

# Liefde is... samen revalideren

## Wielerkoppel Bart De Clercq en Sofie De Vuyst vechten na zware blessures samen terug

Eerst reed Sofie De Vuyst (30) tegen een bus toen brak haar vriend Bart De Clercq (31) heen bij een stomme val op training. Er volgde een telefoontje naar de ziekenhuisarts: "Hoe zit het met de afname van de pijn? Het is nu niet meer zo erg, maar de pijn is nu samen bij de kiner van Omloop." Hij: "Ik hoop dat het snel gaat."

Zij zit aan het stuur, de passagiersstoel houdt de deur van de praktijk open, binnen op knieën, laatste stap, hij fietst op de training, maar ze is wel een beetje sprong. Het ongeval was niet zo erg, maar ze is nu samen bij de kiner van Omloop. Hij: "Ik hoop dat het snel gaat."

### BART DE CLERCQ

**Ik moest haar voeden als een baby, want ze kon heel moeilijk eten. In het begin was dat papjes maken, broccoli mixen**

dateert al van juni vorig jaar. Erover praten is nog altijd lastig, ergaar luisteren net zo goed. "Twee dagen voor het BK tijdrijden was ik aan het trainen op mijn vaste parcours. Ik had vier rondjes gedaan en wilde terugkeren naar huis. Tot ik ineens dacht: Misschien nog één keer testen. In het vijfde rondje stond plots een bus langs de kant van de weg. Ik zag hem nog helemaal op het eind, maar in de tijdrijdpositie kon ik niet meer rogeren. Ik ben er vol tegenaan gereden."

Ik heb er met de juiste mensen over gepraat."

### Laagje vat

Vriend Bart, vanop de bometrainer: "Sofie belde na het ongeval zelf en daarom dacht ik dat het niet supererg was. Een paar blutsen en bullen. Misschien de fiets kapot. Maar toen kwam ik ter plaatse: haar hoofd in een plas bloed, haar gezicht bedekt, rond de

een steunkraag. Het op mijn armen kwam

de dokters hebben hoe het kan. Het bewust-zingsrang. Ik dacht: Ik anders bellen. Ik bellen."

Lightning never strikes twice, gaat het gezegde. Maar niet in het wielrennen. "Dat had ik meteen gezegd na de val van Sofie", aldus Bart. "Het is erg wat er gebeurd is, het zou niet mogen gebeuren, maar het had opnieuw gebeuren. Misschien val ik ook over een maand of zo."

En dik een half jaar later was het zo-

ver. Sofie zat net opnieuw op de koerfiets en trainde samen met Bart in de buurt van Flobeek. "We hadden net een klim gedaan. Ik had boven wat voorsprong op Sofie en wilde een U-bocht maken naar haar toe. Het soort bocht dat ik duizend keer eerder heb gemaakt. Ik reed letterlijk vijf per uur. Stupanelheid."

Maar ik zat op een nieuwe fiets met nieuwe banden, waar een klein laagje vet op kan liggen. Dat is misschien een factor geweest. Mijn voorwiel gleed weg en ik lag op de grond.

»Bart en Sofie trauken steevast samen maar de kinerstom om te revalideren. »Maar ik word er ambetant van als Sofie me wil helpen, ik wil zelfstandig zijn en niet betutteld worden."



Ik voelde meteen pijn, probeerde op te staan, maar zakte opnieuw door mijn benen. Ik lag in het midden van de straat, ternaauwer-nood heb ik me tien centimeter kunnen verplaatsen."

Sofie: "Op het moment van de val was ik in paniek. Het eerste wat ik deed was om te roepen. Het eerste wat ik deed was om te roepen."

Ik heb er met de juiste mensen over gepraat."

want hij is a. klager. Bart koud, maar ik wist ik moest reageren. duurde ook heel lang van de hulpdiensten ter plaatse waren. We zaten net op de grens tussen Henegouwen en Oost-Vlaanderen. Ik heb drie keer moeten bellen."

Het hele proces van revalidatie dat Sofie had doorge-maakt, begon zo op-nieuw voor Bart.

"Ik heb de eerste vier maanden na het ongeval op de beneden-verdieping gele-gen in een ziekenhuisbed", zegt Sofie. "Dat waren ze net komen halen. Ik mocht dus bellen. Ja, breng maar te-rug. Nou, nu is het voor Bart." (lacht)

Bart: "Dat is ons ge-luk geweest. Enfin, ge-luk. (lacht) Maar stel dat het op hetzelfde moment was ge-beurd, dan hadden we elkaar niet eens kunnen helpen."

Nu hadden ze net wel heel veel aan elkaar. "Als koppel

sijn we er goed doorgeko-men", zegt Sofie. "Niet e-vident, want ondertussen wa-ren we ook nog een huis na het kopen. (lacht) Ik wist dat Bart een goede kok was, maar hij heeft me na het on-geval ocht verwend."

Bart: "Ik moest haar voede-ren als een baby bijna, want ze kon heel moeilijk eten. In het begin was dat papjes

Ik ben nu ook opnieuw be-ginnen te werken."

Bart: "Financieel heb ik meer omfout. Ik heb twee jaar contract, dus dat heeft me wat marge. Al geeft het wel een slecht gevoel dat mijn nieuwe ploeg Wanty-Groupe Gobert nu niet op mij kan rekenen."

Sofie: "We hebben allebei ons diploma. We moesten ons op zich geen zorgen ma-ken over het leven erna. Maar die microbe om te koersen is hardnekkig."

Prijngans

En zo kijken ze nu allebei alweer hoopvol het nieuwe seizoen tegemoet. Bart haalt - nog altijd zonder weer-stand - weer negentig om-wentelingen op de home-diner. Hij hoopt klaar te zijn voor de Tour de Fran-ker straks opnieuw te zijn bij de con-ding van de Tour. Wat tekenen dat ik in de toekomst moet zijn voor de

Sofie: "Ik hoop dat hij erbij kan zijn. Bart is altijd heel snel in vorm."

Bart: "Alle signalen zijn goed: de breuk staat mooi op elkaar, precies zoals de dok-tors willen. Maar hoe het bloedvat beschadigd is ge-weest, hoe het herstelt, dat zien ze nu nog niet."

Sofie: "Het enige wat ik lastig vond met die breuken in bed, was jou zien vertrek-ken naar training."

Bart: "Dat is erg confron-tend, ja. Ik heb dat nu ook. Jij vertrekt en ik denk: Ik wil ook vier uur trainen."

Sofie: "Dat is erg confron-tend, ja. Ik heb dat nu ook. Jij vertrekt en ik denk: Ik wil ook vier uur trainen."

Ik heb er met de juiste mensen over gepraat."

Sofie: "Ik hoop dat hij erbij kan zijn. Bart is altijd heel snel in vorm."

Bart: "Alle signalen zijn goed: de breuk staat mooi op elkaar, precies zoals de dok-tors willen. Maar hoe het bloedvat beschadigd is ge-weest, hoe het herstelt, dat zien ze nu nog niet."

Sofie: "Het enige wat ik lastig vond met die breuken in bed, was jou zien vertrek-ken naar training."

Bart: "Dat is erg confron-tend, ja. Ik heb dat nu ook. Jij vertrekt en ik denk: Ik wil ook vier uur trainen."

Sofie: "Dat is erg confron-tend, ja. Ik heb dat nu ook. Jij vertrekt en ik denk: Ik wil ook vier uur trainen."

Sofie: "Dat is erg confron-tend, ja. Ik heb dat nu ook. Jij vertrekt en ik denk: Ik wil ook vier uur trainen."

Sofie: "Dat is erg confron-tend, ja. Ik heb dat nu ook. Jij vertrekt en ik denk: Ik wil ook vier uur trainen."

Sofie: "Dat is erg confron-tend, ja. Ik heb dat nu ook. Jij vertrekt en ik denk: Ik wil ook vier uur trainen."

Sofie: "Dat is erg confron-tend, ja. Ik heb dat nu ook. Jij vertrekt en ik denk: Ik wil ook vier uur trainen."

Sofie: "Dat is erg confron-tend, ja. Ik heb dat nu ook. Jij vertrekt en ik denk: Ik wil ook vier uur trainen."

Sofie: "Dat is erg confron-tend, ja. Ik heb dat nu ook. Jij vertrekt en ik denk: Ik wil ook vier uur trainen."

# Liefde is... samen revalideren

**Wielerkoppel Bart De Clercq en Sofie De Vuyst vechten na zware blessures samen terug**

*Eerst reed Sofie De Vuyst (30) tegen een bus en toen brak haar vriend Bart De Clercq (31) zijn dijbeen bij een stomme val op training. Er volgde al gauw een telefoontje naar de ziekenkas: 'Het ziekbed dat opgehaald werd, kan dat misschien teruggebracht worden?' Na veel miserie revalideren ze nu samen bij de kinesist. Zij: "Ik hoop op de Omloop." Hij: "Ik hoop op de Tour." / Jan-Pieter de Vlieger*

Ik moest haar voederen als een baby, want ze kon heel moeilijk eten. In het begin was dat papjes maken, broccoli mixen. Zij zit aan het stuur, hij op de passagiersstoel. Zij houdt de deur van de kinepraktijk open, hij piktelt binnen op krukken. Zij doet lastige stabilisatieoefeningen met Redcord-touwen, hij fietst rustig op de hometrainer. Zonder weerstand voorlopig nog. Sofie De Vuyst en Bart De Clercq revalideren weliswaar samen, maar zij heeft in haar herstel een straatlengte voorsprong.

# Liefde is... samen revalideren

Het ongeval van De Vuyst dateert al van juni vorig jaar. Erover praten is nog altijd lastig, ernaar luisteren

net zo goed. “Twee dagen voor het BK tijdrijden was ik aan het trainen op mijn vaste parcours. Ik had vier rondjes gedaan en wilde terugkeren naar huis. Tot ik ineens dacht: Misschien nog één keer testen. In het vijfde rondje stond plots een bus langs de kant van de weg. Ik zag hem nog helemaal op het eind, maar in de tijdrtritpositie kon ik niet meer reageren. Ik ben er vol tegenaan gereden.”

De impact was enorm, de schade navenant: “Een schedelbreuk, vier gebroken ruggenwervels, een gebroken nekwervel, zes gebroken tanden, een gebroken kaakbeen.”

Vandaag blijft er wonder boven wonder alleen een klein litteken aan haar jukbeen over. Tenminste, dat is wat je kan zien van buitenaf. “Mentaal zal er ook altijd wel een litteken blijven”, zegt Sofie. “Al is het nu al veel beter dan in het begin. Ik heb er met de juiste mensen over gepraat.”

Laagje vet

Vriend Bart, vanop de hometrainer: “Sofie belde na het ongeval zelf en daarom dacht ik dat het niet supererg was. Een paar blutsen en builen. Misschien de fiets kapot. Maar toen kwam ik ter plaatse: haar hoofd in een plas bloed, haar gezicht bedekt, rond de nek een steunkraag. Het haar op mijn armen kwam recht.”

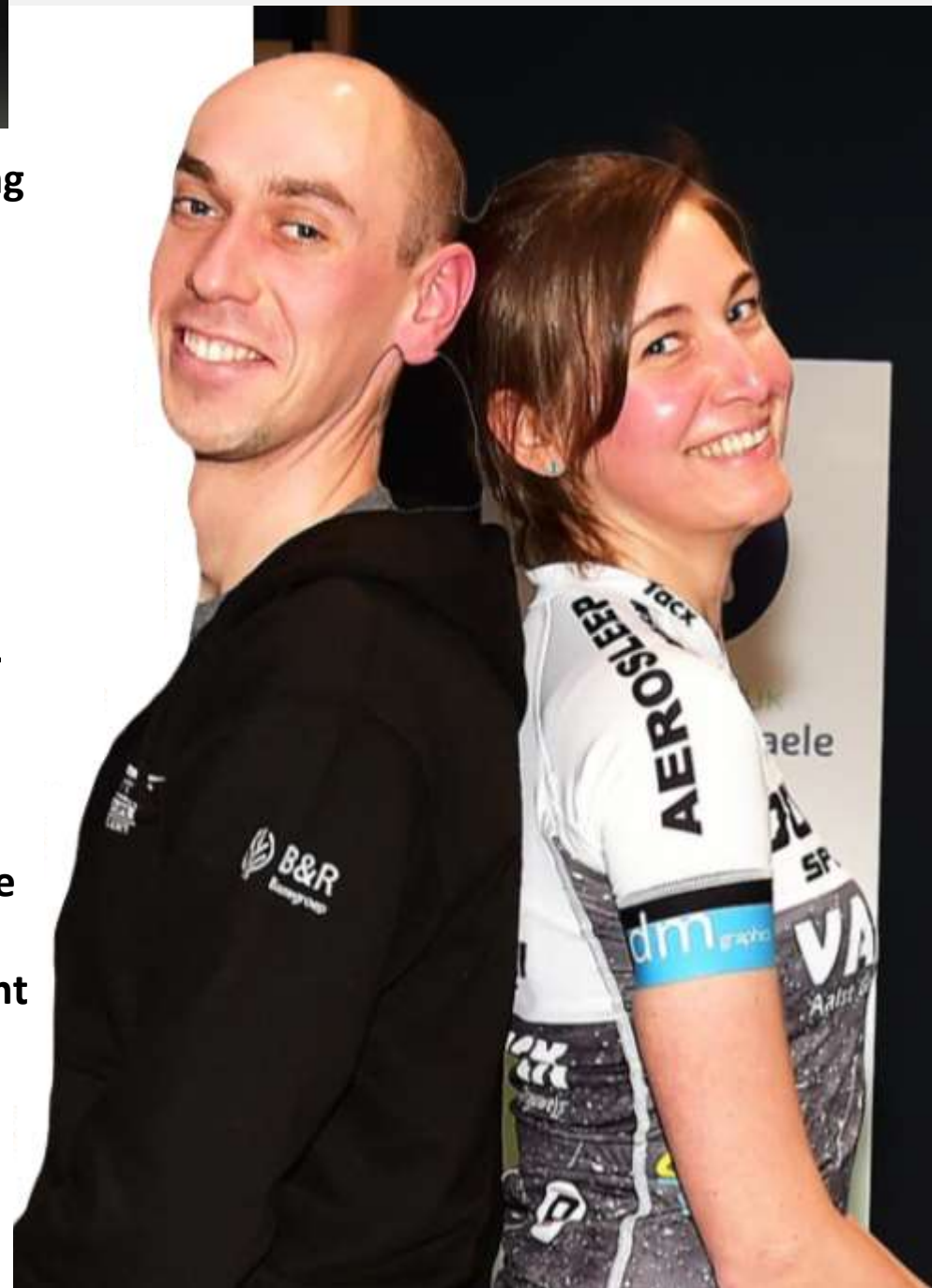
Sofie: “De dokters hebben nooit begrepen hoe het kan dat ik niet buiten bewustzijn was. Overlevingsdrang waarschijnlijk. Ik dacht: Ik moet mijn ouders bellen. Ik moet Bart bellen.”

# Liefde is... samen revalideren

**Bart: “Voor hetzelfde geld zat Sofie levenslang in een rolstoel. Gezien de smak die ze heeft gemaakt, is ze er ongelooflijk goed uitgekomen.”**

**Lightning never strikes twice, gaat het gezegde. Maar niet in het wielrennen. “Dat had ik meteen gezegd na de val van Sofie”, aldus Bart. “Het is erg wat er gebeurd is, het zou niet mogen gebeuren, maar het kán opnieuw gebeuren. Misschien val ik ook over een maand of zo.”**

**En dik een half jaar later was het zover. Sofie zat net opnieuw op de koersfiets en trainde samen met Bart in de buurt van Flobecq. “We hadden net een klim gedaan. Ik had boven wat voorsprong op Sofie en wilde een U-bocht maken naar haar toe. Het soort bocht dat ik duizend keer eerder heb gemaakt. Ik reed letterlijk vijf per uur. Stapsnelheid.”**



**SOFIE DE VUYST**



**"Als koppel zijn we er goed doorgekomen. Niet evident, want ondertussen waren we ook nog een huis aan het kopen"**

**Liefde is... samen revalideren**

**"Maar ik zat op een nieuwe fiets met nieuwe banden, waar een klein laagje vet op kan liggen. Dat is misschien een factor geweest. Mijn voorwiel gleed weg en ik lag op de grond. Ik voelde meteen pijn, probeerde op te staan, maar zakte opnieuw door mijn benen. Ik lag in het midden van de straat, ternauwernood heb ik me tien centimeter kunnen verplaatsen."**

**Sofie: "Op het moment van Barts val was ik in paniek. Natuurlijk komt wat je zelf hebt meegemaakt dan terug. Ik zag dat het ernstig was, want hij is allesbehalve een klager. Bart had pijn en koud, maar ik wist niet hoe ik moest reageren. Het duurde ook heel lang voor de hulpdiensten ter plaatse waren. We zaten net op de grens tussen Henegouwen en Oost-Vlaanderen. Ik heb drie keer moeten bellen."**

**Het hele proces van revalidatie dat Sofie had doorgemaakt, begon zo opnieuw voor Bart. "Ik heb de eerste vier maanden na het ongeval op de benedenverdieping gelegen in een ziekenhuisbed", zegt Sofie. "Dat waren ze net komen halen. Ik mocht dus bellen: Ja, breng maar terug. Neen, nu is het voor Bart." (lacht)**

**Bart: "Dat is ons geluk geweest. Enfin, geluk. (lacht) Maar stel dat het op hetzelfde moment was gebeurd, dan hadden we elkaar niet eens kunnen helpen."**

**Nu hadden ze net wel heel veel aan elkaar. "Als koppel zijn we er goed doorgekomen", zegt**

**“ Ik moest haar voederen als een baby, want ze kon heel moeilijk eten. In het begin was dat papjes maken, broccoli mixen**

**Liefde is... samen revalideren**

**Sofie. “Niet evident, want ondertussen waren we ook nog een huis aan het kopen. (lacht) Ik wist dat Bart**

**een goede kok was, maar hij heeft me na het ongeval echt verwend.”**

**Bart: “Ik moest haar voederen als een baby bijna, want ze kon heel moeilijk eten. In het begin was dat papjes maken, broccoli mixen. Of smoothies met banaan en melk. En af en toe een ijsje als beloning, waarbij de grote uitdaging was om het op te hebben voor het helemaal was gesmolten.” (lacht)**

**Sofie: “Alleen jammer dat ik nu niet hetzelfde mag doen voor hem. Ik wil hem helpen, zijn kousen aandoen en zo.”**

**Bart: “Maar ik word daar ambetant van. Ik wil zelfstandig zijn en niet betutteld worden. Ik heb het lastig als mensen zeggen: Bart, zou je dat wel al doen? Als het geen pijn doet, wel já.”**

**Sofie: “Het enige wat ik lastig vond met die breuken in bed, was jou zien vertrekken naar training.”**

**Bart: “Dat is erg confronterend, ja. Ik heb dat nu ook. Jij vertrekt en ik denk: Ik wil ook vier uur trainen.”**

**Sofie dacht er lang over na om inderdaad gewoon te stoppen. “Maar Bart gaf me de raad om niet meteen te beslissen. Natuurlijk zijn er veel argumenten om te stoppen. Mama is nu nog altijd bang als ik zelfs maar ga trainen.**

**Dan moet ik na afloop altijd een berichtje sturen. Als vrouw is zo'n ongeval ook moeilijker dan als man. Wij hebben geen loon waarvan je kan rondkomen. Ik ben nu ook opnieuw beginnen te werken.”**

**Bart: “Financieel heb ik meer comfort. Ik heb twee jaar contract, dus dat heeft me wat marge. Al geeft het wel een slecht gevoel dat mijn nieuwe ploeg Wanty-Groupe Gobert nu niet op mij kan rekenen.”**

**Sofie “We hebben allebei een diploma. We moeten ons op zich geen zorgen maken over het leven erna. Maar die microbe om te koersen is hardnekkig.”**

**Pijngrens**

**En zo kijken ze nu allebei alweer hoopvol het nieuwe seizoen tegemoet. Bart haalt - nog altijd zonder weerstand - weer negentig omwentelingen op de hometrainer. Hij hoopt klaar te raken voor de Tour de France. “Als er straks opnieuw goed nieuws is bij de controle, wil ik graag een doel maken van de Tour. Wat dan zou betekenen dat ik in feite klaar moet zijn voor de Dauphiné.”**

**Sofie: “Ik hoop dat hij erbij kan zijn. Bart is altijd heel snel in vorm.”**

**Bart: “Alle signalen zijn goed: de breuk staat mooi op elkaar, precies zoals de dokters willen. Maar hoe het bloedvat beschadigd is geweest, hoe het herstelt, dat zien ze nu nog niet.”**

**Sofie hoopt volgend weekend al haar wederoptreden te maken in het Omloop Het Nieuwsblad: “Ik mag koersen, maar de dokter adviseerde me om pas in april de competitie te hervatten. De Omloop passeert in Herzele, bijna aan ons deur. Emotioneel wil ik het heel graag doen, maar ik weet niet of het echt verstandig is. Misschien zal ik nog eens overleggen met mijn coach.” Die coach is natuurlijk vriend Bart, master in de lichamelijke opvoeding. “Mijn job is vooral om haar af te remmen, dus ik kan de kwestie Omloop al redelijk inschatten. Dat gaat gewoon een ja worden.” (lacht) / Jan-Pieter de Vlieger ■**