



Gitte heeft de wens later voor de klas te staan.

Ineke Vroling

“Stotteren maakt wie ik ben”

De moeite van vloeiend spreken

Ineke Vroling

HEERHUGOWAARD In Nederland stotteren ongeveer 175.000 mensen. De één herhaalt lettergrepen, woorden of zinsdelen. De ander blijft hangen op bepaalde letters, houdt klanken lang aan of blokkeert helemaal. Op 22 oktober is het Wereldstotterdag. Thema dit jaar is: ‘Zeg wat je op je hart hebt.’ Aan de orde komt welke impact deze aandoening heeft, hoe ermee om te gaan, maar ook dat er goed mee te leven valt. Gitte (17) uit Heerhugowaard weet dat uit ervaring. Gitte deelt graag haar verhaal, vooral omdat ze het belangrijk vindt dat er meer kennis en bewustwording over komt bij mensen. Op de basisschool kreeg zij last van stotteren.

“Het was vervelend, maar iedereen wist het en daarom had ik er zelf ook weinig moeite mee”, aldus Gitte. Vanaf groep 8 werd het erger en kreeg ze begeleiding van een logopediste. Ze vertelt: “Hier leerde ik veel trucjes. Handig, maar het bleek uiteindelijk niet genoeg om ervan af te komen.”

ACCEPTATIE Gitte weet dat ze met name stottert bij nieuwe gebeurtenissen en situaties die stressvol zijn. Wanneer ze nerveus is of druk ervaart, ze te enthousiast is of iets te snel wil vertellen. Sinds drie jaar ontvangt ze, met tussenpozen, ondersteuning van logopedist- en stottertherapeut Ilanda de Dood in Alkmaar. Gitte vertelt enthousiast: “Ik heb hier zoveel aan, Ilanda leert me vertrouwen te hebben en dat het niet erg is om te stotteren. Dat acceptatie de basis is om ermee te

leren omgaan. Vroeger was ik heel verlegen en stil en vertoonde veel ‘vluchtgedrag’. Zij legt uit: “Ik meldde dan zelfs bij docenten dat ik stotterde en vroeg hen mij niet te laten presenteren of voorlezen. Helaas voor mij gingen ze hier niet mee akkoord. Ik maakte de presentaties dan zo dat ik ze in een keer doorlopend uit kon spreken. Maar ja, dat is ook niet de oplossing.”

TIPS Gelukkig is Gitte nooit gepest, wel komt het regelmatig voor dat mensen ‘bijzonder’ reageren wanneer ze praat: “Wat ik erg vervelend vind is wanneer zij mijn zinnen afmaken en dit gebeurt vaak. Het is niet nodig en helpt niet.” Haar advies is dan ook: “Laat degene uitpraten, laat het gaan en maak van het stotteren ook niet direct een onderwerp van gesprek. Mensen denken soms ook dat ik niet weet wat ik wil zeggen. Dat is niet zo, ik heb alleen

wat tijd nodig om zinnen goed uit te spreken.”

Ook geeft Gitte nog een aantal tips voor wie stottert: “Ga uit van je eigen kracht. Ga niet uit van wat anderen van je vinden. Wees open en vertel aan nieuwe mensen die je vaker gaat zien direct dat je stottert.” Verder benadrukt ze: “Accepteer dat stotteren bij je hoort, het is niet erg.” **VOORBEELDFUNCTIE** Inmiddels gaat het heel goed. “Ik zie stotteren nu als een deel van mij, het beperkt mij niet meer. Het is ongelofelijk, maar praten is nu zelfs mijn favoriete hobby”, aldus Gitte. Ze wil later zelfs voor de klas staan, liefst voor groep 8. Het jaar daarop is spannend, weet ze uit eigen ervaring: “Daar begeleid ik kinderen graag in. Ik wil een voorbeeld zijn voor diegenen die zich onzeker voelen, want het hoeft echt niet.”

Zie ook www.stotteren.nl

Langebalkbrug

1

ZUID-SCHARWOUDE De weg blijft overdag voor alle verkeer toegankelijk. Van 5 november t/m 8 december tussen 20.00 uur en 4.00 uur is de N242 afgesloten; vanaf afslag Pannekeetweg tot de Westerweg 44. Ook het fietspad is afgesloten. Het verkeer wordt omgeleid. Overdag is de weg voor alle verkeer normaal toegankelijk. De werkzaamheden kunnen enige geluidshinder in de avonden en nachten veroorzaken. Houd ook rekening met mogelijke hinder door omleidingen. De provincie Noord-Holland stelt alles in het werk om de overlast te beperken. Voor vragen of klachten kan contact opgenomen worden met het provinciale servicepunt via het telefoonnummer 0800 0200 600 (gratis) of per e-mail: servicepunt@noord-holland.nl.

Plan voor woonvoorziening in Callistolaan

HEERHUGOWAARD Dagelijks Leven, een organisatie die zich toelegt op woonzorgvoorzieningen voor mensen met geheugenverlies, heeft plannen voor zo’n voorziening voor twintig mensen in de Callistolaan (Planetenwijk). Gemeente Heerhugowaard vindt dat een goed plan. Begin oktober was er een informatie-avond voor omwonenden. Wethouder John Does (Ruimtelijke Ordening) zei in zijn openingswoord: ‘Het aantal dementerende ouderen neemt ook in Heerhugowaard de komende jaren sterk toe. Voor mensen die daardoor niet meer zelfstandig kunnen wonen is onvoldoende opvang. De plannen voor een woonvoorziening voor die groep in de Callistolaan voorzien daarin. De gemeente hecht er veel waarde aan dat het nieuwe woonzorgcentrum integreert in de wijk en dat dit in samenspraak met de bewoners gebeurt. Niet alleen de bewoners van het woonzorgcentrum, maar ook de buurtbewoners moeten deze voorziening zien als een aanwinst. Het gebouw wordt niet hoger dan de woningen in de buurt. Het heeft de uitstraling van een groot landhuis.’

Dagelijks Leven vraagt binnenkort de bouwvergunning aan. Die ligt dan ter inzage. Tegen die aanvraag kunnen zienswijzen worden ingediend. Als alles daarna volgens plan gaat, kan de bouw dit jaar nog beginnen en kan het gebouw najaar 2019 worden opgeleverd, laat de gemeente weten.

Huygenpas

HEERHUGOWAARD De Huygenpas is een kortingspas die zorgt voor extra financiële ondersteuning voor de pashouder en het gezin in gevallen waarbij sprake is van een laag inkomen en weinig vermogen. Elk gezinslid vanaf 12 jaar ontvangt een eigen pas. Het tegoed voor kinderen van 4 tot en met 11 jaar wordt bijgeschreven op de pas van de ouder. Korting wordt gegeven bij verschillende zwembaden in Heerhugowaard en bij Dierenpark Van Blanckendaell in Tuitjenhorn. Leuke plekken om in de herfstvakantie naartoe te gaan. Bij de Vue Bioscoop Heerhugowaard kunnen filmvoorstellingen betaald worden met het tegoed dat op de Huygenpas 2018 staat. Op vertoon van de Huygenpas krijgt de pashouder bovendien van maandag tot en met donderdag korting.



BDU media

ZORGSPECIAL

Plaats voordelig uw advertentie in de Zorgspecial. Deze bijlage rondom zorg en gezondheid verschijnt in week 45 en 46 bij de nieuwstittels in uw regio.

Ga voor meer informatie naar:

WWW.BDUMEDIA.NL/ZORGSPECIAL-NH

Veiligheidsmarkt

BROEK OP LANGEDIJK Alles over veilig winkelen tijdens de Veiligheidsmarkt op zaterdag 20 oktober van 10.00 - 15.00 uur in winkelcentrum Broekerveiling. Bezoek diverse stands waar de professionals tips delen om inbraak, diefstal en brand te voorkomen. Of neem een kijkje bij de politie en brandweer op het Broekerveilingplein. Op het Broekerveilingplein staat het Mobile Media Lab van de politie.

Hier worden de verschillende communicatiemiddelen van de politie onderzocht. Meer weten over veiligheid en leefbaarheid in Langedijk? Stap gerust het Mobile Media Lab binnen om een praatje te maken met de Langedijker wijkagenten. Voor kinderen is er ook genoeg te doen. Maak een foto bij een echte politiemotor en politieauto of neem een kijkje bij de brandweer op het plein.



BEZOEK ONS:
Wo, vr, za: 09.00 - 13.00 uur
Ma, di, do: Op afspraak

Liever advies thuis?
Bel voor een afspraak!
072 562 48 71

MIJN NIEUWE PLAFOND,
in slechts één dag!

Plameco Alkmaar Berenkoog 44 D 1822 BJ Alkmaar 072 562 48 71