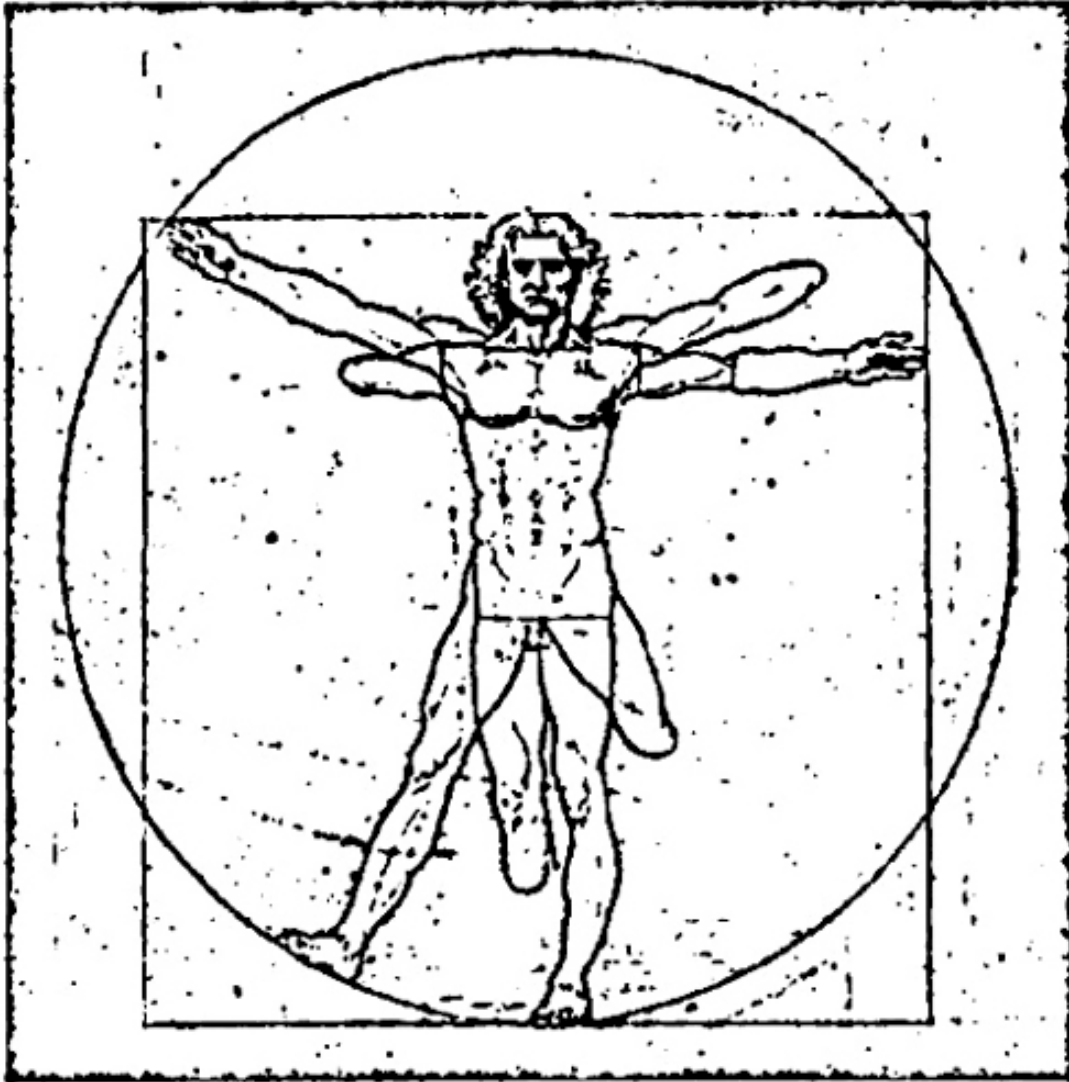


JAARVERSLAG  
Stichting KorterMaarKrachtig  
2010



KORTER MAAR KRACHTIG

## Inhoudsopgave

Doel	3
Bestuur	3
Donateurs	4
Lotgenotencontact	4
-Forum	
-Lotgenotenbijeenkomst	
Voorlichting	7
-Website	
-Folder	
-Nieuwsbrief	
-Media	
-Loopclinic	10
Promotie bij derden	11
Sponsor- en fondsenwerving	11
Contacten met andere organisaties	11
Financieel overzicht	11

## Doel

Stichting KorterMaarKrachtig (KMK) heeft ten doel: belangenbehartiging van (toekomstige) lotgenoten met ledemaatdefecten en gebruikers van arm- en beenprothese of –orthese; vergaren en verstrekken van informatie en ervaringskennis op dit gebied ten behoeve van lotgenoten, bedrijven, instellingen, medici en behandelaars. Organiseren en ondersteunen van evenementen ondersteunende acties en contactmogelijkheden ten dienste van lotgenoten.

Stichting KMK tracht haar doel onder meer te verwezenlijken door het inzamelen van financiële middelen. Stichting KMK beoogt niet het maken van winst.

## Bestuur

Stichting KorterMaarKrachtig is opgericht op 31 augustus 2006. De stichting is op 4 september 2006 ingeschreven bij de Kamer van Koophandel onder nummer 14090885.

De bestuurssamenstelling bij aanvang van het verslagjaar is als volgt:

Mary van Dijk-Jabaay, voorzitter

Appie Rietveld, vice-voorzitter

Mario Sijstermans, secretaris

Mariska Zoontjens, penningmeester

Co Appelman, algemeen bestuurslid

De nieuwe bestuurssamenstelling is:

Mary van Dijk-Jabaay, voorzitter

Appie Rietveld, vice-voorzitter

Mario Sijstermans, secretaris

Mariska Zoontjens, penningmeester

Co Appelman, algemeen bestuurslid

Sylvia Aarts, algemeen bestuurslid



Het dagelijkse bestuur van KMK  
Vlnr Mary, Appie, Mario, Co, Mariska,  
Nog niet op foto Sylvia

In 2010 zijn er 2 bestuursvergaderingen. De bestuursleden hebben daarnaast per e-mail en op het forum regelmatig overleg.

## Donateurs

In 2010 worden 38 personen donateur . Na het storten van minimaal € 25,00 wordt men voor 1 jaar donateur van de stichting. Donateurs hebben gratis toegang tot de KMK-dag en de meeste andere activiteiten. Donateurs krijgen een jaarverslag en de nieuwsbrief ‘Uit de KMK nieuwskoker’.

## Lotgenotencontact

### Forum

Het forum is vanaf 5 juni 2005, toen KMK als particulier initiatief van start ging, het kloppende hart: een internet kennis- en contactruimte voor en door amputatie lotgenoten. Deze lotgenoten treden na registratie op het besloten forum direct met elkaar in contact over hun problemen. Geen “1 op 1” contact met een lotgenoot die misschien niet de juiste input, sfeer of ervaring kan verzorgen: maar een veelheid aan contacten, direct beschikbaar. De kwaliteit en integriteit van de uitgewisselde berichten wordt doorlopend door de mondige controlegroep van 460 deelnemers kritisch getoetst. Een controlegroep waar lotgenoten, medische behandelaars en technici op gelijkwaardige wijze participeren, ieder vanuit eigen ervaringsachtergrond. Via het open deel van het forum wordt niet-forumleden ruimte gegeven om van buitenaf vragen te stellen of verzoeken te doen. Vanuit het forum wordt een openbaar, vrij toegankelijk documentatiecentrum gevuld met behandelde items, die belangrijk kunnen zijn voor niet forumdeelnemers.

Het forum heeft een wisselend ledental, eind 2010 zijn er 460 leden. Er zijn in het verslagjaar 444 nieuwe onderwerpen geopend. In totaal worden 6943 berichten geplaatst.

### Oproepjes

Regelmatig ontvangt KMK oproepjes om mee te werken aan enquêtes, tv-programma's e.d. Deze worden geplaatst op de website en het forum. In 2010 hebben we gehoor gegeven aan de volgende oproepen:

- Oproep deelname KRO Blootgewoon
- Oproep twee Nijmeegse psychiëtestudenten
- Oproep Onderzoek beenlengte onderbeenprothesen studenten Eindhoven
- Oproep student Eindhoven. Ontwikkeling sportprothese.
- Oproep student TU Delft. Verbetering schouderbestuurde armprothese.
- Oproep acteurs zonder ledematen gezocht voor videoclip
- Oproep EO voor het programma Upsite Down
- Oproep KRO Singles

## Lotgenotenbijeenkomsten

*KMK Forum voorjaarsontmoetingsdag 2010*

Zaterdag 17 april vindt op de Hoge Veluwe de jaarlijkse forum ontmoetingsdag plaats.

Een verslag van de dag wordt geschreven door forumdeelnemer Co1b1.

KMK Forumdag 2010, 17 april op “De Hoge Veluwe”

Lentezon zorgde voor een lekker temperatuurtje 's middags tijdens de fietstocht, tegenwind voor verfrissing en extra spier inspanning. Bij een splitsing hielden de vijftien dappere fietsers stil. Linksaf ging de route verder voor totaal 10 kilometer. Rechtdoor het fietspad voor een stevige 25 km. Er werd wat gediscussieerd en gemopperd en uiteindelijk gingen 5 die-hards de uitdaging aan van de langste fietstocht over natuurpark “de Hoge Veluwe”. De anderen kozen voor de verlokking van het zonnige terras en namen de kortere route.

Langs naaldbossen, glooiende zandduinen en uitgestrekte heidevelden voerde de fietstocht. Kunstledematen weerhielden de fietsers er niet van om hun ronde uit te rijden. Hippië in de “rolstoelbakfiets” voortgetrapt door zoon Bas, Joke en Miranda op de tandem, Fred op z'n eigen meerwielige voertuig, Miranda van Voorst

en Co Yu (met speciale custom-made voetconstructie) op de electrofiets en de rest op de vrij beschikbare witte bike's.



De forumdag van KorterMaarKrachtig was al vanaf de binnenkomst van de leden 's ochtends een succes. Niet alleen door het mooie weer. Zeker weten dat een goed humeur van de deelnemers het belangrijkste ingrediënt was van de goede sfeer.

Ze kennen elkaar van eerdere ontmoetingen, de meesten. Voor hen was het duidelijk wat ze konden verwachten.

Nieuwe forummers waren lichtelijk gespannen vanwege het onbekende. De gezichten waren slechts van duimnagelgrote foto's bekend en: zouden “live” contacten echt wel zo leuk zijn als via forumberichten? Ieder had voorpret op een andere manier. Zo verklapte Sylvia Seles bijna geen oog dicht te hebben gedaan, Fred had een luchtig shirt aangetrokken, Lidian een nieuwe zonnebril gekocht en René zijn oorbel blinkend gepoetst.

Geopend werd met het memoreren van de man die we allemaal zouden missen. Op het forum al enige weken en op deze ontmoetingsdag zou het gemis nog pijnlijker worden.

Ik heb het over Sam Lafeber, die samen met zijn vrouw vaste verschijning was op onze bijeenkomsten. Sam, stralende glimlach, vriendelijke opmerkingen, belangstellende gesprekken. Sam is niet meer, op een te vroege leeftijd enige weken eerder plotseling overleden. Hij was op die mooie forumdag 2010 op “de Hoge Veluwe”, zeker voor degenen die hem kenden haast tastbaar aanwezig.

Officieel onderdeel was het overdragen van de wisseltrofee voor de meest populaire KMK'er. Vorig jaar nog de beminlijke Sylvia (Mara), nu waren de meeste stemmen voor de stoere Appie. Met een klinkende zoen wisselde onder luid applaus de Gouden Voet van eigenaar.

De dag werd verder doorgenomen en na mijn opmerking dat forum berichten -hoe leuk ook- nooit het elkaar kunnen horen, ruiken en voelen tijdens een goed gesprek kunnen vervangen, spoedde ieder zich rap naar het terras om nader “in elkaar te knijpen” Hetgeen gelukkig niet te letterlijk werd genomen, hoewel dat met sommige prominent gepresenteerde fysieke voordelen wel moeilijk werd gemaakt.

Er werd vrolijk aangeschoven en rondom sommige terrastafels onstond een grote, gezellige kring. Contacten intenser gemaakt, ervaringen dieper uitgewisseld en er werd hartelijk om elkaars opmerkingen gelachen. Zonder knoppenbord en monitor, lekker live en niet gehinderd door de omslachtige lees- en schrijf barrière is lotgenotencontact zoveel leuker!



Ken je ze, de oerhollandse pannenkoeken-met-stroop? Nou, van het uitgebreid opgediende buffet kon de kale versie zoals we van oma kennen, rijkelijk bedolven worden met bacon, stroop, warme kersen, gember, ananas en weet-ik-veel nog meer. Aan het kleine lichtbruine randje was bij sommigen nog te zien dat er onder de berg beleg nog zuchtend een zielig onderdrukte pannenkoek schuil ging. Geen wonder dat de meesten één, hooguit anderhalve op konden. Sterke verhalen maken gulzig en de ogen waren groter dan de mond... of hoe de tegeltjes wijsheden van Oma ook mogen klinken.

Een enkeling zoals Niels vocht dapper door maar moest zich na het vierde exemplaar uiteindelijk gewonnen geven. Restaurant “de Koperen Kop” trakteerde op een ijsje toe. Sommigen waren begiftigd met een zodanig culinair verfijnde smaak dat ze twijfel hadden bij de houdbaarheidsdatum gezien de taatheid van de koekpuntjes en rakettopjes. Zelf heb ik hier niet zo op gelet.

Na het pannenkoeken festijn viel de groep uiteen in een luie (terrasplakkers), een cultureel/interlectuele (museumsluipers) en een actieve groep (pedalenridders).

Men kon zich vergapen aan de kleurige prenten van Van Gogh en beelden waarbij de betekenis veelal aan de kijkers fantasie werd overgelaten. Een rondje Kröller-Müller museum dus.

Voor de rustelozen en prestatieverslaafden lagen de fietspaden van het park open ter nadere exploratie. De levensgenieters en luien onder ons bleven met hun vacuümophanging aan de terrasstoelen kleven om haast eindeloos door te praten over wat lotgenoten zoal te bespreken hebben met elkaar.

De man met de klok tikt onverbiddelijk verder en de tijd van gaan kwam eerder dan ingeschat. Zo gaat dat altijd bij aangenaam verpozen, toch?

De laatsten vertrokken zo rond half zes weer huiswaarts naar alle mogelijke windrichtingen.

Hoe verschillend ook van achtergrond en ervaring, hoe anders gedachten en meningen ook zijn, voor deze ene dag voelden de bijna 50 bezoekers aan de KMK forumdag 2010 zich door elkaar gewaardeerd, gerespecteerd en begrepen. Verwant in de vechtlust om grenzen te verleggen en tegenslag te overwinnen, Gewoon, ondanks beperkingen het recht op een aangenaam bestaan claimen en kunnen genieten.

En genieten: dát hebben we met z'n allen gedaan op die prachtige lentedag op de Veluwe, ofneethan!

Co 1b1

## Voorlichting

### Website

De website is breed opgezet om iedereen die daarin geïnteresseerd is, op elk mogelijk vlak informatie te geven over welk aspect van ledemaat amputatie, prothesen en orthesen dan ook. De website werft landelijk zo doelmatig en breed mogelijk voor acties en evenementen, biedt mogelijkheden tot sponsoring en ondersteuning, verzorgt nieuws en biedt informatie over alles wat met amputaties en

protheses te maken heeft. De website wordt in 2010 per maand gemiddeld door 1100 unieke en 2800 terugkerende bezoekers bezocht. Per maand worden gemiddeld 3000 pagina's bekeken.



### Folder

In 2010 wordt de full-color folder verder onder de aandacht gebracht van instrumentmakers, maatschappelijk werkenden, artsen en/of fysiotherapeuten met achterlating van weggeef exemplaren. Er wordt goed gebruik gemaakt van de mogelijkheid om via de website folders te bestellen en forumleden verspreiden de folders bij hun behandelcentra. Zo wordt de naamsbekendheid vergroot.

### Nieuwsbrief

Nieuwsbrief. De digitale nieuwsbrief 'Uit de KMK-Nieuwskoker' verschijnt bij speciale gelegenheden of na voldoende mededelingen, maar minstens 4 keer per jaar. Ontvangers vinden hier onder meer een agenda, stichtings mededelingen, compilaties van belangrijke forumberichten, nieuwtjes en verslagen/foto's van activiteiten. 'Uit de KMK-Nieuwskoker' wordt per e-mail verzonden aan donateurs, bedrijven, instellingen, medici, behandelaars en leden van het forum. Het aan- en afmelden is eenvoudig per e-mail.

In 2010 worden maar liefst 4 gewone en 2 speciale edities, van de nieuwsbrief verzonden naar 628 personen en instellingen.

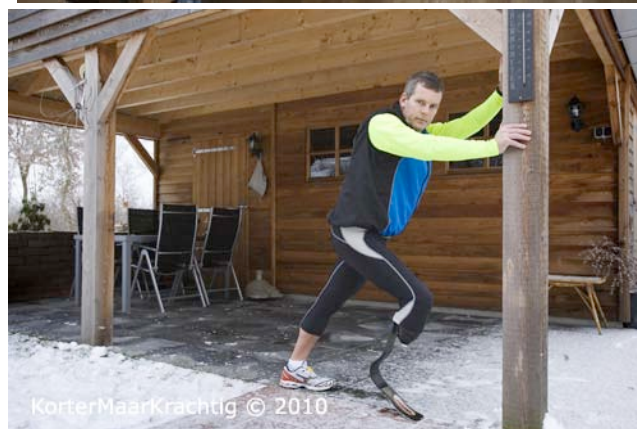
## Media

Foto project Heinz Aebi

Heinz Aebi is student aan de fotoacademie in Groningen.

Als project heeft hij KMK-ers op een respectvolle manier met en zonder prothese gefotografeerd.

[www.heinzaebi.com](http://www.heinzaebi.com)



## Marathon uitgelopen op onderbeenprothese

Rotterdam - Jacco Middelveldt (45) is er als eerste gehandicapte Nederlander in geslaagd een marathon uit te lopen. De atleet uit Wapse schreef daarmee zondag geschiedenis in de marathon van Rotterdam. Middelveldt, lopend met een rechterbeen sportprothese realiseerde een tijd van 4.2438 over de 42.195 km. 'Bij het bereiken van de finish heb ik even naar boven gekeken. Deze triomf draag ik op aan mijn vader die vijf jaar geleden is overleden. Hij zou trots op mij zijn geweest.' Middelveldt moest onderweg behoorlijk afzien door de harde tegenwind. 'Maar ik heb geen moment gedacht aan opgeven.' Aan de finish werd hij opgewacht door zijn echtgenote Ina en zijn zoontjes Kevin en Jeffrey en verdere familie.

Bron: Meppeler Courant

## Opbrengst Epe Cup: Korter maar krachtig

*Perbericht Veluweland 23 juli 2010*

EPE – De naam van de stichting die de opbrengst van de Epe Cup ontvangt kan niet treffender zijn: Korter Maar Krachtig. Een vierde editie die veel korter was dan de organisatie op het oog had met een krachtig einde. Niettemin konden Gerard de Wilde en Dick van der Veen als organiseren van de Epe Cup voorzitter Mary van Dijk-Jabaay en meedenkend lid Wicher Maat van genoemde stichting een bedrag van 1.781 euro overhandigen. “En daar zijn we heel erg blij mee. We kunnen nu een Forumdag organiseren voor mensen die een amputatie hebben ondergaan”, zo luidt hun reactie.

Autoschadebedrijf De Wilde sponsort vanaf het begin het evenement. Het zijn de valide voetballers die een toernooi afwerken waarvan de baten bestemd zijn voor degenen die door hun beperking minder gemakkelijk sport kunnen beoefenen. “Maar waar een wil is, is een weg”, geven Mary en Wicher te kennen. Zelfs mensen die beide (onder)benen of armen verliezen kunnen aan sport doen. Korter Maar Krachtig is een groep enthousiaste actieve en ondernemende mensen die degenen die een ledemaatamputatie ondergingen of met één of meer korte ledematen zijn geboren hun mogelijkheden laten zien. Elkaar stimuleren om er het beste van te maken. De opbrengst is dit keer wat geringer, omdat diverse wedstrijden niet werden gespeeld, een van de organiserende clubs de erbij behorende verloting uit het oog verloor en er door een ontsporing van een van de halve finales geen finale plaats vond.

### Gebaar

De voetballers van KCVO, die buiten hun schuld de finale misten, stonden van hun prijs spontaan 200 euro af voor Korter Maar Krachtig. “We hadden graag tijdens de finale willen laten zien wat je allemaal met een beperking kunt bereiken. Misschien krijgen we daar op een ander moment de gelegenheid voor.” De deelnemende clubs aan de Epe Cup beraden zich na de uit de hand gelopen 4e editie of ze het toernooi in gewijzigde vorm kunnen voortzetten. Wellicht verkorte partijtjes op één dag. En dan kunnen de mensen van Korter Maar Krachtig een demonstratie geven. Autoschadebedrijf De Wilde, die tevens het schoolvoetbaltoernooi als grootste sportevenement overeind houdt, wacht de uitkomst van het overleg af.

Foto: Mary en Wicher dagen de valide sporters met prothesen uit te midden van de organisatie



## Loopclinic op de 2<sup>e</sup> dag opening OTH in Utrecht

Verslag geschreven door Appie Rietveld

Dag 2 is natuurlijk vele malen mooier, want hier draait het allemaal om, de klanten en geïnteresseerden. Voor de klanten is het natuurlijk allemaal gedaan. Deze dag werd geopend met een praatje van Marcel Conradi, de directeur van de orthopedietechniek. Zijn hele team stond samen op het podium. In totaal zo'n 30 man en ze bedienen niet minder dan 1200 honderd prothese klanten. Als je dat aantal hoort begrijp je ook meteen de grote van de werkplaats, en groot is hij.

Het was werkelijk een drukte van belang, de klanten konden de gehele werkplaats bekijken, uitleg krijgen over technieken en zien hoe bepaalde zaken in de praktijk gaan. Je kon een loopanalyse laten maken, met videobeelden en druk-afwikkel-meting. Voor kinderen waren diverse activiteiten georganiseerd. Over de hele dag werd iedereen rijkelijk voorzien van hapjes en drankjes. Natuurlijk stond er een KMK-stand die werd bemand door Mariska, Mary en Niels. Zij hebben heel veel bekende en onbekende mensen gesproken. Wij hadden overal onze tafelvlaggetjes neergezet en elke tafel voorzien van wat folders. Het leukste waren natuurlijk de loopclinic's die we organiseerden. Niet omdat wij dat deden, maar gewoon de sfeer die er dan hangt, en dat voel je en merk je. Voor de eerste clinic hadden zo'n 12 mensen aangemeld. Frank begon zijn verhaal over looptechnieken en toen konden we aan de slag. Het waren echter geen 12 mensen die meededen, de groep was meteen al gegroeid tot 25 man.

Zoals Frank betaamt is geen 1 clinic hetzelfde, alleen het doel is dat natuurlijk wel. De groep kon lekker aan de slag met alle verschillende oefeningen en al snel werd er flink gezweet. Jacco, Niels en ik liepen erbij, deden oefeningen voor en konden laten zien wat er mogelijk is. Ook konden we vragen beantwoorden en zo mensen van info voorzien. Het werd een lange clinic van zo'n 2 ½ uur, waarbij aan het eind ook wat video beelden werden getoond wat er kan worden bereikt met training. Al met al was het een drukte van belang, er zat zo'n 75 man te kijken dus het werd ook lekker warm in de sportzaal. In ieder geval waren de deelnemers erg enthousiast en is het ook leuk om te zien dat er bij een clinic steeds vaker fysiotherapeuten van verschillende revalidatiecentra komen kijken wat we nu precies doen en hoe we dat bereiken. Die zijn duidelijk geïnteresseerd in hun werk en dat is vooruitgang.



Na de lekker lunch was het tijd voor de 2e clinic. Deze was met 8 mensen duidelijk kleiner dan de 1e clinic. Het werd sowieso al wat rustiger op de open dag. Voordeel hiervan was wel dat we de deelnemer meer aandacht konden geven. De sfeer was er niet minder om en ook hier is weer behoorlijk gezweet. En weer hebben Frank, Jacco en ik verschillende mensen uitleg kunnen geven en ondersteuning kunnen bieden.

Het mooie op zo'n dag is dat je weet dat je niet alleen bent en dat anderen je al zijn voorgegaan.

De boodschap is vaak dat je een hoop kan bereiken, maar dat je er ook een hoop voor moet doen. De 2-2 ½ uur die deze loopclinic's duurden zijn niet genoeg om mensen een nieuw looppatroon aan te leren. Hopelijk is

het wel een zet om aan te geven dat er meer kan of veiliger en functioneler gelopen kan worden. Al met al was het een bere gezellige dag. Ik dank De Hoogstraat dat we aanwezig mochten zijn en wens ze veel succes en plezier met hun werkelijk fantastische nieuwe werkplaats.

Appie Rietveld

## Promotie bij derden

Op 12 mei was KMK aanwezig op de orthopedie und Reha techniek Beurs in Leipzig

Op 26 oktober was KMK aanwezig bij het Loth symposium in Breda

Op 30 oktober was KMK aanwezig bij de opening van ProReva in Zwolle

Op 3 november was KMK aanwezig bij het Loth symposium in België

Op 12 november was KMK aanwezig bij het VRA-jaarcongres van de VRA

## Sponsor- en fondsenwerving

### *Partners*

In 2010 verlengen 2 bedrijven hun partnerschap. Marcel Conradi (directeur Orthopedietechniek De Hoogstraat, Utrecht) en Gerrit Visser (directeur Loth/Fabenim B.V., Nieuwegein) hebben ons tot en met 1 september 2011 wederom hun financiële, organisatorische en vaktechnische steun toegezegd.

### *Sponsors*

Met letselschade advocaat mr. Maarten Spronck van Nysingh advocaten, Apeldoorn is wederom een sponsorovereenkomst gesloten tot en met 2011. Ook Altijd Balans, Gigagifts, Wima Adviseurs en Double Performance sponsoren de stichting.

Wij mogen weer een nieuwe sponsor verwelkomen. POM Nijmegen is als tweede bedrijf een second opinion bedrijf geworden voor KorterMaarKrachtig. Wij zijn er heel erg blij mee.

## Contacten met andere organisaties

### *Landelijke Vereniging van Geamputeerden (LVvG)*

De LVvG is onze zusterorganisatie. KMK wil graag een nauwe samenwerking en wederzijdse ondersteuning op een zo breed mogelijk vlak. In de praktijk is gebleken dat beiden verschillend en slechts gedeeltelijk een niet overlappend deel van de doelgroep aanspreekt. Samenwerking vergroot dus de bereikte groep lotgenoten in het land, die informatie ondersteuning nodig hebben om weer zo goed mogelijk te kunnen functioneren in de maatschappij. KMK vervult nu al een doorverwijsfunctie voor wat betreft bijvoorbeeld juridische zaken en biedt de vereniging presentatieruimte en een link op de website.

### *Stichting De Benen Nemen*

De Benen Nemen is een stichting die zich richt op lotgenoten in ontwikkelingsgebieden.

### *Werkgroep Fysiotherapie en Amputatie (WFA)*

De WFA draagt vakkennis betreffende amputatie van de onderste extremiteiten uit dmv. info-bijeenkomsten, workshops en symposia voor de vakgroep en derden. Binnen het lotgenoten forum van KMK kunnen specifieke vragen rijzen die betrekking hebben op behandeling binnen de discipline fysiotherapie. Via één contactpersoon kan men deze vragen voorleggen aan de WFA.. KMK biedt op zijn beurt de WFA de mogelijkheid de forumleden te raadplegen, bijvoorbeeld voor onderzoeken e.d.

## Financieel overzicht

Het financieel jaarverslag is op aanvraag beschikbaar. Hiervoor mailt u naar: [Bestuur@kortermaarkrchtig.nl](mailto:Bestuur@kortermaarkrchtig.nl).