

# WEINIE

Inspiratie voor ouders en zorgprofessionals;  
alles over kinderen met een beperking.

## **MET VERTROUWEN DE LUCHT IN**

Waarom goede voorbereiding het  
verschil maakt bij autisme en ADHD

## **COSTA BLANCA ZONDER BARRIÈRES**

Met aangepaste bussen en service  
van luchthaven tot accommodatie

## **ALS BEWEGING INEENS WÉL LUKT**

Frame Running; de sport die  
kinderen laat lachen en  
meedoen

## **WASBAAR 2.0**

Waarom we steeds  
vaker kiezen voor  
wasbaar inconti-  
nentiemateriaal

FIJNE  
FEEST-  
DAGEN

Medisch vervaardigd door

**K!Ds**  
UNLIMITED

tweeënveertig, 2025



"Het frame is zo ontworpen dat het heel licht loopt. Doordat je iets voorover leunt, blijf je stabiel."

# FRAME RUNNING: VRIJHEID OP WIELEN!

"Wat een inzet en wat een plezier!", schrijft een begeleider van kinderdagcentrum Sosijn na afloop van een van de Frame Running-clinics. "Voor ons zeker een motivatie om hier verder mee te gaan. Het is niet alleen een sport, maar ook een vrijetijds- en therapievorm die onze kanjers kan ondersteunen in hun ontwikkeling en zelfstandigheid!" Frame Running verovert langzaam maar zeker zijn plek binnen kinderdagcentra in Nederland. We spreken met Petra van Schie en Henriëtte Stemerding-Brouwer over het bijzondere hulpmiddel, dat kinderen die normaal niet kunnen lopen, niet willen lopen of niet veilig kunnen lopen, de kans geeft om te rennen of wandelen met ondersteuning. Dat zorgt niet alleen beweging, maar vooral ook voor plezier en vrijheid.

TEKST: RENÉE RUISCH - FOTOGRAFIE: PRIVÉCOLLECTIE EN STOCKBEELDEN

Frame Running, ook wel bekend als Race Running, is een sport waarbij kinderen (of volwassenen) met een lichamelijke beperking zich voortbewegen met behulp van een licht metalen frame op drie wielen, voorzien van een stuur en borststeun. "Eigenlijk is het rennen of wandelen met een frame," legt Petra van Frame Running Nederland uit. "Het frame is zo ontworpen dat het heel licht loopt. Doordat je iets voorover leunt, blijf je stabiel en kun je makkelijker bewegen dan in veel andere loophulpmiddelen."

### OOK ALS JE NIET NAAR DE ATLETIEKBAAN GAAT

Het hulpmiddel is in de sportwereld inmiddels stevig ingeburgerd. Frame Running staat zelfs op het programma van de Paralympische Spelen van 2028. Maar het initiatief

waar Petra en haar collega Henriëtte zich nu voor inzetten, richt zich juist op de kinderen die níet naar een atletiekvereniging gaan. "We willen vooral die kinderen bereiken die in hun dagelijks leven weinig mogelijkheden hebben om actief te bewegen", vertelt Henriëtte. "Kinderen op kinderdagcentra, met meervoudige beperkingen, voor wie gewoon lopen of rennen te zwaar of te gevaarlijk is. We willen hen laten ervaren hoe het voelt om te bewegen, snelheid te maken en buiten actief te zijn."



### EEN PROJECT VOL BEWEGING EN PLEZIER

Met steun van het Agis Innovatiefonds organiseert Frame Running Nederland sinds begin dit jaar de clinics op kinderdagcentra in het hele land. "We noemen het clinics", lacht Petra, "maar eigenlijk zijn het kleine feestjes." Het team van Frame Running Nederland reist met meerdere frames naar locaties, past de maten aan per kind en begeleiden therapeuten en begeleiders bij het gebruik.

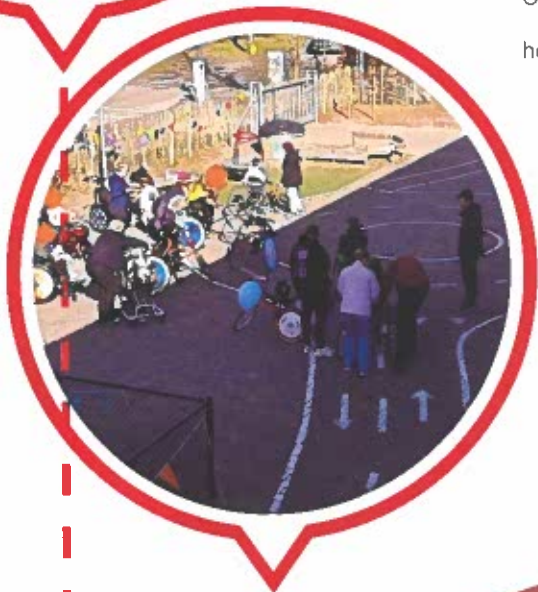
De reacties zijn ronduit enthousiast. "Er wordt veel gelachen, gelopen en zelfs al gerend!", vertelt een begeleider van KDC De Boemerang in Hilversum. "In totaal hebben 26 kinderen het framerunnen uitgeprobeerd. Het was prachtig om te zien hoe de kinderen, begeleiding en ouders straalden!"

Ook de therapeuten zien positieve effecten. "Voor kinderen die niet van nature heel actief zijn, werkt het frame goed", vertelt Petra. "We zagen zelfs een jongetje dat in zijn gewone loophulpmiddel nauwelijks vooruitkwam, maar in het frame opeens ging lopen en meters maakte."

### NIET ALLEEN SPORT, MAAR OOK THERAPIE EN PARTICIPATIE

Wat Frame Running bijzonder maakt, is dat het niet alleen draait om sportprestaties. Het biedt kinderen letterlijk en figuurlijk beweging in hun dagelijks leven. "We zien dat sommige kinderen met het frame

meedoen aan wandelvierdaagsen of gewoon samen met hun ouders naar de speeltuin gaan", vertelt Henriëtte. "Dat zijn momenten die voorheen niet lukten."



Voor ouders is het bijzonder om hun kind op deze manier actief te zien. "Een jongen met ernstige epilepsie durfde zich op het frame wél vrij te bewegen. Zijn ouders waren ontroerd: eindelijk zag je hem genieten van beweging zonder angst om te vallen." De clinics laten zien dat deelname aan sport niet persé via een vereniging hoeft te lopen. "Steeds meer kinderen sporten buiten de club om", zegt Petra. "Frame Running past daar goed bij. Het gaat om een actieve leefstijl, niet om medailles."

### PROBEREN OF LENEN?

Niet elk gezin kan zomaar een frame aanschaffen, de kosten liggen rond de 2.500 euro. Gelukkig is er een uitleenpool. "Frame Running Nederland heeft een pool van frames die kosteloos geleend kunnen worden om uit te proberen," vertelt Henriëtte. "Ouders kunnen ons mailen via [info@framerunning.nl](mailto:info@framerunning.nl). We vragen de lengte en leeftijd van het kind, zodat we het juiste formaat kunnen regelen. Vaak kan het frame een

tijdje thuis of op het dagcentrum blijven om te ervaren wat het doet."

Steeds meer kinderdagcentra proberen ook zelf een frame aan te schaffen.

Sommige gemeenten vergoeden het hulpmiddel inmiddels via de Wmo, als onderdeel van het beleid rondom participatie of sporten met een beperking. Soms, als lopen in een 'normaal' loophulpmiddel te moeilijk is, vergoedt de verzekeraar een frame als loophulpmiddel.





### EEN OPROEP AAN OUDERS EN BEGELEIDERS

Heb je een kind dat moeite heeft met lopen of snel overprikkeld raakt bij fysieke inspanning? Of werk je bij een kinderdagcentrum met kinderen met een meervoudige beperking? Dan is een Frame Running-clinic misschien precies wat jullie zoeken.

Meer informatie vind je op [FRAMERUNNING.NL](http://FRAMERUNNING.NL)



### EEN KLEIN ZETJE, EEN GROOT VERSCHIL

Dat de clinics impact hebben, blijkt uit de vele reacties. "Florine werd heel blij van

Frame Running en gaat de hele zomer thuis met een runningframe oefenen!", stond in het verslag van Amerpoort. "Leuker zelf bewegen, actief mee naar de winkel en framerunnend naar de speeltuin."

Het is precies dat effect wat Petra en Henriëtte wilden bereiken. "Het mooiste is om te zien dat kinderen plezier krijgen in bewegen," zegt Petra. "Soms zijn het kinderen die normaal maar drie passen zetten en dan stoppen. In het frame blijven ze lachen en doorgaan. Dat is goud waard." Henriëtte vult aan: "We hopen dat steeds meer dagcentra het frame gaan inzetten. We hebben een werkboek en een stappenplan gemaakt zodat locaties ook zélf een clinic kunnen organiseren." •