

De handbiker aan het woord

Gebruikersonderzoek naar wat een handbike gebruiker belangrijk vindt aan de aankoppelhandbike bij recreatief gebruik



Xanne Vonk
Studentnummer: 18086241

De Haagse Hogeschool, Den Haag
Mens en Techniek | Bewegingstechnologie
Faculteit gezondheid, voeding en sport

De handbiker aan het woord

In deze studie wordt onderzocht wat handbike gebruikers belangrijk vinden aan een aankoppelhandbike bij recreatief gebruik

Begeleider Welzorg: Agnes Kloosterman, agnes.kloosterman@welzorg.nl

Begeleider HHS: Daniël van Leeuwen, d.m.vanleeuwen-1@hhs.nl

2^e examiner HHS: Rochus van der Doef, r.vanderdoef@hhs.nl

Naam: Xanne Vonk

Datum: 22-03-2023

De Haagse Hogeschool

Welzorg



Inhoudsopgave

Samenvatting.....	3
Inleiding.....	4
Methode.....	5
Onderzoeksopzet.....	5
Onderzoekspopulatie	5
In- en exclusiecriteria	5
Data verwerken	6
Resultaten	6
Aankoppelen	6
Producteigenschappen.....	7
Levering en onderhoud	7
Uitproberen	8
Discussie	8
Aanbevelingen.....	9
Conclusie	10
Bronnenlijst	11
Bijlage 1 – Interviews.....	12
Interview 1.....	12
Interview 2.....	15
Interview 3.....	18
Interview 4.....	20
Interview 5.....	22
Interview 6.....	25
Interview 7.....	28
Interview 8.....	31
Interview 9.....	34
Bijlage 2 – Codes.....	37

Samenvatting

Welzorg is een bedrijf dat in opdracht van gemeentes advies geeft over hulpmiddelen en de hulpmiddelen levert. Om klanttevredenheid te verbeteren wil Welzorg graag in beeld brengen waar de behoefte van klanten ligt, zodat dat meegenomen kan worden in het adviesproces. Dit onderzoek gaat in op die klanten behoefte en de onderzoeksvraag is: wat is er, vanuit de klant gezien, belangrijk aan een aankoppelhandbike die bedoeld is voor recreatief gebruik? Om antwoord te geven op de onderzoeksvraag zijn interviews afgenomen. In totaal zijn er negen mensen geïnterviewd die allemaal gebruik maken van een aankoppelhandbike. Deze interviews zijn vervolgens getranscribeerd en daarna gecodeerd. Uit deze codes zijn vier overkoepelende thema's naar voren gekomen die door alle of meerdere respondenten benoemd werden. De thema's zijn: aankoppelen, producteigenschappen, levering en onderhoud en uitproberen. Bij het aankoppelen is het vooral belangrijk dat er gekeken wordt of het aankoppelsysteem bij het ziektebeeld past en de gebruiker dit zelfstandig kan. Bij producteigenschappen zijn er meerdere onderdelen die belangrijk zijn namelijk: actieradius, sensor, grip van de handbike, remmen en kabels. De actieradius moet groot genoeg zijn dat de gebruiker lange afstanden af kan leggen zonder met een lege accu te komen staan. Er worden twee verschillende sensoren gebruikt namelijk de krachtsensor en de bewegingssensor. Drie respondenten hebben aangegeven bewust voor de krachtsensor te kiezen, omdat ze deze veel prettiger vinden in gebruik. Verder is de grip van de handbike ook belangrijk. Hiervoor is het belangrijk dat er een goede gewichtsverdeling is en de handbike zo min mogelijk doorslipt bij het remmen. De remmen zelf spelen daarin ook een belangrijke rol, dit heeft ook met veiligheid te maken. Bij sommige handbikes zitten er kabels in het zicht terwijl die bij andere handbikes netjes worden weggewerkt. Mensen geven aan dat de kabels die in je gezichtsveld zitten als irritant worden ervaren. Bij levering en onderhoud is er aangegeven dat hier nog vaak dingen misgaan. Zo worden onderdelen laat geleverd of zijn lang niet op voorraad en zitten sommige fietsen heel ingewikkeld in elkaar dat voor elk probleem een monteur gebeld moet worden. Het uitproberen van een handbike is vaker geopperd. Dit helpt om te kijken of de handbike iets voor iemand is, maar ook of deze persoon ermee overweg kan. In dit onderzoek zijn de kosten niet meegenomen, omdat het specifiek over de behoefte van de klant gaat. Ondanks dat kosten een belangrijke rol speelt is dat pas voor een later onderzoek of een vervolgstap nodig om erbij te betrekken. De conclusie die uit dit onderzoek getrokken kan worden is dat er meerdere thema's zijn die belangrijk zijn voor gebruikers. Hiervan zijn het aankoppelen, producteigenschappen, levering en onderhoud en uitproberen de thema's die het meest overlappen bij verschillende personen en meegenomen zouden moeten worden in het adviesproces.

Inleiding

Handbiken is een paralympische sport, maar de handbike wordt ook ingezet in de revalidatie en voor recreatief gebruik. Uit onderzoek blijkt dat het gebruik van een handbike bevorderend is voor de gezondheid van een rolstoelgebruiker (Kraaijenbrink, 2021). Om gebruik te stimuleren is het belangrijk dat een handbike gebruiksvriendelijk is en klanttevredenheid daardoor hoog. Voor bijvoorbeeld mensen met een dwarslaesie is een onderdeel voor kwaliteit van leven mobiliteit (Post, 2020). Een handbike helpt de gebruiker om langere afstanden, zoals naar de supermarkt of een blokje om, zelf af te kunnen leggen en dus mobieler te worden. Er zijn diverse soorten handbikes die ingezet kunnen worden. Zo zijn er manuele handbikes die op eigenkracht aangedreven worden met de hand, power handbikes die aangedreven worden door een accu en sporthandbikes. De sporthandbike zit anders in elkaar doordat hij onder andere niet op de normale rolstoel aangesloten wordt zoals de andere twee, maar echt een hele eigen stoel heeft. De handbikes die in revalidatie en recreatie worden gebruikt zijn bijna altijd aankoppelhandbikes.

Welzorg is een bedrijf waarbij advies wordt gegeven over hulpmiddelen. De adviseurs doorlopen het hele traject met een klant van intakegesprek naar aanmeten tot weggrijden. Doormiddel van een eigen assortiment en contacten met leveranciers wordt er een advies gegeven over soort rolstoel en andere hulpmiddelen die nodig zijn voor een klant. Bij de handbikes merkt Welzorg dat er steeds meer bedrijven opkomen die handbikes leveren. In het assortiment zijn er op dit moment twee merken, maar het blijkt dat er door adviseurs steeds vaker voor een merk buiten het assortiment wordt gekozen. Van 5/12/21 tot 5/12/22 zijn er door Welzorg 261 handbikes geleverd waarvan 141 niet uit het assortiment. Met leveranciers uit het assortiment heeft Welzorg afspraken en kortingen waardoor het voor het bedrijf veel meer oplevert als er uit het assortiment geleverd wordt.

Een kernwaarde die voor Welzorg steeds belangrijker wordt is klanttevredenheid. Vroeger werd er vooral naar geld en gemak gekeken en tegenwoordig staat de tevredenheid van de klant meer centraal. Bij Welzorg is het nog niet duidelijk wat er voor de gebruiker belangrijk is aan een handbike en waar bij een aanmeting meer op gelet zou moeten worden. Door te kijken naar wat er voor de klant belangrijk is kan het assortiment zo aangepast worden dat het dekkend genoeg is om aan die behoefte te voldoen. Het doel van dit onderzoek is om de behoefte en ervaringen van gebruikers van een handbike in kaart te brengen. Hierbij hoeft geen rekening gehouden te worden met kosten, maar gaat het puur om behoefte van de klant. Inzicht hierin zal helpen om het advies van adviseurs beter te laten matchen met de behoefte van de klant en er uiteindelijk voor zorgen dat klanten meer tevreden zijn over het hulpmiddel dat ze krijgen en het beter bij hun behoeften aansluit.

Methode

Onderzoeksopzet

Om de behoeftes van handbike gebruikers en de voor hen belangrijke aspecten aan de handbike zijn op een rij te zetten is een kwalitatief onderzoek uitgevoerd. Om dit zo goed mogelijk in kaart te brengen is gekozen om als kwalitatieve onderzoeksmethode interviews te gebruiken. De interview methode waarvoor is gekozen is een semigestructureerd interview. Door gebruik te maken van een semigestructureerd interview is er een rode draad in het interview, maar blijft er veel ruimte voor doorvragen. Het doorvragen kan voor nieuwe inzichten zorgen doordat de respondent vrijer wordt gelaten in zijn antwoorden en meer op de antwoorden kan worden ingezoomd. Eerdere interviews van Welzorg hebben voor de rode draad van de vragen gezorgd. Het artikel van Ramirez en Holloway (2017) is ook gebruikt om de vragen te formuleren. De vragen die van tevoren zijn opgesteld waren zijn:

Inleidende vragen:

- Welke handbike gebruikt u?
- Hoelang heeft u, uw handbike al?
- Waarom heeft u ervoor gekozen om een handbike te nemen?
- Was u goed geïnformeerd over het gebruik van de handbike bij het aanschaffen?

Persoonlijke mening over gebruik handbike:

- Welke eigenschappen zijn belangrijk of zelfs van doorslaggevend belang voor u geweest in de keuze van uw handbike (op welke producteigenschappen heeft u gelet)?
- Als u nu een nieuwe handbike zou krijgen waar zou u dan op letten?
- Wat vindt u prettig aan uw handbike (in gebruik)?
- Waar loopt u tegen aan bij het gebruik van de handbike?

Afsluiting

- Zijn er verder nog dingen die u over de handbike kwijt wilt?

De interviews zijn afgenomen doormiddel van videogesprekken die met toestemming van de deelnemers opgenomen werden. De interviews zijn anoniem gemaakt zodat de geïnterviewden zich vrij voelen om alles te kunnen delen.

Onderzoekspopulatie

Via een contact bij de Rotterdamse Wielren Combinatie AHOY is er een oproep geplaatst in de facebook groep Rollers. In de facebook groep konden mensen aangeven of ze wilden deelnemen aan een onderzoek naar aankoppelhandbikes en of ze hiervoor benaderd mochten worden. De mensen die reageerden werden vervolgens via de mail of whatsapp benaderd om een online videogesprek in te plannen. De respondenten komen uit verschillende gemeentes, omdat elke gemeente anders werkt. Op deze manier is er een completer beeld.

In- en exclusiecriteria

Voor dit onderzoek zijn alleen mensen geïnterviewd die gebruik maken van een aankoppelhandbike. In totaal zijn er negen handbike gebruikers geïnterviewd, waarvan vier mannen en vijf vrouwen. Alle geïnterviewde hebben hun huidige handbike tussen de 1 en 6 jaar.

Data verwerken

De interviews zijn na het transcriberen gecodeerd. Het coderen is gedaan met het programma Atlas.ti 23, dit is een handige tool om overzichtelijk codes aan te maken en toe te passen op teksten. Alle interviews zijn grondig doorgelezen en tijdens het lezen zijn de codes gemaakt. Elke keer als er iets benoemd werd wat over specificaties van de handbike ging werd dat gemankeerd en onder een code gezet. Nadat alle interviews waren gecodeerd werden ze allemaal nog een extra keer doorgenomen om ervoor te zorgen dat er niks over het hoofd werd gezien. In totaal zijn er 29 codes aangemaakt (bijlage 2) waar uiteindelijk een selectie van is gemaakt. Vervolgens werden alle codes doorgenomen en werden de meest voorkomende gebundeld tot vier hoofdthema's.

Resultaten

Bij de negen interviews waren er verschillende raakvlakken tussen wat mensen vertelden. In tabel 1 is te zien welk type handbike de geïnterviewde hebben en hoelang ze die al gebruiken. Om de raakvlakken tussen de interviews inzichtelijker te maken zijn er een aantal onderdelen gebundeld en worden hieronder besproken. De onderdelen die het vaakst benoemd werden en die besproken zullen worden zijn het aankoppelen, producteigenschappen, levering en onderhoud en uitproberen.

Tabel 1: gegevens geïnterviewden

Geïnterviewden	Geslacht	Type handbike	Assortiment Welzorg	Aantal jaar in bezit van de handbike
1	M	Freewheeler	Nee	5
2	M	Quickie Attitude	Ja	6
3	V	Roam	Ja	1
4	V	Quickie Attitude	Ja	3
5	V	Quickie Attitude	Ja	2
6	M	Frontline	Nee	3,5
7	V	Frontline	Nee	1
8	M	Frontline	Nee	4
9	V	Frontline	Nee	4

Aankoppelen

Een onderwerp dat bij elk interview terugkwam was het aankoppelen. Alle geïnterviewden gaven aan dat dit een belangrijk aspect is en doorslaggevend kan zijn bij het kiezen van een handbike. Hierbij werd vooral benoemd dat het aankoppelsysteem moet passen bij het ziektebeeld. Respondent 1 geeft bijvoorbeeld aan dat omwille van verminderde rompbalans niet elk aankoppelsysteem past: "Ik heb toen wel meerdere systemen geprobeerd en ook in het revalidatiecentrum een Tracker geprobeerd. Toen moest ik ongeveer onder mijn stoel klimmen om hem aan te koppelen. Dat was niet zo heel erg handig, want ik heb weinig rompbalans dus ik val vrij makkelijk om. Wat wel zo was, ik ging dus die handbike van TNS proberen de Freewheeler. Die kan ik heel makkelijk aansluiten. Je kan gewoon blijven zitten" (zie interview 1, bijlage 1) en respondent 4 benoemd dat vanwege de heupen niet elk aankoppelsysteem geschikt is: "Ja want ik krijg in verband met mijn heupen niet elke handbike aangekoppeld en de Attitude klik je aan de zijkant in plaats van een staaf van onder" (zie interview 4, bijlage 1). Een ander punt dat werd benoemd is dat het aankoppelen zelfstandig moet kunnen. "Deze omdat ik deze eindelijk zelfstandig kan aankoppelen. Ik heb hiervoor een handbike gehad waar dat niet bij lukte, dus dan had ik iemand nodig die het aankoppelen voor mij deed. Nu met deze handbike kan ik het wel en kan ik gewoon zelfstandig wegfietsen, dus ja daar ben ik heel

blij mee” (zie interview 7, bijlage 1) hier geeft de geïnterviewde aan dat er ook systemen zijn waarbij het aankoppelen niet zelfstandig gaat en dat het belangrijk is dat het wel lukt.

Producteigenschappen

Naast het aankoppelen zijn er ook een aantal producteigenschappen benoemd. De producteigenschappen die door respondenten genoemd werden zijn de actieradius, sensor, grip van de handbike, remmen en kabels. Door een aantal respondenten is het belang van een grote actieradius benoemd. Door respondent 9 is het als volgt verwoord: “Een zware accu is gewoon heel belangrijk zodat je wat verder kan. Niet dat je na 20- 30 kilometer of dat je elke twee – drie jaar een nieuwe accu moet doen, want accu’s zijn behoorlijk duur” (zie interview 9, bijlage 1) Hier komt naar voren dat het zowel op korte als op lange termijn belangrijk is. Verder is er ook meerdere keren aangegeven dat er specifiek voor een krachtsensor is gekozen bij een hybride handbike. De soort sensor die in een fiets zit bepaald de manier waarop de motor aangestuurd wordt. Er zijn twee soorten sensoren die bij handbikes gebruikt worden: een krachtsensor en een bewegingssensor. De krachtsensor wordt ook wel beschreven als het windje in de rug, deze sensor geeft meer ondersteuning als er meer kracht wordt geleverd. Bij de bewegingssensor is de sensor op verschillende standen instelbaar en elke stand is gekoppeld aan een bepaalde snelheid, zodra de gebruiker begint met fietsen zal de handbike gelijk naar die snelheid gaan ongeacht hoeveel kracht er wordt geleverd (Wilbrink, 2020). De drie respondenten die iets zeggen over een sensor geven alle drie aan bewust voor de krachtsensor te hebben gekozen: “Deze handbike is fijn omdat het een handbike is die gebruik maakt van een krachtsensor. Je hebt handbikes maar ook gewoon normale elektrische fietsen die maken gebruik van een bewegingssensor en zodra er beweging is begint de motor te ondersteunen. Je merkt dat deze heel erg van als je meer kracht zet gaat de motor meer ondersteunen. Dat vind ik wel prettig, want ik heb bij het Beatrikoord in Haren op een andere handbike test gereden en dat was eigenlijk zodra je een beweging zetten nou ja dan fladder je er eigenlijk achteraan dat is zeker niet goed. Gewoon ook eigenlijk helemaal niet prettig, geen prettige manier van ondersteunen. Dat vind ik echt het grootste voordeel aan deze handbike” (zie interview 8, bijlage 1). Een ander aspect dat vaak naar voren kwam is de grip van de handbike op de weg en de rol die gewichtsverdeling daarbij speelt. “Wat onhandig is, is dat eigenlijk te weinig druk op het voorwiel staat en dat je dus erg makkelijk een slippend voorwiel krijgt” (zie interview 6, bijlage 1). Hierbij wordt aangegeven dat het lastig is om dit op te lossen aangezien de handbike zwaarder zal worden naar maten er gewicht toevoegt wordt om meer grip te krijgen. Het probleem van remmen wordt hier ook bij aangekaart. “Wat de handbike goed moet hebben is een fatsoenlijk stuk remklauwen, omdat je namelijk een driewieler wilt gaan stoppen met één wiel. Als je een beetje doorrijdt kan dat wel een uitdaging zijn, je gaat gewoon glijden” (zie interview 2, bijlage 1) hier geeft de geïnterviewde aan dat het hebben van goede remmen belangrijk is om onder andere door glijden te voorkomen. Verder geven respondenten aan dat het hebben van kabels niet prettig is voor het zicht “Bij heel veel handbikes heb je de kabels van je remmen en je versnellingen die lopen gewoon in je zicht en dan heb je gewoon een verminderd zicht en dat is gewoon heel erg irritant” (zie interview 3, bijlage 1).

Levering en onderhoud

Bijna alle respondenten hebben het over de levering en onderhoud van handbikes gehad. Bij onderhoud wordt er vooral aangegeven dat het fijn is als er weinig onderhoud nodig is of dat er niet voor elk klein probleem gelijk gebeld moet worden. Verder geeft respondent 6 aan dat het fijn is dat de handbike na een x aantal kilometers aangeeft een onderhoudsbeurt nodig te hebben: “Dat is dan ook nog een aardige, het is een prachtig systeem. Na 4000 kilometer meldt die dat er onderhoud gepleegd moet worden, dat is toevallig van de zomer toen kwam ik aan de 4000 km” (zie interview 6, bijlage 1). Bij een onderhoudsbeurt wordt de handbike nagekeken en wordt ervoor gezorgd dat alles goed werkt. De fiets bij de fietsenmaker kunnen brengen, een fiets die eenvoudig in elkaar zit en dat sommige onderhoudsproblemen zelf opgelost kunnen worden zijn volgens de geïnterviewden zaken

die ze belangrijk vinden aan een handbike. Verder werd er ook door respondent 5 aangegeven dat er bij Welzorg leveringsproblemen zijn waardoor het soms lang kan duren voordat er bepaalde onderdelen vervangen/gemaakt kunnen worden. “Beter zou ik niet zeggen, maar wel qua reparaties van ja er zijn gewoon op dit moment, dat hoor ik dan steeds van Welzorg, problemen met leveringen van onderdelen. Omdat ik hem overal voor gebruik, ik fiets ook echt elke dag, kun je hem gewoon niet missen. Dat ligt hoofdzakelijk in de reparatie dingen. Ik zit in een soort klankbordgroep voor de hulpmiddelen in deze regio, dus ik regelmatig ook overleg met de manager uit Amsterdam met de groep. Er zijn gewoon leveringsproblemen. Nu staat er, een nieuwe accu moet er weer op en ja ik ben benieuwd hoelang dat gaat duren” (interview 5, bijlage 1).

Uitproberen

Het kunnen uittesten van verschillende handbikes wordt door meerdere geïnterviewden als een voordeel gezien. Welzorg werkt samen met organisaties zoals Uniek Sporten om dat mogelijk te maken. Uniek Sporten is een organisatie die het onder andere mogelijk maakt om een handbike voor vier maanden gratis uit te proberen. Het uitprobeersysteem via Uniek Sporten heeft volgens respondent 5 het extra voordeel dat er niet gelijk een handbike aangeschaft hoeft te worden, maar er eerst gekeken kan worden naar of het wel iets voor iemand is. “Ja ik ben heel blij dat het uitprobeersysteem bestaat bij Uniek sporten. Dan kunnen mensen die net uit hun revalidatie komen of zoekende zijn daar gewoon ook uitproberen en hoeft je niet meteen aan te schaffen” (zie interview 5, bijlage 1). Daarnaast komt er ook bij meerdere respondenten terug dat als ze al eerder een handbike gehad of in het revalidatiecentrum een handbike hebben gebruikt ze een beter beeld hebben bij wat ze nodig hebben en wat bij ze past.

Discussie

Het doel van dit onderzoek was het in kaart brengen van wat er voor handbike gebruikers belangrijk is aan een handbike. Om dit te achterhalen zijn er negen handbike gebruikers geïnterviewd en is er gevraagd naar wat er positief is aan hun huidige handbike, wat er nog beter kan en waar ze op zouden letten bij het aanschaffen van een nieuwe handbike. Hieruit kwam naar voren dat er vier overkoepelende thema's zijn waar alle of bijna alle geïnterviewden het over hebben gehad. De vier thema's zijn aankoppelen, producteigenschappen (actieradius, sensor, grip van de handbike, remmen en kabels), levering en onderhoud en uitproberen.

Het aankoppelen is door alle respondenten één of meer keer benoemd. Hierbij kwam vooral naar voor dat het ziektebeeld in verband staat met het wel of niet zelfstandig kunnen aankoppelen van de handbike. Het uitprobeersysteem van Uniek Sporten blijkt een goed initiatief voor beginnende handbike gebruikers om gebruikende wijs de best passende handbike te vinden. Over de producteigenschappen zijn er een aantal zaken die van belang zijn zoals een grote actieradius. Gebruikers geven aan dat een grote actieradius gewenst is vanwege het afleggen van grote afstanden en het hoger kunnen zetten van de ondersteuning. Verder is er een aantal keer genoemd dat het kiezen van de sensor die de motor aanstuurt ook belangrijk is. Het verschil tussen een bewegings- en krachtsensor is voor mensen dusdanig groot dat er bewust gekozen wordt voor de krachtsensor. De grip van de handbike, het remmen en het wegwerken van kabels staan ook in verband met elkaar. Geïnterviewden geven aan dat goede remmen en een juiste balans in gewichtsverdeling belangrijk zijn om veilig te kunnen fietsen. Door een slechte gewichtsverdeling, slechte remmen of onvoldoende grip op het wegdek kan de handbike gaan slippen of zou het niet mogelijk zijn om abrupt te stoppen. Daarnaast werd benoemd dat het hebben van kabels in het zicht veld irriteerd en geven mensen aan dat het prettiger is als deze weggewerkt zijn. Levering en onderhoud gaat nog op veel plekken mis volgens de geïnterviewden. Respondent 5 geeft aan dat levering altijd lang duurt doordat er geen voorraden zijn en dit als vervelend ervaren wordt, omdat

het dan lang kan duren voordat een probleem is opgelost. Het zelf kunnen onderhouden van een handbike en dat hij daarom makkelijk in elkaar moet zitten is voor een aantal respondenten ook belangrijk.

Dit onderzoek kent een aantal sterke en zwakke punten. Een sterk punt van het onderzoek is dat de groep geïnterviewden divers is. De geïnterviewden komen uit verschillende gemeenten en hebben verschillende soorten handbikes. Wel hebben alle geïnterviewden zelf gereageerd op een oproep binnen dezelfde facebook groep om mee te doen met het onderzoek. Verder is er niet op elk genoemde thema dieper ingezoomd of bij andere naar gevraagd. Dit kan ervoor zorgen er nog thema's zijn die ook meespelen, maar waar andere respondenten tijdens het interview niet direct aan hebben gedacht. Dit zou ook kunnen betekenen dat als ze het niet benoemt hebben dat het geen hele grote rol speelt.

Aanbevelingen

Dit onderzoek is voor Welzorg een opzet om opnieuw naar het assortiment te kijken en meer vanuit de klant het traject in te gaan. Zo zou er gekeken kunnen worden welke handbikes krachtsensoren hebben en welke bewegingssensoren en of het assortiment dekkend genoeg is om gebruikers de keuze te geven. Verder zou er gekeken kunnen worden of er meer gebruik gemaakt zou kunnen worden van het uitprobeersysteem en dit meer promoten. Op die manier kunnen (beginnend) handbike gebruikers kijken of het bij hun past en welke handbike dan bij ze past. Voor verder onderzoek zou er gekeken kunnen worden of er ziektebeelden zijn die gekoppeld kunnen worden aan bepaalde aankoppelsystemen. Een grotere voorraad zou de leveringsproblemen op kunnen lossen.

Naast de overkoepelende thema's zijn er ook een aantal zaken door maar één of twee personen genoemd. Op deze zaken had nog dieper ingegaan kunnen worden door deze ook terug te koppelen aan mensen die al eerder geïnterviewd waren zoals geld. In interview 9 (interview 9, bijlage 1) geeft de respondent aan dat geld een belangrijke rol speelde, omdat het zelf aanschaffen van een handbike te duur is. Bijna alle geïnterviewde hebben een handbike via de WMO en er zou nog verder achterhaald kunnen worden in hoeverre geld een rol speelt bij de keuze voor een handbike. Het hebben van een centrale informatie plek waar eigenschappen van verschillende handbikes te vinden zijn is ook iets wat iemand aangaf te missen. Hier zou ook nog naar gekeken kunnen worden.

Terugkoppeling met adviseurs

Na het onderzoek is er contact geweest met twee adviseurs om te vragen hoe het proces van de handbike er nu uitziet. Er is gevraagd naar hoe het proces van een handbike aanvraag tot levering er op dit moment uit ziet en waar zij op letten. Eerst wordt er met de klant overlegt wat ze met de handbike willen om zo te kijken of de handbike wel de juiste optie is. Verder geven zij aan dat het uitprobeersysteem al nieuw leven in is geblazen en ze daar steeds meer gebruik van maken. De adviseurs laten weten dat er wel nog steeds vanuit het assortiment gedacht wordt en dat de vraag of bepaalde wensen van klanten echt nodig zijn blijft opspelen. Deze wijze van denken is ook noodzakelijk, omdat de hulpmiddelen vanuit de WMO verstrekt worden. Als er mensen zijn die echt bepaalde eisen hebben die binnen de WMO niet mogelijk zijn worden ze ook wel eens doorverwezen naar het persoonsgebonden budget (PGB).

Conclusie

In dit onderzoek is er gekeken naar behoefte van handbike gebruikers en naar wat volgens klanten belangrijke punten zijn om rekening mee te houden bij het aanmeten van een handbike. Uit het onderzoek blijkt dat er 4 overlappende thema's zijn die belangrijk zijn voor gebruikers van de handbike namelijk: aankoppelen, producteigenschappen, levering en onderhoud en uitproberen. Voor het adviseren van een handbike zou hier rekening mee gehouden moeten worden en zou Welzorg het voornemen om klantgerichter te worden kunnen waarmaken.

Bronnenlijst

Kraaijenbrink, C., Vegter, R. J. K., De Groot, S., Arnet, U., Valent, L., Verellen, J., Van Breukelen, K., Hettinga, F. J., Perret, C., Abel, T., Goosey-Tolfrey, V. L., & Van Der Woude, L. (2021). Biophysical aspects of handcycling performance in rehabilitation, daily life and recreational sports; a narrative review. *Disability and Rehabilitation*, 43(24), 3461–3475.

<https://doi.org/10.1080/09638288.2020.1815872>

Post, M. W., Van Leeuwen, C. C. M., & Hakbijl, A. (2020, 27 februari). Wat kwaliteit van leven betekent volgens mensen met een dwarslaesie. ResearchGate.

https://www.researchgate.net/publication/339527892_Wat_kwaliteit_van_leven_betekent_volgens_mensen_met_een_dwarslaesie

Ramirez, D. Z. M., & Holloway, C. (2017). “But, I Don’t Want/Need a Power Wheelchair”. Conference on Computers and Accessibility. <https://doi.org/10.1145/3132525.3132529>

Wilbrink, J. (2020, 23 januari). Handbike krachtsensor vs rotatiesensor. Frontline Handbikes.

<https://www.frontline-handbikes.nl/handbike-krachtsensor-vs-rotatiesensor/>

Bijlage 1 – Interviews

Interview 1

Het gaat over de handbike en het gebruik daarvan. Welke handbike heeft u en hoe lang gebruikt u die al?

Ik heb een Freewheeler van TNS. Die gebruik ik nu 5 jaar en ik heb sinds 2008 een rolstoel en daar heb ik toen ook meteen een Freewheeler bij genomen. Nee van 2009 tot 2017. Daarna ben ik aangereden dus kreeg ik een nieuwe en die heb ik nu 5 jaar.

Heeft u die particulier gekocht of heeft u die via de gemeente?

Via de WMO. Ik zat in het revalidatiecentrum dus daar heb ik een aantal systemen geprobeerd. Toen kreeg ik via de gemeente een rolstoel van TNS dus werd het vrij automatisch ook een handbike van TNS.

Had u daar zelf nog keuze in? Of hoe bent u bij de handbike gekomen?

Ik had eigenlijk geen keuze volgens mij. Want omdat het een stoel van TNS werd, werd het automatisch ook een handbike van TNS. Ik heb toen wel meerdere systemen geprobeerd en ook in het revalidatiecentrum een Tracker geprobeerd. Toen moest ik ongeveer onder mijn stoel klimmen om hem aan te koppelen. Dat was niet zo heel erg handig, want ik heb weinig rompbalans dus ik val vrij makkelijk om. Wat wel zo was, ik ging dus die handbike van TNS proberen de Freewheeler. Die kan ik heel makkelijk aansluiten. Je kan gewoon blijven zitten. Er zijn wel meerdere systemen denk ik, dat weet ik eigenlijk wel zeker, maar dit was één van de eerste die ik probeerde en die is het uiteindelijk ook geworden.

Vond u dat u goed geïnformeerd werd over het gebruik van de handbike toen u hem voor het eerst kreeg? Dat er gewoon genoeg uitleg bij was, dat alles duidelijk was of moest hij veel zelf uitzoeken daarin?

Nou, ja ik volgens mij niet heel veel oververteld. Maar helemaal eerlijk zijn zo ingewikkeld is het nu ook niet natuurlijk en ik heb een hele simpele. Ik heb ook geen elektrische. Ik heb ook geen, hoe heet het geen derailleurversnelling. Ik heb gewoon een naafversnelling, dat maakt het allemaal heel erg gebruiksvriendelijk onderhoudsvrij. Eigenlijk wel, ja, het enige wat ik hiervan moest weten is hoe koppel je hem aan, hoe koppel je hem af. Nou dat dat soort dingen eigenlijk en dat is verteld.

U zei dat u al eerder een handbike had en nu een nieuwe heeft. Wat zijn dan eigenschappen die de nieuwe handbike moet hebben?

Als ik nu een nieuwe handbike zou nemen, dan zou ik er vooral goed opletten dat ik er dat ik hem makkelijk kan aankoppelen. Dat is voor mij het belangrijkste. Wat ik al zeg ik heb een hele slechte rompbalans, ik val heel makkelijk om. Dus aankoppelen is voor mij het belangrijkste. Het is op zich prettig als hij wendbaar is, maar ik denk dat er niet heel veel verschil in zit. Ik moet hem wel in mijn huis kunnen neerzetten. Dat is ook wel handig. Ja heel raar, maar ik moet ergens een bevestiging kunnen hebben voor een fietscomputertje. Dat lukt vaak wel. Het hoeft van mij niet per se elektrisch te zijn, maar dat is geen eis. Ik kan er even niet opkomen, kan het niet heel precies maken. Maar het is fijn als je fiets makkelijk in elkaar zit zodat als er iets kapot gaat je het ook zelf weer makkelijk kan maken. Bij deze fiets zit vaak iets los en dan weet ik even twee schroefjes aandraaien en dan zit het weer vast. Dan heb je niet elke keer een monteur nodig om

het te repareren. Dat zijn gewoon handige dingen. Gewicht is ook belangrijk. Dat soort dingen eigenlijk.

Waar gebruikt u de handbike vooral voor?

Nou ja, voor alles eigenlijk. Ik woon in Schiedam, ik ga ermee naar Rotterdam. Ik ga er meer uit, ik ga naar vrienden toe. Ik ga sporten. Ik rij ook wel eens naar de metro, pak ik daar de metro naar Den Haag. Ja best veel eigenlijk.

Dus dan vooral het zelfstandig mobiel zijn?

Ja ja precies. Ja dat is ook heel handig, want zo'n sportieve handbike daar kan je dus eigenlijk helemaal niks mee. Want je hebt je rolstoel nooit bij je en met zo'n aankoppel handbike heb je altijd je rolstoel bij je. Je rijdt ergens naartoe, je koppelt hem af, je maakt hem vast en later haal je hem weer op. Zo simpel is het.

Wat zijn dingen die u prettig vindt aan het gebruik van uw huidige handbike?

Wat ik al zei, dus dat hij koppelt heel makkelijk aan. Verder weet ik niet echt de verschillen met een andere dus dat zou ik moeilijk kunnen zeggen. Hij heeft genoeg versnelling, hij is niet te zwaar dus ja dat eigenlijk.

Zijn er dingen waar u tegen aan loopt bij het gebruik van uw handbike? Dingen die nog niet zo goed werken of beter zouden kunnen?

Nee eigenlijk niet. Na 5 jaar loop je wel tegen dingen aan en dat is vervelend. Maar dan vaak dat er een monteur moet komen om weer iets te maken. Het is gewoon een heel fijn apparaat. Je gaat in een keer 3 keer zo snel als met de rolstoel dus dat is gewoon heel erg fijn.

Werd de handbike aangemoedigd in het revalidatiecentrum of bent u er echt zelf opgekomen?

Ja ik kom dan vanuit Rijndam in Rotterdam en daar werd het handbiken heel erg gepromoot. De ergotherapeut vraagt dan alles voor je aan. Die heeft ook gezegd je moet een handbike nemen en dat is prima. Ze hebben daar allerlei verschillende merken staan die je kan proberen. Ze promoten het dus behoorlijk.

Heeft u ook zelf nog research gedaan naar handbikes en wat bij u zou passen of wat er op de markt is?

Nee weet je wat het ook is, met deze handbike weet ik ook wat ik heb en je krijgt maar eens in de zoveel jaar een nieuwe, dus dan is het handig als je meteen weet wat goed is. Maar volgende keer zou het misschien wel handig zijn om wat te oriënteren en wat rond te kijken wat er verder nog is. JA het is alleen wel een dingetje het kost allemaal tijd en die heb ik eigenlijk gewoon niet. Je wil eigenlijk zo snel mogelijk weer een handbike hebben en weer verder gaan. En je kan wel oriënteren en rondkijken enzo, maar ja. Ik heb trouwens nog wel een andere gehad tussendoor. Ik zoek even op welk merk, maar ik was er niet tevreden over.

Zat dat hem dan in de aankoppeling of het fietsen zelf?

Ja bijna alles. De koppeling was heel slecht en daar heb ik ook gewoon belasting aan opgelopen. Want hij zat met klemmen vast aan het voorframe en die klemmen zaten niet helemaal lekker en

er zat wat speling in. Af en toe ging ik ook met angst een brug af, maar niet overdrijven maar het was niet heel veilig.

Wat voor aankoppelsysteem heeft u nu?

Dit is een Freewheeler, dus zit naast het frame. Echt heel handig. Even kijken of ik het kan laten zien. Ohja die andere fiets was van Oracing. Is een Spaans bedrijf en werd geïmporteerd door REMobility. Uiteindelijk is die ermee gestopt, dus dat zegt al wat. Ik denk er ineens aan, omdat ik net tegen je zeg van tijd heb ik niet. Dus toen mijn stoel stuk was dacht ik, ik wil zo snel mogelijk een stoel met een handbike. Dus had ik aan Rodger gevraagd kan jij ook niet meteen een handbike leveren. Toen zei hij ja we zijn wel ergens mee bezig maar zijn nog een beetje aan het proberen. En dat moet je dus echt nooit doen. Was echt heel veel mis met die fiets. Ik heb er op een begeven moment nog een brief over geschreven aan de leverancier en toen heb ik ook weer een andere gekregen dus dat is wel netjes van ze. Ohja over het aankoppelen, hij zit aan beide kanten vast en het kost me echt geen enkele moeite. Ik doe het in 5 seconde ongeveer en hij zit op vier punten vast. Veel mensen willen deze fiets niet hebben, omdat ze dan in je frame moeten boren. Mijn scherm is nooit gebroken en ik heb ook mensen gesproken bij TNS en die zeggen ook dat als de rolstoel stuk gaat betalen zij een nieuwe. Hij vertelde mij dat het nog nooit is gebeurd op één keer na. Toen hebben ze heel lang gekeken en wist dit kwam niet door de fiets, maar ze hebben alsnog die rolstoel vergoed. Dat is wat ze mij verteld hebben.

Deze geeft wel een veilig gevoel, omdat u aangaf dat de vorige fiets die met op twee punten aan het frame zat niet stabiel voelde. Deze wel?

Het is aangemeten en dat hebben ze echt heel goed gedaan. Ben er echt heel blij mee. Die vorige, dat heb ik ook tegen ze gezegd, zou prima zijn voor een revalidatiecentrum, omdat hij op elke stoel past. Dat maak je normaal niet mee natuurlijk. Daar is hij echt wel ideaal voor, maar niet als je hem elke dag wilt gebruiken. Je moest hem steeds weer goed instellen en hij sloot niet goed aan. Zat heel veel beweging in die je niet wilt hebben dan. Heel veel mensen hebben ROAM en Tracker.

Interview 2

Welke handbike gebruikt u en hoelang gebruikt u die al?

Ik heb destijds voor een Attitude als aankoppelbike gekozen, omdat mij dat het leven in een rolstoel makkelijker zou maken. Ik gebruik hem vanaf 2017.

Is dat de enige aankoppelbike die u heeft geprobeerd of heeft u verschillende geprobeerd?

Ik heb meerder geprobeerd en eigenlijk waar het grootste probleem in zit voor de aankoppelfietsen is dat het afhankelijk is van je aandoening, wat nu heel veel wordt gedaan is de aankoppeling onder je kont maar als je niet met je benen weg kunt gaat dat niet passen. Medipoint heeft wat afspraken lopen met Frontline, dat is hier in de regio een lokale bouwer. Ik heb wel wat uitgeprobeerd, maar de lichamelijke klachten die zouden ontstaan door een koude stang heel dicht bij mijn benen te hebben was voor mij gewoon een no go. Het is geen aankoppelbike maar ik heb bijvoorbeeld de Shark uitgeprobeerd ik heb nu een Prashberger Come cc, dat is een off road handbike, maar dat is weer een vast frame handbike. Daar kun je gewoon dwars mee door het bos fietsen, ik heb dus echt een sport fiets en ik heb een fiets voor dagelijks gebruik.

U zegt ik heb gekozen voor een Attitude. Had u daar nog veel inspraak op en had u zich daarop ingelezen? Hoe bent u daarop gekomen?

Ik ben op een begeven moment naar de supportbeurs geweest in Utrecht en daar kun je eigenlijk bijna alles uitproberen wat je wil. Dan is het een kwestie van in conclaaf gaan met de geldschieter. Dat was in dit geval de gemeente Zutphen en de gemeente Zutphen deed in het begin heel moeilijk, omdat ze die dingen niet kennen. Dat was eigenlijk mijn grootste uitdaging. Het liefst had ik nu gewoon de aankoppelfiets willen hebben van TNS, omdat ik ook een rolstoel heb van TNS. Medipoint ging daar niet mee akkoord en dan is het een kwestie van contracten die veranderd zijn. Ik heb nu om de twee weken Medipoint hier staan om de boel weer afstellen en recht te zetten. Ik kijk er langzamerhand naar van: hmm wordt tijd dat hij ingeleverd wordt.

Waarom heeft u gekozen om een handbike te nemen en hoe bent u erbij gekomen? U geeft aan dat het in Zutphen nog niet bekend was, bent u er dan zelf bij gekomen?

Je kunt kiezen tussen of een vervoer met een WMO taxi. Daar zijn de spelregels zo dat als je om twee uur opgehaald wilt worden je tussen kwart voor twee en kwart over twee opgehaald kan worden. Dat ze daar speelruimte voor nodig hebben begrijp ik heel goed, maar ik heb een heel actief leven en als ik op iedere afspraak tussen de afspraken in gewoon een uur extra moet gaan plannen ga ik het niet redden. Dan is het op een begeven moment de keuze maken om jezelf van a naar b te vervoeren. Was voor mij eigenlijk het makkelijkst om te doen. Ik moest op een begeven moment zeggen dat als ik geen aankoppelfiets zou krijgen ik mijn werk niet meer kan doen. Dan zou ik niet meer alles kunnen doen wat er nog uit mijn leven te halen is. Ik denk dat het makkelijke verplaatsen van de ene naar de andere kant, het geeft je een enorm gevoel van vrijheid. Hetzelfde dat jij in je woonplaats met de bus van de ene naar de andere kant wil of je pakt de fiets.

Werd u nog goed geïnformeerd bij het aanschaffen? U geeft aan dat u zelf al naar een beurs bent geweest, maar wordt er verder nog uitleg gegeven of extra informatie?

Ik ben gewoon heel pragmatisch, ik ben op een begeven moment gewoon gaan kijken van jongens wat kan zo'n ding betekenen. Ik heb toen gezegd van dit wil ik. Ze leggen wel uit hoe je het moet aankoppelen, maar verder. De fabrikant levert hem aan een tussenhandelaar op, of Medipoint of

Welzorg, noem ze maar op die er zijn in Nederland en die horen uitleg te geven. De klantadviseurs bij deze bedrijven ja die slaan vind ik vaak de plank mis, omdat als je niet mag sleutelen zelf hoe moet je dan onderhoud doen. Als jij, heel plat gezegd, veel fietst heb je veel slijtage. Slijtage kun je voorkomen door je spul goed te onderhouden en schoon te houden. Als je niet mag sleutelen en elke keer maar thuis moet zitten een halve dag of een dag. Ja dan kijk ik ernaar en denk ik van jongens dit werkt niet zo. Ze zeggen dan we komen eens in de zoveel tijd onderhouden naar afhankelijkheid van hoeveel je hem gebruikt. Ik kijk er gewoon naar van ik heb nu het nieuwe model Attitude en daar hebben ze nu al pak hem beet voor tienduizend euro aan moeten verbouwen om hem goed bruikbaar te houden voor mij. Dan denk ik jongens dat is gewoon zonde van het algemeen, want ga nou eens kijken wat doet de gebruiker ermee en wat wil de gebruiker in zijn leven nog doen. Ik denk dat daar eigenlijk een beetje de plank misgeslagen wordt.

Bedoelt u dan dat er niet echt rekening mee gehouden wordt of naar gevraagd wordt met het advies?

Ja ik denk dat daar nog heel veel in te winnen valt. Want als ik gewoon goed in mijn vel zit en fatsoenlijke hulpmiddelen heb, dan zal je mij ook niet aan de telefoon krijgen. Als je dat goed op elkaar afstemt kun je dat best denk ik heel veel bezuinigen in de gezondheid zorg. Want als mensen namelijk gewoon gefrustreerd raken worden ze depressief, krijg je depressieve mensen ja wat dan. Het fietsen, het buiten zijn ik denk dat dat voor iedereen gezond is.

Wat zijn eigenschappen aan uw handbike die doorslaggevend zijn als u bijvoorbeeld een nieuwe zou moeten? Wat zijn dingen waar u dan op zou letten en wat moet de handbike echt hebben?

Wat de handbike goed moet hebben is een fatsoenlijk stuk remklauwen, omdat je namelijk een driewieler wilt gaan stoppen met één wiel. Als je een beetje doorrijdt kan dat wel een uitdaging zijn, je gaat gewoon glijden. Een goede handbike moet de juiste tandwiel verhouding hebben, fatsoenlijke kettingen die eigenlijk praktisch geen onderhoud nodig hebben, want daardoor hou je al je tandwielen en al je andere zooi fatsoenlijk. Voor de één moet er elektrische ondersteuning onder zitten en voor de andere moet het gewoon makkelijk en goed bruikbaar zijn. Ik denk dat het gewicht op het voorwiel goed af te stellen moet zijn met degene die erachter hangt met zijn rolstoel en dat heeft met gewicht te maken. Als je een ondersteunde handbike hebt heb je altijd het gewicht in je voorwiel zitten van de motor, maar dan moet het nog kloppend zijn. Een handbike moet efficiënt zijn en moet eigenlijk gewoon een geïntegreerd slot hebben dat je hem gewoon neer kan zetten en niet met een ketting om een paal heen moet. Dat soort dingen.

Wat zijn dingen aan uw eigen handbike die u prettig vindt? Dingen die goed werken en waar u blij mee bent.

Ik heb mijn handbike erg om gesleuteld ik heb er bijvoorbeeld andere remmen op laten zetten, omdat ik ja ik fiets door. Je fietst gewoon snel wat vlotter. Ik heb nu de Attitude de nieuwste uitvoering en die is gewoon niet geschikt voor mijn leven, omdat daar gewoon nu al zo veel aan verbouwd is. Bij mijn pedalen hebben ze er een knikstelsel in gebouwd die verstelbaar is zodat het voor meer mensen te gebruiken is. Als je te veel kracht in je lichaam hebt, in je armen, dan blijven de pedalen niet op hoogte ze blijven op en neer bewegen. Dan denk ik van ja voor veel mensen zou hij heel geschikt zijn, maar ik kom er wel achter dat het voor mij niet de oplossing is. Voor mij is eigenlijk één buis naar beneden, vast staal, dat is voor mij eigenlijk het meest handig.

Dus als u zou moeten zeggen waar u nog tegen aan loopt is dat, dat het niet helemaal op u afgestemd is en eigenlijk niet voor u gemaakt is?

Ja ik denk dat dat het belangrijkste is. Dat is wel lastig want er zijn wel wat maatwerk fabrieken, maar dat kost geld. Het moet in het voor traject goedkoop zijn en adequaat want zo zijn de spelregels bij alle gemeentes. Uiteindelijk hoeft dat niet passend te zijn en dat moet je dan zelf gaan aantonen en dan denk ik ja jongens hoe dan. In de praktijk betekend dat nu één keer in de week Medipoint op de stoep voor de fiets. Ik kijk er dan naar dat ik denk jongens dit past niet in mijn leven. Ik laat ze dus ook naar locatie komen en dan kunnen ze daar sleutelen en dan kijken we wel weer verder.

U heeft dan het gevoel dat, dat al in het voortraject voorkomen zou kunnen worden? Dat als er een beter advies gesteld zou worden of beter geluisterd wordt naar wat er nodig is dat dit voorkomen zou kunnen worden?

Nou ja door beter te luisteren, echt te luisteren en vanaf 2017 heb ik nu handbike 4 en allemaal Attitudes. Ja ze luisteren niet, ze horen niet wat er gezegd wordt. Want uiteindelijk moeten alle toeleveringsbedrijven ook geld blijven verdienen. Ik denk gewoon dat als je ziet dat iemand gewoon die dingen als handbikes gewoon snel en veel gebruikt worden, dus meer slijtage hebben dan moet er gewoon als gemeente en toeleveringsbedrijf gewoon goed gekeken en uitgevraagd worden. Dat gebeurt dus niet, omdat veel toeleveranciers extra afspraken hebben met bedrijven en dan extra korting krijgen dus extra geld daarin verdienen. Een Attitude is bijvoorbeeld weer van Quickie en die is weer van Sunrise Medical en die hebben weer massieve afspraken met Medipoint. Als Medipoint dan tienduizend artikelen op jaarbasis bij hen afneemt hebben ze weer een bonuskorting. Ja zo werkt het gewoon.

Interview 3

Welke handbike gebruikt u en hoelang gebruikt u die al?

Ik heb nu een handbike van Roam uit Hedel, hij is deels elektrisch ondersteund. Die heb ik nu vanaf 2 december 2021.

Wat had u daarvoor?

Bij het revalidatiecentrum gebruikte ik een handbike, maar welke dat geweest is zou ik echt niet meer weten. Het was er echt één van voor de oorlog, heel oud.

Waarom heeft u gekozen om een handbike te gaan gebruiken en hoe bent u erbij gekomen om er één te gaan gebruiken?

Ik zit ondertussen in een rolstoel door de Covid. Op het revalidatiecentrum waren ze heel erg van ga maar een scootmobiel gebruiken, maar daar vond ik mezelf nog net iets te jong voor. Toen ben ik gaan kijken wat zijn de alternatieven voor als je in een rolstoel zit om jezelf toch zelfstandig te kunnen voortbewegen. Toen vond ik dat er een handbike bestond en toen ging er een hele wereld open.

Heeft u verschillende kunnen proberen of werd deze gewoon geadviseerd? Heeft u zich daar zelf nog over ingelezen?

Ik wist zelf al eigenlijk heel erg goed wat ik wilde, omdat ik me er gewoon in verdiept heb. Dan is de vraag natuurlijk wat ze uit de WMO aangeven wat mag. Uiteindelijk konden die zich wel vinden in wat ik wilde en toen was alleen het punt met Medipoint, die krijgen dan de opdracht weer vanuit de WMO en die hebben dan toch wel weer andere ideeën over wat kan. Uiteindelijk heb ik nu wel de handbike waarvan ik denk, daar kan ik mee vooruit.

Hoe vond u dat u geïnformeerd werd bij het aanschaffen, dan wel door Medipoint dan wel door het internet?

Door Roam ben ik echt heel erg goed geïnformeerd. Die zijn ook thuis geweest samen met Medipoint om te kijken wat zijn de mogelijkheden en wat hun het meest passend vonden. Op het moment van overdracht, dat ik de handbike kreeg ben ik een ochtend in Hedel geweest en hebben ze alles aan de rolstoel veranderd zodat de handbike er goed op kon en kregen we gewoon alle informatie die we nodig hadden.

Wat zijn eigenschappen aan uw handbike die belangrijk zijn of zelfs doorslaggevend voor de keuze voor de handbike? U geeft aan dat u zich had ingelezen wat waren dan belangrijke punten?

Het eerste waarom ik bij Roam wilde gaan is omdat die gewoon heel goed bekend staan, ook om hun serves maar ook om hun mogelijkheden. Die bouwen de handbike zelf op, dus die weten ook gewoon waar ze het over hebben. Wat ik verder belangrijk vond is dat hij deels elektrisch ondersteund is, zodat ik toch nog de mogelijkheid heb om nog te bewegen. Want als ik een volledig elektrische zou hebben hoef je niet meer te bewegen met je armen en dan blijf er helemaal weinig beweging over op een dag. Dat vond ik wel één van de dingen die ik belangrijk vond dat dat erop zit en dat de kabels gewoon niet in het zicht zitten. Bij heel veel handbikes heb je de kabels van je remmen en je versnellingen die lopen gewoon in je zicht en dan heb je gewoon een verminderd zicht en dat is gewoon heel erg irritant. De manier van aankoppel bij deze

handbike vind ik gewoon heel prettig en is makkelijk en gaat heel licht, dat heeft zeker de beslissing ook meegemaakt.

Wat zijn dingen die u prettig vindt in gebruik van uw eigen handbike de voordelen?

Ik vind hem gewoon heel prettig in gebruik, hij is makkelijk in gebruik. Alles zit gewoon dichtbij, hij is zo compact mogelijk gemaakt zodat je niet met een heel gevaarte aan komt zetten. Ik kan hem makkelijk aan en af koppelen. Ja ik ben gewoon heel blij met deze.

Zijn er ook nog dingen waar u tegenaan loopt, dingen die toch nog nadelig zijn?

Wat ik lastig vind met de handbike is dat zodra het een beetje glad is buiten, normaal fietsend kom je dan wel een klein bruggetje over, maar met de handbike lukt dat niet. Je krijgt niet voldoende grip, omdat het gewicht voornamelijk aan de achterkant ligt en het voorwiel moet het pakken. Je kan geen bruggetjes over op het moment dat het glad of nat is en ik woon in een gebied met heel veel bruggetjes, dus dat vind ik wel echt jammer.

Hoe was het hele proces van geen handbike of alleen nog die van het revalidatiecentrum gebruiken naar een eigen handbike? Hoe heeft u dat ervaren?

Het stukje zonder handbike voel je je eigen echt een soort aap opgesloten in een kooitje. Ik kan geen kant op. Met de rolstoel kan ik een heel klein stukje rollen, maar dan is het toch rondom huis met name. Nu met de handbike heb ik gewoon de eerste keer met tranen van geluk over mijn wangen van het weer naar buiten kunnen. Een stukje vrijheid, zelf je beslissing kunnen nemen ook het weer kunnen genieten van buiten. Toen was het van het vallen van de bladeren van de bomen waar je normaal helemaal niet blij van wordt maar het feit dat ik dat nu gewoon kon zien en ervaren na anderhalf jaar binnen zitten was echt gewoon geweldig. Dat gun ik eigenlijk echt iedereen in een rolstoel, dat je gewoon een handbike tot dat tot de mogelijkheden moet behoren. Niet dat je eerst langs allerlei zorginstanties langs moet om het voor elkaar te kunnen krijgen. Het duurt ook ontzettend lang, van het moment van aanvraag tot het moment dat ik hem had was vijf maanden zit daartussen. Dat vind ik echt gewoon te lang.

Interview 4

Welke handbike heeft u en hoelang heeft u die al?

Ik heb de Quickie Attitude en die heb ik nu tweeënhalve of drie jaar.

Hoe bent u erop gekomen om een handbike te gaan gebruiken?

Dat is allemaal via het revalidatiecentrum gegaan. Dat werd daar geïntroduceerd en uitgetest welke past, omdat ik niet elke handbike krijg aangekoppeld. Toen ik wist met welke ik aan de slag kon hebben we hem aangevraagd en kreeg ik hem geleverd via de WMO.

Dus u heeft eerst verschillende handbikes geprobeerd en bent toen op deze uitgekomen?

Ja want ik krijg in verband met mijn heupen niet elke handbike aangekoppeld en de Attitude klik je aan de zijkant in plaats van een staaf van onder.

Vond u dat u goed geïnformeerd werd over de verschillende soorten handbikes en dan daarbij bijvoorbeeld uitleg waarom de ene wel of niet goed voor u zou zijn?

Ik ben zelf ook los van het revalidatiecentrum naar Sunrise gegaan en daar heb ik ook het een en ander uitgetest. Vandaar uit de aanvraag gedaan voor de WMO.

U bent er zelf op uitgegaan om informatie te verzamelen?

Ja ik vind het ook wel je eigen verantwoordelijkheid. Niet dat je zomaar afwacht tot iemand jou wat aanbeveelt, want voor niet iedereen past een standaard. Eigen initiatief vind ik ook wel belangrijk daarin.

Wat zijn eigenschappen van uw handbike die van doorslaggevend belang zijn geweest voor de keuze voor uw handbike?

98% was het aankoppel mechanisme, want wat ik al zei ik kan niet de standaard ouderwetse kan ik niet gebruiken. Daarna wat kan er afgesteld worden en wat niet. Het aankoppelmechanisme was voor mij de allerbelangrijkste reden om het uit te proberen.

Hoe is voor u het onderhoud van de handbike? Is dat allemaal naar wens en makkelijk te onderhouden of ondervindt u daar nog veel problemen van?

Ik heb er geen moeite mee en ja het is hetzelfde als een fiets, die hou je ook zelf bij. Als er echt iets is dan bel ik Medipoint wel.

Waar gebruikt u de handbike vooral voor?

Om te gaan fietsen en ja eigenlijk alle factoren wel. Gewoon eropuit kunnen gaan, je boodschappen te kunnen doen, je beweging te kunnen hebben en gewoon lekker als je vrijetijd hebt e het is lekker weer er gewoon even op uit te gaan.

Wat vindt u prettig in het gebruik aan de handbike die u nu heeft?

Ik kan gaan wanneer ik wil en echt dat stukje vrijheid wat je ook hebt als je met de fiets bent. Dan kan je ook iets verder dan als je gaat lopen.

Wat zijn nog dingen waar u tegenaan loopt bij het gebruik van de handbike?

Ik zou willen dat er grotere fietstassen op konden. Ik heb er fietstassen op laten maken, maar die zijn klein want het is maar een klein framepje. Als je een grote fiets hebt heb je grote fietstassen, want je hebt een groot frame. Dus dat is nu gewoon iets vaker op en neer fietsen maar ja. Verder heb ik er geen opmerkingen aan.

Het proces van de handbike krijgen, hoe heeft u dat ervaren? Van het moment dat u wist ik wil zelf een handbike tot u hem ook daadwerkelijk had.

Ja dat is ook allemaal via het revalidatiecentrum gegaan. De aanvraag is door hun onderbouwd en aangezien ik ook zelf al op papier had welke ik nodig had of welke ik wilde was dat zo geregeld. Alles is dus wel goed gegaan, maar mede doordat je gewoon een goede argumentatie van je ergotherapeut hebt en de revalidatiearts die het kon onderbouwen. Binnen vijf minuten is dan alles goedgekeurd en dan is het wachten oer snel Medipoint is. Dat is wel een ander verhaal.

Heeft u verder nog dingen die u over de handbike kwijt zou willen?

Ik zou willen dat onze voorzieningen gewoon wat goedkoper zijn. Dat overal waar een rolstoel factuur voor staat goedkoper is. Dat je niet altijd afhankelijk bent van een WMO, maar dat je ook gewoon zelf dingen kan aanschaffen. Kijk een fiets koop je ook zelf, maar je kan geen fiets kopen van achtduizend euro. Als ik van de handbike de factuur tussendoor zie en ik zie dat dat ding achtduizend euro kost dan vraag ik me af waarom. Want ik denk dat als we dingen gewoon goedkoper maken dat mensen ook geneigd zijn om het zelf te kopen en dat we gewoon ook een stukje zorg in Nederland weer goedkoper kunnen krijgen. Sommige kopen het via het pgb is het nog duur maar dan heb je hier en daar nog wat op marktplaats staan. Gewone bedrijven, ik denk dat als die eer toegankelijk voor rollers zouden worden dat ze ook meer zouden verkopen. Maar het wordt gewoon hooggehouden en dat geldt niet alleen voor een handbike, maar ook voor een rolstoel of andere voorzieningen.

Interview 5

Welke handbike gebruikt u en hoelang heeft u die al?

Ik fiets in totaal nu ruim 10 jaar. Ik heb heel lang gedaan over het accepteren van mijn handicap en op een gegeven moment vond ik echt dat handbiken en dacht ik nou dat kan het wel eens zijn. Dat was ook wel waar en toen heb ik in eerste instantie een Speedy aangeschaft in eigen beheer zeg maar. Ik wilde dat ook zonder ondersteuning gaan doen, maar om samen met mijn man te gaan fietsen was de actieradius te kort. Toen hebben we hem laten ondersteunen in Amsterdam, ook onder eigen beheer. Daar heb ik ongeveer 8 jaar mee gefietst en toen was die helemaal in elkaar geklapt dat was gebroken. Toen heb ik via de WMO een handbike aangevraagd en wij fietsen heel erg veel, ongeveer tussen de 3500 en 4000 kilometer, dus ik denk wel dat dat veel is. We fietsen ook wel veel in het bos en natuur, dus ook heel veel ongelijke paden. Via de WMO heb ik een Quickie Attitude gekregen in plaats van een Roam, omdat een Attitude gewoon steviger is. Wij hebben verder geen problemen met het vervoeren daarvan, want we hebben een bus. Daar rijden we hem zo in, dus gewicht is niet zo heel erg bezwaarlijk voor ons. Ik heb er ook een 7 kilo extra, ja wat is het, het is geen batterij, onder gekregen. Dat is om het slippen bij bijvoorbeeld een stoplicht tegen te gaan. Ik had toen bij mijn oude Speedy ook echt de accu's voorop het wiel gemonteerd, om de zwaartekracht daar te krijgen. Ik ben wel sterk in mijn armen dus ik slip nu nog steeds hoor dus dat moet je gedoseerd nou ja wegtrekken, laat ik het zo zeggen. Nou dat een beetje het verhaal.

Hoe bent u op de handbike gekomen? Hoe heeft u ervoor gekozen en bent u erachter gekomen dat het überhaupt bestond? Bent u daar zelf bij gekomen of is dat via bepaalde kanalen gegaan?

Ik heb mijn beperking sinds 1995, dus dat is al bijna 30 jaar. Ik loop nog wel een klein beetje hoor, dat wel, maar ik kan niet meer fietsen en niet meer op- en afstappen. In het gebruik was een driewiel fiets niet handig. Ik wil heel graag ook mijn rolstoel in een vergadering. Ik zit in de participatieraad en voorheen de WMO-raad. Ik heb best wel regelmatig overleggen en ik wil gewoon in mijn eigen stoel blijven zitten. Ik kan ook gewoon niet in andere stoelen zitten. Ik heb het eerst geprobeerd met een scootmobiel, maar ja dat was het ook niet. Op een gegeven moment kwam ik via het revalidatiecentrum in wijk aan zee kwam ik achter een handbike. Toen eerst uit proberen en daarna ben ik via Uniek Sporten actiever geworden en ook vanwege het zitten in die overleggen en het proberen om in deze regio het aan gepast sporten veel bekender te maken en ja te updaten of hoe noem je dat, inclusief te maken. Toen is dit een beetje het geworden. En ja ik heb voorheen altijd gevolleybald, maar ja dat ging sowieso niet meer. Je zoekt gewoon iets waar je je ei in kwijt kan.

U gaf aan dat u eerst zelf een handbike heeft aangeschaft. Hoezo heeft u daarvoor gekozen of heeft u er verder geen uitleg over gehad?

Nee ik heb er geen ondersteuning in gehad. Het was gewoon een uitprobeersel. Ik heb toen wel een sportrolstoel gekregen via de gemeente. Dat was nog heel wat gesprek voor nodig hoor, omdat je wel een rolstoel wilde hebben en geen fiets zeg maar. Ze zijn ook best wel lastig af en toe. Nou spreek ik ook van 12 jaar 13 jaar gelden hoor. Toen was sport ook nog niet zo heel erg in de mood en vooral recreatiesport. Ik doe geen wedstrijden ofzo, ja ik fiets wel fietsvierdaagse, maar dat is niet op een wedstrijd. Je moest om een sportrolstoel of een handbike te krijgen moet je lid zijn van een sportvereniging. Daar heb ik helemaal geen zin in. Ik ben nu dan 70, dus toen was ik nou ja achter in de 50 begin 60. Dan ga je niet meer op een handbike sport, tenminste ik niet. Ja dus dat was wel een discussie punt ook bij de gemeente, maar ik kende wel veel ambtenaren omdat ik ook wel in die WMO daar zat en dan nu participatieraad. Aan de andere kant wilde ik dat ook niet als ezelsbruggetje gebruiken, het moet voor iedereen goed te behappen zijn en niet dat

als je ergens een beetje als vrijwilliger werkt. Dat was ook een beetje mijn instelling wel. Dus dat heeft wel veel hobbels genomen, maar nu in Beverwijk zie je best wel veel handbikes rijden hoor. Dus het is wel het begin geweest van iets.

Dus het moest toen nog een beetje opkomen? Het was nog nieuw?

Ja het is ook nieuw. Ze zetten het nu ook in als vervoerssysteem naast de scootmobiel dan. Dus je hebt gewoon meer keus en ja best wel veel, nou ja ik wil niet zeggen jongeren, maar ook wel 50 plus die kiezen nog voor een handbike. Hier in de regio wel.

Wat zijn voor u eigenschappen van uw handbike die doorslaggevend geweest zijn in de keuze voor een handbike? Welke eigenschappen maken de handbike fijn en goed?

Ja je kent de Attitude? Hij is best log en hij is best zwaar, maar hij is ook heel sterk. Bij mijn andere handbike, de Speedy, die is op een gegeven moment wel gebroken. Nou is dat ook door ouderdom, maar dat zie ik bij deze gewoon niet gebeuren hij is gewoon veel te sterk daarvoor. Bij die andere had ik ook dat ik regelmatig naar de fietsenmaker moest om de versnellingen weer af te stellen. Het was allemaal zo kwetsbaar en dat is bij deze gewoon allemaal veel sterker. Wat moet ik er nog meer van zeggen? Ja ik fiets gewoon heel veel en alles doe ik ermee, omdat hij ja wat robuuster is. Ik ben zelf ook niet licht, ik zit rond de 90 kilo. Ja dat maakt het ook wel dat ik iets sterks wil hebben. Dat is eigenlijk mijn keuze.

Wat zijn nog dingen waar u tegenaan loopt bij het gebruik van de handbike? Wat nog misschien nog beter zou kunnen?

Beter zou ik niet zeggen, maar wel qua reparaties van ja er zijn gewoon op dit moment, dat hoor ik dan steeds van Welzorg, problemen met leveringen van onderdelen. Omdat ik hem overal voor gebruik, ik fiets ook echt elke dag, kun je hem gewoon niet missen. Dat ligt hoofdzakelijk in de reparatie dingen. Ik zit in een soort klankbordgroep voor de hulpmiddelen in deze regio, dus ik regelmatig ook overleg met de manager uit Amsterdam met de groep. Er zijn gewoon leveringsproblemen. Nu staat er, een nieuwe accu moet er weer op en ja ik ben benieuwd hoelang dat gaat duren. Hij fietst nog wel hoor dat wel. Ik heb het nu ook echt wel op tijd ook aangevraagd. Gemiddeld fiets ik, ja nu niet, maar in de zomer fiets ik toch wel 50-60 kilometer per dag, dat gaat hij nu niet meer halen. Dus ik hoop echt wel dat ik hem voor maart heb zeg maar, die accu. Als je een andere reparatie aanvraagt, gelukkig is het niet zo erg nodig hij is nu 2,5 jaar oud, zo'n computertje ik heb er inmiddels al drie versleten, dat moet dan weer besteld worden. Ik zeg ook vaak tegen Welzorg, heb nou 1 of 2 van die dingen op voorraad. Er rijden zoveel Attitudes rond, ja dat hoort toch geen probleem te zijn. Wat ik nu terug hoor is dat er landelijk nu wel een kleine voorraad geschept gaat worden, maar ja nog blijft de levering gewoon heel erg slecht. Maar dat is ook bij Medipoint of andere hoor. Ik zit op facebook ook in een aantal groepen bijvoorbeeld rollers en daar gaan vraag en antwoorden ook vaak in de ronde dus dan heb je een beeld van wat gebeurt er in heel Nederland. Ja dat is een landelijk probleem en ik hoop dat het ergens weer een keer beter gaat lopen, dus ja.

Dus u heeft dan vooral dat aan de levering en reparatie gedeelte dingen misgaan, maar aan de handbike zelf eigenlijk niet?

Ja wat ik nu aan reparaties daarvoor aanvraag is gewoon onderhoud, dat het versleten is, dat het op is door de kilometers. Verder niet dat het breekt of ik heb ook nog maar 1 keer een lekke band gehad. Toen stond ik op een camping en ja ze moesten best een heel eind omrijden, de onderhoudsdienst, maar ze zijn toch gekomen binnen een paar uur. Daar ben ik dan alleen maar heel erg blij mee.

Gebruikt u dan vooral de handbike om fit te blijven en niet per se als vervoersmiddel?

Nou ik doe er alles mee. Als ik boodschappen ga doen dan heb ik twee fietstassen aan de voorkant, maar ja dan moet je toch met je boodschappen uit de winkel komen dus dat is nog een beetje lastig. Maar ik vul dan alleen mijn rugzak met de boodschappen. Ja ik ga naar verschillende winkels. Als wij naar Ikea willen ofzo dan gaan we niet met de auto maar pakken we de fiets. Dat is dan in Haarlem, een beetje 15 kilometer heen en 15 terug. Ja we zijn gepensioneerd dus je zoekt ook een beetje een dag invulling. Ik doe het ook om te sporten, ik zeg al ik ben niet één van de lichtste. Als het droog is maken we elke middag een ritje van een uur anderhalf uur door de duinen heen. Ja als het heel erg zonnig is pakken we de polder, dat gebeurt elke dag. S 'Morgens of we wandelen een klein stukje of we pakken even goed de fiets om boodschappen te doen en dan s 'middags ja toch ook fietsen, laat ik het zo zeggen. Verder dan naar mijn vergaderingen toe en al zitten ze in Haarlem dat maakt mij niet uit ik fiets er even goed heen. Ja daar gebruik ik hem voor. Het is en vervoer en om in conditie te blijven. Ik doe ook aan fitness, omdat je niet alles kan oplossen met handbiken, ja dat is het totale beeld een beetje.

Heeft u verder nog dingen die u erover kwijt wil?

Ja ik ben heel blij dat het uitprobeersysteem bestaat bij Uniek sporten. Dan kunnen mensen die net uit hun revalidatie komen of zoekende zijn daar gewoon ook uitproberen en hoeft je niet meteen aan te schaffen. Mijn man heeft dan altijd een baan gehad dus wij hadden het financieel, nou ja niet breed maar ook niet zo dat als er iemand uitvalt die geen partner heeft of die echt financieel wat krap zit. Dan kun je dat evengoed uitproberen. Ik vind dat echt wel een heel goed systeem. Dat uitleen systeem gaat hoofdzakelijk via Welzorg, maar dan moet er wel eentje zijn. Ze hebben ook vast frame handbikes. Ik vind zelf de aankoppelhandbike fijner omdat ik in vergaderingen bijvoorbeeld ook gewoon mijn rolstoel wil hebben en hij niet alleen is voor de sport.

Interview 6

Welke handbike gebruikt u en hoelang heeft u die al?

Ik gebruik een Frontline handbike en die heb ik sinds juni 2019, dus drie en een half jaar.

Heeft u daarvoor nog andere gehad?

Nee, ik zit pas sinds januari 2019 in een rolstoel. De handbike die heb ik direct gekregen toen ik vanuit het revalidatiecentrum thuiskwam.

Hoe bent u dan bij de handbike gekomen? Is dat via het revalidatiecentrum gegaan of hoe is dat gekomen?

Ik heb in het revalidatiecentrum kunnen testen want dat was onderdeel van de revalidatie dat je ook met de handbike opstap ging. Daar heb ik heb ik er twee kunnen testen. De Quickie Attitude en de Frontline en op basis daarvan heb ik heel bewust voor de Frontline gekozen.

Heeft u daar dan zelf nog onderzoek gedaan naar verschillende type handbikes en wat er dan wel en niet fijn is? Hoe heeft u dat aangepakt?

Wat ik nog gedaan heb in de tijd dat ik in het revalidatiecentrum was is een proefrit gemaakt bij Roam in Hedel. Omdat ze die in het revalidatiecentrum niet hadden en die werd toch wel aangegeven als een mogelijkheid. Op basis daarvan heb ik daar een proefrit gemaakt, maar die viel voor mij af. Ik heb heel bewust gekozen voor een handbike met een krachtondersteunenedesensor. De Quickie Attitude en de Roam hebben allebei een rotatie ondersteunde sensor waarbij je dus in stand 1 standaard naar een vaste snelheid gaat, in stand 2 standaard naar een vaste grotere snelheid en dat maakt dan niet uit hoe hard je trapt. Je kunt eigenlijk de trappers heel kalmpjes ronddraaien en dan doet hij het nog. Een van de nadelen die ik heel erg merkte in het revalidatiecentrum was dat als je zeker als je ondersteuning wat hoger stond en je begint met fietsen dan wil die ja echt heel hard uit de startblokken gaan, dus dan vlieg je vooruit in 1 keer. Dat vond ik heel erg onprettig.

Vond u dat u goed geïnformeerd werd over het gebruik van een handbike bij het aanschaffen of überhaupt over de handbike en de mogelijkheden?

Nee ja daar krijg je niet heel veel informatie over. Ik zeg al ik heb al het voordeel gehad dat ik twee verschillende heb kunnen proberen en dan die derde gewoon nog op eigen initiatief geprobeerd. Maar daar moet je het meedoen. Dat is iets wat een tekortkoming is, een goede plek om daar informatie over te winnen.

Wat zijn eigenschappen aan uw handbike die belangrijk of zelfs doorslaggevend zouden zijn als u een nieuwe zou moeten? Dingen die uw handbike echt moet hebben?

Ja voor mij dus in ieder geval zo'n krachtondersteunenedesensor en mijn handbike heeft een versnellingsnaaf en geen derailleur en daarvan moet ik zeggen dat vind ik ook heel prettig. Als je plotseling moet remmen dat je in stilstand kunt terugschakelen naar een lagere versnelling om alsnog weg te kunnen rijden. Daarvan kun je deels zeggen ja je ketting is dan beter beschermt, maar dat is niet helemaal waar want mijn ketting ligt ook voor een deel open. Bij een normale fiets heb je dan nog wel dat als je een elektrische fiets koopt met een versnellingsstaf dan heb je ook een kettingkast, dan is je ketting wat beter beschermt tegen vuil. Dat gaat voor de handbike niet helemaal op. Maar dat zijn wezenlijke dingen die ik denk ik wel belangrijk of wel prettig vindt.

Zijn er daarnaast dingen die het fijn maken zoals het aankoppelen of een actieradius?

De aankoppeling die werkt in principe goed, is onder de stoel gebouwd. De Quickie Attitude weet ik van die koppel je aan op het frame, daarvoor in mijn herinnering moet je wat verder vooroverbuigen wat op zich wat onhandiger is maar daar heb ik niet echt heel veel ervaring mee hoe het aankoppelen gaat. Het aankoppelen van Roam ken ik en dat werkt heel erg goed. Misschien nog wel wat makkelijker dan met mijn huidige handbike. Actieradius is een heel belangrijk punt. Dat is bij de Frontline ook heel erg goed. Ik gebruik normaal gesproken ondersteuningsstand 2 of 3 en dan zit ik boven de 100 km actieradius en ik heb dus uit signalen van andere mensen begrepen dat, en dat is dan met die rotatie ondersteunende sensor, dat ze zitten op 30 tot maximaal 50 km. Nou heb ik, we hebben al wat ritten gemaakt van tegen de 50 km, dus dan zou je met zo'n actieradius wel in de problemen kunnen komen. Die 100 ga ik dan echt niet halen. Zeker voorlopig niet, want daar heb ik toch niet de mogelijkheid voor om zo'n lange rit te maken. Maar het is in ieder geval wel prettig, want ik heb nu dan altijd ruim over en als ik dan wat hogere ondersteuning zou gaan dan gebruik ik natuurlijk wat meer. Maar zelfs dan va uitgaande dat ik dan een aardig eind zou moeten komen.

Zijn er ook nog dingen waar u tegen aanloopt? Dingen die nog niet helemaal goed werken of die niet prettig zijn?

Wat niet prettig is, wat een beetje ongemakkelijk is, is dat ik voor het schakelen het veranderen van de ondersteuning dat je in ieder geval altijd een hand moet loslaten. Dus eigenlijk ook op dat moment niet kunnen doortrappen. Voor het veranderen van de ondersteuning maakt dat over het algemeen niet zoveel uit, Voor het schakelen heb ik nog wel eens gehad dat als je tegen een helling op gaat dat dat ook lastig gaat zijn als je te laat merkt dat de helling nog steiler is en je eigenlijk terug zou willen schakelen. Dat kan heel moeilijk want ja als ik dan moet schakelen en even niet trappen dan vallen die trappers heel snel dus dat is wel onhandig. Van de andere kant moet ik ook zeggen dat als je dat aan je handels, aan je trappers zou hebben dan komen er ook wel weer kabels die mogelijk ook weer onhandig zijn. Ik heb nu een spiegel gemonteerd en als ik kabels aan mijn trappers zou hebben zou die spiegel op die plek weer niet kunnen zitten want dan loopt die kabel elke keer weer vervelend. Dus dat ja het is ook een kwestie van keuzes maken en in elk geval wat beter vooruitkijken. Wat sowieso, maar dat geldt eigenlijk voor alle handbikes, wat onhandig is, is dat eigenlijk te weinig druk op het voorwiel staat en dat je dus erg makkelijk een slippend voorwiel krijgt. Ofwel als de helling steil is of met weggrijden maar ook met remmen. Dus als je redelijk hard gaat dan moet je toch wel op tijd zijn met remmen want de rem doet het hartstikke goed maar dan slipt het voorwiel er gewoon door.

Hoe vond u het proces gaan van het moment van aanvragen tot u hem ook echt had?

Dat ging eigenlijk redelijk goed. Ik heb de voorzieningen van Medipoint via de WMO. Ik heb wel bij Medipoint moeten debatteren en knokken om de Frontline handbike aan te mogen schaffen. Voor hen zijn eigenlijk de standaard de Roam en de Quickie Attitude de handbikes waar ze op uitkomen. Alleen inderdaad op basis van die argumentatie vanwege de krachtsensor heb ik ze weten te overtuigen dat ik toch de Frontline kon aanschaffen. Daarna ging het heel gemakkelijk. Ik heb hem op dat moment ook zelf opgehaald bij de leverancier waar hij op de stoel gemonteerd is. Dat was heel snel, zij konden heel snel leveren. Toen heb ik hem ook binnen een week of 2 had ik hem in huis.

Hoe vindt u het onderhoud zelf, als u hem nu gebruikt?

Dat is dan ook nog een aardige, het is een prachtig systeem. Na 4000 kilometer meldt die dat er onderhoud gepleegd moet worden, dat is toevallig van de zomer toen kwam ik aan de 4000 km.

Vorige week is er een monteur van Medipoint geweest om dan onderhoud te plegen. Waarbij zij ook aangaven dat ik dat ook bij de leverancier mocht laten doen. Alleen dat is een nadeel dat zit op 120 kilometer ofzo van mij af. Dus dat vond ik wel wat, ik had het van de ene kant graag gedaan, maar dat vond ik toch wel wat te ver om daar naartoe te gaan. Heel in het begin heb ik even wat gehad met de afstelling van de versnelling. Dat heb ik telefonisch met de leverancier op kunnen lossen, gewoon gebeld hoe ik de versnelling afstel en dat hebben we samen kunnen regelen. Verder heb ik eigenlijk nog helemaal niets aan de handbike gehad.

Heeft u verder zelf nog dingen die u kwijt wil hierover?

Bij de groep rollers komt vaak de vraag naar voren van mensen die zeggen ik ben opzoek naar een handbike en wat kan me aanbevolen worden. Dan krijg je van iedereen, bijna iedereen, hele positieve reacties op de handbike die ze hebben. Maar die zijn nooit helemaal gericht op wat iemand zoekt. Mensen zijn tevreden en posten dat, maar wat nou precies ze tevreden maakt dat komt er eigenlijk niet uit. Op basis daarvan liep ik al met het idee van je zou eigenlijk een overzicht moeten maken van de verschillende handbikes die er zijn. Zodat mensen ergens gewoon kunnen terugvinden welke keuzemogelijkheden heb ik nou en wat zijn de verschillen met voor- en nadelen. Ik had toevallig die vraag bij uniek sporten neergelecht omdat je bij uniek sporten apparaten kunt lenen. Bij uniek sporten heb ik toen het antwoord teruggekregen dat lenen van materiaal doen ze via Welzorg en ik kon daar eventueel als ik daar verder over wilde gaan met Welzorg contact over opnemen om daar meer over te spreken. Eigenlijk zou je voor een compleet beeld ook nog moeten weten wat de beperkingen van de mensen zijn, want dat is ook voor het gemak van aankoppelen erg van belang. Ik heb een verlamming vanaf de navel, dus mijn bovenlichaam kan ik redelijk wat mee. Maar mensen die met een neklaesie zitten ofzo die hebben dan ook weer moeite met de armen gebruiken en het aankoppelen is dan natuurlijk ook weer een heel ander punt. Dat zijn wel belangrijke dingen bij de keuze voor een handbike.

Interview 7

Welke handbike gebruikt u en hoelang heeft u die al?

Ik gebruik nu ongeveer sinds een jaartje de Frontline handbike. Deze omdat ik deze eindelijk zelfstandig kan aankoppelen. Ik heb hiervoor een handbike gehad waar dat niet bij lukte, dus dan had ik iemand nodig die het aankoppelen voor mij deed. Nu met deze handbike kan ik het wel en kan ik gewoon zelfstandig wegfietsen, dat ja daar ben ik heel blij mee.

Welke had u hiervoor?

De Speedy handbike. Je moet me niet vragen van welk merk, maar volgens mij is het een merk dat opgeheven wordt. Die handbike was al zo oud, die heb ik 15 jaar gehad ofzo.

Waarom heeft u gekozen om een handbike te gaan gebruiken en hoe bent u erop gekomen?

Nou ja ik ben 3 maanden te vroeg geboren en eigenlijk heb ik mijn hele leven ook handbikes gehad. Alleen ja het is gewoon een goed middel om te kunnen bewegen en om lekker te kunnen fietsen in de buitenlucht en om actief bezig te kunnen zijn. Daarom kies ik ook voor een handbike zeg maar.

Hoe bent u dan op de handbike gekomen? Bent u daar via iets opgekomen of heeft u daar zelf onderzoek naar gedaan?

Nou ja in eerste instantie vanuit de mytyschool waar ik op heb gezeten. Van mijn 15 jaar tot mijn 18^{de} jaar. Toen zei de ergotherapeut van misschien is dat wel wat en toen ben ik er ook eindelijk toen ik van school af ging heb ik die handbike die ik net zei gekregen. Maar ja die was vorig jaar toe aan vervanging. Toen ben ik eigenlijk terug naar het revalidatiecentrum gegaan omdat ik zei ik wil een handbike die ik zelfstandig aan en af kan koppelen en die niet zo zwaar is om voor te bewegen. Toen heb ik een revalidatiearts en de ergotherapeut daar verschillende handbikes uitgeprobeerd en daar is eigenlijk de Frontline als beste naar voren gekomen.

Heeft u een manuele of ondersteunde handbike?

Eentje met ondersteuning.

Kon u dan bij het revalidatiecentrum dan gewoon verschillende merken proberen?

Ja en als ik een merk bijvoorbeeld, nou ja ik ben nu 30 jaar dus je gaat van tevoren eerst googlen en kijken van wat is er op de markt en als er geen passend model was geweest voor mij dan hadden we verder gekeken.

Dus u heeft ook zelf nog onderzoek online gedaan?

Ja.

Vond u dat u goed geïnformeerd werd over het gebruik van de handbike?

Ja er zit een heel boekje bij en ze hebben ruim de tijd genomen om mij alles uit te leggen. Dus ja prima. Als ik even iets niet weet kan ik gewoon door een online formulier zeg maar een online pdf-bestand alles teruglezen. Stel er si iets waarvan ik denk he dat klopt niet dan hoef ik niet gelijk te bellen, maar kan ik ook weer eerst in het pdf-bestand kijken wat het dan is.

Hoe vindt u het onderhoud? Heeft u veel montage nodig en werken er vaak dingen niet of gaat dat allemaal wel goed?

Nee het gaat eigenlijk altijd wel goed. Ja ze hebben hem speciaal voor mij toen afgesteld. Daarna bleek toch dat er nog wat afgesteld moest worden 3 weken erna. Toen was ik teruggekomen en dat mocht ook vanuit de gemeente. De gemeente heb ik gebeld met de handbike fietst zo zwaar misschien staat er iets niet goed. Toen zijn ze nog een keer teruggekomen van het bedrijf en hebben ze opnieuw alles afgesteld. Nu is het helemaal prima.

Wat zijn dan voor u eigenschappen aan de handbike die belangrijk of zelfs doorslaggevend zijn voor de keuze van de handbike? Stel u zou een nieuwe moeten wat zijn dan dingen die echt doorslaggevend kunnen zijn om voor een handbike te kiezen?

Ja het geeft je vrijheid, maar ja voor iemand in mijn geval, ik heb overgewicht, en sporten valt dan niet mee omdat ik zo motorische handicaps heb. Met die handbike kan ik gewoon fietsen en ik ben dan wel actief bezig maar ook niet te moe, dus dat is ook weer fijn. Je kan gewoon bewegen en ja je bent in de buitenlucht. Het is ook handig als middel om bijvoorbeeld boodschappen te doen of ik noem maar even iets bij iemand op visite te gaan als het mooi weer is. Je koppelt hem zo af en je bent zo weer weg. Dus ja en bovenal wat ik gewoon het fijnste vind is je kan nu gewoon googlen, dus je kan ook zien wat een handbike te bieden heeft. Je kan dan ook zien dit is ervoor of dit is ertegen. Want iedereen is natuurlijk verschillend dus je kan dan zelf afwegen van dit werkt voor mij en dit werkt voor mij niet.

Wat zijn dan dingen waar u op let als u gaat googlen?

Nou ja of hij niet te zwaar is. Of ik hem zelfstandig kan aankoppelen, maar dat hangt natuurlijk ook af van hoe ze hem afstellen. Nou ja het zijn eigenlijk meerdere factoren zeg maar. Het is niet specifiek één ding, maar bovenal ook hoever ze van mijn woonplaats afzitten. Dat vind ik ook wel makkelijk, niet dat ze uren onderweg zijn, mocht er wat zijn. Ook gewoon hoe hij eruitziet, klinkt misschien gek maar als je echt een hele brede hebt die ik vroeger heb gehad dat is gewoon bijna geen gezicht. Dit is gewoon een mooie fiets. Iedereen die voorbijfietst op een racefiets of een ander soort fiets die stoppen altijd en zeggen dan van ah wat een mooie fiets mag ik hem eens zien. Het heeft dus ook wel bekijks en dat vind ik ook wel leuk.

Wat zijn eigenschappen die prettig zijn? Wat maakt uw handbike prettig in gebruik?

Nou zoals ik net al een beetje liet doorschemeren is het zelfstandig aan en afkoppelen fijn. Het licht gaat automatisch aan als het donker is, dus dat scheelt ook. Dan kan ik me gewoon focussen op de weg en hoef ik me niet te bedenken oh ik moet de lichten nog aandoen. Vooral ook, ik heb één arm die minder goed werkt, dus daar kun je het gewoon op afstellen en dat vind ik ook wel fijn. Ook de afstand, hoever kan hij fietsen en de hoeveelheid versnellingen die je kan hebben qua ondersteuning gebruik te maken. Kijk als ik een dijk op moet, ik woon in een dorp en er zijn heel veel dijken, en het loopt af en als je dan gewoon de dijk op moet dat je hem in zijn 4 kan zetten bij wijze van spreken dat je zelf niet zoveel kracht hoeft mee te zetten. Dan heb ik ook weer energie over voor andere dingen en ja hoe makkelijker het te bedienen is hoe fijner je fietst en hoe leuker het is.

Wat zijn dan nog dingen die minder prettig zijn? Dingen die nog beter kunnen?

Nou ja ze hadden heel mooi, dat had ik gezien op de website, een houder voor mijn telefoon. Maar toen hadden ze de houder van de telefoon precies voor het scherm van de handbike gedaan waarop je kan zien hoe hard je gaat en de versnellingen. Ik vroeg kan dat niet op een andere plek

die telefoonhouder, maar dat kan eigenlijk niet omdat ja sommige plekken waar het mij uitkwam dat was dan weer niet stevig genoeg. Uiteindelijk heb ik zelf die houder er weer afgehaald. Toen heb ik een tasje gekocht die ik om mijn nek of eigenlijk om mijn heup doe zodat ik eigenlijk gewoon genoeg zicht heb of eigenlijk genoeg ruimte heb om mijn telefoon mee te nemen en gewoon het schermpje kan zien. Alleen daar moet je zelf dan weer opkomen. Het ziet er heel mooi uit en een kennis van mij daar had ik het gezien. Toen dacht ik oh dat komt voor mij ook wel mooi uit nou dus niet want ik kon het schermpje niet goed zien en dan gaan ze wel allemaal meedenken. Ze konden hem dan nog iets hoger doen maar ja dan kwam ik dan net weer niet bij, dus uiteindelijk is deze oplossing gekomen. Ik vind het gewoon een beetje, de handbike is gewoon een wereld van verschil met wat ik altijd heb gehad. Ook kwam dingen opladen, je hebt hem zo ingeplugd. Je kan ook zien hoe vol hij is, dat kon ik met de vorige handbike ook lastig zien. Ja het is gewoon een wereld van verschil. Ik kan niet wachten tot het straks wat minder koud is en wat droger is van de zomer vind ik het altijd het lekkerste. Gewoon zonder jas en gaan met die banana.

Hoeveel fietst u dan gemiddeld een beetje?

Dat ligt aan de dag, maar meestal tussen de 10 en 15 kilometer probeer ik toch wel te fietsen. Als ik een slechte dag heb probeer ik altijd tussen de 5 en 8 kilometer. Want ik vind altijd ik moet nog best wel wat handelingen doen om hem aan te koppelen en dan moet je niet binnen een kwartiertje alweer terug zijn. Ik wil dan altijd wel mijzelf een beetje uitdagen.

Hoe vond u het hele proces van aanvragen tot u hem had en de communicatie daarin?

Nou ja mijn gemeente is, laat ik het even afkloppen, op zich voor zover ik nu weet de afgelopen jaren ook niet heel moeilijk. Dit is een handbike die niet in het pakket zat, maar wel goedkoper is, dus ze waren er heel blij mee dat ik daarmee kwam. Alleen ik moest echt overtuigen omdat ik best wel wat hulpmiddelen heb van wat ga je dan met die fiets doen. Nou het was echt een beetje een kruisverhoor en dan niet positieve vragen maar echt van ja waar ga je hem voor gebruiken, hoeveel keer denk je dat je hem gebruikt zulke vragen. Ik snap het, want het wordt alleen maar strenger maar vroeger als kind, sinds mijn vierde zit ik in een rolstoel en ik ben nu 30, ik merk dat nu ik kind af ben de regels veel strenger zijn. Daar moest ik even aan wennen. Eerst zat ik bij gemeente Geldermalsen en nu is dat West Betuwe dus dat zijn 26 kernen en allemaal verschillende dorpen bij elkaar. Daar moest ik echt even ja na dat ik dat gesprek via teams had gehad, want het was corona tijd toen ik hem aanvroeg, moest ik echt even voor mijn gevoel vechten om iets te krijgen. Normaal is dat altijd ook wel, maar in een andere maat als wat ik nu had gemerkt. Ik mag niet klagen maar ik vond wel dat ik me hard voor moest maken boven op de rapportage die al met de ergotherapeut was gestuurd met pakket van eisen erbij. Ze wisten dus eigenlijk al heel veel, want ze weten mijn hele dossier. Ik moest nog heel veel toelichten en dat was ik eigenlijk niet zo gewent omdat ik dacht de meeste kennen mij wel in de gemeente omdat ik ook voor de gemeente op vrijwillige basis wat doe. Dus ik dacht nou dat zal wel meevallen. Maar ik mag niet klagen want ik heb hem gewoon gekregen hij is goedkoper dan de handbike die in het pakket zit, maar daar kon ik niet mee fietsen. Ja het is toch voor mij een middel om goed te kunnen bewegen omdat ik ook heel veel niet meer kan qua bewegen. Dit is gewoon het enige wat ik kan bewegen en als dat dan van je wordt afgenomen dan is het al helemaal lastig want dan zit je helemaal stil.

Gebruikt u de handbike vooral als sprotmiddel of gebruikt u hem ook als vervoersmiddel?

Soms als vervoersmiddel. Soms met mijn nichtje die gaat dan fietsen en dan ga ik gewoon meefietsen. Het kan ook zijn dat ik er boodschappen mee doe of gewoon bij de apotheek naar binnen ga. Het is dus niet echt een sportmiddel, maar om mijn hoofd leeg te maken zeg ik altijd en ook een vervoersmiddel.

Interview 8

Welke handbike gebruikt u en hoelang heeft u die al?

Nou ik gebruik een Frontline handbike en die heb ik nu 4 jaar. Ik hoop hem deze maand nog op de 10.000 kilometer te zetten.

Heeft u daarvoor nog andere gehad?

Nee ja daarvoor heb ik heel kort een tweedehands Stricker gehad, maar kijk het is misschien wel handig om te weten ik ben in 2017 met de mountainbike gevallen en daardoor een partiële dwarslaesie opgelopen en daardoor beoordeeld tot de handbike met de rolstoel. Ik heb de rolstoel ook in het pgb dus ik merk dat er een hele boel problemen zijn met andere handbikes, vooral de Quickie en ja de Frontline die heeft geen kabels vanaf de handvaten. Alles wordt eigenlijk bedoend vanaf het centrale gedeelte en daarbij is de rem een terugtraprem. Het is gewoon een degelijk, eenvoudige constructie. Dat merk ik wel in de groep waar ook de oproep geplaatst was, dat andere heel veel problemen met de andere handbikes.

Hoe bent u erop gekomen om een handbike te gaan gebruiken?

Sowieso omdat ik al mountainbikete natuurlijk en ik wil gewoon weer gaan en meer vrijheid krijgen. Toen was de keus voor een handbike snel gemaakt.

Vond u dat u goed geïnformeerd werd over het gebruik van een handbike bij het aanschaffen?

Nou nee sowieso niet. Er is betrekkelijk weinig informatie voor handen en Frontline was toen nog relatief klein en een beetje aan de weg aan het timmeren. Als je niet goed kon oriënteren en afhankelijk bent van eventuele adviseurs of in het revalidatiecentrum van ergotherapeuten ofzo dan kwam die niet snel voorbij.

U heeft dan zelf gewoon onderzoek gedaan, georiënteerd en onderzoek gedaan. Hoe bent u dan op de Frontline gekomen?

Ja dat is eigenlijk een hele goede. Eigenlijk gewoon door een stukje onderzoeken en vooral omdat ik nou niet met het geijkte direct akkoord ben en toch wel in een keer kwam Frontline en dan ga je er verder in verdiepen. Dan blijkt hij als 1 van de weinige echt uit Nederland te komen en ook met Nederlandse onderdelen opgebouwd. Toen was de keuze snel gemaakt. Dat was wel, ik ben in de tijd naar Brummen toe geweest waar ze zitten en ik kon gewoon direct passen en proefrijden bij andere dingen, ik had hier toen nog het hulpmiddelencentrum in noord Nederland maar dat was gewoon een verschikking. Dat was mede een reden al om over te gaan op pgb want mijn rolstoel heb ik bijvoorbeeld ook in pgb. Alles wat ik wilde is niet daarmee eigenlijk in zee hoeven gaan en niet daarvan afhankelijk te zijn. Dat was ook wel een hele grote reden om dus voor pgb te gaan en dan als tweede zeker de Frontline

Wat zijn dan eigenschappen aan de handbike die belangrijk of misschien zelfs wel doorslaggevend zijn waarom u die keuze heeft gemaakt? Stel u zou een nieuwe moeten waar zou u dan op letten?

Dan zou ik erop letten dat hij makkelijk te onderhouden is, niet te veel bewegende delen en daarbij ook makkelijk aan te koppelen en af te koppelen natuurlijk. Dat zijn allemaal dingen, ik kan hem gewoon naar de normale fietsenmaker in onderhoud brengen. Het gebeurt me zelden, ik heb nog nooit pech gehad, in die 10.000 kilometer. Het enige is een keer nieuw bandje erom, een keer

een onderhoudsbeurt met aan de rem en dergelijke, maar verder heeft hij me nog nooit in de steek gelaten. Dat hoor en lees ik wel eens anders bij de andere merken. Maar ja goed ik ben zelf verantwoordelijk voor mijn spullen dus ook voor de rolstoel, banden is bijvoorbeeld op dit moment nou ja iets minder een probleem maar dat was een probleem in de tijden van de corona en dergelijken. Dat gewoon de levering van banden achterliep, maar ik heb gewoon een setje banden op voorraad staan. Die kan ik er zelf omheen gaan zetten of in eigen beheer. Dat soort problemen daar wil ik echt heel ver van blijven.

Wat vindt u prettig aan het gebruik van uw handbike? Wat maakt de handbike zo'n fijne uitvinding?

Deze handbike is fijn omdat het een handbike is die gebruik maakt van een krachtsensor. Je hebt handbikes maar ook gewoon normale elektrische fietsen die maken gebruik van een bewegingssensor en zodra er beweging is begint de motor te ondersteunen. Je merkt dat deze heel erg van als je meer kracht zet gaat de motor meer ondersteunen. Dat vind ik wel prettig, want ik heb bij het Beatrixoord in Haren op een andere handbike test gereden en dat was eigenlijk zodra je een beweging zetten nou ja dan fladder je er eigenlijk achteraan dat is zeker niet goed. Gewoon ook eigenlijk helemaal niet prettig, geen prettige manier van ondersteunen. Dat vind ik echt het grootste voordeel aan deze handbike.

Zijn er nog dingen waar u tegen aan loopt? Dingen die nog nadelig zijn of beter zouden kunnen?

Nou ja waar je zeker rekening mee moet houden is dat als je zo'n handbike mee wilt nemen dat hij niet zomaar ergens achter op een fietsendrager past. Daar is nu ook wel weer over nagedacht. Ik heb nu een koppelwielje erbij waardoor hij gewoon op een normale fietsendrager past. Dat was zeker ook een reden om voor deze te gaan. Ik heb nu wel een grote auto waar hij makkelijk in past maar dat is wel iets om rekening mee te houden op het moment dat je voor een handbike gaat. Van he hoe ga ik hem eigenlijk meenemen, kan hij in de kofferbak. Nou ja echt licht is een handbike natuurlijk niet. De accu en de motor wegen behoorlijk dus ja.

Waar gebruikt u de handbike vooral voor? Vooral voor fietsen of zelfstandig verplaatsen?

Zoals ik al zei ik heb een auto maar die gebruik ik eigenlijk alleen voor de noodzakelijke dingen. Ik heb een fysiotherapiepraktijk die zit op 3 kilometer fietsen, nou daar ga ik sowieso naar toe op de fiets. Maar ook wel naar het winkelcentrum, boodschappen doen. Ik koppel hem ook niet af hoor ik hou hem er gewoon aan zitten de winkel in. In principe iedere zaterdag naar de markt toe in het centrum van de stad. Ik woon in Assen in een buitenwijk en het is ongeveer een 6-7 kilometer enkele rits. Dus gewoon mooi lekker stuk, fietstassen erop een tas aan de achterkant van de rolstoel en gewoon iedere zaterdag gewoon even heen en weer naar de markt.

U heeft de handbike via het pgb dus dat werkt dan misschien anders, maar hoe vond u het proces gaan van het moment dat u dacht ik wil een handbike tot het moment dat u hem ook echt in bezit had?

Ja dat komt omdat wat je al zegt het traject van pgb dat gaat iets makkelijker. Frontline die was hier mij eigenlijk een beetje bekend en wat ze eigenlijk deden is tussen aanhalingstekens niet volgens de officiële weg. Ik kreeg zagezegd dat ze wisten van het gaat hem nou eenmaal worden dan krijg je een demo model en op het moment dat daadwerkelijk alle financiën en dergelijken betaald zijn kan je het demo model eigenlijk weer overnemen voor dat geld. Eigenlijk in de tussentijd ben je al aan het fietsen op je handbike en dan gaat hij eigenlijk naadloos door. Als je eigenlijk kijkt naar wat zo'n traject, bij mij heeft dat toch dik een halfjaar gebuurd. Ook omdat ik in bezwaar moest gaan omdat de gemeente niet akkoord was en nou ja dat soort dingen. Dit soort processen ja dat kost behoorlijk wat tijd en je bent op een begeven moment afhankelijk van de

goodwill van een soort fabrikant en dat zal lang niet bij iedereen goed gaan. Ik weet ook niet of ze het nog steeds zo doen hoor op deze manier. Want ja het is natuurlijk ook niet helemaal officieel zoals dit dan gebeurt, maar bij mij was het in die tijd wel mogelijk. Ze vonden het leuk om ja ook hier in het noorden ook klanten een handbike te verkopen. Het was toen van gebruik deze maar tot je het verder weet. Dat betekent dat toen ik een passing had en dat ik werkelijk weer terug ging volgens mij zat daar nog geen eens 2 weken tussen. Dus tussen dat ik de handbike wilde en dat ik hem had. Dat is heel snel geregeld, ik weet dat dat anders gaat ook wel bij anderen.

Heeft u verder nog dingen heeft die u eraan toe wil voegen?

Ik denk dat het heel erg belangrijk is dat de mensen meer kunnen kiezen die eigenlijk zo'n handbike nodig hebben. Vooral het stukje handbike en rolstoel is vaak ook een combinatie die niet goed gaat. Het is natuurlijk de handbike is één, maar de zitpositie in de rolstoel is twee. Om dat goed op elkaar af te stemmen daar zit ook nog wel een heel proces in. Ik ben sinds een aantal jaar ook deskundige bij de dwarslaesieorganisatie en als je dan ziet waar mensen af en toe ingepropt worden ja dat is heel jammer.

Interview 9

Welke handbike gebruikt u en hoelang gebruikt u die al?

Ik heb twee verschillende handbikes, een aankoppel handbike die ik aan mijn rolstoel kan koppelen en een vast frame sport lig handbike. Ik gebruik ze allebei en ja de sporthandbike die is echt voor het trainen, lange afstanden, toertochten en dat soort dingen. De aankoppelhandbike is voor praktische dingen waar ieder ander een stadsfiets voor gebruikt zeg maar, voor boodschappen doen, naar familie, een blokje om en dat soort dingen.

Welk merk aankoppelbike heeft u?

Ik heb een Frontline.

Hoelang heeft u die al?

Even denken, 2019 dus volgende maand vier jaar.

Heeft u daarvoor ook al een handbike gehad?

Ja, ik had eerst een Tracker cardan en nu heb ik dan een Frontline met elektrische ondersteuning en daarvoor had ik geen elektrische ondersteuning.

Hoe bent u erbij gekomen om een handbike te gaan gebruiken?

Nou ik had ook een aangepaste driewielscooter met een bakje ernaast voor mijn rolstoel. Ja dat is heel superhandig ding, nu niet meer, maar daar word je wel koud op want je bent niet in beweging. Een scootmobiel wilde ik al helemaal niet aan. Dan kom je wel eens mensen tegen met een aankoppelhandbike dan kom je op een idee en ga je zoeken van wat zou ik willen, is het goedkoop, krijg ik het vergoedt, wat zijn nou opties. Zo ga je een beetje kijken.

Dus u heeft vooral zelf gekeken naar de handbike en wat daar de mogelijkheden in zijn?

Ja een beetje mensen gevraagd, mensen die ik ken gevraagd. Via facebook groepen gevraagd van goh welke ervaringen hebben jullie. Toen zag ik eigenlijk een tweedehands te koop staan met rolstoel waar je het aankoppelsysteem meteen inhad. Dat beviel hartstikke goed.

Hoe vond u dat u geïnformeerd werd over het gebruik bij het aanschaffen van de handbike?

Nou ja aan mensen vragen waarvan je weet dat ze een aankoppel handbike hebben. Bij bedrijven langs geweest, bij een supportbeurs geweest. Ja gewoon her en der eigenlijk een beetje gevraagd hoe of wat.

Via wat heeft u dan uiteindelijk de handbike aangeschaft? Heeft u dat via de WMO gedaan of heeft u dat pgb gedaan?

Nee ik kreeg hem niet vergoed, omdat ik al de scooter had en het was geen sportvoorziening dus moest ik het zelf betalen. Omdat ik niet echt wist of het wat was, in Heliomare het revalidatiecentrum had ik het jaren terug geprobeerd maar toen lukte dat voor geen meter. Tijdens een revalidatieperiode hadden we het daar weer geprobeerd en dan met elektrische ondersteuning en dat ging zo goed dat ik eigenlijk zonder ondersteuning mocht. Zo ben ik er

eigenlijk een beetje ingerold. Ik ben toen ook gestart met handbike bij een wielervereniging. Uiteindelijk dan ga je toch naar de sporthandbike de vast frame.

Wat zijn eigenschappen aan uw handbike die belangrijk of zelfs doorslaggevend zijn? Stel u zou een nieuwe moeten waar zou u dan op letten?

Nou waar ik met toen ik van mijn Tracker van kwam, ja die was ook gewoon op. Dat was een oud ding en ja dat werd gewoon te zwaar. Dat ik toen voor een nieuwe rolstoel ging ben ik meteen voor een aankoppelhandbike gegaan via de WMO is het toen gegaan. Toen ben ik er eigenlijk overal op gaan letten. Tijdens het fietsen zelf, bij het aankoppelen en op de supportbeurs gaan kijken van dat vind ik belangrijk. Aankoppelen is gewoon heel belangrijk, wat kan je handfunctie zodat je dat zelf kan aankoppelen en dan vallen er gewoon een aantal af. Ik kwam op de Frontline uit en die kwam eigenlijk ook best wel her en der goed uit de bus qua reacties die ik erover te horen kreeg.

Dus dan vooral het aankoppelen is een belangrijk aspect. Zijn er daarnaast nog dingen belangrijk?

Ja en de ondersteuning heb je twee verschillende sensoren, de kracht sensor en de rotatiesensor. Ja dat vond ik ook wel heel belangrijk. De ene is alsof je wind mee hebt en de ander is echt als je een klein beetje aanzet geeft dan gaat hij er meteen vandoor en dat is niks voor mij. Dan zit je al tegen de muur voordat je, ik wil gewoon rustig aan opbouwen, lekker fietsen en dan met dat windje mee. Die continue ondersteuning, want die andere is echt gewoon wanneer je kracht zet geeft hij het zetje. Ik wil gewoon wat meer continu hebben, dat is voor mij gewoon prettiger. Continue bewegingen gaan voor mij makkelijker dan horten en stoten. Hij is ook met een terugtraprem en dat is ook iets waar ik over heb nagedacht. Je hebt een handrem en een terugtraprem en de terugtraprem vind ik zeker met de aankoppel prettiger omdat ja je hebt snel kabelbreuk en dan heb je ook elke keer zo'n snoer als je gaat fietsen voor je snufferd dat vind ik niet zo denderend.

Zijn er nog dingen waar u tegenaan loopt bij het gebruik? Dingen die u de volgende keer anders zou willen?

Nou nu heb ik dat als je hem in de auto laat als het vriest zoals vorige maand dan is hij gewoon flink van slag. Dat wisten we niet en dat was toevallig met een onderhoudsbeurt kwam dat uit dat we een paar dagen die kant op gingen en dan doet de start het wat moeizamer. Dat is echt wel een dingetje waar je rekening mee moet houden. Een zware accu is gewoon heel belangrijk zodat je wat verder kan. Niet dat je na 20- 30 kilometer of dat je elke twee – drie jaar een nieuwe accu moet doen, want accu's zijn behoorlijk duur.

Was er in het proces van aanvragen, dus het moment dat u er één aanvroeg tot het moment dat u hem had hoe was dat gegaan?

Hoe zal ik dat netjes omschrijven, gemeentelijke bureaucratie tot en met. Het was een hele touwtrekkerij, ook de soort rolstoel die ik wilde en op een begeven moment ben je na tweeënhalf jaar bakkeleien met de gemeente het zo zat. Je hebt gewoon een rolstoel nodig die je zelf kan rollen en waarmee je zelf in en uit de auto kan zetten. Met de aanvraag van de handbike, ik vond op zich de handbike zelf de keuze ja het was niet uit het depot en niet uit hun voorraad van de leverancier waar hun mee werkten. Toen werd het uiteindelijk pgb en ja helaas moet je dan vaak bijbetalen, maar ik ben er zo blij mee. Ik heb nu vier jaar de combinatie rolstoel met handbike en het is gewoon ja, het was best wel je spaargeld een flink stuk geminderd maar zeker waard. Omdat je gewoon elke dag, ja ik fiets niet elke dag met dit weer wat minder, maar ik gebruik hem gewoon veel. Ik gebruik hem ja voor ziekenhuis bezoeken, bezoeken als ik in Haarlem en omgeving moet

zijn, Heliomare het revalidatiecentrum rijk aan zee ga ik heen met de aankoppelhandbike. Het grootste voordeel in vergelijking met de scootmobiel en dat soort dingen is je koppelt hem af en je hebt je rolstoel bij je. Dat is gewoon aan de aankoppelhandbike het grootste voordeel.

U geeft aan dat aankoppelen en het zelfstandig op weggaan, is dat dan ook de meerwaarde van de aankoppelhandbike?

Ja ik kan er, helaas staat hij nu in de huiskamer en vanuit de huiskamer kan ik hem niet naar buiten krijgen dus daar moet mijn vriend me dan bij helpen. Zodra hij de voordeur uit is kan ik al kanten op. Dat is het nadeel want zeker zo'n elektrische, de cardan kon ik nog zelf naar binnen krijgen. Zo'n elektrische dat is gewoon bijna niet te doen. De draaicirkel is ook net even groter. Dat zorgt er wel voor dat ik er al vierduizend kilometer er al mee gereden heb. Ik ga er mee boodschappen doen, naar het strand toe en dat soort dingen.

Heeft u zelf nog aanvullingen?

Met het aankoppelen daar moet je gewoon heel goed op letten. Stoepen zijn meestal iets aflopend voor de afwatering en daar moet je gewoon heel erg op letten. Ik weet dat het bij het ene aankoppelsysteem dat makkelijker en je hebt weer wat moeilijker is. Dat is ook wel iets waarvan ik denk ja daar moet je rekening mee houden. Voor mij is de Frontline is gewoon een aankoppelsysteem wat ik kan. Je hebt dan wel zo'n blok onder je rolstoel waar hij aangekoppeld wordt. Dat is het nadeel dat je een extra ding op je rolstoel hebt wat extra gewicht is voor als je hem in de auto wil tillen. Maar het zijn niet van die schroef dingen die je aan je buis van je rolstoel moet draaien want dat lukt mij niet om dat weer los te draaien. Dan sta e ergens en dan krijg je je fiets er niet af dus vandaar dat ik deze gekozen heb. Het aankoppelsysteem moet passen bij de gebruiker en dat is voor mij één van de belangrijkste keuzes geweest waarom ik voor deze heb gekozen. De sensor en het aankoppelsysteem.

Bijlage 2 – Codes



o Aankoppelen

15 Quotations:



1:2 ¶ 4 in Interview 2

Ik heb wel wat uitgeprobeerd, maar de lichamelijke klachten die zouden ontstaan door een koude stang heel dicht bij mijn benen te hebben was voor mij gewoon een no go



2:5 ¶ 12 in Interview 3

De manier van aankoppel bij deze handbike vind ik gewoon heel prettig en is makkelijk en gaat heel licht, dat heeft zeker de beslissing ook meegemaakt.



4:2 ¶ 2 in Interview 7

Deze omdat ik deze eindelijk zelfstandig kan aankoppelen. Ik heb hiervoor een handbike gehad waar dat niet bij lukte, dus dan had ik iemand nodig die het aankoppelen voor mij deed. Nu met deze handbike kan ik het wel en kan ik gewoon zelfstandig wegfietsen, dat ja daar ben ik heel blij mee.



4:8 ¶ 22 in Interview 7

Of ik hem zelfstandig kan aankoppelen, maar dat hangt natuurlijk ook af van hoe ze hem afstellen.



5:7 ¶ 14 in Interview 6

De aankoppeling die werkt in principe goed, is onder de stoel gebouwd. De Quickie Attitude weet ik van die koppel je aan op het frame, daarvoor in mijn herinnering moet je wat verder vooroverbuigen wat op zich wat onhandiger is maar daar heb ik niet echt heel veel ervaring mee hoe het aankoppelen gaat



5:13 ¶ 22 in Interview 6

Eigenlijk zou je voor een compleet beeld ook nog moeten weten wat de beperkingen van de mensen zijn, want dat is ook voor het gemak van aankoppelen erg van belang.



6:6 ¶ 12 in Interview 8

Daarbij ook makkelijk aan te koppelen en af te koppelen natuurlijk



7:2 ¶ 12 in Interview 9

Toen zag ik eigenlijk een tweedehands te koop staan met rolstoel waar je het aankoppelsysteem meteen inhad. Dat beviel hartstikke goed.



7:3 ¶ 18 in Interview 9

Aankoppelen is gewoon heel belangrijk, wat kan je handfunctie zodat je dat zelf kan aankoppelen en dan vallen er gewoon een aantal af.



7:5 ¶ 20 in Interview 9

Hij is ook met een terugtraprem en dat is ook iets waar ik over heb nagedacht. Je hebt een handrem en een terugtraprem en de terugtraprem vind ik zeker met de aankoppel prettiger omdat ja je hebt snel kabelbreuk en dan heb je ook elke keer zo'n snoer als je gaat fietsen voor je snufferd dat vind ik niet zo denderend.



7:8 ¶ 28 in Interview 9

Het aankoppelsysteem moet passen bij de gebruiker en dat is voor mij één van de belangrijkste keuzes geweest waarom ik voor deze heb gekozen



8:3 ¶ 6 in Interview 1

Ik heb toen wel meerdere systemen geprobeerd en ook in het revalidatiecentrum een Tracker geprobeerd. Toen moest ik ongeveer onder mijn stoel klimmen om hem aan te koppelen. Dat was niet zo heel erg handig, want ik heb weinig rompbalans dus ik val vrij makkelijk om. Wat wel zo was, ik ging dus die handbike van TNS proberen de Freewheeler. Die kan ik heel makkelijk aansluiten. Je kan gewoon blijven zitten.



8:5 ¶ 10 in Interview 1

Als ik nu een nieuwe handbike zou nemen, dan zou ik er vooral goed opletten dat ik er dat ik hem makkelijk kan aankoppelen. Dat is voor mij het belangrijkste. Wat ik al zeg ik heb een hele slechte rompbalans, ik val heel makkelijk om. Dus aankoppelen is voor mij het belangrijkste.



9:3 ¶ 6 in Interview 4

Ja want ik krijg in verband met mijn heupen niet elke handbike aangekoppeld en de Attitude klik je aan de zijkant in plaats van een staaf van onder.



9:4 ¶ 12 in Interview 4

98% was het aankoppel mechanisme, want wat ik al zei ik kan niet de standaard ouderwetse kan ik niet gebruiken.



o actieradius

4 Quotations:



3:1 ¶ 2 in Interview 5

Dat was ook wel waar en toen heb ik in eerste instantie een Speedy aangeschaft in eigen beheer zeg maar. Ik wilde dat ook zonder ondersteuning gaan doen, maar om samen met mijn man te gaan fietsen was de actieradius te kort



4:11 ¶ 24 in Interview 7

Ook de afstand, hoever kan hij fietsen



5:8 ¶ 14 in Interview 6

Actieradius is een heel belangrijk punt. Dat is bij de Frontline ook heel erg goed. Ik gebruik normaal gesproken ondersteuningsstand 2 of 3 en dan zit ik boven de 100 km actieradius en ik heb dus uit signalen van andere mensen begrepen dat, en dat is dan met die rotatie ondersteunende sensor, dat ze zitten op 30 tot maximaal 50 km. Nou heb ik, we hebben al wat ritten gemaakt van tegen de 50 km, dus dan zou je met zo'n actieradius wel in de problemen kunnen komen. Die 100 ga ik dan echt niet halen. Zeker voorlopig niet, want daar heb ik toch niet de mogelijkheid voor om zo'n lange rit te maken. Maar het is in ieder geval wel prettig, want ik heb nu dan altijd ruim over en als ik dan wat hogere ondersteuning zou gaan dan gebruik ik natuurlijk wat meer. Maar zelfs dan va uitgaande dat ik dan een aardig eind zou moeten komen.



7:6 ¶ 22 in Interview 9

Een zware accu is gewoon heel belangrijk zodat je wat verder kan. Niet dat je na 20- 30 kilometer of dat je elke twee – drie jaar een nieuwe accu moet doen, want accu's zijn behoorlijk duur



o compact

1 Quotations:



2:6 ¶ 14 in Interview 3

Hij is zo compact mogelijk gemaakt zodat je niet met een heel gevaarte aan komt zetten



o Fietstassen

2 Quotations:



3:11 ¶ 16 in Interview 5

Als ik boodschappen ga doen dan heb ik twee fietstassen aan de voorkant, maar ja dan moet je toch met je boodschappen uit de winkel komen dus dat is nog een beetje lastig.



9:7 ¶ 20 in Interview 4

Ik zou willen dat er grotere fietstassen op konden. Ik heb er fietstassen op laten maken, maar die zijn klein want het is maar een klein framepje. Als je een grote fiets hebt heb je grote fietstassen, want je hebt een groot frame. Dus dat is nu gewoon iets vaker op en neer fietsen maar ja.



o Geld

1 Quotations:



9:8 ¶ 24 in Interview 4

Ik zou willen dat onze voorzieningen gewoon wat goedkoper zijn. Dat overal waar een rolstoel factuur voor staat goedkoper is. Dat je niet altijd afhankelijk bent van een WMO, maar dat je ook gewoon zelf dingen kan aanschaffen.



o Gewicht

1 Quotations:



4:7 ¶ 22 in Interview 7

Nou ja of hij niet te zwaar is



o grip

4 Quotations:



1:10 ¶ 14 in Interview 2

Ik denk dat het gewicht op het voorwiel goed af te stellen moet zijn met degene die erachter hangt met zijn rolstoel en dat heeft met gewicht te maken.



2:7 ¶ 16 in Interview 3

Wat ik lastig vind met de handbike is dat zodra het een beetje glad is buiten, normaal fietsend kom je dan wel een klein bruggetje over, maar met de handbike lukt dat niet. Je krijgt niet voldoende grip, omdat het gewicht voornamelijk aan de achterkant ligt en het voorwiel moet het pakken.



3:2 ¶ 2 in Interview 5

Ik heb er ook een 7 kilo extra, ja wat is het, het is geen batterij, onder gekregen. Dat is om het slippen bij bijvoorbeeld een stoplicht tegen te gaan.



5:10 ¶ 16 in Interview 6

Wat onhandig is, is dat eigenlijk te weinig druk op het voorwiel staat en dat je dus erg makkelijk een slappend voorwiel krijgt



○ Hybride

1 Quotations:



2:3 ¶ 12 in Interview 3

Wat ik verder belangrijk vond is dat hij deels elektrisch ondersteund is, zodat ik toch nog de mogelijkheid heb om nog te bewegen. Want als ik een volledig elektrische zou hebben hoef je niet meer te bewegen met je armen en dan blijf er helemaal weinig beweging over op een dag.



○ Info plek

1 Quotations:



5:12 ¶ 22 in Interview 6

Op basis daarvan liep ik al met het idee van je zou eigenlijk een overzicht moeten maken van de verschillende handbikes die er zijn. Zodat mensen ergens gewoon kunnen terugvinden welke keuzemogelijkheden heb ik nou en wat zijn de verschillen met voor- en nadelen.



○ Kabels

3 Quotations:



2:4 ¶ 12 in Interview 3

Bij heel veel handbikes heb je de kabels van je remmen en je versnellingen die lopen gewoon in je zicht en dan heb je gewoon een verminderd zicht en dat is gewoon heel erg irritant.



6:2 ¶ 4 in Interview 8

Ik heb de rolstoel ook in het pgb dus ik merk dat er een hele boel problemen zijn met andere handbikes, vooral de Quickie en ja de Frontline die heeft geen kabels vanaf de handvaten



7:5 ¶ 20 in Interview 9

Hij is ook met een terugtraprem en dat is ook iets waar ik over heb nagedacht. Je hebt een handrem en een terugtraprem en de terugtraprem vind ik zeker met de aankoppel prettiger omdat ja je hebt snel kabelbreuk en dan heb je ook elke keer zo'n snoer als je gaat fietsen voor je snufferd dat vind ik niet zo dendereend.



○ Keuze

1 Quotations:



6:9 ¶ 22 in Interview 8

Ik denk dat het heel erg belangrijk is dat de mensen meer kunnen kiezen die eigenlijk zo'n handbike nodig hebben.



○ Levering onderdelen

3 Quotations:



3:7 ¶ 12 in Interview 5

Beter zou ik niet zeggen, maar wel qua reparaties van ja er zijn gewoon op dit moment, dat hoor ik dan steeds van Welzorg, problemen met leveringen van onderdelen. Omdat ik hem overal voor gebruik, ik fiets ook echt elke dag, kun je hem gewoon niet missen. Dat ligt hoofdzakelijk in de reparatie dingen. Ik zit in een soort klankbordgroep voor de hulpmiddelen in deze regio, dus ik regelmatig ook overleg met de manager uit Amsterdam met de groep. Er zijn gewoon

leveringsproblemen. Nu staat er, een nieuwe accu moet er weer op en ja ik ben benieuwd hoelang dat gaat duren.



3:9 ¶ 12 in Interview 5

Wat ik nu terug hoor is dat er landelijk nu wel een kleine voorraad geschept gaat worden, maar ja nog blijft de levering gewoon heel erg slecht.



o **Licht**

1 Quotations:



4:10 ¶ 24 in Interview 7

Het licht gaat automatisch aan als het donker is, dus dat scheelt ook. Dan kan ik me gewoon focussen op de weg en hoef ik me niet te bedenken oh ik moet de lichten nog aandoen.



o **Onderhoud**

10 Quotations:



1:4 ¶ 6 in Interview 2

Ik heb nu om de twee weken Medipoint hier staan om de boel weer afstellen en recht te zetten



1:7 ¶ 10 in Interview 2

Slijtage kun je voorkomen door je spul goed te onderhouden en schoon te houden. Als je niet mag sleutelen en elke keer maar thuis moet zitten een halve dag of een dag. Ja dan kijk ik ernaar en denk ik van jongens dit werkt niet zo. Ze zeggen dan we komen eens in de zoveel tijd onderhouden naar afhankelijkheid van hoeveel je hem gebruikt. Ik kijk er gewoon naar van ik heb nu het nieuwe model Attitude en daar hebben ze nu al pak hem beet voor tienduizend euro aan moeten verbouwen om hem goed bruikbaar te houden voor mij.



1:9 ¶ 14 in Interview 2

Een goede handbike moet de juiste tandwiel verhouding hebben, fatsoenlijke kettingen die eigenlijk praktisch geen onderhoud nodig hebben, want daardoor hou je al je tandwielen en al je andere zooi fatsoenlijk



3:6 ¶ 10 in Interview 5

Bij die andere had ik ook dat ik regelmatig naar de fietsenmaker moest om de versnellingen weer af te stellen.



4:5 ¶ 16 in Interview 7

Stel er si iets waarvan ik denk he dat klopt niet dan hoef ik niet gelijk te bellen, maar kan ik ook weer eerst in het pdf-bestand kijken wat het dan is.



5:11 ¶ 20 in Interview 6

Dat is dan ook nog een aardige, het is een prachtig systeem. Na 4000 kilometer meldt die dat er onderhoud gepleegd moet worden, dat is toevallig van de zomer toen kwam ik aan de 4000 km.



6:4 ¶ 12 in Interview 8

Dan zou ik erop letten dat hij makkelijk te onderhouden is



6:7 ¶ 12 in Interview 8

ik kan hem gewoon naar de normale fietsenmaker in onderhoud brengen



8:6 ¶ 10 in Interview 1

Maar het is fijn als je fiets makkelijk in elkaar zit zodat als er iets kapot gaat je het ook zelf weer makkelijk kan maken. Bij deze fiets zit vaak iets los en dan weet ik even twee schroefjes aandraaien en dan zit het weer vast. Dan heb je niet elke keer een monteur nodig om het te repareren.



9:5 ¶ 14 in Interview 4

Ik heb er geen moeite mee en ja het is hetzelfde als een fiets, die hou je ook zelf bij. Als er echt iets is dan bel ik Medipoint wel.



o Opladen

1 Quotations:



4:13 ¶ 26 in Interview 7

Je kan ook zien hoe vol hij is, dat kon ik met de vorige handbike ook lastig zien.



o Reden handbike

8 Quotations:



1:6 ¶ 8 in Interview 2

Ik moest op een gegeven moment zeggen dat als ik geen aankoppelfiets zou krijgen ik mijn werk niet meer kan doen. Dan zou ik niet meer alles kunnen doen wat er nog uit mijn leven te halen is.



2:8 ¶ 18 in Interview 3

Het stukje zonder handbike voel je je eigen echt een soort aap opgesloten in een kooitje. Ik kan geen kant op. Met de rolstoel kan ik een heel klein stukje rollen, maar dan is het toch rondom huis met name. Nu met de handbike heb ik gewoon de eerste keer met tranen van geluk over mijn wangen van het weer naar buiten kunnen. Een stukje vrijheid, zelf je beslissing kunnen nemen ook het weer kunnen genieten van buiten. Toen was het van het vallen van de bladeren van de bomen waar je normaal helemaal niet blij van wordt maar het feit dat ik dat nu gewoon kon zien en ervaren na anderhalf jaar binnen zitten was echt gewoon geweldig.



3:4 ¶ 4 in Interview 5

Ik wil heel graag ook mijn rolstoel in een vergadering. Ik zit in de participatieraad en voorheen de WMO-raad. Ik heb best wel regelmatig overleggen en ik wil gewoon in mijn eigen stoel blijven zitten. Ik kan ook gewoon niet in andere stoelen zitten.



4:3 ¶ 6 in Interview 7

Alleen ja het is gewoon een goed middel om te kunnen bewegen en om lekker te kunnen fietsen in de buitenlucht en om actief bezig te kunnen zijn. Daarom kies ik ook voor een handbike zeg maar



4:6 ¶ 20 in Interview 7

Ja het geeft je vrijheid, maar ja voor iemand in mijn geval, ik heb overgewicht, en sporten valt dan niet mee omdat ik zo motorische handicaps heb. Met die handbike kan ik gewoon fietsen en ik ben dan wel actief bezig maar ook niet te moe, dus dat is ook weer fijn.



7:7 ¶ 24 in Interview 8

Het grootste voordeel in vergelijking met de scootmobiel en dat soort dingen is je koppelt hem af en je hebt je rolstoel bij je. Dat is gewoon aan de aankoppelhandbike het grootste voordeel.



8:7 ¶ 15 in Interview 1

zo'n sportieve handbike daar kan je dus eigenlijk helemaal niks mee. Want je hebt je rolstoel nooit bij je en met zo'n aankoppel handbike heb je altijd je rolstoel bij je. Je rijdt ergens naartoe, je koppelt hem af, je maakt hem vast en later haal je hem weer op. Zo simpel is het.



9:6 ¶ 16 in Interview 4

Om te gaan fietsen en ja eigenlijk alle factoren wel. Gewoon eropuit kunnen gaan, je boodschappen te kunnen doen, je beweging te kunnen hebben en gewoon lekker als je vrijetijd hebt e het is lekker weer er gewoon even op uit te gaan.



o remmen

2 Quotations:



1:8 ¶ 14 in Interview 2

Wat de handbike goed moet hebben is een fatsoenlijk stuk remkluwen, omdat je namelijk een driewieler wilt gaan stoppen met één wiel. Als je een beetje doorrijdt kan dat wel een uitdaging zijn, je gaat gewoon glijden.



7:5 ¶ 20 in Interview 9

Hij is ook met een terugtraprem en dat is ook iets waar ik over heb nagedacht. Je hebt een handrem en een terugtraprem en de terugtraprem vind ik zeker met de aankoppel prettiger omdat ja je hebt snel kabelbreuk en dan heb je ook elke keer zo'n snoer als je gaat fietsen voor je snuffert dat vind ik niet zo denderend.



o Schakelen

1 Quotations:



5:9 ¶ 16 in Interview 6

Wat niet prettig is, wat een beetje ongemakkelijk is, is dat ik voor het schakelen het veranderen van de ondersteuning dat je in ieder geval altijd een hand moet loslaten. Dus eigenlijk ook op dat moment niet kunnen doortrappen.



o Sensor

3 Quotations:



5:4 ¶ 8 in Interview 6

Ik heb heel bewust gekozen voor een handbike met een krachtondersteunenedesensor. De Quickie Attitude en de Roam hebben allebei een rotatie ondersteunde sensor waarbij je dus in stand 1 standaard naar een vaste snelheid gaat, in stand 2 standaard naar een vaste grotere snelheid en dat maakt dan niet uit hoe hard je trapt. Je kunt eigenlijk de trappers heel kalmpjes ronddraaien en dan doet hij het nog. Een van de nadelen die ik heel erg merkte in het revalidatiecentrum was dat als je zeker als je ondersteuning wat hoger stond en je begint met fietsen dan wil die ja echt heel hard uit de startblokken gaan, dus dan vlieg je vooruit in 1 keer. Dat vond ik heel erg onprettig.



6:8 ¶ 14 in Interview 8

Deze handbike is fijn omdat het een handbike is die gebruik maakt van een krachtsensor. Je hebt handbikes maar ook gewoon normale elektrische fietsen die maken gebruik van een

bewegingssensor en zodra er beweging is begint de motor te ondersteunen. Je merkt dat deze heel erg van als je meer kracht zet gaat de motor meer ondersteunen. Dat vind ik wel prettig, want ik heb bij het Beatrixoord in Haren op een andere handbike test gereden en dat was eigenlijk zodra je een beweging zetten nou ja dan fladder je er eigenlijk achteraan dat is zeker niet goed. Gewoon ook eigenlijk helemaal niet prettig, geen prettige manier van ondersteunen. Dat vind ik echt het grootste voordeel aan deze handbike.



7:4 ¶ 20 in Interview 9

Ja en de ondersteuning heb je twee verschillende sensoren, de kracht sensor en de rotatiesensor. Ja dat vond ik ook wel heel belangrijk.



o Slot

1 Quotations:



1:11 ¶ 14 in Interview 2

Een handbike moet efficiënt zijn en moet eigenlijk gewoon een geïntegreerd slot hebben dat je hem gewoon neer kan zetten en niet met een ketting om een paal heen moet.



o Stevig

1 Quotations:



3:5 ¶ 10 in Interview 5

Hij is best log en hij is best zwaar, maar hij is ook heel sterk. Bij mijn andere handbike, de Speedy, die is op een gegeven moment wel gebroken. Nou is dat ook door ouderdom, maar dat zie ik bij deze gewoon niet gebeuren hij is gewoon veel te sterk daarvoor.



o Type handbike

9 Quotations:



1:1 ¶ 2 in Interview 2

Ik heb destijds voor een Attitude als aankoppelbike gekozen, omdat mij dat het leven in een rolstoel makkelijker zou maken



2:1 ¶ 2 in Interview 3

Ik heb nu een handbike van Roam uit Hedel, hij is deels elektrisch ondersteund



3:3 ¶ 2 in Interview 5

Via de WMO heb ik een Quickie Attitude gekregen in plaats van een Roam, omdat een Attitude gewoon steviger is



4:1 ¶ 2 in Interview 7

Ik gebruik nu ongeveer sinds een jaartje de Frontline handbike



5:1 ¶ 2 in Interview 6

Ik gebruik een Frontline handbike en die heb ik sinds juni 2019, dus drie en een half jaar.



6:1 ¶ 2 in Interview 8

Nou ik gebruik een Frontline handbike en die heb ik nu 4 jaar



7:1 ¶ 4 in Interview 9

Ik heb een Frontline



8:1 ¶ 2 in Interview 1

Ik heb een Freewheeler van TNS



9:1 ¶ 2 in Interview 4

Ik heb de Quickie Attitude



o Uit Nederland

1 Quotations:



6:3 ¶ 10 in Interview 8

Dan blijkt hij als 1 van de weinige echt uit Nederland te komen en ook met Nederlandse onderdelen opgebouwd.



o Uiterlijk

1 Quotations:



4:9 ¶ 22 in Interview 7

Ook gewoon hoe hij eruitziet, klinkt misschien gek maar als je echt een hele brede hebt die ik vroeger heb gehad dat is gewoon bijna geen gezicht.



o Uitproberen

4 Quotations:



3:10 ¶ 18 in Interview 5

Ja ik ben heel blij dat het uitprobeersysteem bestaat bij Uniek sporten. Dan kunnen mensen die net uit hun revalidatie komen of zoekende zijn daar gewoon ook uitproberen en hoeft je niet meteen aan te schaffen



4:4 ¶ 8 in Interview 7

Toen heb ik een revalidatiearts en de ergotherapeut daar verschillende handbikes uitgeprobeerd en daar is eigenlijk de Frontline als beste naar voren gekomen.



5:2 ¶ 6 in Interview 6

Ik heb in het revalidatiecentrum kunnen testen want dat was onderdeel van de revalidatie dat je ook met de handbike opstap ging. Daar heb ik heb ik er twee kunnen testen.



8:2 ¶ 4 in Interview 1

Ik zat in het revalidatiecentrum dus daar heb ik een aantal systemen geprobeerd.



o Versnellingen

1 Quotations:



4:12 ¶ 24 in Interview 7

De hoeveelheid versnellingen die je kan hebben qua ondersteuning gebruik te maken. Kijk als ik een dijk op moet, ik woon in een dorp en er zijn heel veel dijken, en het loopt af en als je dan gewoon de dijk op moet dat je hem in zijn 4 kan zetten bij wijze van spreken dat je zelf niet zoveel kracht hoeft mee te zetten.



o Versnellingsnaaf

2 Quotations:

**5:6 ¶ 12 in Interview 6**

Mijn handbike heeft een versnellingsnaaf en geen derailleur en daarvan moet ik zeggen dat vind ik ook heel prettig. Als je plotseling moet remmen dat je in stilstand kunt terugschakelen naar een lagere versnelling om alsnog weg te kunnen rijden.

**8:4 ¶ 8 in Interview 1**

Ik heb gewoon een naafversnelling, dat maakt het allemaal heel erg gebruiksvriendelijk onderhoudsvrij.

**o Verstelbaar****3 Quotations:****1:12 ¶ 16 in Interview 2**

Bij mijn pedalen hebben ze er een knikstelsel in gebouwd die verstelbaar is zodat het voor meer mensen te gebruiken is.

**6:5 ¶ 12 in Interview 8**

Niet te veel bewegende delen

**8:8 ¶ 29 in Interview 1**

Die vorige, dat heb ik ook tegen ze gezegd, zou prima zijn voor een revalidatiecentrum, omdat hij op elke stoel past. Dat maak je normaal niet mee natuurlijk. Daar is hij echt wel ideaal voor, maar niet als je hem elke dag wilt gebruiken. Je moest hem steeds weer goed instellen en hij sloot niet goed aan. Zat heel veel beweging in die je niet wilt hebben dan.

**o Voorkeur handbike****3 Quotations:****1:3 ¶ 6 in Interview 2**

Het liefst had ik nu gewoon de aankoppelfiets willen hebben van TNS, omdat ik ook een rolstoel heb van TNS.

**2:2 ¶ 12 in Interview 3**

Het eerste waarom ik bij Roam wilde gaan is omdat die gewoon heel goed bekend staan, ook om hun serves maar ook om hun mogelijkheden.

**5:3 ¶ 6 in Interview 6**

De Quickie Attitude en de Frontline en op basis daarvan heb ik heel bewust voor de Frontline gekozen.