

# uitzicht

**Retina Nederland**

## **ANTI-OXIDANTEN**

Kunnen kanker  
bevorderen

## **GELEIDEHOND**

In Engeland ook  
voor kinderen

## **ICATCHER CARDS**

Bijzondere  
speelkaarten

## **BIJ RP**

Vitamine A en  
Omega-3-vetzuren



**Informatieblad**



Met de pampersprong is het de bedoeling dat je in een boom klimt die op 5 meter hoogte is afgezaagd. Dat doe je via een ladder. Vervolgens, als je staat, moet je de trapeze die 1 meter voor je hangt zien te pakken. Mocht het niet lukken blijf je lekker hangen aan het touw dat weer aan je tuig zit. Hier kreeg ik toch een beetje last, toch hoogtevrees? Maar na 2 keer aftellen toch gesprongen, wel mis maar alla. Grappig was dat een begeleider ook ging pamperspringen met een blinddoek om.

Nu waren we klaar voor: het abseilen! Wederom de 25 meter hoge berg beklimmen (in België hebben ze nog nooooooit van roltrappen gehoord) en dan ga je met een begeleider samen naar beneden. Wederom weer een spannend moment wanneer je gevraagd wordt op een balkje, 25 meter boven de grond, je kont naar achter te gooien om de berg te gaan abseilen. Maar na een minuutje of 10, of waren het er nou 100, kon ik weer recht op staan op vaste grond. I made it!

De rotswand beklimmen met wiebelige bruggen gaat mij na deze ervaring prima af. Mijn niet visueel gehandicapte vriend leek hier wat meer moeite mee te hebben, je staat op een richel van een paar cm, 15 meter boven de grond. Een visuele handicap heeft zo zijn voordelen, wat je niet ziet jaagt je ook geen angst aan. Na een avondmaal en wat borrelpraat gingen we de volgende dag nog even een uurtje kanoën, een meditatie moment vergeleken met de activiteiten van de vorige dag.

Een leuke en goede ervaring, vooral omdat ik me op geen enkel moment 'beperkt' heb gevoeld. En Bouke, de geleidehond? Die heeft gewoon een aantal dagen vrij gehad!



## Icatcher cards Bijzondere speelkaarten

Door Lex Benninga

Nicole van Dijk uit Waalre, wier moeder aan een ernstige vorm van MD lijdt, heeft een geheel nieuw soort speelkaarten voor slechtzienden ontwikkeld. Deze wijken, zoals de afbeelding aantoont, geheel af van de gebruikelijke kaarten. Zij heeft diverse prototypen aan een relatief groot aantal slechtzienden voorgelegd, waaronder ondergetekende. Ook professionals onder andere van Sensis en Visio hebben er hun licht op laten schijnen. Op grond daarvan zijn er aanpassingen in onder andere de kleurstelling en de positie van de opdruk aangebracht.



Icatcher cards zijn een origineel, normaal formaat speelkaarten. Door de klaveren, ruiten, harten en schoppen elk een aparte, contrasterende kleur te geven, hoopt Nicole dat slechtzienden de kaarten veel beter kunnen onderscheiden. In combinatie met de sterk vergrote en simpele opdruk zijn de kaarten eenvoudiger in de hand te sorteren en te herkennen op tafel. Icatcher cards verschijnen begin december 2009 en zijn in eerste instantie uitsluitend te bestellen via [www.icatchercards.nl](http://www.icatchercards.nl) De prijs bedraagt € 14,95 voor 2 stokken kaarten in een transparant duodoosje. Het idee is zeer innovatief en wellicht voor veel slechtziende kaartspelers geschikt. Mogelijk dat een aantal stokken gebrailleerd gaan worden, indien daar vraag naar is en dit financieel haalbaar is. Reacties per mail zijn zeer welkom via [redactie@retinanederland.nl](mailto:redactie@retinanederland.nl)