

# Kort & Krachtig!

Uitgave van de vereniging KMK | jaargang 9 | nr. 33 | maart 2022



*Rolan Dirksen*

**‘Wees transparant  
over wat je hebt’**

Rechtszaak over sportprothesen / Zilan op weg naar Milaan 2026 / Participatie / Zorggebouwen voor eenhandigen





## Monique den Hollander

*'Ik wilde zo snel mogelijk weer gewoon aan het werk.'*

*Monique* werd twintig jaar geleden aangereden door een auto. Ze verloor daarbij haar rechterbeen. Haar linkerbeen werd verbrijzeld. Monique wilde zo snel mogelijk haar studie afronden en gaan werken. Ze vindt het prettig dat ze bij Rijndam Orthopedietechniek geen nummer is en dat er altijd tijd is voor een persoonlijk gesprek.

*Tijd nemen voor het verhaal van onze cliënten; dat is onze kracht!*

# INHOUD!



## 12 JURIDISCH!

### Gevecht om de sportprothese

## INTERVIEW! 18

### Rolan Dirksen



## 24 ONDERWIJS!

### Dutch HealthTec Academy

## SPORT! 26

### Zilan op weg naar Milaan 2026



## EN VERDER:

- 4 Voorwoord Siebe Doop/ Kort
- 5 Contact / Column Hanneke Mooij
- 6 Ransom armen / Doe als Fred en meld onbruikbare situaties!
- 9 Uit de praktijk / Corry van der Sluis en Jan Geertzen
- 10 Verenigingsnieuws / Nieuwe hoofdredacteur / Boekje Belevissen
- 11 Verenigingsnieuws

# VAN DE REDACTIE!

## Beste lezer,

'Onderzoekt alles en behoudt het goede'. Na het vertrek van Caroline van den Kommer als hoofdredacteur van dit blad heb ik dat onderzoek gedaan, samen met John de Vries, de vormgever van dit magazine. En wat bleek: alles van het magazine kon behouden blijven! Uw vertrouwde 'lijfblad' blijft zoals het was. Niet alle bezems vegen schoon...

In het vorige nummer hebben we ook afscheid genomen van Marlène van Gansewinkel. Vanaf dit nummer gaan we Zilan Gijsen volgen, die hoopt dat hij in 2026 kan meedoen met de Paralympische Winterspelen in Milaan. We gaan de komende jaren meeleven met zijn voorbereidingen.

Over sport gesproken: er is de laatste tijd veel te doen over de vergoeding van sportprothesen. Diane Vugts heeft een rechtszaak aangespannen om een sportprothese vergoed te krijgen van haar zorgverzekeraar. We vroegen Diane, KMK-juriste Karen Koller en sportprothesemaker Frank Jol naar een reactie.

De hoofdpersoon van dit nummer is Rolan Dirksen, makelaar in Wijk bij Duurstede. Hij vertelt enthousiast over zijn leven, gezin en werk. We hebben ook een gesprek gehad met twee docenten van de Dutch HealthTec Academy, waar sinds enkele jaren een fulltime opleiding tot orthopedisch technicus wordt aangeboden. De eerste studenten zijn vorig jaar afgestudeerd.

Marieke Harmer heeft onderzocht hoe het staat met de toegankelijkheid en bruikbaarheid van zorggebouwen voor mensen die maar één hand kunnen gebruiken. Verder hebben we een interview overgenomen met Dries Hettinga, de directeur van PGOsupport. Hij pleit ervoor om de gesprekspartners van patiëntenvertegenwoordigers te helpen bij het vormgeven van patiëntenparticipatie.

Ik wens u veel leesplezier.

HARRY DIETZ

- 15 Flamingolunch / Column Caroline van den Kommer
- 17 Kort / Column Karen Koller
- 23 Verenigingsnieuws / Hebt u deze informatie al?
- 26 Kinderen / Column 'Op een ander been gezet'
- 27 Column Veronique Gorter
- 30 'Succesvolle patiëntenparticipatie doe je samen'
- 32 Zo doe ik het



# VOORWOORD!

## Een nieuw jaar, nieuwe kansen!



Als u dit voorwoord leest heeft het nieuwe jaar een aanvang gemaakt. Met elkaar hopen we natuurlijk dat 2022 wat anders en wat positievers voor ons in petto heeft. Want 2021, lees corona, heeft toch nadrukkelijk zijn stempel op onze mogelijkheden gedrukt.

Het was bijvoorbeeld erg jammer dat de bijeenkomst met de provinciecoördinatoren die in december was gepland niet kon doorgaan. Het enthousiasme is er echter niet minder om en een nieuwe datum is afgesproken. Als het goed is, zal deze bijeenkomst in maart plaatsvinden.

Het is voor ons als bestuur heel prettig dat in de afgelopen tijd twee potentiële bestuursleden zich hebben aangemeld. Daar zijn we erg blij mee. Nieuw enthousiasme en nieuwe ideeën, daar vaart de vereniging wel bij! Zij zullen in de algemene ledenvergadering van mei aan u voorgesteld en officieel benoemd worden.

*'Nieuw  
enthousiasme  
en nieuwe ideeën,  
daar vaart de  
vereniging wel bij'*

Waard om hier te vermelden is ook dat we betrokken zijn bij de opzet van een 'Prothese Academie', een samenwerking tussen wetenschap en praktijk, met (als het goed is) een grote inbreng vanuit de gebruikers. Elders in dit magazine kunt u daar meer over lezen.

Bij dit nummer vindt u een boekje met persoonlijke verhalen van onze vaste websitecolumnist Hein van der Zande. Hij heeft zijn ervaringen na zijn amputatie en revalidatie op een gevoelvolle en positieve manier op papier gezet.

Last but not least kan ik u als penningmeester van KMK melden dat onze vereniging een gezonde financiële basis heeft, dus dat we ons daarover geen zorgen hoeven te maken. Onze subsidieaanvraag voor 2022 bij het ministerie van VWS is goedgekeurd. De leden die nog geen incassomachtiging hebben afgegeven, treffen bij dit nummer de contributiefactuur voor 2022 aan.

Ik spreek hier nogmaals de hoop uit dat dit jaar een positief jaar zal worden en wens u allen daarin gezondheid en levensvreugde toe.

SIEBE DOOP

# KORT!

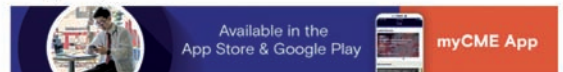
In de rubriek KORT! vindt u berichten over onderzoek & wetenschap, nieuwe producten, symposia, lezingen en algemeen nieuws.

## Jan Geertzen 'World Expert'

### Worldwide

Based on 2,225 eligible articles published since 2011

In each column, black bars show the relative amount of expertise for each place or person. Longer is better. For example, Jan Geertzen equates to the top-rated expert in Amputees in the world during the years 2011-2021.



| Country                                                             | Region                                                                                                    | City                                                                        | Institution                                                                                      | Expert                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Includes continents                                                 | Includes US states, etc.                                                                                  | Includes metro areas                                                        | Add your Visit button • Details                                                                  | Add your Consult button • Details                                                                                 |
| Worldwide<br>USA<br>Europe<br>Unspecified<br>Asia<br>United Kingdom | US Eastern Zone<br>US Central Zone<br>US Federal Service<br>US Mid-Atlantic<br>England<br>US Pacific Zone | US Dept of Veterans Affairs<br>Washington area<br>US Military<br>Washington | Veterans Health System<br>US Army<br>University of Washington<br>Walter Reed Army Medical Center | Geertzen, Jan<br>Highsmith, M J<br>Abu Osman, N A<br>Resnik, Linda<br>Eshraghi, A<br>Dijkstra, P U<br>Potter, B K |

Prof. dr. Jan Geertzen, al sinds het begin als columnist betrokken bij dit magazine, is tijdens de internationale dag van mensen met een beperking op 3 december jl. uitgeroepen tot 'World Expert in Disabled Persons' op het gebied van amputaties en prothesen. Deze titel wordt uitgereikt door Expertscape, een organisatie die bijhoudt welke toponderzoekers op het gebied van de medische wetenschap belangrijk werk verrichten en daarover publiceren.

## Sportmiddagen bij Rijndam

Heb jij een spalk, prothese of blade? En heb jij zin om meer te bewegen, rennen, springen of om anderen te ontmoeten? Rijndam Orthopedietechniek organiseert sportmiddagen voor kinderen met een prothese of orthese. De sportmiddag is elke tweede vrijdag van de maand van 15:15 tot 16:30 uur in onze sporthal op locatie Westersingel 300 in Rotterdam. Wil jij graag meedoen? Meld je aan via [f.dik@dehoogstraat.nl](mailto:f.dik@dehoogstraat.nl) of bel naar 06 21 91 27 72.



Elke tweede vrijdag van de maand sportmiddag voor kinderen met een prothese, spalk of blade. Kom jij ook?

RIJNDAM VERBAAS JEZELF



## Contact!

Postadres:  
KorterMaarKrachtig  
Brinkstraat 133-8  
7512 EC Enschede



### Bestuur

Voorzitter: [Sepholine Loman](#)  
voorzitter@kortermaarkrchtig.com

Penningmeester: [Siebe Doop](#)  
penningmeester@kortermaarkrchtig.com

Secretaris: [Martin Zandt](#)  
secretaris@kortermaarkrchtig.com

### Bestuursleden algemeen

[Nadine Donders](#)  
nadinedonders@kortermaarkrchtig.com

[Ramon Gijzen](#) (namens de werkgroep 'Op een ander been gezet')  
ramongijzen@kortermaarkrchtig.com

[Rob Smit Duijzentkunst](#)  
robsmitduijzentkunst@kortermaarkrchtig.com

### Vrijwilligerscoördinator

[Mary van Dijk](#)  
maryvandijk@kortermaarkrchtig.com

### Provincie-coördinatoren

Provincie Groningen  
[Angelina Windsant](#)  
rcgroningen@kortermaarkrchtig.com / 0594 249 804

Provincie Friesland  
[Symen Sybrandy](#)  
rcfriesland@kortermaarkrchtig.com / 06 5325 4895

Provincie Drenthe  
[Akkie Emmaneel](#)  
rcdrenthe@kortermaarkrchtig.com / 06 3632 1561

Provincies Overijssel en Gelderland  
[Ronald Gerrits](#)  
rcoost@kortermaarkrchtig.com / 06 5069 6369

Provincie Flevoland  
[Aad Tander](#)  
rcflevoland@kortermaarkrchtig.com / 06 1040 7381

Provincie Noord-Holland  
[Marcel Zonjee](#)  
rcnoordholland@kortermaarkrchtig.com / 06 4150 1353

Provincie Zuid-Holland  
[Jacqueline van Brakel](#) (tijdelijk)  
vanbrakelsjaak@gmail.com / 06 1365 7876

Provincie Utrecht  
[Erwin Oostrom](#) (tijdelijk)  
rcutrecht@kortermaarkrchtig.com / 06 4098 0592

### Ledenadministratie

leden@kortermaarkrchtig.com

### Verzendhuis KMK (brochures, folders, magazines)

[Mary Hellings](#)  
06 1377 6238 / folders@kortermaarkrchtig.com

### Website en social media

www.kortermaarkrchtig.com  
webmaster@kortermaarkrchtig.com  
www.facebook.com/Korter-Maar-Krachtig-137102523086574/  
facebookbeheer@kortermaarkrchtig.com  
www.linkedin.com/company/kortermaarkrchtig/  
twitter.com/Kortermaark

### Redactie 'Kort & Krachtig!'

[Harry Dietz](#)  
redactie@kortermaarkrchtig.com

### Banknummer

NL37ABNA 0433681365

# COLUMN!

## Goede voornemens



Niet alleen in de eerste week van het jaar kom ik er graag, maar met enige regelmaat bezoek ik de 'ecologische' supermarkt in het naastgelegen dorp. Wel valt me op dat er het zo vlak na de feestdagen wat drukker is dan anders. Ik vermoed dat het gros van de mensen zich dan toch wat 'schuldig' voelt na zich te hebben volgepropt met suikerrijke kerstkransjes, onver-

antwoord gevulde plofkip en de meest buitenissige soorten groenten die uit verre oorden worden ingevlogen. En dan toch de stap zet naar de supermarkt die nèt wat meer aansluit bij de goede voornemens om het kersverse jaar zo fit en gezond mogelijk te starten.

Nadat ik het doosje op mijn schoot rijkelijk had gevuld met boodschappen, rijd ik naar de kassa alwaar een jongeman zijn kop koffie afrekent. Ja, ook van die luxe is het voedsel-warenhuis voorzien: een machine die diverse soorten koffie bereidt, van versgemalen bonen. De kassamedewerker groet hem: 'Een fijne dag verder' waarop jongeman antwoordt: 'Nou, ik kom er straks nog wel 1 halen hoor, het is koud buiten. En op 1 voet kun je niet staan!' Direct spitsten mijn oren zich en ik liet me deze kans uiteraard niet ontglippen. Breed lachend haakte ik in 'Het is "op 1 been kun je niet lopen" maar laat ik je vertellen dat dat ècht wel kan hoor' en een paar tellen lang keek hij me verbouwereerd aan nadat hij mij eenbenig in de rolstoel zag zitten. De kassamedewerker had mij vaker gezien en kon er hartelijk en luidkeels om lachen. Excuses stamelend, die ik direct wegwijsde, zag ook de jongeman er de humor van in en vertrok met zijn koffie. Die vast goed smaakte!

*'Op 1 been  
kun je  
wel/niet (\*)  
lopen...'*

HANNEKE MOOIJ

(\*) Doorhalen wat niet van toepassing is



## Doe als Fred en meld onbruikbare situaties!

Het missen van (een deel van) de arm(en) heeft vaak praktische problemen tot gevolg. Deze probeer ik als ergotherapeut, waar mogelijk samen met de cliënt en mijn collega's uit ons multidisciplinaire team, op te lossen. Veel praktische tips leer ik van mijn cliënten zelf. Zo ontmoette ik in 2018 Fred, een man die zichzelf eenhandig probeert te redden omdat zijn andere arm niet goed functioneert. Fred vroeg mij: 'Waarom is jullie centrum niet optimaal ingericht voor mensen met een beperkte arm-/handfunctie en voor mensen die vooral eenhandig moeten functioneren?'.

### Cliëntenraad

Fred had zijn vraag ook bij de cliëntenraad kenbaar gemaakt en onze directeur vond het een goed idee dat ik hier eens naar zou kijken. We spraken af dat ik ons centrum onder de loep zou nemen qua toegankelijkheid en bruikbaarheid. Het woord 'toegankelijkheid' wordt meestal geassocieerd met toegankelijkheid voor rolstoelgebruikers en andere mensen die slecht ter been zijn. De toegankelijkheid en bruikbaarheid voor mensen met geen of een beperkte arm-/handfunctie stelt echter heel andere eisen aan de inrich-

ting van een gebouw. Deze groep is in de revalidatie groot. Als uitgangspunt nam ik iemand die eenhandig moet functioneren, bijvoorbeeld door een verlamming of een armamputatie. Hieronder een kleine greep uit een aantal punten die mij opvielen.

### Bevindingen

Bij het oprijden van ons parkeerterrein is het kaartje trekken bij de slagboom vrijwel onmogelijk. En dit na betaling bij het uitrijden weer in de machine terugstoppen om te kunnen uitrijden, blijkt net zo onhandig. Door arm-/handbeperkingen kunnen mensen hun arm meestal niet uit het raam steken of een pasje voor de lezer houden. Uitstappen kan vaak niet vanwege de beperkte ruimte tussen het portier en de automaat. Bij een aandoening aan de linkerzijde is de afstand tot het apparaat meestal helemaal onoverbrugbaar.

Eenmaal binnen gaat een bezoeker vaak eerst even naar het toilet. Het afscheuren van wc-papier kan alleen als ik de rol langs kartels trek. Op het aangepaste toilet hangt een rol zonder die kartels en er zit geen stop op. Dus dat betekent dat de rol maar

*'Bij het oprijden van ons parkeerterrein is het kaartje trekken bij de slagboom vrijwel onmogelijk.'*





Fout



Goed



doorgaat als ik er een ruk aan geef. In een wirwar van veel te veel wc-papier slaag ik er uiteindelijk in om een paar velletjes af te scheuren, maar handig is anders. Om maar te zwijgen over de papierverspilling!

### Restaurant

In het zelfbedieningsrestaurant kan ik mijn lege blad op de dragers leggen die voor de vitrines langs lopen. Hierdoor kan ik mijn blad eenhandig voortduwen. Dus geen probleem hier. Maar als ik iets wil pakken uit de koeling moet ik een klepje openen, dat door de zwaartekracht weer naar beneden valt. Het automatisch sluiten van de klep is bedoeld om het koelklimaat optimaal te houden, maar voor mensen die eenhandig functioneren is het een onaangename tik op de vingers. Verder zijn er veel verpakkingen die niet open te maken zijn met één hand. Wel zijn er handige broodborden met noppen die de boterham tegen houden, maar deze zijn zó in trek dat ze vaak op zijn. Omdat er geen eenhandige dienbladen zijn, moet ik de aardige medewerkers van het restaurant vragen mijn dienblad naar een van de tafels te brengen.

### Verbeteringen

Uiteindelijk heeft ons centrum een slagboom met nummerbordherkenning gekregen, zijn de wc-rolhouders vervangen, hangt er een schaar bij de 'anders niet te openen verpakkingen', zijn er extra noppenborden bijbesteld en beraden we ons nog over eenhandige dienbladen die ook het vaat- en spoelsysteem van de keuken kunnen overleven. De koeling is nu niet op te lossen, maar als deze koeling is afgeschreven is er hopelijk budget voor een bruikbaar systeem.

Onze ervaring is dat het de moeite waard is dat zorginstellingen ook hun toegankelijkheid en bruikbaarheid gericht op eenhandig functioneren onder de loep nemen. Als u als cliënt in een zorginstelling komt, doe dan als Fred: deel uw opmerkingen en stel uw vragen. Ze leiden echt tot verbetering!

MARIEKE HARMER-BOSGOED  
ERGOTHERAPEUT BIJ DE HOOGSTRAAT REVALIDATIE, UTRECHT





# Gezellig sporten in 2022?

[www.oim.nl/aktief2022](http://www.oim.nl/aktief2022)

Actief bewegen is leuk, gezond en geeft een goed gevoel! Wil je weten wat mogelijk is? Wil je (weer) ervaren hoe het is om op een leuke en gezellige manier te sporten? Doe dan mee met onze loopclinics of onze sportieve dagen.

Kijk op [www.oim.nl/aktief2022](http://www.oim.nl/aktief2022) voor meer informatie en laat je emailadres achter, dan houden wij je op de hoogte van onze plannen.

  
OIMaktief  
onderdeel van OIM Orthopedie



Professor dr. Corry van der Sluis is in het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG) als revalidatiearts trekker voor het aandachtsgebied Arm- en Handaandoeningen. Zij is hoogleraar voor dit specifieke aandachtsgebied en stimuleert de arm- en handrevalidatie binnen de patiëntenzorg, het onderzoek, de opleiding en het onderwijs. In deze column schrijft ze over haar werk als revalidatiearts in het UMCG.

## Prothese Academie

De afgelopen weken hebben in het teken gestaan van de oprichting van de Prothese Academie. Dit is een academische werkplaats voor arm- en beenprothesen. Het begrip academische werkplaats zal niet meteen voor iedereen duidelijk zijn. Het bestaat uit een loket waar gebruikers van arm- of beenprothesen, zorgprofessionals of andere relevante personen vragen kunnen indienen over het thuisgebruik van arm- en beenprothesen. De beheerder van dit loket staat in contact met diverse organisaties die kennis hebben om uw vragen te onderzoeken, te analyseren en te beantwoorden. Dit zijn vrijwel allemaal organisaties die u als prothesegebruiker wel eens tegen bent gekomen, zoals revalidatieteam, instrumentmakerijen, zorgverzekeraars, fabrikanten, maar ook diverse universiteiten en onderwijsinstellingen van hbo- of mbo-niveau. Daarnaast zijn er diverse beroepsgroepen betrokken. En last but not least, natuurlijk ook KMK! KMK speelt een centrale rol in de Prothese Academie, net als de prothesegebruiker. We richten binnen de Prothese Academie daarom ook een gebruikerspanel op, zodat de gebruikers zelf aan de poort staan van de vragen die de Prothese Academie gaat onderzoeken.

### Financiering

Om de Prothese Academie van start te laten gaan, is financiering nodig. We hopen bij ZonMw, de nationale subsidiegever voor wetenschappelijk onderzoek, een subsidie te krijgen voor de komende zes jaar. Om deze subsidieaanvraag goed voor te bereiden, zijn we met alle 25 deelnemende organisaties, waaronder KMK en een aantal gebruikers, al diverse malen digitaal bijeen geweest. Dit waren zeer inspirerende bijeenkomsten en alle deelnemers raakten enthousiast over de samenwerkingsmogelijkheden die de Prothese Academie met zich mee kan brengen. We hopen daarom van harte dat we de subsidiegelden toegewezen krijgen en dat we de komende jaren kunnen gaan profiteren van al het moois dat uit een goede samenwerking naar voren kan komen. En we verwachten natuurlijk van u, als gebruikers en ervaringsdeskundigen, vele interessante vragen en hopelijk ook deelname aan het gebruikerspanel. We kunnen immers niet zonder elkaar, want samen zijn we sterker!

PROF. DR. CORRY VAN DER SLUIS, REVALIDATIEARTS UMCG



Professor dr. Jan Geertzen is revalidatiearts en hoogleraar Revalidatiegeneeskunde in het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG). Hij is gespecialiseerd in moeilijke problemen in de amputatie (chirurgie) en prothesiologie van het been. Professor Geertzen is (mede)auteur van veel (inter)nationale artikelen en boeken op het gebied van amputatie en prothesiologie.

## Reflectie

Ik schrijf dit 'onder de kerstboom' (winter) en u leest dit pas in maart (lente). Ik heb dit jaar (in de zomer) besloten te stoppen met de directe patiëntenzorg per oktober (herfst). Ik zie alleen nog mensen met een amputatiewens die elders in het land veel overwegingen geeft en mensen met hele moeilijke prothetisering wegens 'lastige stompvorming'.

Ik doe dit omdat er teveel administratie en indirecte tijd (lees: bellen, medische informatie opvragen die niet door de verwijzer verstrekt wordt, leestijd maar ook computertijd) aan vastzit. De paarse krokodillen die er zijn, worden almaar groter ondanks dat men belooft die te verminderen. Door Covid-19 zijn er financiële problemen ontstaan in de revalidatiecentra. Door zorgverzekeraars die steeds minder financieren geraak ik steeds meer in de bestuurszetel.

Mijn vak, de Revalidatiegeneeskunde, waar ik nu ruim 35 jaar in werk, zit in zwaar weer, niet in de minste plaats door de marktwerking waardoor ZBC's (lees: privéklinieken) een plaats innamen in de medische wereld met nogal onaangename gevolgen. Ieder medisch vak (chirurgie, neurologie, orthopedie enz.) wordt eens per vijf jaar geduid, dat wil zeggen onder de loep genomen of het vak nog wel wordt uitgevoerd naar de stand van de Praktijk en de Wetenschap. Gevolg van dit alles is, dat er veel geschrapt gaat worden in mijn mooie vak; soms terecht maar soms ook onterecht.

We gaan spannende tijden tegemoet. In het voorjaar van 2022 zal veel duidelijk worden. Naast het bestuur blijf ik mij wel veel bezig houden met de Wetenschap, met name op het vlak van revalidatie van de mens met een amputatie. 'Mijn' onderzoekers zullen hier in K&K regelmatig wat over schrijven!

PROF. DR. JAN H.B. GEERTZEN, REVALIDATIEARTS UMCG



## Nieuwe hoofdredacteur



Sinds 1 januari is Harry Dietz de opvolger van Caroline van den Kommer als hoofdredacteur van dit magazine. Hieronder stelt hij zichzelf voor.

‘Mijn naam is Harry Dietz en ik ben 66 jaar (laat dat nou precies de gemiddelde leeftijd zijn van alle leden van KorterMaarKrachtig!) Ik ben Hage- nees van geboorte, ben in Brabant opgegroeid (ik schrijf nog steeds met een zachte g) maar woon al meer dan veertig jaar in de provincie Utrecht, waarvan de laatste dertig jaar in Houten. Ik ben vader van Sanne en opa van Rein.

Mijn werkzame leven ben ik, lang geleden, begonnen als bibliothecaris bij de toenmalige Nederlandse Vereniging voor Revalidatie en later bij de Gehandicaptenraad. Die organisatie is na een aantal naamsveranderingen nu de koepelorganisatie Ieder(in) geworden, waar ook KMK bij is aangesloten. In 1985 ben ik samen met Annelies van Lonk-

huyzen (die ook nu nog voor dit magazine schrijft) een zelfstandig tekstschrijfbureau gestart. Dat hebben we zo’n vijftien jaar gedaan. Eind vorige eeuw kwam ik in dienst bij de Gehandicaptenraad als webmaster. Daarnaast kreeg ik steeds meer opdrachten om websites te maken. In 2010 ben ik weer fulltime voor mijzelf begonnen, eerst vooral als websitebouwer, later ook als ondersteuner en adviseur van KorterMaarKrachtig.

Op die manier kwam ik in aanraking met De Hoogstraat Orthopedietechniek en dus ook met Caroline, die daar beleidsmedewerker is. Samen met haar maakte ik de website voor OTH en schreven we in onze vrije tijd het boek “Hoezo Down?”. Van het een kwam het ander: in 2013 vroeg Caroline mij of ik eindredacteur van “Kort & Krachtig!” wilde worden. Zij heeft mij de afgelopen acht jaar de kneepjes van het vak geleerd. Daardoor is de overgang naar het hoofdredacteurschap gelukkig niet zo groot. Ik ben erg blij dat ik met Rosanne Faber, Annelies van Lonkhuyzen en Hannah Jimmink een aantal uitstekende redacteurs en interviewers om mij heen heb. Ook met de samenwerking met de columnisten en de adverteerders ben ik erg in mijn nopjes. En last but not least natuurlijk met onze vormgever John de Vries, met wie ik al meer dan dertig jaar met veel plezier samenwerk. Met z’n allen gaan we ieder kwartaal een mooi magazine voor u maken.’

## Belevissen: openhartige verhalen

Als u regelmatig de website van KMK bezoekt, dan kunt u daar iedere maand een verhaal van Hein van der Zande lezen. Hij is sinds twee jaar onze vaste websitecolumnist en schrijft korte verhalen over alles wat hij na de amputatie van zijn onderbeen heeft meegemaakt.

Hein kwam vorig jaar regelmatig bij zijn instrumentmaker Willem Wesenbeek van OIM Orthopedie om zijn prothese optimaal te krijgen en te houden. Hein vertelde enthousiast over zijn columns en zo ontstond spontaan het idee om de columns te bundelen in een mooi boekje. Hein schrijft namelijk openhartig over zijn ervaringen. Ook als het soms niet helemaal lukt, weet hij steeds een positieve draai aan zijn belevenissen te geven. De verhalen zijn met een lach en een traan geschreven en geven een mooi, eerlijk en herkenbaar beeld van alle letterlijke en figuurlijke hobbels die genomen moeten worden als iemand kortgeleden een amputatie heeft ondergaan. Ze kunnen anderen die hetzelfde meemaken moed geven en inspireren.

Het boekje is een gezamenlijke uitgave van OIM Orthopedie en KorterMaarKrachtig.

Abeona Cycling sponsorde een deel van de uitgave. Het boekje wordt (voor de leden van KMK) met dit maartnummer van ‘Kort&Krachtig!’ meegezonden. Extra exemplaren kunnen besteld worden via [folders@kortermaarkrchtig.com](mailto:folders@kortermaarkrchtig.com).



## Ledendag 2022

Natuurlijk hopen we met z'n allen dat de coronamaatregelen snel weer versoepeld worden. Als dat het geval is, dan zal de ledendag van KorterMaarKrachtig plaatsvinden op zaterdag 3 september 2022. We houden die dag bij Apenheul in Apeldoorn. De Algemene Ledenvergadering zal voor het derde jaar op rij in het voorjaar via de website van KMK plaatsvinden.

We raden u aan om de website van KMK in de gaten te houden voor de laatste berichten hierover. Uiteraard ontvangen alle KMK-leden een digitale of schriftelijke uitnodiging.

## Agenda

**Let op:** In verband met eventuele strengere coronamaatregelen kan het zijn dat onderstaande evenementen niet doorgaan. We raden u aan om de berichten hierover op de KMK-website goed in de gaten te houden.

### Maandag 4 april 2022

11:00 - 13:00 uur

Inloopmiddag bij Revant, Brabantlaan 1, Breda

### Dinsdag 10 mei 2022

13:00 - 15:00 uur

Informatiemiddag van Stichting Pijn-Hoop en Vereniging KorterMaarKrachtig bij Rijndam Westersingel 300, Rotterdam

### 10-13 mei 2022

OT-World in Leipzig, internationale beurs en congres

Zie: [www.ot-world.com](http://www.ot-world.com)

### 23-25 juni 2022

Rehab, 21st European Trade Fair  
Karlsruhe, Duitsland

Zie: [www.rehab-karlsruhe.com](http://www.rehab-karlsruhe.com)

### Zaterdag 3 september 2022

Ledendag KorterMaarKrachtig



# Vrijwilligers

MAKEN HET VERSCHIL!

## Heb je tijd over?

Zonder vrijwilligers kan KorterMaarKrachtig niet blijven bestaan. We zijn dan ook erg blij met de vrijwilligers die we hebben! Maar ook nieuwe mensen zijn altijd welkom!

Op dit moment is er behoefte aan de volgende vrijwilligers:

- ▶ KMK-leden die willen meehelpen met de organisatie van inloophmomenten bij revalidatiecentra en ziekenhuizen.  
Contact: Mary van Dijk, [maryvandijk@kortermaarkrchtig.com](mailto:maryvandijk@kortermaarkrchtig.com)
- ▶ Nieuwe coördinatoren in de provincies Zeeland, Noord-Brabant en Limburg.  
Contact: Mary van Dijk, [maryvandijk@kortermaarkrchtig.com](mailto:maryvandijk@kortermaarkrchtig.com)

## Inloophmomenten weer van start

In het decembernummer van dit magazine waren we nog erg optimistisch over de herstart van de inloophmomenten. Maar de coronamaatregelen verhinderen nog steeds dat er evenementen worden georganiseerd. Onzekerheid is troef! Toch zijn onze provinciecoördinatoren druk bezig om contacten te leggen met revalidatiecentra, ziekenhuizen en instrumentmakerijen om daarvoor afspraken te maken. We raden u aan om de KMK-website in de gaten te houden voor de data van de komende evenementen.

## Contactpersonen

Hieronder staan de namen en telefoonnummers van de contactpersonen van KorterMaarKrachtig. U kunt contact met hen opnemen om uw verhaal te vertellen, advies te vragen of informatie in te winnen.

Jacqueline van Brakel - 06 1365 7876

Veronique Gorter - 06 4312 4568  
(ervaringsdeskundig met kinderen)

Reinoud Liefing - 06 5200 1668

Kees de Snaijer - 078 67 41 510

Herman Ferguson - 010 42 91 234

Marcel Zonjee - 023 58 34 842 / 06 4150 1353



# Gevecht om de sportprot

Dianne Vugts heeft een rechtszaak aangespannen tegen haar zorgverzekeraar Interpolis. De reden: ze weigeren om haar sportprothese te vergoeden. Helaas gebeurt dit vaak, bij meerdere verzekeraars, en dat moet veranderen, vindt KorterMaarKrachtig. Juridisch adviseur Karen Koller licht toe: 'Een sportprothese is een medisch hulpmiddel en hoort dus thuis in het basispakket van de zorgverzekering. Dat heeft alleen maar voordelen, óók voor zorgverzekeraars.'

In 2011 viel Dianne Vugts (49 jaar) ongelukkig in de badkamer. Het leidde uiteindelijk na tien jaar tobben tot amputatie van haar linker onderbeen. Na jaren van pijn dacht ze eindelijk haar grote hobby weer te kunnen gaan beoefenen: sporten! Maar dat viel zwaar tegen. Dianne was een enthousiast hardloper en was daarnaast veel op haar mountainbike of racefiets te vinden. Ze zegt: 'Deze sporten kun je alleen zeer actief beoefenen met een speciale sportprothese.'

## Gelukkig

Als ze niet sport is dat slecht voor haar, vertelt Dianne. 'Ik was kilo's aangekomen en ik zat totaal niet lekker in mijn vel.' Ze was dan ook dolblij toen ze dankzij een initiatief van de provincie Noord-Brabant en Uniek Sporten een half jaar lang een sportprothese mocht lenen. 'In mijn geval was het een blade, omdat ik graag het hardlopen wilde hervatten. Ik was zó gelukkig dat ik weer kon sporten, heerlijk om in beweging te zijn!' Na het halve jaar bruikleen vroeg Dianne een sportprothese aan bij haar zorgverzekeraar Interpolis. Die wees de aanvraag

## Tijdelijk fonds voor sporthulpmiddelen

Omdat de financiering van sportprothesen nog niet is geregeld, zijn sporters vaak afhankelijk van goede-doelen-organisaties, zoals de Mentelity Foundation of de Marlou van Rhijn Foundation. Verder heeft het ministerie van VWS een tijdelijk noodfonds opgericht om te compenseren voor het feit dat vergoeding nog niet is geregeld. Sporters met een beperking kunnen bij het Fonds Uniek Sporten een aanvraag indienen voor een sporthulpmiddel, zoals een sportprothese. Als een aanvraag is goedgekeurd, wordt 85 procent van de kosten vergoed. Informatie: [www.unieksporten/hulpmiddelen](http://www.unieksporten/hulpmiddelen).



af: een sportprothese zou niet doelmatig zijn. Ze kon immers ook bewegen zonder sportprothese, bijvoorbeeld door te zwemmen of oefeningen te doen op de mat. 'Zo zeiden ze dat letterlijk. Ik probeerde duidelijk te maken dat ik wil sporten zoals ik al deed, actief en buiten. Maar de verzekeraar bleef erbij: een hulpmiddel als een sportprothese is niet nodig.' Daarom besloot Dianne een zaak aan te spannen tegen Interpolis. 'Ik wil ze duidelijk maken: denk eens na mensen, ik wil gewoon gezond en volwaardig leven! Jullie strooien met woorden zoals preventie en inclusie: dit is je kans!'

## Zwakke punt

Zorgverzekeraars zeggen vaak dat een sportprothese niet in het basispakket thuishoort, vertelt Karen Koller, juridisch adviseur van KMK. 'Ze verwijzen dan naar de gemeente, omdat het om een Wmo-voorziening zou gaan voor gebruik om of bij het huis. En de gemeente verwijst net zo hard weer terug naar de zorgverzekeraar. Dit laatste is terecht, want medische hulp-

# hese

*'Sporten brengt  
zóveel goeds,  
dat moet gewoon  
mogelijk zijn'*

Foto: Hélène Wiesenhaan

middelen worden vergoed op grond van de Zorgverzekeringswet en een sportprothese is per definitie een medisch hulpmiddel. Het is een lichaamsgebonden functionele compensatie voor een missend ledemaat. Wat het ingewikkeld maakt, is dat in de Zorgverzekeringswet ook staat dat zo'n hulpmiddel doelmatig moet zijn. Je moet het nodig hebben en er moet geen alternatief zijn. Nu is dit het geval bij een sportprothese: die heb je echt nodig om goed te kunnen sporten. Maar verzekeraars stellen dan ter discussie of het 'op een bepaalde manier sporten' wel nodig is. Dit is strijdig met het zelfbeschikkingsrecht van mensen.'

## Winst

Het is heel goed dat de verzekeraars de zorgkosten bewaken, zegt Karen Koller. 'Maar het gaat hier om het slim inzetten van zorggelden. Zorgverzekeraars weten hoeveel geamputeerden er zijn in ons land en ook dat het aantal mensen dat wil sporten beperkt is. Ze weten verder heel goed dat sporten veel

## Soorten sportprothesen

Een gewone beenprothese is afgesteld op de meest voorkomende dagelijkse bewegingen, zoals lopen en traplopen. Wandelen en fietsen lukt vaak ook nog wel. Maar als je intensiever wilt gaan sporten is de dagelijkse prothese niet geschikt. Voor sport zijn namelijk andere bewegingen nodig en het verschilt per sport welke. Een wielrenner beweegt bijvoorbeeld heel anders dan een snowboarder of een hardloper.

Er bestaan verschillende soorten prothesevoeten en -knieën. Zo is er een bepaald type voet dat vooral geschikt is voor sporten waarbij je de voorvoet en hiel veel gebruikt, zoals balsporten. Bekend zijn inmiddels de blades, de veerprothesen die veel worden gebruikt in de atletiek. Behalve sportprothesen voor het been bestaan er ook armprothesen die zijn aangepast voor sport. Als je wilt gaan sporten zijn twee dingen van groot belang: de keuze van een sport die bij je past én deskundig advies bij het aanmeten en afstellen van de prothese. In ons land is op dit moment één prothesebouwer gespecialiseerd in sportprothesen, die hij zowel maakt voor breedte- als voor topsporters: Frank Jol uit Amsterdam ([www.frankjol.nl](http://www.frankjol.nl)). Samen met de Mentelity Foundation is Frank bezig met een project dat moet bijdragen aan structurele verandering op het gebied van sportprothesen. Hij licht toe: 'Er is veel onzichtbare behoefte op prothesegebied. Om te beginnen is het belangrijk dat mensen zich melden, zodat die behoefte zichtbaar wordt en we met de verschillende partijen - nadrukkelijk óók de consument zelf - kunnen kijken hoe daarin voorzien kan worden.' In een volgend nummer leest u een interview met Frank.

13

winst oplevert in lichamelijke en mentale gezondheid. Na een amputatie is het zelfs extra belangrijk om te bewegen, omdat je lichaam meer belast wordt. Als een sportprothese niet vergoed wordt, krijg je bovendien dat mensen gaan proberen te sporten met hun gewone prothese. Dat is slecht voor hun lichaam én slecht voor de prothese, die veel sneller slijt.' Karen wil maar zeggen: een sportprothese betaalt zichzelf terug als er goed gebruik van wordt gemaakt. 'Natuurlijk moeten er wel afspraken komen, want je kunt niet onbeperkt sportprothesen vergoeden. Maar één dagelijkse prothese en één sportprothese - met duidelijke voorwaarden - moet gewoon mogelijk zijn binnen ons zorgstelsel. Ik vergelijk het met het advies om zomer- en winterbanden te gebruiken. Beide sets gaan dan langer mee en ze zijn geschikter voor hun doel. Mijn oproep aan het Nederlands Zorginstituut is dan ook: neem een sportprothese op in het basispakket.'

## Structureel

Het is onbekend wanneer de rechter uitspraak doet in de zaak van Dianne Vugts. Ze zegt: 'Ik vind het triest dat in Nederland, waar de zorg goed is geregeld, dit gevecht moet worden gevoerd. Ik hoop natuurlijk dat de rechter me gelijk geeft en dat die uitspraak bijdraagt aan een structurele oplossing. Want sporten brengt zóveel goeds, dat moet gewoon mogelijk zijn.'

ANNELIES VAN LONKHUYZEN



# Persoonlijke benadering voor 100% tevredenheid

Orthopedische hulpmiddelen zijn heel persoonlijk. Natuurlijk zijn er standaarden, maar als persoon ben je uniek en zo wil je ook graag behandeld worden. Bij Bewegingsvisie gaan we altijd uit van het hoogst haalbare en om daarachter te komen willen we je leren kennen. Met de beste technieken en materialen en tijd voor het opbouwen van een relatie bereiken we het hoogst haalbare: 100% tevredenheid.

**bewegingsvisie**

085 40 19 551

[info@bewegingsvisie.nl](mailto:info@bewegingsvisie.nl)

[www.bewegingsvisie.nl](http://www.bewegingsvisie.nl)



**AOFE**  
CLINICS

**AOFE Clinics is gespecialiseerd in  
amputatiegeneeskunde met als doel  
iedereen in beweging te houden!**

*'Mijn motto? Hou je doel voor ogen.'*

*Mijn doel was om pijnvrij en zonder beperkingen  
te kunnen lopen.*

*Daarom nam ik het besluit mijn onderbeen te  
laten amputeren.*

*Nu kijk ik vooruit, ben ik gemotiveerd om met  
een prothese stappen te kunnen zetten.'*

Christiaan Kruize



+31 (0)26 20 24 041 | [mail@aofeclinics.nl](mailto:mail@aofeclinics.nl) | [www.aofeclinics.nl](http://www.aofeclinics.nl)

# Flamingolunch

Al sinds ik acht jaar ben, leef ik met nog maar één been. Dat ging prima. Toen ik jaren later kinderen kreeg, had ik tijdens de zwangerschap toch ook onzekerheden over hoe dit allemaal aan te pakken en had ik behoefte aan praktische en bemoedigende 'tips'. Via een revalidatie-arts kwam ik in contact met een flamingo. Wat een hilarische titel dacht ik nog. En wat heb ik veel aan dat contact gehad. Een andere actieve vrouw met een gezin - die alles met haar ene been doet. Het gaf perspectief, ideeën en het voelde heerlijk om even 'af te kunnen kijken' bij iemand die uit eigen ervaringen beter snapt waar je onzekerheden liggen. Daarna bezocht ik een keertje de flamingolunch. Twee tafels vol kakelende flamingo's van alle leeftijden, die schoenen ruilen, benen aan en uit doen om bij elkaar te kijken, adviezen uitwisselen over zalfjes en fijne instrumentmakers, rolstoelen, de handige weggetjes om PGB's aan te vragen, die familie- en vakantie verhalen delen, veel lol hebben en af en toe wat wijze lessen uitwisselen. Elk jaar organiseren we een lunch. Altijd zijn er nieuwe flamingo's en elk jaar wordt de groep groter. Lijkt het je leuk, kom dan ook, je bent van harte welkom!



- ▶ Wie: alle actieve dames, meiden en vrouwen met een (of twee) beenamputatie(s)
- ▶ Waar: een zaaltje centraal in Nederland (meestal in Leersum)
- ▶ Wat: lunch (op eigen kosten), elkaar ontmoeten, samen eten en kletsen
- ▶ Wanneer: derde zaterdag in maart of eerste zaterdag in oktober
- ▶ Waarom: gezellig, een feest van herkenning en we wisselen ontzettend veel tips uit
- ▶ Hoe: even mailen naar hcrezee@yahoo.com of aanmelden bij de besloten Facebookgroep De Flamingo's

HANNEKE VAN DER SALM-CREZÉE

## COLUMN!

### Geen Zwitserse berg te hoog!



Zo, nu kan ik u weer eens via een column bereiken. Acht jaar lang heb ik met Harry achter de schermen gewerkt aan de inhoud van de bladen, aan het interviewen, het aansturen van het redactieteam en het eindredactiewerk. Wat hebben we veel geleerd van elkaar, maar ook van de lezers! En nee, u bent nog niet van me af. Ik blijf me bemoeien met alles wat op het pad van de mens met een arm- of beenamputatie terechtkomt!

Zo kwam er laatst weer iets op mijn pad dat ik toch weer even wil delen. Met mijn nieuwe partner ging ik voor het eerst wat langer op vakantie. Natuurlijk hoorde daar ook een fietstocht bij en gelukkig had ik mijn e-bike meegenomen. Dat leek me op zich best handig zo in de Zwitserse Alpen. Tijdens de eerste tocht vlogen we letterlijk de berg af. Ik voorop, op de e-bike, partner er achteraan op de gewone fiets. Zo flitsend zoefden we, dat een normaal gesprek niet mogelijk was. Tijdens de koffiestop dacht ik ineens aan de terugweg. Want tja.... Naar beneden was peanuts. Dat betekende nogal wat voor de weg terug. Ik zag de figuurlijke bui al hangen. Ik met 1,5 been en fiets zwoegend de berg op. Zo had ik me die vakantie niet voorgesteld. Vriend was optimistisch. 'Het glas moet niet halfleeg zijn hoor, natuurlijk kom je boven. Zo niet, dan trek ik je de berg op!', zo zei hij stoer.

*'Mindful kroop  
het fietsje  
met mij de  
berg op'*

Toen ik me weer op de fiets gehesen had, de knop op stand 5 en mijn blik op oneindig, startte ik hoopvol. Mijn goede been zwengelde de hele handel aan, prothese op de trapper en ja hoor, mindful kroop het fietsje met mij erop de berg op. Vriend zag ik in geen bergen of wegen, vast al vooruit gezoefd, want zijn glas was immers halfvol!

Terug bij de camper was hij nergens te vinden. Na een uur hoorde ik wat vreemde geluiden. Hijgend en transpirerend kwam hij met zijn fiets aangelopen. Ja hij, van dat volle glas, die rasoptimist die me beloofde dat hij me wel even naar boven zou trekken! Hij had het iets te optimistisch ingeschat. En ik iets te pessimistisch. Ik kon meer dan ik dacht. Of moet ik de credits aan mijn fiets geven? De volgende keer twee e-bikes mee dus. Dan zijn allebei de glazen halfvol en is geen berg te hoog!

CAROLINE VAN DEN KOMMER





# Hoe gaat het met jouw goede voornemens?

## De goede voornemens van Marlène van Gansewinkel

Het is alweer 2022. Tijd voor de goede voornemens. Als topsporter loopt het jaar voor mij van toernooi naar toernooi en heb ik na de Paralympische Spelen in Tokyo al nieuwe voornemens gemaakt. Ik neem je graag mee in mijn goede voornemens voor 2022.

Mijn allerbelangrijkste goede voornemen is dat ik wat liever voor mezelf wil zijn. Voor mij betekent dat mezelf de rust gunnen. Niet alles hoeft perfect te zijn. Daarnaast mag ik mezelf - voor de fouten die ik maak - sneller vergeven. Ook ik ben een mens en fouten maken is nou eenmaal menselijk.

Mijn tweede goede voornemen is dingen aanpakken in plaats van uitstellen. Ook ik maak mezelf schuldig aan het blijven uitstellen van die stomme klusjes, zoals de vaatwasser uitruimen. Het zijn de kleine dingen die blijven liggen, waardoor ik me dan stiekem toch zorgen ga maken. Terwijl de klusjes zo gedaan zijn... Vanaf nu is dat verleden tijd!

Mijn laatste goede voornemen is om meer groente en fruit te eten. Waarom? Gewoon, omdat dit goed voor je is en eigenlijk ook heel erg lekker! Veel mensen hebben gezonder eten en meer bewegen als goede voornemens, ook in 2022. Extra beweging is voor mij niet perse nodig. Ik ben namelijk dag in en dag uit al bezig met bewegen, maar als ik aan het trainen ben, heb ik wel een aantal favoriete oefeningen.



Heb jij als goede voornemen besloten om in 2022 meer te gaan bewegen?

**Scan de QR code**  
voor mijn favoriete workout routine!



WWW.OSSUR.NL

## Prothese Academie



KorterMaarKrachtig is eind 2021 intensief betrokken geweest bij de (mogelijke) oprichting van de 'Prothese-Academie'. Dit moet een samenwerkingsverband worden van alle partijen die in Nederland betrokken zijn bij de protheseverstrekking: wetenschappers, onderzoekers, overheid, fabrikanten, leveranciers, instrumentmakers en zorgverzekeraars. En natuurlijk ook de gebruikers! Het doel is het verbeteren van de onderlinge samenwerking.

Door de overheid is in 2018 het programma 'Goed Gebruik Hulpmiddelen zorg thuis' in het leven geroepen. Een onderdeel van dit programma zijn de zogenoemde Academische Werkplaatsen. Hierin werken verschillende partijen samen om vragen over de hulpmiddelen zorg in de thuissituatie te verzamelen en te onderzoeken. Het doel is een betere samenwerking tussen praktijk, onderzoek, onderwijs en hulpmiddelengebruikers zodat kennis ontwikkeld, verspreid en toegepast kan worden.

De afgelopen maanden is via diverse online conferenties intensief gewerkt aan een subsidieaanvraag voor ZonMw. Als die wordt toegekend, dan zal de ProtheseAcademie de komende zes jaar gaan functioneren. Vanuit KMK nemen André Drost, Albert Veldhuis en Sepholine Loman deel aan de Academie.

## Vergoeding lidmaatschap patiëntenvereniging

Sommige zorgverzekeraars vergoeden het lidmaatschap van een patiënten- of gehandicaptenvereniging, via de aanvullende verzekering. Patiëntenfederatie Nederland maakt ieder jaar een overzicht van zorgverzekeraars die het lidmaatschap van een patiëntenvereniging deels of helemaal vergoeden. U kunt dat overzicht bekijken via de website van KMK: [www.kortermaarkrchtig.com](http://www.kortermaarkrchtig.com).



Karen Koller, Mr. Msc. Mba, jurist gezondheidsrecht, werkzaam als consultant in het veld van medische hulpmiddelen en als ondersteuner van individuele patiënten vanuit haar eigen praktijk KollerVision

## Beter werken in de keten

Vorig jaar heb ik een man geholpen die niet goed werd begeleid door zijn instrumentmaker. Hij kreeg niet de juiste informatie en hij werd telkens afgescheept met de mededeling dat de huidige voorziening niet kon worden aangevraagd. Maandenlang werd hij van het kastje naar de muur gestuurd. Ik adviseerde hem een second opinion bij een andere instrumentmaker. Dat recht heeft elke patiënt.

Wat bleek? Zijn zorgverzekeraar wilde alleen maar zaken doen met de oorspronkelijke instrumentmaker, ook al wist de zorgverzekeraar dat deze partij niet meewerkte aan de 'passende' voorziening. Mijn cliënt had hierover ook met de zorgverzekeraar gesproken en hij kreeg zelfs toezeggingen, die echter vervolgens weer werden herroepen. Voor zowel zorgverzekeraar als instrumentmakerij bleek een andere en in het geheel niet passende voorziening 'de makkelijkste weg'.

*'Een niet-passende voorziening was blijkbaar de makkelijkste weg'*

**Niet transparant**  
Dit noem ik nu een typisch geval van

'over de rug van de verzekerde' zakendoen, zonder de man in kwestie transparant te informeren. De man was echt radeeloos en pas na al het heen en weer sturen en mijn hulp kreeg hij, na nog eens een proefpassing en maanden verder, de voorziening die hij wilde.

Alle documenten moesten weer bij elkaar verzameld worden, waarmee bijna een jaar door de zorgverzekeraar tijd is gerekend. De instrumentmaker had de juiste informatie direct kunnen verstrekken: om de verzekerde niet buiten garantie van de prothese te laten doorlopen. Te meer omdat er ook nog sprake was van een aantal valincidenten.

Deze zaak staat niet op zichzelf. Het is kwalijk en onnodig. Vooral als er in de keten beter wordt samengewerkt, in overleg mét de patiënt met juiste en volledige informatie, ook bij een herhalingsaanvraag en samen als zorgverlener en zorgvrager de zorgverzekering overtuigen van de noodzaak.



*Rolan Dirksen:*

# ‘Gewoon dóen, anders mis je zoveel!’









Rolan Dirksen heeft een goed lopend makelaarskantoor en een prachtig gezin met drie jonge kinderen. Op het eerste gezicht zie je niet dat hij met twee protheses loopt. Hij werd geboren met afwijkende onderbenen en op zijn zesde werden zijn beide voeten geamputeerd. Welke invloed had dit op zijn leven?

#### *Hoe komt het dat je een deel van je benen mist?*

‘Ik ben geboren met twee verkorte onderbenen en drie tenen aan elke voet, een aanlegfout met de medische naam fibula aplasie. In de eerste jaren zijn er verschillende correctieoperaties gedaan, maar nog steeds kon ik niet goed lopen. Toen ik zes was hebben mijn ouders in goed overleg met de revalidatiearts besloten tot amputatie van mijn voeten en een stukje van mijn onderbenen tot iets onder de knie. De hak van de voet werd daar onderaan geplaatst, waardoor ik zowel met als zonder protheses kan lopen. Het was een moeilijke beslissing, want het was nog nooit eerder gedaan en er waren dus geen voorbeelden. Maar achteraf ben ik er heel blij mee, want anders had ik nooit zo goed kunnen lopen als ik nu kan. Ik werd daarna vaak door het revalidatiecentrum gevraagd om als voorbeeld te fungeren voor andere kinderen en te laten zien hoe goed het resultaat was.’

#### *Hoe was het om hier mee op te groeien?*

‘Ik heb van mijn ouders een hele nuchtere, goede basis meegekregen: schouders eronder en ervoor gaan. We zijn er altijd heel open over geweest. Ik denk dat het daardoor komt dat ik er nooit gedoe mee heb gehad, ik ben ook nooit gepest. Op de basisschool gaf ik er spreekbeurten over en als ik geopereerd werd, kwamen mijn ouders vertellen wat er was gebeurd. En op de middelbare school heb ik het in overleg met de mentor bij de eerste gymles verteld en laten zien, en vanaf dat moment was het gelijk ook prima. Mijn ouders waren wel bang dat het problemen zou geven bij het vinden van een partner, maar ook dat is me bespaard gebleven. Mijn vrouw heb ik leren kennen via een gezamenlijke vriendin. Die heeft haar vooraf wel gezegd dat ik op twee onderbeenprotheses loop, maar daar heeft ze nooit een punt van gemaakt.’

#### *Hoe ben je er mee omgegaan?*

‘Het heeft me denk ik wel hard gemaakt. Vroeger had ik van die protheses met scharnieren en daar zat dan altijd je vel tussen dus dat deed pijn, maar ik ging altijd door. Ook mentaal ben ik er wel sterk door geworden. Ik heb een oudere broer die geen handicap heeft. Hij was altijd mijn voorbeeld, wat hij deed moest ik ook kunnen. Ik dacht dan: het kan

mij wat meer energie kosten maar ik ga het wél doen. Ik wil graag zo normaal mogelijk behandeld worden en zoveel mogelijk alles doen. Als ik in de zomer met vakantie ben dan klik ik mijn protheses los en ga lekker met m’n kinderen de zee in. Natuurlijk wordt er dan gekeken maar dat doet me eigenlijk helemaal niks. Je kan al die dingen ook níet doen, maar dan mis je zoveel van het leven.’

#### *Speelt het op dit moment een rol in je dagelijks leven?*

‘Eigenlijk niet, ik kan gewoon wel alles. Ik rijd in een gewone handgeschakelde auto - ik was de eerste in de Benelux die dat voor elkaar kreeg met twee onderbeenprotheses. In mijn werk loop ik altijd met protheses en thuis ook vaak zonder. De kinderen groeien daar mee op, het is voor hen heel normaal hoe dat eruitziet. Brent vraagt nu wel af en toe: “pappa, je hebt geen benen hè?” En dan zeg ik: “ja, dat klopt. Ik mis een stukje, maar ik kan toch alles doen”.’

#### *Zijn er ook dingen die je niet kunt?*

‘We hebben achter het huis een sloot en in de winter schaatsen en met de kinderen op het ijs gaat prima, maar skiën kan ik niet, dat vind ik wel jammer. Ik heb lang gebasketbald maar vanaf mijn vijftiende kon ik het niveau niet meer aan en moest ik stoppen. Toen ben ik gaan fitnessen, want ik merk wél dat sporten heel belangrijk is voor de kracht in je benen. De laatste jaren is dat er een beetje bij ingeschoten, maar gelukkig loop ik in mijn werk veel en met drie kleine kinderen zit je ook nooit stil...’

#### *Was er eigenlijk een genetische oorzaak?*

‘Nee, dat hebben mijn ouders wel laten uitzoeken. Laura en ik hebben het er wel over gehad voor we aan kinderen begonnen: als ons kind benen zou missen of wat dan ook, zou dat een reden zijn om er niet aan te beginnen? Het antwoord was nee. Toen Brent drie maanden oud was, bleek hij erg ziek te zijn. Hij had neuroblastoomkanker. Er volgde een heftige periode. Zijn lichaam heeft zelf de twee tumoren grotendeels opgeruimd en daarna volgde nog een operatie om het restant weg te halen. Inmiddels is hij helemaal schoon en het gaat gelukkig helemaal goed! Ook dit was niet genetisch, dus qua kansberekening is het alles bij elkaar best bijzonder wat we hebben meegemaakt... Het was wel confronterend dat we in hetzelfde ziekenhuis terechtkwamen waar ik als kind vaak ben geweest. Daardoor herleefde ik dat wel. Vroeger, als ik wel eens onzeker was, dacht ik altijd: het kan altijd erger. Maar toen mijn zoontje ziek werd, had ik die relativering niet meer. Dat is het allerergste wat er is, dat met mijn benen verbleekte daarbij. Ik was altijd al van ‘pluk de dag’, maar nu leven we nóg meer in het moment.’

#### Paspoort

- Wie: Rolan Dirksen  
Leeftijd: 31 jaar
- Woont: in Wijk bij Duurstede
- Samen met: Laura, Brent (4), Nova (2) en Stan (4 maanden)
- Werkt: als makelaar



### *Kom je vaak bij de orthopedisch instrumentmaker?*

‘Sinds ik niet meer groei heb ik nog eens in de twee á drie jaar recht op nieuwe protheses, dus minder vaak dan vroeger. Er is in die tijd wel veel verbeterd. Het aanmeten van een nieuwe koker ging vroeger met gipsen en nu doen ze dat met een 3D-scanner. Kost een kwartiertje voor twee benen, niet normaal! Als kind had ik protheses met vaste voeten, toen liep ik veel houderiger. Daarna kwamen er flexibele voeten en nu heb ik voeten die zelfs bij het lopen een slag terug geven, geweldig! Lopen kost me nu veel minder energie. Nog een verbetering zijn de siliconenliners met een pin eraan die ik vastklik in de prothese. Toen ik die nog niet had, vloog er wel eens een prothese door de lucht bij het voetballen...’

### *Hoe zie je de toekomst?*

‘Heel goed! Ik geniet van mijn werk en van mijn gezin. Ik heb een supermooi leven, dat geef ik een

10. Ik ben wel heel benieuwd naar de ontwikkelingen op prothesevlak. Gaat het steeds meer naar een waarheidsgetrouw been toe of zelfs naar een donorbeen? Soms denk ik wel eens: zal ik als ik een jaar of zestig ben nog steeds zo goed kunnen lopen? Maar ik ga gewoon alles op alles zetten om dat te kunnen en ik zie het vol vertrouwen tegemoet.’

### *Heb je tot slot nog een advies voor anderen?*

‘Wees transparant over wat je hebt. Dat heeft mij heel veel gebracht en daardoor kijk ik ook terug op een hele leuke schoolperiode. Maak het bespreekbaar en reageer open op vragen of opmerkingen van anderen. Ik heb liever dat mensen vragen wat je hebt dan dat ze tijden blijven kijken zonder iets te zeggen. En verder? Kijk gewoon naar wat je wél kunt en maak er wat van.’

ROSANNE FABER

*‘De kinderen  
groeien er  
mee op,  
het is voor  
hen normaal’*



NEXUS  
By COVVI



## REDISCOVER FREEDOM WITH THE NEW NEXUS HAND

- De nieuwste ontwikkeling van multi-articulerende prothese handen
- Intuïtieve besturing dankzij smart switching
- Natuurlijker door passief flecterende vinger en duim
- Geïntegreerd mechanisch polsscharnier
- Zeer fraai uiterlijk

 **ortho**europe®



+31 (0)30 634 1681 | [info@ortho-europe.nl](mailto:info@ortho-europe.nl) | [www.ortho-europe.nl](http://www.ortho-europe.nl)

## Hebt u deze informatie al?

Een van de drie hoofdactiviteiten van KorterMaarKrachtig is de informatie-verstrekking. Vier keer per jaar verschijnt dit mooie magazine 'Kort&Krachtig!', maar de vereniging verspreidt ook diverse brochures en folders.

- ▶ Algemene folder over KorterMaarKrachtig
- ▶ Algemene folder over de werkgroep 'Op een ander been gezet'
- ▶ Problemen met de stomphuid (2019)
- ▶ Hoe krijg ik een prothese? (2021)
- ▶ Van amputatie tot prothese (2019)
- ▶ De klikprothese. Informatie over osseointegratie na een beenamputatie (2019)
- ▶ Fantoompijn (2020)
- ▶ Hoe word en blijf je fit na een beenamputatie? (Folder, 2021)
- ▶ Prothese-onderdelen. Bundeling van vijf artikelen uit 'Kort & Krachtig!' (2019)

Al deze publicaties zijn te downloaden via <https://kortermaarkrchtig.com/kortermaarkrchtig-vereniging-voor-geamputeerden/publicaties-2/folders/>. De papieren versies van dit materiaal kunt u gratis opvragen via [folders@kortermaarkrchtig.com](mailto:folders@kortermaarkrchtig.com).

### Online

En de vereniging is ook online actief.

- ▶ De website [www.kortermaarkrchtig.com](http://www.kortermaarkrchtig.com)
- ▶ De Facebookpagina <https://www.facebook.com/Korter-Maar-Krchtig-137102523086574>
- ▶ Op Twitter: [twitter.com/Kortermaark](https://twitter.com/Kortermaark)
- ▶ Op LinkedIn: <https://www.linkedin.com/in/vereniging-kortermaarkrchtig-2651a2204/>

Onregelmatig verschijnt de KMK-Nieuwsbrief met een overzicht van de komende evenementen en de laatste websiteberichten. U kunt zich hierop abonneren door onderaan de homepage van de KMK-website uw e-mailadres in te vullen.





# ‘Voor dit vak heb je twee rechterhanden nodig!’

‘Rollend erin, lopend eruit’, dat is het motto van Frank de Vos, prothesemaker en docent bij de Dutch HealthTec Academy (DHTA) in Utrecht.

Op de DHTA worden studenten op mbo-niveau opgeleid tot prothese- en orthesemakers. ‘De opleiding is kleinschalig en de studenten die wij aannemen zijn echt enthousiast. Zien hoe zij bezig zijn met de verschillende technieken, dat geeft mij energie.’

Frank is parttime docent bij de DHTA en parttime prothesemaker. Harmen Door-  
nenbal is fulltime docent en is gespecialiseerd in ortheses. Alle docenten van deze opleiding komen direct uit het werkveld. Frank: ‘De vierjarige opleiding is als volgt opgebouwd: het eerste jaar staat in het teken van ortheses, het tweede jaar van protheses. De focus ligt hierbij op het maken: met allerlei tech-

nieken leer je hoe je iets aanmeet, maakt en precies goed krijgt. Elke vorm van pro- of orthese maak je één keer. In het derde en vierde jaar ga je met gebruikers aan de slag. Daarnaast lopen de studenten elk jaar drie maanden stage.’ Harmen: ‘Op school kunnen de studenten snuffelen aan alle technieken, maar dat wil niet zeggen dat ze het daarna

ook echt kunnen. De stages zijn heel belangrijk, omdat ze dan kunnen oefenen met wat wij ze hebben geleerd.’

## De enige

De DHTA biedt als enige in Nederland de mbo-opleiding orthopedisch technicus aan. Eerder kon dit alleen in de vorm van een BBL (beroepsbegeleidende leerweg), waarbij je in dienst bent van een erkend leerbedrijf en één dag in de week naar school gaat. Sinds 2017 biedt de DHTA ook een BOL (beroeps opleidende leerweg)-variant van deze opleiding aan. Dit betekent dat je fulltime naar school gaat en stages loopt.

## Doelgerichte keuzes

Frank: ‘Onze studenten kiezen heel bewust voor de opleiding orthopedisch technicus. Het is een doelgerichte opleiding, je wordt precies waar je voor leert. Ik vraag bij de kennismaking altijd waarom ze gekozen hebben voor deze opleiding. Vaak hebben ze een familielid met een voorziening, of een vriendin, of iemand anders om hen heen. Maar soms ook niet. Ik heb een studente die twijfelde tussen deze opleiding en de opleiding opticien. Ze wilde daarom graag een dag meelopen op mijn werk. Aan het einde van de dag zei ze: wie wil er nu aan brilletjes zitten knutselen, als je ook dit kunt doen! Ik vond dat zo leuk. Ik plaag haar daar nu nog wel eens mee. “Wat vind je van mijn nieuwe bril?” en dan zegt ze: “Staat héérlijk! Maar ik zou toch wel een iets ander montuurtje nemen.” Dat vind ik altijd zo leuk.’

## Eerste examenjaar

Dat deze opleiding als BOL-opleiding aangeboden wordt, is pas heel recent. Harmen: ‘Vijf jaar geleden is de DHTA begonnen met deze fulltime-variant van de studie. Het is zeker een geslaagd project. Vorig schooljaar is de eerste lichter BOL-studenten gediplomeerd!’ Elk schooljaar zijn er ongeveer 24 plek-





*'Het enthousiasme van de studenten werkt aanstekelijk'*

25

Links Harmen Doornenbal, rechts Frank de Vos

ken beschikbaar. De opleiding zit snel vol, er is zelfs een wachtlijst. Maar er vallen elk jaar ook enkele studenten af. Harmen: 'Dit zijn studenten met verkeerde verwachtingen of ze zijn toch niet zo handig als ze zelf dachten.' Frank: 'Mede daarom zijn we er steeds duidelijker in: dat het vak je leuk lijkt, is niet genoeg. Het is belangrijk dat je vraagt of ze graag knutselen en handig zijn. Je moet voor dit vak namelijk echt twee rechterhanden hebben. Je krijgt met veel technieken te maken: boren, slijpen, gieten... Als je niet handig bent, is dat niet goed voor je eigen veiligheid en niet voor het uiteindelijke resultaat.'

### Corona

De invloed van corona op de opleiding is, tegen de verwachting in, ook positief. 'De afgelopen twee jaar hebben we geleerd dat we de algemene vakken ook prima online kunnen geven, zoals Engels, Nederlands en rekenen, maar zelfs ook sommige technische vakken.

Daarom willen we, ook als het straks niet meer verplicht is, de opleiding minstens één dag per week online blijven geven, misschien zelfs twee. In een enquête onder de studenten kwam dat ook naar voren als de meest geliefde optie. Op die manier besparen ze namelijk veel reistijd.'

### Doorstuderen

Veel studenten die deze opleiding afronden, studeren nog door aan het hbo tot orthopedisch technoloog in Eindhoven. Van de zes studenten die afgelopen jaar zijn afgestudeerd, zijn er drie naar het hbo doorgestroomd. Frank: 'We zijn om die reden steeds in gesprek met "Eindhoven" om onze opleidingen goed op elkaar te laten aansluiten.' Het grootste verschil is dat je bij het mbo als orthopedisch technicus afstudeert en dan echt de protheses gaat maken, terwijl je bij het hbo als orthopedisch technoloog afstudeert. Je krijgt dan de rol van adviseur,

in plaats van je te richten op het uitvoerende werk.

### De wens van de patiënt

Frank: 'Vierdejaars studenten krijgen altijd een project waarbij ze van het begin tot het einde een prothese voor een gebruiker gaan maken. Het vak is de afgelopen jaren veranderd, een groot deel van je tijd gaat op aan papierwerk. Vroeger keek je gewoon naar de gebruiker en wat hij of zij weer met de prothese zou willen kunnen. Tegenwoordig kijk je hoe iemand verzekerd is. Maar als de studenten met deze mensen aan de slag gaan, dan staat de wens van de gebruiker weer écht even centraal. Het is geweldig om te zien hoe ze dan protheses voor de gebruikers kunnen maken die ze niet van de verzekering vergoed zouden krijgen. Dat is het vak op zijn best!'

HANNAH JIMMINK

*Meer informatie over de Dutch HealthTec Academy is te vinden op [www.dhta.nl](http://www.dhta.nl).*



In deze rubriek komen kinderen met een verkorting -of amputatie- van arm of been aan het woord. Soms schrijven zij zelf over hun leven, meestal doen hun ouders of hulpverleners dat.



## Meedenken en deelnemen



Ik ben sinds kort actief in de werkgroep 'Op een ander been gezet'. Ik vind het belangrijk om mee te denken en deel te nemen aan het organiseren van activiteiten voor onze leden. Want zoals het gezegd luidt: alleen ga je sneller, samen kom je verder! Vooral in deze tijd is het belangrijk om elkaar te vinden. Lukt het niet vanwege de maatregelen? Denk

in mogelijkheden! Ouders die een kind hebben met een prothese weten niet beter! Een luisterend oor bieden doet wonderen en een compliment geven zorgt voor een glimlach!

### Over 'Op een ander been gezet'

De werkgroep 'Op een ander been gezet' is er voor alle ouders van kinderen met een beenafwijking. Ouders kunnen bij onze werkgroep steun, advies, erkenning en informatie vinden. Het is fijn om te praten met anderen die hetzelfde hebben meegemaakt, om ervaringen en emoties te delen. Ook voor de kinderen is het fijn om andere kinderen met een verkort been te ontmoeten, als zij wat ouder zijn!

'Op een ander been gezet' organiseert allerlei activiteiten voor haar leden en voor de kinderen, zoals:

- ▶ Een zwemfeest voor kinderen tot 10 jaar
- ▶ Een zeilweekend voor jongeren vanaf 10 jaar
- ▶ Een familiedag voor alle ouders, kinderen en belangstellenden

Op onze internetpagina kun je veel over onze werkgroep lezen. Ook hebben we een leuke video op YouTube: 'Op een ander been gezet- KorterMaarKrachtig'.

Tot slot wil ik je uitnodigen om eens na te denken of jij ook een bijdrage kunt leveren aan onze werkgroep. Want we kunnen best nog wel een paar nieuwe werkgroepleden gebruiken...!

Ik hoop jullie snel te zien tijdens een van onze activiteiten en/of als nieuw werkgroeplid!

Zorg goed voor jezelf!

LEYLA ÖZ

## Zilan

### op weg naar Milaan 2026

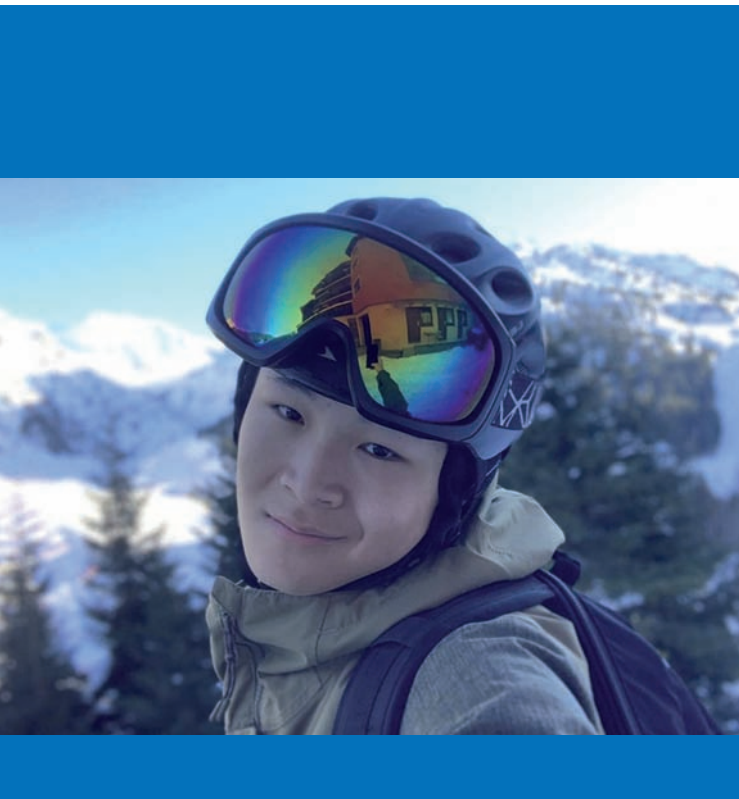
Ik ben Zilan Gijsen, 15 jaar. Ik mis mijn linkerknie en -onderbeen. Ik ga je meenemen in mijn verhaal over mijn snowboardleven en hoe ik mij ga klaarmaken voor de Spelen van 2026.

Ik ben begonnen met snowboarden aan het begin van 2020. Ik begon doordat ik naar een NOC\*NSF-talentendag ging op Papendal. Ik deed daar een paar oefeningen op het onderdeel snowsports van de Nederlandse Ski Vereniging (NSKiV) en dat was het. Ik had me toen nooit voorgesteld dat die dag mijn leven zo zou veranderen. Van een hardloper naar een snowboarder, twee totaal verschillende dingen. Ik ging eigenlijk naar die talentendag omdat ik para-hardloper wilde worden. Uiteindelijk liep dat heel anders dan ik verwachtte.

### Mentality Games

Samen met mijn teamgenoten Dean van Kooij (18) en Julia (gestopt) trainden we om de week in Snowworld. Dit zou eerst voor de Menticity Games zijn. De Menticity Games (een week wintersporten) worden georganiseerd door de Menticity Foundation voor mensen met een beperking. Onze trainers Hendrik-Jan Cassee en Susanne Cassee leerden ons snowboarden en hielpen ons met alles. Ik vond het al snel leuk doordat deze sport totaal anders is. We zouden eerst voor de Menticity Games trainen en daarna zouden we verder kijken. Maar één dag voor de Menticity Games werd het afgelast. Ik baalde als een stekker toen alles dicht ging door corona en de eerste lockdown een feit was. In die lockdown zat ik wel te twijfelen of ik nog verder wilde met snowboarden.

Een paar maanden later begonnen we weer met trainen. Deze keer niet meer voor de Menticity Games maar gewoon om te kijken hoe ver we zouden kunnen komen wanneer we wedstrijd-



Veronique Gorter is moeder van Jesslyn (12), Christina (11) en Benjamin (5) en partner van Bas. Benjamin is geboren met fibula aplasie. In deze column vertelt zij over haar belevenissen met Benjamin.

## Het leven is een feestje!

Bij Benjamin is kortgeleden Gilles De La Tourette vastgesteld. Hij heeft sinds twee jaar tics. Steeds weer andere, soms even niets, soms meerdere tegelijk. In spannende tijden, zoals de feestdagen, zijn ze nog weer erger.

De periode van diagnose bestond uit filmpjes maken, proberen tics uit te stellen, veel afspraken bij de neuroloog en onderzoeken om te kijken waar het vandaan komt. Nu weet je dat nooit 100% zeker, maar de neuroloog kon ons vertellen dat een traumatische ervaring een behoorlijke trigger is om Tourette of een ticstoornis te ontwikkelen. Bij Benjamin komt dan toch weer het trauma van de amputatie om de hoek kijken.

Ondanks dat hij daar EMDR voor gehad heeft, heeft Gilles de la Tourette zich toch ontwikkeld.

*'Als ouder denk je dan*

Als ouder ga je dan toch even achter je oren krabben. 'Heb ik dit wel goed aangepakt?' 'Hadden we het anders kunnen doen?' 'Hebben de artsen het verkeerd aangepakt?'

*toch: Heb ik dit wel goed aangepakt?'*

Ergens word je toch weer onzeker als je dat kleine mannetje zo ziet stoeien met zijn tics. Aan de andere kant: hij kan nu met zijn been wel echt alles, dus dat stukje is goed geweest, maar toch... Als ouder word je snel onzeker en ik merk dat dat bij kinderen als Benjamin toch sneller zo is. Kon ik bij mijn dochters (ondertussen op en top pubers) heel gemakkelijk dingen loslaten, bij Benjamin kan ik dat niet.

Benjamin gaat nu ook een traject in bij het eetteam in Klimmendaal. Helaas zit ook daar problematiek bij hem, ook weer voor langere tijd. De psycholoog vermoedt Arfid bij hem, selectieve voedselinname. En ook dat kan, jawel, getriggerd worden door een diepgeworteld trauma. Al met al hebben we behoorlijk wat zorgen om hem!

Maar iedere dag weer zien we hem zo ontzettend enthousiast wakker worden, liedjes zingen waar hij kan en genieten met zijn vriendjes in zijn spidermanpak!

VERONIQUE GORTER

den zouden gaan rijden. Rond oktober hadden wij ons eerste trainingskamp in Landgraaf. We gingen daar samen met de echte parasnowboarders Chris Vos, Lisa Bunschoten en Renske van Beek en onze trainers trainen. Op ditzelfde kamp heb ik veel geleerd, vooral doordat we meters gingen maken op de baan. En toen kwam de tweede lockdown eind 2020 waardoor het weer niet mogelijk was om te gaan trainen.

Tot en met april we hebben weer vijf maanden niks kunnen doen. In die tussentijd hebben we nog op een borstelbaan gereden in Hoofddorp, want buiten mocht je nog wel sporten. En eerlijk gezegd: ik heb een hekel aan borstelbanen!

### Trainen

Toen we weer verder mochten in de sneeuw was dat natuurlijk superfijn. We gingen weer om de week op zondag naar Zoetermeer om te trainen. In augustus hadden wij ons tweede kamp met het Nederlands team. Weer gingen Chris, Lisa en Renske mee en deze keer gingen we met twee andere trainers, Pepijn van Schijndel van de NSKiV en Lucas, een Oostenrijkse coach. Pepijn is trouwens degene die ervoor gezorgd heeft dat ik kan snowboarden. We hebben veel geleerd in deze drie dagen.

Ongeveer twee maanden later in oktober ging het gebeuren. We gingen voor de eerste keer in de echte sneeuw in Pitztal, Oostenrijk. Niet één, maar twee hele weken trainden we samen met het Nederlandse para-team. Dit was voor mij ook de eerste

*Lees verder op pagina 29*



## mHand Adapt

Flexibel in elke situatie

- Ultralicht en comfortabel
- Unieke en intuïtieve grijpfunctie
- Ideale prothesehand voor het fietsen
- Nu nog meer handschoenopties



kijk op [moveable.nl/uitproberen](https://moveable.nl/uitproberen) voor meer informatie

+31 6 485 728 05

 [info@moveable.nl](mailto:info@moveable.nl)

 [www.moveable.nl](https://www.moveable.nl)



**Roessingh**

Revalidatie Techniek

***"Peter hielp mij aan  
de perfecte prothese!"***

Karin Keeler - Huls  
Klant van RRT

[www.rrt.nl](https://www.rrt.nl)

Telefoon 088 999 0 777

Peter Vlaanderen  
Orthopedisch adviseur





keer zonder mijn ouders. Eerlijk gezegd heb ik ze niet heel erg gemist, omdat ik te druk bezig was met snowboarden en lol maken. Ik weet nog wel dat Dean (hij is verlamd aan zijn arm) tegen mij zei: 'Eigenlijk best wel gek he? Dat wij nu al mee mogen trainen met het Nederlandse para-snowboardteam'. En toen realiseerde ik het mij wel, dat Dean en ik samen al zo goed zijn geworden! En weer leerde ik zoveel in deze twee weken, in de echte sneeuw. Zeker ook omdat er vier coaches mee waren en drie super goede para-atleten die ons ook veel leerden.

### Eerste wedstrijd, 29-30 november 2021

Vier weken later hadden wij onze eerste wedstrijd in Landgraaf. Het was geen gewone wedstrijd, maar meteen de Europa- en Worldcup in het onderdeel banked slalom. Ik was zo zenuwachtig om mee te doen omdat de meeste snowboarders al veel langer wedstrijden deden dan wij. Ook omdat de meesten al naar de Paralympische Spelen zijn geweest. We konden eerst zeven dagen oefenen, en daarin heb ik veel geleerd. Ook omdat ik had geleerd dat het niet om winnen ging maar om plezier te maken.

Toen het dinsdag was en we gingen inrijden zag ik al die para-snowboarders gaan. Ik weet niet wat er gebeurde, maar ik vond het zo fijn! Ik zag dat zij ook gewoon vielen en dat dat normaal is. Toen ik de eerste keer door de cours ging, viel ik en het eerste wat ik hoorde was juichende teamgenoten en concurrenten vanuit de lift. Dat motiveerde me om door te gaan. Ik heb veel nieuwe vrienden gemaakt, ik weet nog wel dat we heel veel complimenten kregen van coaches, wat heel fijn is om te horen. Toen ik te zien kreeg tegen wie ik moest, moest ik wel even slikken. Zoveel goeie snowboarders. Op de eerste dag kwam ik als tweede snelste beneden met een tijd van 47 seconden. Ik was

zo blij! Ik weet nog wel dat ik beneden kwam en de coach van Roemenië zei dat ik langzamer moest gaan met een lach op zijn gezicht. Deze coach was duidelijk gefrustreerd dat ik als 15-jarige zijn atleet eruit reed. Voor de Russen waar ik tegen moest gold hetzelfde. Ik genoot er enorm van, vooral omdat ik zilver had gewonnen op de eerste dag! De tweede dag kon niet beter: ik won goud!

Dat betekent dat ik het snelste was in mijn klasse Lower Limb 1 (LL1) in de Europacup. Ik hoorde het halverwege mijn laatste run.

*'This is the victory lap for  
Zilan Gijsen, congrats Zilan  
Gijsen on winning gold'*

Ik was zo blij dat ik goud en zilver won op mijn eerste wedstrijd! Ik kreeg veel felicitaties van anderen en dit betekende ook dat ik een Worldcup Rider kon worden. Samen met Pepijn en Hendrik-Jan hebben we besloten dat ik beter nog even Europacups kon blijven rijden voor meer ervaring. Daar hadden ze gelijk in, ik had ook nog maar ongeveer 70 dagen in de echte sneeuw geoefend.

Ik ben ondertussen alweer een week thuis en maak me nu klaar voor de wedstrijd in Oostenrijk die half december is. Ik heb er enorm veel zin in om iedereen weer te zien en weer in de echte sneeuw te kunnen snowboarden. In het volgende nummer van 'Kort&Krachtig!' zal ik daar verslag van doen.

ZILAN GIJSEN



# ‘Succesvolle patiëntenparticipatie’

PGOsupport ondersteunt patiënten- en gehandicaptenorganisaties om deze organisaties zo goed mogelijk te laten functioneren. Eind 2021 sloeg PGOsupport een andere weg in: ‘Om van patiëntenparticipatie een succes te maken, zijn krachtige patiënten- en cliëntenorganisaties essentieel. Maar het is ook belangrijk om de gesprekspartners van patiëntenvertegenwoordigers te helpen bij het vormgeven van patiëntenparticipatie’, vertelt Dries Hettinga, sinds begin 2021 directeur-bestuurder van PGOsupport.

## Waarom een vernieuwde koers?

We zien dat het op verschillende plekken, bijvoorbeeld bij lokale participatie of in onderzoeksprojecten, nog best lastig kan zijn om patiëntenparticipatie goed vorm te geven. We krijgen steeds meer vragen van de gesprekspartners van patiëntenvertegenwoordigers, zoals onderzoekers en gemeenten. Dat was een aanleiding voor een herijking van onze koers.

## Wat is de kern van het nieuwe verhaal?

Er zijn drie dingen belangrijk om participatie goed van de grond te krijgen. Als eerste: stevige patiëntenorganisaties. Ten tweede: mensen met de juiste kennis en kunde. En als derde: ook gesprekspartners van patiëntenvertegenwoordigers moeten geholpen worden bij het vormgeven van participatie. Gelukkig geven de meeste zorginstellingen, gemeenten en onderzoekers de patiënt of de burger een plek aan tafel. Maar we komen er niet door alleen een extra stoel neer te zetten. Hoe moet je de samenwerking zo inrichten dat participatie echt van de grond komt? En dat je niet alleen wordt uitgenodigd ‘omdat het hoort’?

We zien nog te veel voorbeelden waarbij patiëntenvertegenwoordigers tegen een muur lopen op het moment dat ze hun stem laten horen. Of dat hun medewerking wordt vergoed met een boekenbon.

Vaak komt dat niet door kwade intenties, maar door onkunde. PGOsupport gaat zich daarom ook meer op de gesprekspartners van patiëntenorganisaties richten. Want samenwerking komt van twee kanten: aan de ene kant stevige patiëntenor-

ganisaties en aan de andere kant constructieve gesprekspartners. Samen bereik je meer.

## Welke veranderingen of trends signaleer je?

Iedereen is het er intussen wel mee eens dat in zorg en welzijn de patiënt of cliënt centraal staat. Het wordt spannend als je het in de praktijk gaat brengen. Dat is de fase waarin we nu zitten. Hoe zetten we die mooie woorden om in een daadwerkelijk goede samenwerking tussen patiënten en zorgorganisaties, gemeenten en onderzoekers? Patiëntenorganisaties krijgen daarmee ook een andere positie. Minder op de barricaden, maar meer als volwaardige gesprekspartner. Daarbij moet je soms ook compromissen sluiten. Het is belangrijk dat je weet wanneer je welke strategie moet inzetten. Dat vraagt om andere competenties. Tegelijk betekent dit dat gesprekspartners erachter zullen komen dat het best ingewikkeld kan zijn om goed naar de ervaringen van patiënten te luisteren en daar echt iets mee te doen. Daarin kan PGOsupport mensen begeleiden, trainen en adviseren. We merken dat er steeds meer vragen komen van gemeenten en uit de onderzoeksweld.

## PGOsupport gaat zich meer richten op lokale en regionale belangenbehartiging?

Decentralisatie is een belangrijke trend. Voor patiënten, gehandicapten en chronisch zieken worden veel beslissingen nu lokaal of regionaal genomen, niet langer landelijk. Voor patiëntenorganisaties is dit een nieuwe uitdaging. Want het is veel complexer om lokaal of regionaal, op verschillende plekken aan tafel te zitten. Het vraagt om een nieuwe manier van werken, meer ‘aandoeningsoverstijgend’. Het betekent ook dat patiëntenorganisaties meer moeten gaan samenwerken. Dan lukt het beter om op veel plekken aanwezig te zijn.

## Lukt lokale en regionale participatie voldoende?

Er zijn goede voorbeelden, zoals de lobby van de Oogvereniging voor toegankelijke stations. Maar het loopt nog niet vlekkeloos. PGOsupport heeft een groep ‘Critical friends’ opgeleid voor het programma De Juiste Zorg op de Juiste Plek. Je ziet dat patiënten- en cliëntenvertegenwoordiging hier nog maar mondjesmaat van de grond komt. Dit is een voorbeeld van waar we meer contact moeten zoeken met de gesprekspartners zoals verzekeraars, zorginstellingen en gemeenten. Ze willen de patiënt of cliënt wel meer centraal zetten, maar worstelen ermee: hoe doen we dat?

*‘Patiëntenorganisaties moeten meer gaan samenwerken’*

# ipatie doe je samen'

## Een ander belangrijk terrein voor de komende jaren is onderzoek, waarom?

Binnen de wetenschap dringt het besef door dat het niet alleen om wetenschappelijke kwaliteit gaat maar ook om maatschappelijke impact. Financiers van onderzoek richten hier nu ook hun onderzoeksprogramma's op in, bijvoorbeeld door patiëntenparticipatie mee te nemen in de opzet van nieuwe programma's. PGOsupport krijgt hierdoor steeds vaker de vraag van wetenschappers hoe ze participatie vorm moeten geven. Samen met het UMCG ontwikkelde PGOsupport daarom bijvoorbeeld een training patiëntenparticipatie voor onderzoekers. Een ander mooi voorbeeld is ons intervisieprogramma. We begeleiden daarin duo's van onderzoeker en patiëntenvertegenwoordiger bij hun samenwerking. Dan gaat het echt over: hoe geef je die samenwerking in de praktijk vorm?

## Hoe wordt het cursusaanbod verder ontwikkeld?

We bieden cursussen steeds meer in verschillende vormen aan: online, op locatie of een combinatie van beide. Deelnemers waarderen dit gevarieerde cursusaanbod enorm. We merken ook dat de impact van een cursus nog groter kan zijn als we mensen verder begeleiden. Bijvoorbeeld als mensen na een cursus contact houden met elkaar. Daarom kijken we of we op bepaalde onderwerpen coaching en intervisie kunnen aanbieden, zoals binnen de EUPATI NL-opleiding. De alumni van de eerste leerang zijn nu mentoren voor de studenten in de tweede leergang. Zo leiden we deze mensen echt op tot experts in patiëntenparticipatie. We gaan samen kijken op welke terreinen mensen extra kennis en vaardigheden nodig hebben, zodat zij weer kartrekkers voor anderen kunnen zijn.

## Wat heeft PGOsupport afgelopen tien jaar bereikt, en hoe gaat ze verder?

PGOsupport heeft zich altijd gericht op patiënten- en gehandicaptenorganisaties. Voor patiëntenparticipatie is een sterke patiëntenbeweging belangrijk. Veel organisaties werken hard om meer impact te bereiken. Daar begeleidt PGOsupport ze bij. Dat blijven we natuurlijk doen. Ook blijven we ze ondersteunen bij de organisatiestrategie, vrijwilligersbeleid, fondsenwerving of andere vragen die ze hebben.

Maar we hebben geleerd dat we onze opgebouwde kennis ook op een andere manier beschikbaar kunnen stellen. Bijvoorbeeld door ons met onze nieuwe website ook te richten op de gesprekspartners van



31

patiëntenorganisaties, zoals de zorg, lokale en regionale organisaties en onderzoek. Op die manier kunnen we nog meer impact bereiken. Uiteindelijk werken we niet alleen voor de patiëntenorganisaties maar voor het achterliggende doel: participatie.

## Wanneer is de missie geslaagd?

Als de kwaliteit van leven voor mensen met een aandoening of beperking niet meer beperkt wordt door hun aandoening of beperking. Om dit te bereiken is het volgens PGOsupport essentieel dat patiënten meepraten en meebeslissen bij zorg en welzijn. Als we dát hebben bereikt, ben ik een gelukkig man en ga ik op zoek naar een andere baan. Maar zo ver is het nog niet. Ik zet me daarom met mijn collega's bij PGOsupport in voor het versterken van patiëntenorganisaties én het versterken van hun participatie. Daarover hebben we veel informatie op onze website, een uitgebreid cursusaanbod en een team van betrokken adviseurs en partners.

BRON: PGOSUPPORT



## Ja, hoe doe jij dat?

In deze rubriek willen we je uitdagen, inspireren, vragen stellen en opdrachten geven.

Allemaal als aanmoediging om in beweging te komen. Letterlijk of figuurlijk.

We weten namelijk dat door in beweging te komen, je meer vertrouwen krijgt in jezelf en daardoor beter sturing kunt geven aan je eigen leven. Dit is een win-win situatie: bewustwording voor jezelf en meer invloed hebben op je omgeving.

## Hoe gebruik je 'zo doe ik het'?

Pak een pen, potlood of een hele kleurendoos en ga aan de slag.

Als je er nu niet aan toekomt, knip de pagina's uit

en kies een goed moment voor jezelf.

Bewaar de pagina, deel hem met je omgeving of hang hem boven je bed.

# zo doe ik het

Elke keer vind je ook een toffe tip in de vorm van een video, boek, podcast of artikel. Dit geeft je meer achtergrondinformatie over de oefening.

## Meer weten ?



.....of wil je meer van dit soort opdrachten?

Scan de QR-code. Op deze website vind je meer informatie over 'zo doe ik het'.

## Mijn doel voor het voorjaar

Dit is mijn doel \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Mijn doel wil ik bereiken

☐ Morgen ☐ Over een week ☐ Over een maand ☐ ...

Dit ga ik doen om mijn doel te bereiken \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Dit heb ik hiervoor nodig \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Van deze mensen kan ik hulp gebruiken \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_





zo  
doe

ik  
het



33

“Mijn eigen boontjes doppen lukte niet meer, nu dop ik met anderen en ontdek dat dat veel leuker is.”

Sitske







## Beenprothese-expertisecentrum

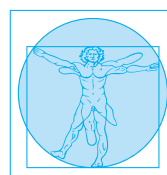
- + High-tec (elektronische) beenprothesen
- + Snel resultaat
- + Extra service met videobeelden en metingen
- + Extra looptraining
- + Inclusief personal beweegcoach
- + Aangemeten in een bijzondere omgeving
- + Second opinions



030 258 1811

[www.protec.amsterdam](http://www.protec.amsterdam)  
[info@protec.amsterdam](mailto:info@protec.amsterdam)

## VOOR ELKAAR



KORTER MAAR KRACHTIG

### Lid worden?

KorterMaarKrachtig is de landelijke vereniging voor mensen met een amputatie en/of aangeboren reductiedefect. Belangrijke speerpunten van de vereniging zijn lotgenotencontact en sociale activiteiten organiseren, voorlichting geven en informatie verstrekken over onderwerpen waar mensen mee te maken krijgen als ze een amputatie hebben ondergaan en/of gebruik maken van een prothese. Daarnaast staat de vereniging garant voor de belangenbehartiging van de leden bij verzekeraars, behandelaars en de overheid. Het lidmaatschap bedraagt slechts € 30,- per jaar. U ontvangt dan vier keer jaar dit ledenblad en u kunt deelnemen aan alle georganiseerde activiteiten en lotgenotencontacten.

*Lidmaatschap van een patiëntenvereniging wordt door de meeste zorgverzekeraars vergoed via het aanvullend pakket. Vraag er naar bij uw zorgverzekeraar.*

### Aanmelding lidmaatschap!

Stuur een mail met uw volledige adres, telefoonnummer, geboortedatum en e-mailadres naar: [leden@kortermaarkrchtig.com](mailto:leden@kortermaarkrchtig.com) of stuur uw gegevens per post op naar: KorterMaarKrachtig, Brinkstraat 133-8, 7512 EC Enschede. Aanmelden via de website kan ook. Ga naar: [www.kortermaarkrchtig.com](http://www.kortermaarkrchtig.com).

### Donateur worden?

Draagt u de vereniging KorterMaarKrachtig en haar doelstellingen een warm hart toe, dan kunt u ons steunen. Voor € 20,- per jaar bent u al donateur van KorterMaarKrachtig. Hiervoor ontvangt u vier keer per jaar het ledenblad en bent u van harte welkom op de door de vereniging georganiseerde activiteiten. Uw bijdrage komt geheel ten goede aan al het fantastische werk dat onze vrijwilligers leveren. Uw bijdrage maakt het verschil!

Aanmelden als donateur is mogelijk via de website van de vereniging ([www.kortermaarkrchtig.com](http://www.kortermaarkrchtig.com)) of u stuurt een e-mail met al uw gegevens naar: [leden@kortermaarkrchtig.com](mailto:leden@kortermaarkrchtig.com).

### Colofon

'Kort & Krachtig!' is een uitgave van de vereniging KorterMaarKrachtig, de landelijke vereniging voor mensen met een amputatie en/of reductiedefect. Het blad verschijnt vier maal per jaar en is gratis voor leden en donateurs.

**Hoofredactie:** Harry Dietz,  
[redactie@kortermaarkrchtig.com](mailto:redactie@kortermaarkrchtig.com)

**Redacteuren:** Rosanne Faber, Hannah Jimmink, Annelies van Lonkhuyzen

**Columnisten:** Jan Geertzen, Veronique Gorter, Karen Koller, Caroline van den Kommer, Hanneke Mooij, Corry van der Sluis

**Vormgeving:** John de Vries, Vriedesign

**Druk:** Grafisch Bedrijf Crezée

**Medewerkers aan dit nummer:** Siebe Doop, Zilan Gijsen, Marieke Harmer-Bosgoed, Leyla Öz, PGOsupport, Rehab Academy, Hanneke van der Salm-Crezée.

**Coverfoto en interview:** Wilco van Dijen

**Aanleveren kopij:** de volgende uitgave van 'Kort & Krachtig!' verschijnt rond 1 juni 2022. Kopij kan tot 19 maart 2022 worden aangeleverd bij [redactie@kortermaarkrchtig.com](mailto:redactie@kortermaarkrchtig.com)

**Adverteren:** vragen over mogelijkheden en tarieven kunt u sturen naar: [redactie@kortermaarkrchtig.com](mailto:redactie@kortermaarkrchtig.com)

Wilt u ook dit ledenblad 'Kort & Krachtig!' ontvangen? Stuur een e-mail naar: [bureau@kortermaarkrchtig.com](mailto:bureau@kortermaarkrchtig.com)

ISSN: 2352-6262



# VGK-GO

## Auto Adaptive Fluidic Knie

*"Tussen kerst en oud en nieuw heb ik een tocht gemaakt richting Engelsmanplaat op het Wad tussen de eilanden Ameland en Schiermonnikoog. Ik heb gelopen in slik tot 30 cm en tot mijn middel in het water."*

- Wybe Kloppenburg  
(loopt met osseo-integratie prothese op VGK knie)



De **VGK** (Very Good Knee) is een prothese knie met **"Fluïdische controle technologie"**.

- Olie gestuurde processor
- Standfase zekerheid, actieve zwaai fase controle
- Struikel beveiliging
- Fietsstand met valbeveiliging tijdens afstappen
- Waterproof tot 1.5 meter
- Grote buighoek van 175°
- Opladen niet nodig





Een platform voor en  
door mensen met een  
amputatie.



Sluit je aan bij onze  
community en deel jouw  
ervaringen met anderen!



movao.community  
powered by **ottobock.**