

# RUNNING FRAME

DECEMBER 2020 – NOVEMBER 2022

EINDRESULTATEN VAN HET RUNNING FRAME PROJECT UITGEVOERD DOOR DE HOGESCHOOL UTRECHT (HU), AMSTERDAM UMC, OUDERS, HELIOMARE, DE HOOGSTRAAT, ONS TWEEDE HUIS, JAN VAN RIJN KINDERFYSIOTHERAPIE EN FYSIOTHERAPIE DE MOLENGAARD



## ONTWIKKELDE TOOLS

Het doel van dit project was om jonge kinderen (met ernstige beperkingen) te stimuleren om een frame te gebruiken in het dagelijks leven bijvoorbeeld bij het spelen of wandelen.

Tijdens gesprekken met kinderen, ouders en kindertherapeuten (kinderfysiotherapeuten en kinderoefentherapeuten) hoorden we dat zij vaak enthousiast zijn als ze het frame kennen. Echter we hoorden ook dat nog niet iedereen het frame kent. Daarnaast wordt het frame nog vaak alleen als sporthulpmiddel gezien.

Het instellen van het frame is soms lastig waardoor kinderen bijvoorbeeld zadelpijn kunnen hebben.

Er zijn 4 tools (zie het paarse blok hiernaast) tijdens dit project ontwikkeld: 1) **poster** bijvoorbeeld voor revalidatiecentra of kinderfysiotherapie praktijken die inspireert 2) **kennisclips** die laten zien hoe je het frame kunt instellen en kunt gebruiken, 3) **stickers** voor op het frame met qr codes waardoor je de filmpjes kan zien over het instellen van het frame en 4) **waaier** met foto's en quotes die laat zien wat je allemaal met een frame kunt doen.

Deze tools moeten ervoor zorgen dat 1) iedereen het frame kent 2) duidelijk is wat je allemaal met een frame kunt doen en 3) het instellen van het frame makkelijker wordt.

**Wil jij posters, stickers voor op het frame of waaiers hebben? Dat kan! Mail dan naar [eline.bolster@hu.nl](mailto:eline.bolster@hu.nl)**

## POSTER



## KENNISCLIPS

Bekijk deze [clips](#) als je wilt weten wat je allemaal met een frame kunt doen of [hoe](#) je het frame kan instellen. Er zijn stickers met een qr code die je op het frame kunt plakken waarmee je bij de clips komt.

## WAAIER



## ONTWIKKELDE KENNIS

Het frame kan op verschillende manieren in het dagelijks leven gebruikt worden. Bijvoorbeeld op het schoolplein, op vakantie, tijdens een boswandeling of wanneer de hond wordt uitgelaten. Het frame is dus niet alleen een sporthulpmiddel. Het is belangrijk dat ouders, kinderen en zorgverleners weten dat het frame bestaat en dat ze weten hoe het frame gebruikt kan worden. Het hebben van een eigen, goed ingesteld frame, is een belangrijke bevorderende factor voor het gebruik van het frame.

Kindertherapeuten kunnen zich tijdens de behandeling richten op het verhogen van de motivatie voor bewegen door bijvoorbeeld kinderen en ouders te adviseren en te coachen. Samenwerken met bijvoorbeeld Frame Running trainers kan belangrijk zijn voor de juiste instelling van het frame.

We schrijven op dit moment een artikel over alle resultaten. Mocht je die willen ontvangen als deze is gepubliceerd dan kun je mailen naar [eline.bolster@hu.nl](mailto:eline.bolster@hu.nl)



*“Ze gaat de hele week al met d'r running frame naar school.”*

Ouder

*“Tijdens het buitenspelen of als we een les buiten hebben, zoals een taalles, dan pak ik ook gewoon mijn frame”*

Kind

Dit project is uitgelicht door [HU stories](#). Op deze site kun je door middel van tekst en video's zien wat een frame is, hoe de tools ontwikkeld zijn en hoe studenten betrokken waren bij de ontwikkeling van de schaatsen.

## STUDENTEN PROJECTEN

### BELEVINGSCENTRUM

Vier minor co-design studenten van de HU hadden een belevingscentrum bedacht om framerunnen uit te kunnen proberen. Dit idee bestond ook al bij Frame Running Nederland, oorspronkelijk ontstaan bij de veel te vroeg overleden Harry Jan Keizer. Er is nu een [belevingscentrum!](#)

### ROL VAN DE KINDERTHERAPEUT

Vier studenten van de HU Master Kinderfysiotherapie hebben [kinderen](#), [ouders](#) en kindertherapeuten gevraagd wat helpt bij het leren framerunnen en wat de rol van de kindertherapeut hierbij zou kunnen zijn.

### SCHAATSEN

Schaatsen voor onder het frame ontwikkeld door studenten van de HU Master Next Level Engineering worden nu gebruikt voor de [elfstedentoer](#) georganiseerd door Stichting het Gehandicapte Kind.

### BRIJKBAARHEID TOOLS

Drie studenten van de HU Master Kinderfysiotherapie hebben kinderen, ouders en kindertherapeuten geïnterviewd over het gebruik van de tools. Zij zijn nu de interviews aan het uitwerken.



Buiten spelen



Met de familie op stap