



Ben en Angelique Ummels  
Project **YOU CAN DO IT**

## HISTORIE

In 2005 werden we voor het eerst geconfronteerd met het leed dat armoede met zich meebrengt in Thailand. Een jonge moeder, lijdend aan HIV/AIDS, en haar eveneens besmette 3 jaar oude dochtertje klopten aan voor hulp bij het Sarnelli House. Moeder was zelf te ziek om nog te werken en er was geen geld meer voor onderdak, eten of medicijnen. Zonder medicijnen zouden ze beiden sterven. Moeder zag geen andere uitweg dan haar dochtertje, dat door gevolgen van de HIV/AIDS niet kon lopen, over te dragen aan de zorg van anderen. Een afschuwelijke situatie die zich vlak onder onze neus voltrok. Moeder en dochter waren dol op elkaar en het verdriet in hun ogen staat voor altijd in ons geheugen gegrift.

Gelukkig maken beiden het nu goed. Moeder heeft dankzij Sarnelli een baan en haar dochtertje gaat naar school, speelt en geniet ondanks haar lichamelijke beperking volop van haar jeugd. Beiden wonen in een klein huisje dichtbij het Sarnelli House.

Dit is slechts één van de vele schrijnende verhalen.

Een ander verhaal is dat van een meisje van 9 jaar. Zij heeft Cerebrale Parese Spastische Tetraparese. Zij is volledig overgeleverd aan de zorg van anderen en is niet ADL (Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen) zelfstandig. Ze is bedlegerig, heeft HIV, is blind en kan niet praten. Een paar uur per week doen we activiteiten met haar. We proberen haar zoveel

mogelijk uit haar spastische patroon te krijgen, haar lichaam te ontspannen d.m.v. fysiotherapie, hydrotherapie of gewoonweg door te zingen of samen naar muziek te luisteren. Deze kleine meid wordt groter en voor de huismoeder werd het steeds moeilijker om haar te douchen en aan te kleden. Daarom hebben we dit jaar een aangepast douchebrancard laten maken. De brancard hebben we met giften van derden kunnen bekostigen.

Beide verhalen hebben parallellen en tegelijk zijn ze zo verschillend. Waar moeder en dochter hun leven weer op de rit kregen en een zelfstandig bestaan konden opbouwen, zal dat voor onze 9-jarige vriendin nooit een haalbaar doel zijn. Zij zal altijd zorg nodig hebben.

Het viel ons op dat er in Thailand voor mensen met HIV/AIDS maar weinig toekomstperspectief is. Heb je HIV/Aids dan ben je in de ogen van veel mensen ziek, zijn mensen bang voor je, word je klein gehouden, wordt er geen tijd en energie aan je verspild en krijg je al helemaal geen kans om jezelf te ontwikkelen. En in onze ogen is dat Not Done!

Omdat 16 jaar geleden de medicijnen voor HIV/Aids nog niet zo goed waren, worstelen kinderen en volwassenen vandaag de dag nog steeds met blijvende bijwerkingen als cognitieve en/of fysieke problemen en/of uiterlijke kenmerken. Onze trainingsprogramma's zijn gebaseerd op sport en spel en een-op-een ondersteuning. Mensen fysiek en cognitief sterker maken zodat ze meer vertrouwen in zichzelf en in hun toekomst hebben. Want hoe mooi is het om niet meer afhankelijk te zijn van anderen en ze in hun eigen levensonderhoud kunnen voorzien!

Ondertussen reikt onze hulp veel verder dan alleen de kinderen bij Sarnelli. Je kunt ons tegenwoordig ook aan het werk zien in een kliniek met (jong)volwassenen en ouderen, maar ook bij mensen thuis.



## VISIE | YOU CAN DO IT |

In oktober 2019 hebben we het roer omgegooid. We hebben onze banen in Nederland opgezegd met als doel 6 tot 8 maanden per jaar in Thailand te helpen. Omdat ons werk in Thailand op vrijwillige basis is en wij vanuit de organisaties waar wij onze hulp aanbieden geen financiële ondersteuning ontvangen, komen alle kosten voor eigen rekening. Dit lossen wij op door op gezette tijden naar Nederland te vliegen om te werken voor onder andere ons levensonderhoud, Thaise les etc.

Om dit te kunnen doen moeten we vanuit een organisatie een uitnodiging met verzoek tot een jaarvisum en werkvergunning ontvangen. Dit moet door de Thaise Ambassade worden geaccordeerd.

In onze ogen doet ieder mens ertoe en verdient iedereen een kans. Jong of oud, met of zonder beperking, helpen om een zo goed mogelijk zelfstandig bestaan op te bouwen. Diegenen die aan hun lot zijn overgelaten een helpende hand bieden.

#### MISSIE | MAXIMISING QUALITY AND JOY OF LIFE |

We helpen om te denken in oplossingen en niet in belemmeringen. We reiken tools aan om, ondanks iemands beperking, een zo goed mogelijk zelfstandig en onafhankelijk leven op te bouwen. Helpen met een stukje zelfontwikkeling.

Onze grootste uitdaging is om kinderen met een verstandelijke en/of lichamelijke beperking te laten inzien dat er zoveel moois is in het leven om van te genieten. En dat ook zij een waardevolle toekomst kunnen opbouwen.

#### KERNWAARDEN | AUTHENTIEK – VERTROUWEN – GEVOEL – BALANS – ZELFSTANDIG – PASSIE EN PLEZIER |

**Authentiek**, ieder mens is anders! Door **Vertrouwen** te winnen kun je samen op zoek gaan naar een trainingmethode die bij diegene past. Als het **Gevoel** goed zit, kun je op zoek gaan naar de **Balans** in een zo goed mogelijk **Zelfstandig** bestaan. Dit alles met **Passie** en **Plezier**.

#### STRATEGIE | ACTIVEREN – MAATWERK - MOTIVEREN – OMGEVING – DOEL |

Zo vroeg mogelijk in kaart brengen welke wensen en behoeften de persoon heeft op verschillende levensdomeinen en welke doelen men wil verwezenlijken. Hierin begeleiden en bieden wij ondersteuning. Om dit doel te bereiken, zullen de persoon en omgeving (familielid, personeel, begeleider) moeten participeren. Hij of zij moet immers het nut inzien van de dingen die je ze opnieuw dan wel anders aanleert. Want “hoe kun jij jezelf redden in je dagelijks leven, wanneer je familie op het land aan het werk is”? Dit vraagt niet alleen om functioneel en persoonsgericht trainen, maatwerk en communiceren in een begrijpelijke taal, maar vooral om tijd, aandacht en geduld. Ook de leefomstandigheden en omgeving, oftewel het systeem waarin iemand verkeert, speelt een belangrijke rol in het behalen van zijn/haar doel. Dit laatste kan leiden tot ingrijpende aanpassingen in iemands leven.

#### DOELSTELLING | AMBITIE |

Het opzetten van een zelfstandig project waarbij we ons geheel op vrijwillige basis kunnen blijven inzetten voor kinderen, jongvolwassenen en ouderen, met of zonder een lichamelijke en/of verstandelijke beperking. Hen helpen om weer een stukje grip op hun eigen leven te krijgen, met als doel om de beperkingen van het individu te verlichten. Hierdoor wordt men onafhankelijker en verbetert zijn of haar kwaliteit van leven. Onze methode kan op locatie, in groepsverband of een-op-een worden aangeboden

#### PROJECTEN | SARNELLI HOUSE – FRIENDSHIP GARDEN – OUTREACH |

Het SARNELLI HOUSE biedt een veilig thuis aan kinderen die aan hun lot zijn overgelaten. Hier zetten we ons al 16 jaar in als Hands-On Vrijwilliger en helpen we bij alle voorkomende werkzaamheden. Denk hierbij aan het verzorgen van de allerkleinsten, het van en naar school brengen van de kinderen, het helpen met huiswerk en het opzetten van sport en spel, muziek en andere leerzame activiteiten.

Kinderen met een aangeboren cognitieve en lichamelijke beperking hebben meer een-op-een begeleiding nodig. Het is belangrijk om deze kinderen zorgvuldig te observeren, te analyseren en daar waar nodig de juiste hulpmiddelen (bijv. krukken, braces, aangepaste schoenen, aangepaste fiets, ligbed etc.) en methodieken te gebruiken. De ontwikkeling van zelfstandigheid van kinderen naar volwassenheid is hierbij een belangrijk doel.

Denk hierbij aan het geven van hydrotherapie, functionele trainingsprogramma's, aangepaste sport- en spelactiviteiten, uitleg lichamelijke verzorging en extra huiswerkbegeleiding etc.

Revalidatie met kinderen naar aanleiding van een ongeval (bijv. beenamputatie). Denk hierbij aan begeleiding tijdens ziekenhuisbezoek, het helpen bij wond- en algehele dagelijkse verzorging en aan het motiveren van het kind om van de huidige situatie naar de gewenste situatie te komen.

FRIENDSHIP GARDEN Hier verblijven (jong)volwassenen en ouderen die niet meer in staat zijn om zelfstandig te wonen, te functioneren. Veelal hebben deze mensen als gevolg van HIV/Aids en/of TBC hersenletsel waardoor hun cognitie is beperkt. Motiveren is hier het sleutelwoord. We laten mensen bewegen, zetten sport- en spelprogramma's op, trainen het personeel in hun werkzaamheden en waar nodig doen we een-op-een revalidatie. Dit alles met het doel zijn/haar kwaliteit van leven te verbeteren met hopelijk ooit weer de mogelijkheid om thuis te kunnen wonen en opnieuw een bijdrage te kunnen leveren aan het economisch verkeer. Deze mensen blijven we ook in de thuissituatie volgen.

OUTREACH We worden benaderd door een organisatie, een familielid of dorpsgenoot voor hulp aan huis. Deze mensen moeten vaak opnieuw leren lopen, leren praten etc. Financiële middelen om professionele hulp in te schakelen is er niet. Soms betekent dit ook dat er in de thuissituatie een aanpassing/verbouwing zal moeten plaatsvinden. Dit proberen we dan door middel van giften te financieren. Ons plan van aanpak bestaat uit het doen van een Fatigue Test, het motiveren en functioneel trainen op zelfredzaamheid.

| project YOU CAN DO IT | FB Angelique Ummels | [djvangelique@gmail.com](mailto:djvangelique@gmail.com) | 06.42153910 |

