Beleven en bewegen – een nieuwe wereld gaat open

Bewegen en beleven. Voor velen de normaalste gang van zaken, maar voor kwetsbare en oudere patiënten is helaas niet altijd vanzelfsprekend. Om deze reden hebben de collega's op de verpleegafdeling van Orthopedie A8 Zuid zich hard gemaakt om daar een zogenaamde 'theratrainer' met beeldscherm neer te zetten.

Dit is een interactieve fiets waar mensen in een (rol)stoel voor gezet worden en met alleen hun benen hoeven te fietsen. Op deze manier kunnen bijvoorbeeld mensen na een (nieuwe) heupoperatie, op een prettige manier voorkomen dat er stijfheid optreedt en zo hun gewrichten in conditie houden.

Via het bijbehorende beeldscherm kan er een zelfgekozen 3D route gekozen worden, zodat er een rondje in eigen stad of dorp kan worden gereden, maar je kunt ook een route aan de andere kant van de wereld kiezen. Bergop of langs het strand met wind tegen, het maakt allemaal niet uit, want de fiets doet het echte zware werk. En de meebewegende route maakt het fietsen minder saai.

De reacties op deze manier van bewegen en – de omgeving – beleven, zijn erg positief. Het is niet alleen goed voor het fysieke deel, maar het helpt de mensen ook mentaal, waardoor ook het geheugen wordt getraind.

Fysiotherapeut Eva: "*Deze manier van fietsen is zoveel meer dan alleen maar een beetje met je benen op-en-neer bewegen, het doet een mens echt goed. Ik had laatst een patiënt die met tranen in haar ogen een rondje door haar eigen stad fietste. Iets wat ze al 10 jaar niet meer kon en nu weer mogelijk was".*



Code VRIEND-229

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis