

**NIEUWSBRIEF 5**

Strijdt u met ons mee?

**Foppe van Berkel gaat Alpe d' Huez beklimmen**

Ons hart begint al sneller te kloppen, de spanning begint al langzaam toe te nemen, de inpak stress is er ook al een beetje, de laatste trainingen worden afgewerkt, op school worden alvast de cito-toetsen gemaakt die voor volgende week gepland staan, kortom de Van Berkeltjes zijn volop bezig met de laatste voorbereidingen voor ons avontuur waar we al een jaar naar aan het toe leven zijn. Nog maar een week en dan is het zover, om precies te zijn, donderdag 7 juni 2018 is onze dag waarop we gaan proberen de berg te verslaan.

**OPGEVEN IS GEEN OPTIE!**

Steun Foppe klik op  
deze [link](#)



Steun Moniek klik op  
deze [link](#)



Voor meer info ga  
naar  
[www.vanberkeltjes.nl](http://www.vanberkeltjes.nl)



Herstel van Foppe  
lees verder op  
pagina 2



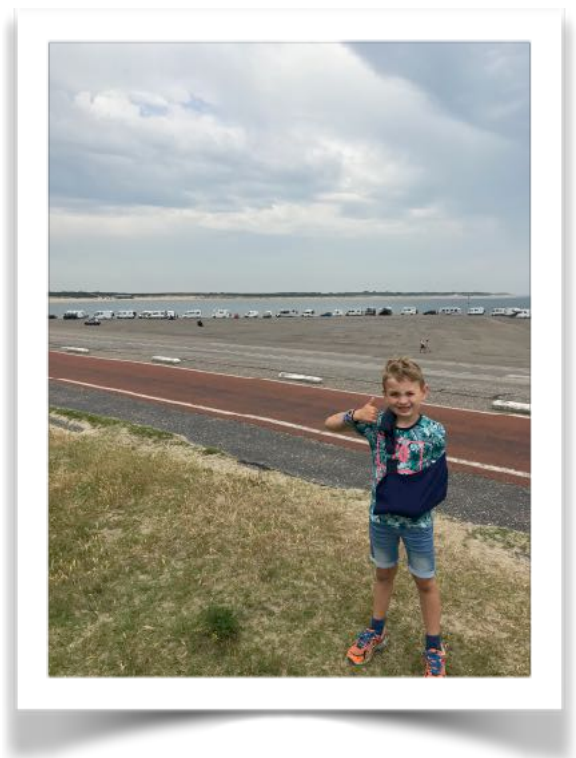
Meer over de berg  
lees verder op  
pagina 2



Ons volgen lees op  
pagina 5 hoe.

## Herstel van Foppe

De vraag gaat ie het halen hebben we de afgelopen weken veel gehoord, leuk hoor al het medeleven. We weten het niet. We zijn een beetje aan het trainen geweest met wandelen omdat het herstel niet helemaal verloopt zoals gehoopt. Dat wil zeggen Foppe heeft nog regelmatig last van zijn (gebroken) sleutelbeen. We hebben aantal opties voor de dag zelf. Op 4 kilometer onder de top, dus na ongeveer 10 km zit Erik Raeijmaekers met zijn gezin. Hij heeft hier een huis gehuurd voor deze dagen. Zelf gaat hij ook de uitdaging aan deze dag. In ieder geval **SUCCES ERIK**, we komen elkaar vast tegen onderweg! We kunnen dus spullen bij hem leggen die dag, zoals bijvoorbeeld de fietsen. We zouden dan de eerste 10 km kunnen lopen en de laatste 4 km kunnen fietsen, of andersom, of geheel fietsen, of geheel lopen. We gaan 30 mei nog naar de fysio, hij zal de mobiliteit van de schouder bekijken en een advies geven over hoe of wat. Daarnaast gaan we in de week zelf nog naar de medische post om te controleren hoe het herstel is. **Een ding is een feit, we komen boven**. We hopen op de fiets maar lopen lijkt ons ook en mooie belevenis!



## Alpe d' Huez, de Berg

De Nederlandse berg, zo wordt de berg ook wel genoemd. Eerst een aantal feiten over de berg:

* Hoogte	* 1860 meter
* Breedtegraad	* 45° 09'
* Lengtegraad	* 6° 07'
* Lengte	* 13,8 km
* Startplaats	* Bourg d' Osians
* Gemiddelde stijging	* 7.9%
* Maximale stijging	* 11,5 %

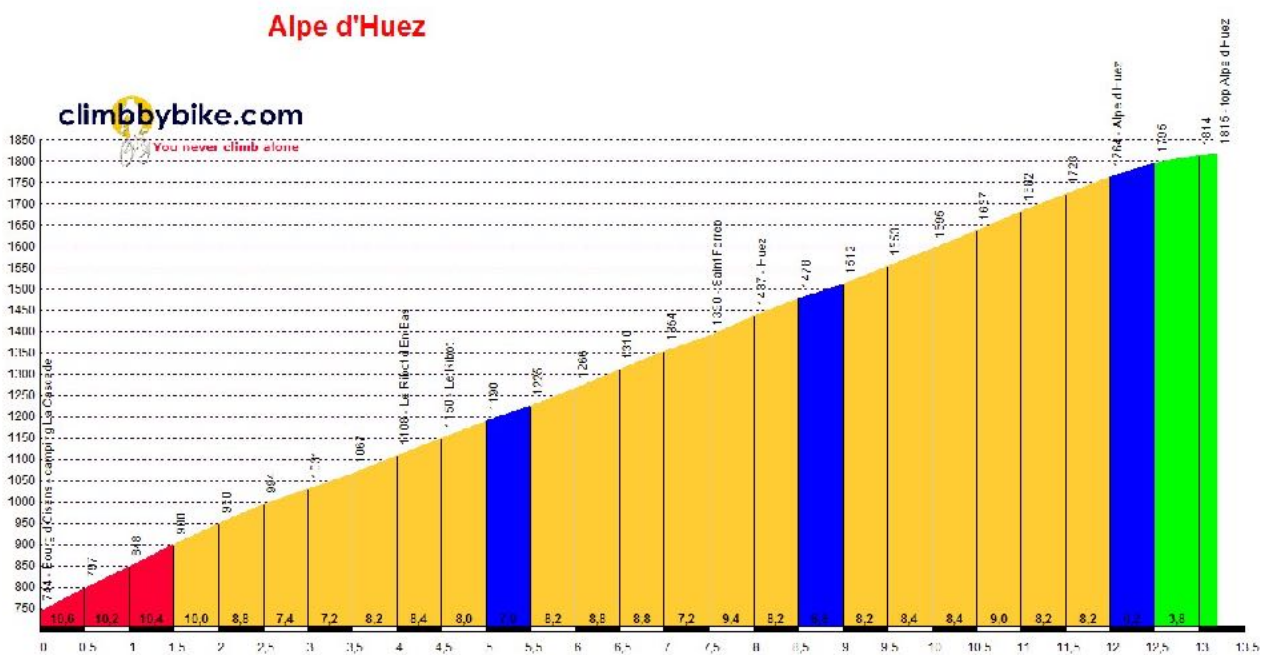
Tekst wikipedia:

Alpe d'Huez was 27 keer finishplaats in de Ronde van Frankrijk. De beklimming begint in het dorp Le Bourg d'Oisans is 13,8 km lang en heeft stijgingspercentage van 7,9 %. In totaal worden 1061 hoogtemeters overbrugd. De berg werd voor het eerst beklommen in de ronde van 1952 in de 10e etappe (Lausanne – Alpe d'Huez) en werd gewonnen door Fausto Coppi. Het was de eerste tourrit ooit

waarbij de aankomst boven op een berg lag. De aankomst lag toen nog in het dorpje Huez, ongeveer halweg de klim die nu tot de top wordt beklommen. De berg werd voor het laatst beklommen in de Ronde van Frankrijk 2013. De snelste beklimming staat sinds de Tour van 1997 op naam van Marco Pantani met een tijd van 37.35 minuten.

De klim telt 21 officieel genummerde haarspeldbochten. Bovenaan de berg ligt bocht één en onder aan de berg bocht 21. In elke bocht is een bord met de vermelding van één of twee etappewinnaars op de Alpe d'Huez (de eerste winnaar is vermeld in bocht 21, met de 22e etappewinnaar is wederom begonnen in bocht 21). De zwaarste stukken liggen tussen de haarspeldbochten. De steilste bevinden zich voor La Garde, bij het binnenrijden van Huez en tussen de bochten drie en twee, op 3 km van de top.

De Nederlandse wielrenners waren in het verleden zeer succesvol op Alpe d'Huez. Van de 27 aankomsten was achtmaal een Nederlander de winnaar. Hennie Kuiper, Joop Zoetemelk en Peter Winnen wonnen zelfs tweemaal. De laatste Nederlandse winnaar was Gert-Jan Theunisse in 1989, die na een solo over ruim honderd kilometer (over de Col du Galibier en Col de la Croix-de-Fer) met een minuut voorsprong op Pedro Delgado en Laurent Fignon aankwam.



## Ons verblijf

We hebben ervoor gekozen om beneden op de camping te gaan staan. Dit heeft voor ons diverse redenen. De meeste mensen zitten boven in het dorp, want de meeste activiteiten rondom het evenement zijn boven. Hierover zal ik later in de nieuwsbrief wat meer over vertellen. Toch hebben wij gekozen voor beneden. Sinds vorig jaar zijn wij de trotse bezitters van een caravan, ons paleisje zoals we deze ook altijd noemen. En wat is fijner dat je eigen bed, je eigen spullen,



vinden wij dan... Daarnaast mag Foppe als we (gedeeltelijk) fietsen niet dalen, dus het zou dan een grote uitdaging zijn om de dag zelf beneden te komen om te starten. De berg is namelijk vanaf 0300 uur in de nacht afgesloten voor autoverkeer. Als we boven aangekomen zijn, is er genoeg te doen om de dag vol te maken en in de avond met de auto (die we op woensdag al boven willen zetten) terug naar beneden te gaan. We hebben ook voor deze avond diner besteld bovenop de berg, zodat we met andere deelnemers onze ervaringen kunnen delen. We gaan dus beneden aan de berg staan met ons paleisje op camping A la Rencontre du Soleil. Het is een camping aan de voet van de berg, met een heerlijk zwembad. Naast de nodige inspanningen kan er dus ook ontspannen worden.... Als we de foto's van de camping bekijken, lijkt het net vakantie...

## Wat gaan we allemaal doen

Het lijkt net vakantie, maar dat is het niet. Het zal een zware week zijn met veel emoties. Alle emoties die een mens kan hebben, zullen volgende week voorbij komen. Blijdschap, verdriet, afzien, kracht om naar boven te fietsen een paar te noemen. Alpe d' HuZes is:

nacht / dag – donker / licht – diagnose / genezing – start / finish – machteloosheid / hoop – lach / traan – trots / verdriet – energie / emotie – zon / regen – 30 graden / 5 graden – donaties / tegenslag – vreemden / vrienden – individueel / samen – ziek / gezond – aangrijpend / doorzettingsvermogen – samen 1 doel – 1 doel / 1 strijd

[https://m.youtube.com/watch?v=EZH\\_sM3fbUc&feature=youtu.be](https://m.youtube.com/watch?v=EZH_sM3fbUc&feature=youtu.be) (voordat je hem aanklikt, pak een zakdoekje erbij..)

Natuurlijk komen deze emoties op de dag zelf voorbij, maar ook de dagen ervoor. We gaan de dagen ervoor naar boven (met de auto hahaha). Wat is er allemaal te doen:

- \* spandoeken inleveren, er kunnen spandoeken opgehangen worden in de bochten, dit wordt door de organisatie gedaan. Je kunt je spandoek inleveren en aangeven in welke bocht die gehangen moet worden.



\*Kaarsen kopen. Je kunt kaarsen kopen en deze voorzien van een eigen tekst, en die worden in de bochten weggezet, je kunt aangeven in welke bocht jouw kaars komt te staan. We gaan er voor onze vaders / opa's, natuurlijk wegzetten

\*Gedachtenwand, hartenkreten, hierop kun je je teksten schrijven, voor je dierbaren

- \* Bezoek brengen aan de grote tent waar je wat kunt drinken en eten
- \* Kijken naar de opnames van radio en TV
- \* Winkel met allemaal alpe d huzes spulletjes



- \* Ophalen start bordjes en tijdregistratie Chips
- \* Werkplaats fietsonderhoud
- \* Verkoop liftpassen
- \* Massage
- \* Fotosessie met iedereen op dinsdagmiddag
- \* En nog veel meer....

Beneden bij het startplein is ook een hele grote tent, hier doen we op dinsdag mee met de barbeque. Samen met heel veel andere deelnemers kunnen we dan genieten van een heerlijke barbeque met vlees, salades en natuurlijk stokbrood want we zijn in Frankrijk!

Het zal een mooie week worden, die we nooit meer vergeten, welke we samen gaan beleven! Tijdens deze week zullen we ook op Facebook live gaan, dit zal op maandagmiddag rond 1400 uur, dinsdagmiddag rond 1400 uur en op woensdag rond 1200 uur. Deze tijden hebben we afgesproken met school, zodat ze in de klas van Foppe mee kunnen kijken. Samen met juf Mirjam hebben we uitgevogeld hoe het allemaal werkt, zodat de kinderen in de klas Foppe ons kunnen zien op het digibord. Leuk!!!! Op het Facebook account van Moniek van Berkel gaan we deze tijden ongeveer live.

## Media

Deze week is er in de Moerdijkse Bode (het midden in de volksmond nog) een stuk verschenen over ons avontuur geschreven door Myriam vd Stee. De titel van het stuk is **Foppe van Berkel in acties voor overleden opa's**. Bij het schrijven van de nieuwsbrief is de digitale versie van het artikel nog niet beschikbaar. In de laatste nieuwsbrief zal ik het toevoegen voor de volgers buiten Zevenbergen. **Myriam super bedankt!!!!**

Ook Henk den Ridder van BN de Stem komt woensdag 30 mei langs om een stukje te schrijven met foto in Bn de Stem, super leuk al die aandacht hoor!!! **Henk ook alvast super bedankt!** We worden nog beroemd zo!

## Hoe kun je ons volgen tijdens deze dagen en op de dag zelf

Er zijn diverse manieren om ons te volgen:

- \* we zullen regelmatig berichten op Facebook zetten
- \* Maandagmiddag 1400 uur, dinsdagmiddag 1400 uur, woensdag 1200 uur gaan we live op Facebook vanuit Frankrijk. Ook zullen op donderdag een keer live gaan, hoe laat weten we nog niet.
- \* Uiteraard is altijd mogelijk om met ons contact op te nemen via het mobiele nummer van Moniek

\* Download de app en voeg ons toe bij de deelnemers volgen (onze nummers zijn 1122 en 1123 maar je kunt ook op naam zoeken.... Zie link hieronder...

Vanuit de organisatie zijn de volgende kanalen aangegeven:

Het thuisfront kan Alpe d'HuZes op afstand meebeleven via zo'n beetje alle mogelijke kanalen:

- de [Alpe d'HuZes-app](#) (te downloaden via App Store en Play Store)
- het online [Alpe d'HuZes Magazine](#), van dinsdag tot en met vrijdag!
- de [live-stream](#) op onze site (rode button): via webcams zijn alle kanjers te volgen, en hier vind je ook de actuele doorkomsttijden per startnummer
- Radio Alpe d'HuZes (107.6 FM), de lokale radiozender op de berg. Persoonlijke boodschappen of verzoeknummers: mail naar [radio@alpe-dhuzes.nl](mailto:radio@alpe-dhuzes.nl) of app naar 06 25028379
- rechtstreekse tv-uitzending – van 7 tot 17 uur – door RTV Utrecht, Omroep Brabant, Omroep West, Omroep Gelderland, Omroep Zeeland, NH, RTV Drenthe en RTV Oost. Ook NPO Nieuws neemt de uitzending over
- de hele donderdag liveblog op [NU.nl](#)
- SBS Hart van Nederland en [NPO Radio 5](#) doen ook verslag

Er zijn dus genoeg mogelijkheden om ons te volgen!

## Gelukspoppetjes / Acties

De afgelopen weken hebben we de grote voorraad helemaal leeg verkocht. Wat ging het hard. Wat een bericht op Facebook voor reacties kan zorgen ongelofelijk. Leuk!!

De Moriaen, de verloskundige praktijk van mijn nicht Ingrid had een actie opgezet. Ze hebben bij de praktijksassistenten een pot staan met gelukspoppetjes, armbanden en sleutelhangers met onze flyers erbij. Toch lief dat iedereen met ons meedenkt!!! De eerste berichten waren dat deze actie een succes is. En dat was ook zo! Deze actie heeft totaal 125 euro opgebracht! **INGRID BEDANKT.**

Er waren nog een paar sleutelhangers over, toen zei tante Engelen spontaan, geef ze maar mee, die ga ik wel even verkopen. Inderdaad het koor van Dolorcanto heeft diverse sleutelhangers gekocht.

**Bedankt Dolorcanto en Engelen!** Ook een dag bij de tennis heeft tante Engelen nog wat sleutelhangers verkocht, ik begreep dat ze erom vochten....!!!!

## Gelukspoppetjes voor de klas van Jules

Ook voor de klas van Jules hebben we poppetjes gemaakt. De kinderen vonden ze heel leuk. We hebben dit gedaan om uit te leggen dat Jules een week niet op school is. Ook hier zijn weer diverse donaties door ontstaan. Hartstikke tof!!!!

## Tips nieuwsbrief

Heb je de eerste 4 nieuwsbrieven gemist, ga dan naar onze website en je kunt ze alsnog lezen. De nieuwsbrief is bedoeld om onder andere de donateurs en andere mensen die ons steunen in de aanloop tot en in dit avontuur op de hoogte te houden van onze activiteiten. Wellicht zijn er specifieke zaken waarvan jullie het leuk vinden dat we er iets over vertellen dan kunnen jullie mij een mail sturen of meegeven als we elkaar zien. Ook als je geen interesse hebt in deze nieuwsbrief kun je het aangeven. De nieuwsbrief zal periodiek verschijnen, tot aan eind juni (want dan is Alpe d' HuZes voorbij).

## Opbrengst tot nu toe

Tot op heden hebben diverse mensen ons al gesteund en gedoneerd, daarnaast loopt de paracord actie. De totale opbrengst voor Foppe en Moniek samen tot op heden tijdens het schrijven van de nieuwsbrief is € 4.247,79 !!! Daarnaast hebben we toezeggingen welke verzilverd worden bij het behalen van de beklimming van € 135. Dit betekent dat de doelstelling ad € 2.500,00 hebben behaald. Wat zijn we er trots op!!!!

Er kan nog steeds gedoneerd worden. Om te doneren klik dan op onderstaande link:

Foppe: <https://deelnemers.opgevenisgeenoptie.nl/foppevanberkel>

Moniek: <https://deelnemers.opgevenisgeenoptie.nl/moniekvanberkel>

## Tot slot

*Tijdens het schrijven van de nieuwsbrief is het 30 graden buiten, maar als ik teruglees wat we allemaal gaan doen en wat iedereen voor ons heeft gedaan, loopt er een traan over mijn gezicht en staat het kippenvel op mijn armen....*

**BEDANKT IEDEREEN EN OPGEVEN IS GEEN OPTIE!!!**

Als we terug zijn al de laatste nieuwsbrief verschijnen met al onze ervaringen.

**Sportieve groet,**

**FOPPE EN MONIEK VAN BERKEL**

---