

Gekrenkte trots



↑ LISANNE BALK

Gekneusde ribben, een gebroken heup en een bloedneus. Dat is wat een mijn kennis Kees overhield aan zijn laatste fietstocht. Maar er was nog iets anders geknakt bij Kees, iets wat hij nog veel erger vond. Zijn trots.

Kees is 74, ietwat mager, maar naar eigen zeggen nog 'best wel fit'. Vorige maand stapte hij op zijn net nieuw gekochte e-bike en na nog geen twee meter ging het mis. Bij het opstappen was hij éven de balans kwijt. Daar lag hij. Precies geland op een niet zo vergevingsgezind stoepje, en de ambulance was al onderweg.

Kees is zeker niet de enige. Ieder jaar lopen ruim 6.000 fietsers van 60+ ernstig letsel op door een fietsongeval. Toen ik tegen Kees begon over het aanschaffen

van een fiets met een lage instap ('een damesfiets? Nergens voor nodig') kon ik maar op weinig enthousiasme rekenen. En juist dat is de reden waarom er actie nodig is. Bestaande interventieprogramma's (bijvoorbeeld fietslessen of voorlichting) richten zich meestal niet op types als Kees, maar op zijn vrouw Marja. Marja houdt ook van fietstochtjes, vooral met onderweg een 'bakkie en appeltaartje', maar is als de dood dat ze valt. Ze ontwijkt daarom drukke kruispunten en slecht verlichte straatjes. Marja is zich al zo bewust van het risico, dat ze geen risicogroep meer is.

Vanuit het Ministerie van Infrastructuur en Waterstaat loopt er nu een nieuw programma; Doortrappen. Doortrappen is anders dan bestaande programma's omdat het zich in eerste instantie richt op de 'Kezen' onder ons. Het uiteindelijke doel is uiteraard om te voorkomen

dat Kees een fietsongeval krijgt, maar de eerste stap is om Kees bewust te maken van het risico. Pas daarna zal Kees misschien van de fietsenmaker horen dat het goed zou zijn om een fiets met lage instap te nemen. Of benoemt zijn fysiotherapeut dat een fietsles best zou kunnen helpen.

Doortrappen is een landelijk programma, dat wordt uitgevoerd binnen gemeenten. Daar worden de ouderen bereikt op plekken waar ze toch al komen. Alleen geldt dit niet voor Kees, want die mag met zijn gebroken heup voorlopig nog niet naar huis.

Lianne Balk is onderzoeker bij het Mulier Instituut en betrokken bij de monitoring en evaluatie van het programma Doortrappen. Voor meer informatie over het onderzoek: <https://www.mulierinstituut.nl/producten-diensten/beleidsondersteunend-onderzoek/interventies>