

Dwarslaesie Magazine is het kwartaalblad van Dwarslaesie Organisatie Nederland, dé organisatie van en voor mensen met een (incomplete) dwarslaesie of caudalaesie. Leden ontvangen het magazine gratis. Meer informatie staat op pagina 40.

Wil je reageren op DM? Heb je een idee voor een artikel? Wil je zelf iets schrijven of op een andere manier meehelpen? We horen het graag op [magazine@dwarslaesie.nl](mailto:magazine@dwarslaesie.nl)!

## Artikelen

### 6 Vallen en opstaan - deel 2

Je loopt moeilijker en je valt: hoe kom je overeind?

### 10 Reizen met de rolstoel

Veel mensen zijn weer bezig met het maken van vakantieplannen. Dat is ingewikkelder als je afhankelijk bent van een rolstoel. Enkele ervaringen van reizende rolstoelers.

### 20 Bergen verzetten ▶

De podcast *Bergen Verzetten* vertelt over de kracht die de HandbikeBattle mensen geeft.

### 22 Jong met een laesie? Laat van je horen!

Er is nu een werkgroep speciaal voor jonge mensen met een dwars- of caudalaesie.

### 24 Een kijkje in de keuken

Per 1 juni moet Jacob Zuurmond door gezondheidsproblemen zijn voorzitterschap van DON beëindigen. Hij kijkt terug.

### 29 Hoe blijf je fit met een dwarslaesie?

De herziene uitgave van het boek *Hoe blijf je fit met een dwarslaesie?* geeft veel informatie en tips.

### 26 'Gebrek aan kennis heeft gevolgen'

Bij een dwarslaesie denken de meeste mensen: dan kun je niet lopen en zit in de rolstoel. Wat zo'n dwarslaesie verder nog kan inhouden en dat er ook andere vormen van ruggenmergbeschadiging zijn, weten de meeste mensen niet. Dat gebrek aan kennis is nadelig, zegt DON-bestuurslid Anke Tigchelaar.

*Door Carine Harting*



## Columns

- 7 Burugo Dwarsexie
- 15 Nina Achten Het rolstoel-effect
- 35 Herman Engberink Toeval bestaat niet

## Rubrieken

- 5 Vraag aan de lezer Hoe werkt dat voor jou: het accepteren van je handicap?
- 8 De achterban Fenna van der Heijden
- 12 Mooie dingen René Gijsberts
- 14 Ik en mijn laesie Ad Hoendervangers
- 17 In beweging Zittend werpen
- 18 Ongehinderd Op naar een toegankelijke gemeente!
- 30 Een mens, een laesie Charlotte van Marissing
- 32 Het onderzoek Onder andere: nieuw soort implantaat is 'biohybride'
- 34 Vraag aan ... de uroloog Wat zijn de risico's voor de nieren?
- 37 De regels Ontwikkelingen rond smartengeld
- 38 Vraag en aanbod
- 40 Onze vereniging

