



Nieuwsbrief nummer 2, 12 juli 2016.

## Beste volgers,

Alweer de 2<sup>e</sup> nieuwsbrief van ons nieuw avontuur. Op 16 september gaan Dennis en Moniek van Berkel het avontuur aan om de Mount Ventoux te beklimmen. Nog 65 dagen... Deze uitdaging gaan we weer aan voor het KWF. Dit keer via een andere organisatie namelijk ColSensation. Kanker blijft helaas aan ons verbonden. Hopelijk kunnen we weer wat centjes verzamelen om kanker de das om te doen.

## Wat is ColSensation?

ColSensation is een evenement van Stichting Team Doelbewust om geld in te zamelen voor kankerbestrijding. Sinds 2012 beklimmen ColSensation-deelnemers jaarlijks de Mont Ventoux en allemaal met hetzelfde gevoel en doel om zoveel mogelijk donatiegelden op te halen om daadwerkelijk iets te doen om (op termijn) kanker te laten verworden tot een chronische ziekte. Om dit te bereiken is er veel geld nodig voor onderzoek.

## Bijeenkomsten

Op 1 juni was de 4e bijeenkomst alweer van Colsensation 2016. Tijdens deze bijeenkomst kwam ook een vertegenwoordigster van het KWF kankerfonds een toelichting geven over hoe het geld van Colsensation besteed gaat worden. Het kleine en regionale karakter van team Colsensation komt ook terug in de besteding van het opgehaalde geld.

Er wordt namelijk 75% van het geld besteedt aan algemene onderzoeksdoelen van het KWF (met name een onderzoek naar de lange termijn risico's tot terugkomen van kanker na behandeling tegen kinderkanker, en twee en onderzoek om immunotherapie effectiever te maken en drie andere onderzoeken binnen KWF Kankerbestrijding. Daarnaast wordt 25% via Stichting Team Doelbewust naar regionale kanker gerelateerde goede doelen zoals bijvoorbeeld de huiskamer Team Doelbewust in het Bravis Ziekenhuis en een donatie aan het lichtplafond in de bestralingsbunker van ZRTI te Roosendaal. Deze lokale doelen hebben dus een direct en tastbaar resultaat, terwijl de onderzoeksdoelen van het KWF een lange tijdshorizon kennen. De organisatie van Colsensation kan in overleg met het KWF wel enige invloed uitoefenen op de besteding van het opgehaalde donatiegeld maar de kennis en kunde om dit geld goed te besteden zit toch bij het KWF kankerfonds. Het KWF heeft een uitgebreid protocol opgesteld om de opgehaalde sponsorgelden te verdelen over de verschillende onderzoeksaanvragen. De vertegenwoordigster van het KWF gaf tijdens de informatie een toelichting over dit protocol.

IN ACTIE VOOR





In hoofdlijnen gaat de toewijzing en beoordeling over de volgende stappen:

- Ontvankelijkheidstoets
- Externe beoordeling
- Interne beoordeling
- Financieringsvergadering
- Toekenning/afwijzing

Het gaat te ver om in deze nieuwsbrief al deze stappen te bespreken, maar het bleek wel uit deze presentatie dat deze beoordeling heel professioneel en gedegen gebeurt, waarbij er advies ingewonnen wordt van diverse hoogleraren van academische ziekenhuizen maar ook van de patiëntenvereniging. Dit protocol zorgt ervoor dat de donatiegelden op een objectieve manier zo efficiënt en effectief mogelijk ingezet worden. Dit geeft ons het vertrouwen dat er goed met het opgehaalde geld wordt omgegaan.

Enkele andere interessante weetjes uit deze presentatie zijn:

- dat kankeronderzoeken vaak langlopende projecten zijn met vaak een doorlooptijd van tussen de 20 en 30 jaar;
- dat er steeds meer samengewerkt wordt met de farmaceutische industrie in de laatste fasen van het onderzoek alvorens een medicijn op de markt komt;
- dat inmiddels 62% van alle kankersoorten succesvol behandeld kan worden.

De conclusie was dat er al veel successen geboekt zijn in het onderzoek naar kankerbestrijding maar dat er ook nog een lange weg te gaan is, waarbij samenwerking tussen bedrijfsleven, ziekenhuizen, universiteit en onderzoekscentra maar ook met donateurs zoals Colsensation, de sleutel vormt voor verdere successen. Zo hopen ook wij ons steentje bij te dragen aan betere genezingskansen bij kanker.



## Met de mountainbike i.p.v. een racefiets

In de vorige nieuwsbrief hadden we al kort gezegd dat Moniek zoals de meeste deelnemers op de racefiets de berg gaat beklimmen terwijl ik (Dennis) de Mont Ventoux ga opploeteren met een mountainbike. Ik ga daarbij niet naar boven via mountainbike paden maar blijf op de verharde weg. Er liggen daarom gladde banden (Kojacks) onder de mountainbike en er zitten 29 inch in plaat van 27,5 inch wielen onder de fiets zodat ik niet te veel snelheid hoef in te leveren ten opzichte van een racefiets.

Misschien vraag je je af waarom ik niet gewoon met de racefiets naar boven ga als ik toch op de verharde weg blijf. Dat heeft de volgende redenen. Vorig jaar zijn Moniek en ik alle twee op de racefiets de Alpe d'Huez naar boven gefietst. Bij Moniek ging dat een stuk beter dan bij mij. Deels omdat ze beter getraind had maar ook omdat ik minder comfortabel op een racefiets zit. Daarnaast had ik begin van het jaar last van mijn rug en kon daardoor niet fietsen op mijn racefiets. Om toch te kunnen 'trainen' heb ik toen een mountainbike geleend en het bleek dat ik daarbij veel minder last van mijn rug had en ook een stuk relaxter op mijn fiets zat. Zodoende heb ik besloten mijn racefiets in te ruilen voor een mountainbike.

Er zit veel verschil tussen het fietsen op een mountainbike en fietsen op een racefiets. Voor mij zijn de belangrijkste voordelen de zithouding en de controle over de fiets. Een bijkomend voordeel is het aantal versnellingen dat je tot je beschikking hebt. Het is altijd makkelijk als je bergopwaarts een tandje terug kunt schakelen en nog één en nog één en... Daar staat tegenover dat de mountainbike wel een paar kilo zwaarder is. Bij mountainbikes wordt een stuk minder op het gewicht gelet (bijvoorbeeld ook mijn fietsschoenen zijn een stuk zwaarder). Een ander nadeel is, dat je een stuk minder aerodynamisch bent. Maar met mijn postuur en de snelheid waarmee ik de berg op ga is het een beetje onzinnig om over aerodynamica na te denken. Uiteindelijk kies ik met een mountainbike voor meer fietscomfort of dat een slimme keuze is weet ik pas als ik boven op de Mont Ventoux sta.



Hieronder een fotootje van mijn fiets...



Mooi kleurtje toch.....

## Programma

De afgelopen weken heeft bij Moniek de training effe stil gelegen. Ze heeft nieuwe ogen gekregen en mocht geen grote inspanningen doen. Deze periode van stilstaan is weer voorbij. Dus we kunnen weer snel weer kilometers maken! Dennis heeft zijn kilometers deze periode goed gemaakt, maar ook Dennis zal de komende maand flink aan de bak moeten om de kilometers te maken!!



## Tips nieuwsbrief

Deze nieuwsbrief is gemaakt om onder andere de donateurs op de hoogte te houden van onze activiteiten. Wellicht zijn er specifieke zaken welke jullie leuk vinden dat we er iets over vertellen dan kunnen jullie ons een mail sturen of zeggen als we elkaar zien. Ook als je geen interesse hebt in deze nieuwsbrief kun je het ook aangeven. De nieuwsbrief zal maandelijks verschijnen.

## Donaties

In de afgelopen maand zijn er reeds diverse donaties gedaan, hiervoor hartelijk dank. Uiteraard is er nog steeds een mogelijkheid om een donatie te doen. De huidige stand van de donaties is nu **€ 435,00**. Is al een mooi bedrag natuurlijk! Er zijn diverse toezeggingen gedaan. Om de toezegging te verzilveren klik op de volgende link!

<http://ColSensation.nl/teams/de-van-berkeltjes/>

We hebben dus een teampagina van ons beide aangemaakt, ook kan er individueel gedoneerd worden.

Pagina Dennis:

<http://ColSensation.nl/deelnemers/dennisvanberkel/>

Pagina Moniek:

<http://ColSensation.nl/deelnemers/vanberkeltjes/>

## Tot slot

Hopelijk vinden jullie het leuk dat we jullie een klein beetje op de hoogte houden en tot de volgende nieuwsbrief!

Dennis en Moniek van Berkel