om acht uur weer in. Het heeft twee jaar geduurd voordat ik kon accepteren wat er gebeurd was. Toen is bij mij het balletje heel voorzichtig beginnen te rollen. Ik ontdekte dat er in Oostenrijk voor het eerst een handbikerwedstrijd zou worden gehouden. Samen met een aantal mensen van het revalidatiecentrum ben ik daarvoor gaan trainen. In Oostenrijk ontmoette ik honderd mensen die gewoon leefden met een dwarslaesie. Dat waren mensen met een gezin, met hobby’s, mensen die werkten. Ik dacht toen: hoe dat allemaal? Voor mij was dat een *eyeopener*. Ik ben toen anders gaan denken. Ik had voorheen hotelmanagement gestudeerd. In de horeca is gastvrijheid een heel belangrijk aspect. Maar die gastvrijheid kom je bijvoorbeeld veel minder tegen in ziekenhuizen. Ik heb toen bedacht dat ik mijn kennis en ervaring op dat gebied zou kunnen toepassen in de gezondheidszorg. Ik had het idee nog niet uitgesproken of de eerste opdrachten kwamen al binnen. Ik kan een succesverhaal vertellen. Maar tegelijk is het ook een kwestie van hard werken en van geluk hebben. We waren op zoek naar een groter huis en gingen een huis bekijken. Al na drie minuten bleek het ongeschikt voor iemand in een rolstoel. Maar de verkoper, Peter Smolders, bleek een schrijver en we kwamen in gesprek. Hij vond dat we samen een boek moesten schrijven. Daar hebben we een jaar aan gewerkt. Dat werd een best-seller. Het bracht mij op alle Nederlandse poli’s. Toen dacht ik: 10-15 procent van mijn lichaam functioneert nog. Daar zit mijn grote bek bij. Laat ik dus dan maar spreker worden. Ik treed nu meer dan honderd keer per jaar op. Maar ik vertel nu niet het verhaal dat ik een

paar jaar geleden vertelde. Ik ken sprekers die al dertig jaar hetzelfde verhaal vertellen. Dat geldt niet voor mij. Er worden zoveel mensen geboren. Er komen zoveel nieuwe bedrijven bij. En er verandert zoveel dat ik nog ongeveer twintig jaar nodig heb om iedereen met mijn verhaal te bereiken.'

'Inmiddels is spreken één van de drie dingen die ik doe. Ik heb nog twee bedrijven opgericht, waar een hoop mensen werken. Ik wil gewoon het verschil maken in het leven van anderen door te spreken en te schrijven. Het is mijn missie dat ik iets kan betekenen in het leven van anderen. Als het ongeluk mij één ding geleerd heeft, is het dat wel. Naast het schrijven en spreken heb ik het bedrijf heartbeat. Daar werken ongeveer veertig trainers en coaches. Die begeleiden mensen, teams en organisaties bij veranderingen. Ik begeleid bijvoorbeeld gemeenten hoe ze om moeten gaan met transities. Daarbij gaat het om hoe mensen om kunnen gaan met veranderingen. Dat kan ik niet alleen. Bovendien zijn er mensen die dat beter kunnen begeleiden dan ik dat kan. En het derde bedrijf is de Speakersclub in Leiden. Daar hebben we een theater gekocht waarin we mensen helpen om hun eigen verhaal op het podium te vertellen. Op zich is het natuurlijk interessant hoe iemand kanker heeft overleefd of hoe je met een dwarslaesie door het leven gaat. Maar het is nog veel interessanter als je dat verhaal kunt vertalen naar wat een wethouder of een raad van bestuur daar mee kan. Het heeft mij de laatste drie jaar veel energie gekost om dat op te bouwen. Kim en de kinderen hebben daar de prijs voor moeten betalen omdat ik minder aandacht kon besteden aan mijn gezin. Ik heb inmiddels hele goede bestuurders bij die bedrijven. Daardoor kan ik het zelf loslaten en kon ik zeven maanden met mijn gezin op wereldreis. Ik ben echt iemand die alleen maar doet wat hij zelf leuk vindt. Ik vind spreken echt het allerleukste dat er bestaat. Er zijn periodes dat ik wil reflecteren. Dan vind ik schrijven leuk. Ik zou niet meer voor een

baas of in een bedrijf kunnen werken. Ik vind vergaderen saai. Dat doe ik dus ook niet. Daar zijn anderen voor. Die kunnen dat veel beter dan ik.’

‘Ik heb een hekel aan slachtoffergedrag. We waren tijdens onze wereldreis in Sri Lanka. Als je daar een beperking hebt, is dat heel wat pittiger dan in Nederland. Het heeft een jaar voorbereiding gekost voordat we konden gaan. Ik moest vooraf plannen waar ik mijn medicijnen kon halen, waar het kathettermateriaal, waar kon ik naar binnen en waar niet. Zo’n wereldreis klinkt mooi. Dat is het natuurlijk ook. Maar ik heb bijvoorbeeld in Australië drie maanden in een tentje van twee meter bij tachtig centimeter gelegen. Dat is afzien.’

‘Voor mij heeft het begrip toegankelijkheid door die wereldreis een hele andere lading gekregen. In ons land willen we dat alle gebouwen toegankelijk zijn. In Bali zaten we in een hotel dat ook toegankelijk was. Alleen op een heel andere manier. Er waren elf trappen naar onze slaapkamer. Er stonden wel de hele dag vier jongens voor mij klaar om mijn rolstoel te tillen. En als Kim mij in mijn rolstoel ging duwen, stopten auto’s letterlijk en kwamen mensen helpen. Toegankelijkheid kan ook betekenen dat iedereen je helpt. Dat is hun cultuur. In Nederland heb je mazzel als iemand een deur voor je opent. Daar staat tegenover dat in landen zoals Australië de toegankelijkheid veel beter geregeld is dan in Nederland.

‘Er wordt in ons land vaak geklaagd: de voorzieningen zijn niet goed, de woning is niet groot genoeg, de arbeidsmarkt participeert niet goed. Ik gebruik het woordje “verwendicapt” vaak. We hebben geen flauw idee hoe goed wij het wel hebben. Veel mensen vinden het niet leuk om te horen als ik dat zeg. Ik realiseer me dat ik een liefdevolle jeugd heb gehad en een fijne vriendengroep heb. Mensen die goed voor mij zorgen. Ik heb een opleiding kunnen volgen. Dat geldt lang

niet voor iedereen. Maar alleen het feit dat je in je leven te maken krijgt met tegenslagen, wil niet zeggen dat je zelf geen verantwoordelijkheid meer hebt. De bedrijven die ik heb zijn heus niet vanzelf komen aanwaaien. Ik ben ook niet zomaar spreker of zomaar schrijver geworden. Dat kost echt heel veel moeite. Zeker als je ook nog een beperking hebt. Ik zeg ook niet dat iedereen het kan. Soms wordt het je niet gegund. En je moet ook een beetje geluk hebben. Maar als je thuis zit en je wordt niet gebeld door bedrijven of organisaties, is mijn vraag: hoeveel bedrijven of organisaties heb jij zelf deze week gebeld? Het feit dat je een beperking hebt, wil niet zeggen dat je privileges krijgt in het leven. Als je iets aan je hoofd hebt of aan je lijf en je wordt ergens niet aangenomen, ga dan naar de volgende. En als dat niet lukt, ga dan weer naar de volgende. Geef niet op. Ik ben zelf overal en nergens geweest in Nederland om mijn boek te verkopen. Ik wilde gewoon dat de mensen mijn boek gingen lezen.’

‘Vanuit mijn vroegere werk in de horeca, heb ik een hele andere kijk op gastvrijheid dan wat je in de gezondheidszorg meemaakt. Het is toch raar dat je drie kwartier moet wachten omdat een eerdere afspraak blijkbaar uitloopt zonder dat iemand je dat komt vertellen. Of dat een operatie drie keer wordt verzet zonder verdere uitleg. Ik dacht: Niek, dat kan je allemaal wel vinden. Maar snap je ook de kant van de zorgprofessional. Ik ben toen gaan bellen. Ik ben op afdelingen gaan meedraaien. Ik heb stage gelopen zodat ik de taal van de gezondheidsmedewerkers ging spreken. Daardoor kon ik gastvrijheid toepassen in de zorg. Toen wilden ze ook naar mij luisteren. Er zit niemand te wachten dat je het evangelie predikt zonder te weten wat er op de werkvloer speelt.’

‘We hebben te maken met een dubbele vergrijzing: mensen worden steeds ouder en er worden steeds minder kinderen geboren. Dan kun je constant blijven roepen: het systeem werkt niet. Maar je kunt er

ook voor kiezen naar jezelf te kijken. Dat betekent dat je de mensen in de wachtkamer begroet in plaats van door te lopen zonder iets te zeggen. Niet omdat het moet, maar omdat het vak er leuker van wordt. Ik probeer mensen te helpen door ze een spiegel voor te houden.’

‘Tegenwoordig praat ik meer over veerkracht dan over gastvrijheid. Dus: hoe gaan mensen om met verandering? Negentig procent van mijn tijd ben ik bezig met de Achmea’s van deze wereld, of met KPN of met zorginstellingen. Hoe gaan we als mensen, als team of als organisatie om met verandering? Als je denkt dat de wereld nu heel snel verandert, kijk dan over tien jaar. De wereld gaat alleen maar harder draaien.’

‘Je hebt in het leven geen recht op rechtvaardigheid. Dat was een spreuk van mijn moeder. Er bestaat geen basisrecht. Je kan wel roepen dat de wereld moet veranderen, maar dat helpt niet. Het leven brengt gewoon tegenslag met zich mee. Je krijgt hele mooie momenten, maar iedereen krijgt te maken met tegenslagen. Je hebt er geen recht op dat de Himalaya wordt aangepast omdat je in een rolstoel zit. Evenmin heb je er recht op dat iedereen in Nederland weet hoe ze moeten omgaan met iemand met een beperking. Recht hebben op iets vind ik een zwakgebod. Het leven geeft je geen rechtvaardigheid. Je moet er zelf voor knokken en er zelf voor werken.’

‘Eén van mijn uitspraken is: “Wie succesvol wil zijn, moet wat ongeluk hebben.” ‘Dat klinkt heel gemeen. Natuurlijk ben ik niet blij met mijn ongeluk. Maar ik kan er wel dankbaar voor zijn. Zonder mijn ongeluk had ik nooit de vrouw van mijn dromen ontmoet. Je leert nu eenmaal meer in je leven van de tegenslagen die op je pad komen dan van de mooie dagen. Je krijgt te maken met tegenslagen: je wordt ontslagen, je krijgt een scheiding, je krijgt een ongeluk of er

gebeurt iets met je kind. De vraag is: wat doe je er vervolgens mee? Mijn hele thema is leren van het leven. Er komt een moment in je leven dat je niet dankbaar bent voor het ongeluk, maar wel met wat je erna eruit hebt gehaald. Daarom vier ik ook ieder jaar mijn ongeluk onder het motto: “Leve mijn laesie!”

‘Ik ben van nature een optimist. Dat gevoel is alleen nog duizend keer sterker geworden na mijn ongeluk. Het versterkt de goede eigenschappen die ik had. Maar ook de mindere eigenschappen. Als ik veel pijn heb, trek ik mij terug. Dan ben ik niet bereikbaar en trek ik mij terug in mijn holletje. Dat was al een eigenschap die ik had voordat ik het ongeluk kreeg. Als je een pannenkoek was voordat je in een rolstoel kwam, blijf je na een ongeluk nog steeds een pannenkoek, maar dan in een rolstoel.’

‘We moeten niet kijken naar een beperking. Er werken verschillende mensen in mijn bedrijven. Het interesseert mij niet of die wel of geen beperking hebben. Het gaat erom of die persoon bij ons bedrijf past. We moeten mensen uit de hoek van de beperking halen. Het zou doodnormaal moeten zijn dat mensen met een beperking, deel uitmaken van je team. Wat maakt het nou uit dat ik in een rolstoel zit en bijvoorbeeld Pieter drie keer gescheiden is? Ik heb drie maanden door Australië gereisd. Er heeft in die tijd niemand gevraagd waarom ik in een rolstoel zit. Mensen kijken in Australië heel anders naar mensen met een beperking dan hier. Daar wordt het als normaal beschouwd dat er mensen zijn die met een beperking leven. Wij komen uit een cultuur waarbij je mensen met een beperking liefst buiten de samenleving in de bossen verstoppt.’

‘Mensen vinden het spannend als je ergens rollend binnenkomt. Of als iemand er wat anders uitziet of anders denkt dan anderen. De enige manier om daar iets aan te doen is gewoon naar elkaar te luisteren en open te staan voor elkaar.’

Nuttige websites

Niek van den Adel

www.niekvandenadel.nl

Ed Bijman

www.edbijman.nl

Nico Blok

www.onbeperктаandeslag.nl

Robbert Charoe

www.robbercharoe.eu

Eelke Kelderman

www.eelkedroomt.nl

Thijs de Lange

www.thijsdoet.nl

Noortje van Lith

zie Noortje van Lith op LinkedIn

Jiska Ogier

www.jiskaogier.nl

Fleur van Puijenbroek

www.mnmw.nl

Basten Quadvlieg

zie Rijk League op LinkedIn

Sam Schröder

www.samschroder.nl

Marylene Smeets

www.marylenesmeets.eu

Willem van Spaendonck

www.breedweer.nl/tuck/

www.breedweer.nl/podcast/vierde-aflevering-kraakhelder-met-willem-van-spaendonck/