



Innovatief stimuleringsprogramma in de maak voor rolstoelpatiënt

Blijven bewegen met handbiken

Wie aan een ernstig lichamelijk trauma bijvoorbeeld een dwarslaesie overhoudt, belandt in een revalidatietraject: je krijgt therapie en op een bepaald moment ben je uitbehandeld. Dan kun je in je rolstoel naar huis. Waar je bijna altijd een terugslag krijgt. En zonder de prikkel van de therapie, kom je niet meer tot bewegen. Dit scenario kent Tim Mullens, bewegingsagoog, maar al te goed. Hij is erop gebrand deze patiënten toch aan het sporten te krijgen. Daarvoor ontwikkelt hij een innovatieplan, als onderdeel van zijn masterthese-project van de masteropleiding Sport- en Beweginnovatie aan de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.

“Je kunt het uitgebreide nazorg noemen, na de revalidatie, maar eigenlijk wil ik mensen met een inactieve leefstijl structureel aan het sporten krijgen. Door middel van het handbiken.” Tim Mullens is bewegingsagoog bij revalidatiekliniek Adelante in Hoensbroek. Hij ontwikkelt een innovatie waaraan ogenschijnlijk niets nieuw is: handbiken bestaat allang. En het wordt zelfs al ingezet bij de revalidatie van dwarslaesiepatiënten.

Drempels weg

Wat is er dan zo nieuw aan het plan van Tim? Cees van Bladel, projectleider bij stichting Sports and Technology en labmanager van het InnoSportLab geeft graag antwoord op die vraag: “Het bij elkaar voegen van onderwijs, onderzoek en bedrijfsleven, dat is het recept voor werkelijke innovatie. Het is niet een innovatie in de zin van een nieuw



Cees van Bladel



product, of nieuwe techniek, maar hij voegt een compleet nieuwe dimensie toe aan de professionele revalidatiepraktijk zoals we die tegenwoordig kennen.”

“Het gaat om de overgang van de zorgsetting naar de thuissituatie”, legt Tim uit. “Ik wil de drempels wegnemen die deze mensen ervan weerhouden om te gaan sporten. En dat zijn er nogal wat. Een handbike kost 6.000 euro, om maar een drempel te noemen. En stel dat je indoor wilt trainen, hoe regel je dan je vervoer en kun je met je rolstoel het sportcentrum in?” Kasper Bakker, coördinator van de HAN masteropleiding Sport- en Beweeginnovatie, vult aan: “Het gaat hier om sociale innovatie: het combineren van ideeën en het bij elkaar brengen van de juiste partijen zoals zorginstellingen, lokale sport- en beweegaanbieders, patiëntenverenigingen en kennisinstellingen. Op deze manier kunnen nieuwe, blijvende oplossingen voor deze mensen ontstaan.”

Adelante Cycling Center

In die blijvende structuur speelt revalidatiecentrum Adelante een grote rol. Binnen Adelante wordt al veel gedaan met handbiken: naast de therapie zijn er clinics, een battle in Oostenrijk en zelfs de Nederlandse kampioenschappen. Tim gaat al deze activiteiten bundelen in het Adelante Cycling Center. Tims werkgever is enthousiast. Tim: “Adelante wil cycling het speerpunt laten zijn binnen de revalidatie. Daar ben ik op ingesprongen. Behalve dat we organisatorisch een nieuwe structuur opzetten, maak ik ook gebruik van de verbouwingsplannen die we toch al hadden. Zo kan het Adelante Cycling Center ook fysiek het middelpunt worden van deze innovatie.” Cees van Bladel benadrukt dat bij innovatie ook ondernemerschap komt kijken. “Tim gaat ervoor zorgen dat dit alles ook financieel haalbaar is. Het Cycling Center moet zelfbedruipend zijn. Dat kan als je met partners samenwerkt, als naast cliënten met een dwarslaesie ook andere mensen er gebruik van kunnen maken.”

Maatschappelijke impact

Kasper Bakker is blij met de maatschappelijke impact die Tims plannen hebben. “Daar draait het om in deze opleiding. Het is pas innovatie als het werkelijk geïmplementeerd is in de praktijk. Daar helpen we vanuit de opleiding ook bij. We zoeken partners en delen kennis. Tim krijgt nu bijvoorbeeld ondersteuning van twee juryleden: Nicolette van Veldhoven van het NOC/NSF en Cees van Bladel van het InnoSportlab. De kans op maatschappelijke impact wordt een stuk groter als je breder kijkt. Wat Tim heel goed doet, is dat hij daarbij wel zijn focus houdt op het oorspronkelijke doel: mensen met een fysieke beperking structureel aan het sporten krijgen.”



Kasper Bakker

Innovatie-award: wie bepaalt wie wint?

Jaarlijks reikt de HAN Masteropleiding Sport- en Beweeginnovatie een prijs uit voor het meest kansrijke innovatieplan. Dit jaar won Tim Mullens de innovatie-award met zijn idee om dwarslaesiepatiënten structureel aan het handbiken te krijgen.

Dit werd bepaald door een vakkundige jury:

- *Cees van Bladel*, projectleider bij stichting Sports and Technology en labmanager van het InnoSportLab
- *Nicolette van Veldhoven*, hoofd onderzoek bij NOC/NSF
- *Tinus Jongert*, lector Innovatieve Bewegingstimulering en Sport aan de Haagse Hogeschool
- *Joost Bakker*, docent en onderzoeker Bedrijfseconomie aan de HAN