

Blog 2023-5 Alpe d'HuZes. Altijd een lach en een traan!

We zijn inmiddels al weer een paar dagen terug van de Alpe d'HuZes 2023. Het evenement wat wij ook wel eens benoemen als onze jaarlijkse week "realiteit". Ieder jaar merken ook wij weer dat we het blijkbaar nog steeds vanzelfsprekend vinden dat iedereen binnen ons gezin gezond is. Tijdens deze geweldige editie hebben we wederom gezien en gehoord dat je leven binnen een dag volledig op zijn kop kan staan.



We doen met veel plezier en inzet mee met dit evenement om geld op te halen voor onderzoek naar kanker. Als ons dit jaar weer iets duidelijk is geworden, met live voorbeelden onderbouwd, is het dat kanker geen onderscheid maakt. Niet tussen aardige of onaardige mensen, niet tussen rijk of arm, niet tussen hard of niet hard werkenden en al helemaal niet tussen jong of oud. Gewoon niet.

Koersweek

Laten we de koersweek eens doornemen. Deze week is zorgvuldig opgebouwd en leidt uiteindelijk tot de climax op de koersdag.

Zondag: op zondag is de opening. Het weerzien van bekenden, het terugkijken op andere jaren en vooruit kijken naar de week die komen gaat. Een gezellige avond.

Op **maandag** is de geldbestedingsavond. In alle edities bij elkaar is er al ruim 200mio euro opgehaald. Verschillende onderzoekers vertellen welke successen zij hebben kunnen boeken vanwege Alpe d'HuZes geld. Een zeer informatieve en vooral motiverende avond! Een avond waarop je zelfs stiekem een beetje trots bent dat je een bijdrage hebt kunnen leveren aan die onderzoeken. Het succes van de Alpe was voor ons duidelijk zichtbaar aan het feit dat er steeds meer energie en geld gestoken wordt in het leven met en na kanker. Steeds vaker zijn behandelingen succesvol en komen we dichterbij het doel. Het doel "niemand meer dood aan kanker". Het idee is dat men op termijn doodgaat mét kanker, maar niet áán kanker. En dan moet je dus ook oog hebben voor het leven tijdens en na de ziekteperiode. Een initiatief als www.kanker.nl is een belangrijk topic binnen KWF en AD6.

Dinsdagavond is de Frans-Nederlandse avond. De BBQ die het dorp Bourg d'Oisans aanbiedt aan alle deelnemers. Het idee is dat je betaalt voor de BBQ en dat geld doneert het dorp dan weer aan het event. Lekker weer, leuke mensen, gezellige band en dus een top avond.

Op **woensdag** is altijd de bezinningsavond. Dat is de avond waar je echt, maar dan écht, hoort en ziet waar je het voor doet. Er komen mensen op het podium waarvan we allemaal weten dat ze er volgend jaar niet meer zijn. Inclusief hun partners en kinderen. Een respectvol inkijkje in het leven van een gezin met kanker. Niet van een patient maar van het hele gezin.

Dit jaar was er ook een vader, samen met zijn dochter, die kwam vertellen wat de impact was van het verliezen van zijn 13 jarige zoon Sep. Nu 1,5jr geleden. We willen dit blog emotioneel niet te zwaar maken, maar toch hebben we onderaan een artikel en filmpje toegevoegd van dit aangrijpende verhaal. Daar waar de andere avonden gezellig, informatief en interessant zijn, is deze avond vooral emotioneel. Na zo'n avond ben je echt volledig fired up om de berg op te gaan. Met rode ogen dat wel.

Donderdag is de koersdag. Je slaapt niet of weinig en als je opstaat ben je kapot. En dan moet de f*cking dag nog beginnen. 3h30 ontbijten, 4h00 naar buiten en 4h30 starten. Bam! Aan het eind van de dag wordt dan om 20h00 de eindstand (voorlopige eindstand) bekend gemaakt.

Vrijdag is de dag dat veel mensen weer vertrekken, zo ook wij. 's Avonds is er altijd nog wel een feestavond waarbij Pater Moeskroen voor compleet uitzinnige groep mensen los gaat. Die avond is bij iedereen de spanning en emotie even weg.

Nu zul je denken: he, iedere dag is er iets 's avonds, maar wat doe je overdag dan?

Nou, overdag zijn we druk met alles in orde te maken. Buiten het feit dat er veel tijd gaat zitten in het praten met mensen, doen we nog veel meer. Op maandag halen we de startnummers op en brengen we het spandoek naar boven. Deze brengen we naar het Palais des Sports en zetten deze in rolcontainer 13. Dat betekent dat de organisaties deze banner ophangt in bocht 13. Daarnaast hebben we de kaarsen geregeld. Ook voor in bocht 13. De kaarsen die we dit branden voor mensen die dat wilden, stonden in deze bocht mooi in een 6 opgesteld. Dat geeft op donderdag in het donker altijd een mooi beeld.



Daarnaast moesten we natuurlijk nog een klein rondje fietsen. Even weer het klimmen en afdalen voelen in de benen. Verder hebben we nog veel medailles verkocht in de dagen voor de koersdag. We zijn helemaal uitverkocht en hebben op die manier toch mooi 1750 euro opgehaald voor onze actiepagina.

Op dinsdagavond hebben ook nog een succeswens aan alle deelnemers op de weg geleverd. Uiteraard met afbreekbare verf die daar speciaal voor bedoeld is. Regent vanzelf weg. Het levert wel echt Tour de France achtige beelden op. We hebben ook dit in bocht 13 gedaan. Dus de kaarsen, het spandoek en de tekst, allemaal in bocht 13.





Op woensdag was Aniek nog druk met sponsors. In haar rol als vrijwilliger verzorgde zij o.a. de rondleiding voor de grote event sponsors. Dit gebeurt tijdens de Alpe d'HuZus. Een dag voor de koersdag.

Zoals in eerdere blogs verteld, zouden wij ter plaatse een doel gaan stellen voor het aantal beklimmingen dat we dit jaar wilden doen. Vanwege (de gemiste) trainingsarbeid wisten we niet zo goed wat reëel was. Uiteindelijk hebben we ons doel verwoord als "we willen één beklimming meer doen dan comfortabel voelt".

Koersdag

De omstandigheden van deze koersdag waren perfect. Helder, lekker fris en droog. Pas aan het einde van de middag werd het een uurtje 30 graden, maar ook dat zakte snel weer terug naar een aangename 24 graden.

We gingen beide vroeg van start en voelden ons een stuk beter en sterker dan we vooraf hadden gedacht. De eerste drie beklimmingen van Stefan gingen alle drie exact even snel (verschil binnen een minuut) en ook Aniek had een steady pace te pakken. Na haar tweede beklimming heeft Aniek vlak voor de finish even gewacht, zodat we samen konden finishen. Levert een leuke foto op, of niet? 😊

Op dat moment was het 11h30. En toen hadden we een beetje een dilemma. We hadden tenslotte gezegd dat we één keer meer wilde gaan dan comfortabel was. Wat we niet bedacht hadden (wel hadden moeten weten), is dat het moment dat het niet meer comfortabel is, natuurlijk nooit exact aan het einde of begin van een klim komt. Met andere woorden, toen Stefan het halverwege de derde beklimming zwaar kreeg, was de vraag, is dit nu de laatste of doe ik er nog een?



Lang verhaal kort, na een pauze besloten naar beneden te gaan onder het motto: “we hebben de rest van de dag om weer boven te komen.”

Tijdens de laatste klim waren Stefan's benen tot bocht 7 oke. Daarna werd het toch wel echt pijnlijk en werd gezelligheid belangrijker dan de tijd 😊. Aniek heeft na wat verzorging van haar blaren ook nog een beklimming gedaan, haar derde. Uiteindelijk waren we beiden toch wel erg blij met onze sportieve prestatie.

Om 20h00 werd het eindbedrag van 17mio bekend gemaakt. Wat echt een geweldig (bijna emotioneel) moment was. Als team #StefanenAniek hebben we daar 24k aan bij kunnen dragen. Hoe geweldig is dat. Onze partners zijn echt donateurs hè. Niet sponsors. Er worden geen producten ter beschikking gesteld waarmee wij naar het evenement kunnen. Onze partners, jullie dus, zijn écht donateurs. Jullie bijdrage gaat rechtstreeks en 100% naar het KWF. We kunnen niet vaak genoeg zeggen hoe geweldig we dat vinden.



Tijdens de geldbestedingsavond werd een filmpje getoond waarin goed wordt uitgelegd wat er met het geld dat wij ophalen gebeurt. Dat filmpje is toegevoegd aan het einde van dit blog.

Omdat het zo belangrijk is dat er veel geld opgehaald wordt, gaan we volgend jaar zeker weer mee doen. We zijn nu zes jaar betrokken bij Alpe d'HuZes en zijn vier keer naar de berg geweest (twee edities gingen niet door vanwege corona).

In die 4 edities...:

- ...is Aniek 4 keer de berg opgefietst
- ...is Aniek 6 keer de berg opgelopen
- ...is Stefan 19 x keer naar boven gefietst
- ...heeft Team #StefanenAniek € 82.100 opgehaald!!!

Als je die laatste regel leest, kan je bijna wel raden wat het doel voor volgend jaar wordt. Toch?

...
...
...
...

Inderdaad!!! Het doel wordt om in vijf edities over de € 100.000 heen te gaan.

	DEELNAME 2018 🚴 x5 € 6.000 🏃 x2
	DEELNAME 2019 🚴 x2 € 15.100 🚴 x6
	DEELNAME 2022 (incl '20/'21) 🏃 x1 € 37.000 🚴 x4
	DEELNAME 2023 🏃 x3 € 24.000 🚴 x4
	TOTAAL '18-'23 🏃 x6 € 82.100 🚴 x19

Tot volgend jaar

Ontzettend bedankt allemaal voor jullie steun, jullie donaties en lieve berichtjes. Want die berichten kwamen in grote aantallen. Voor de koersdag, tijdens de koersdag en erna. Dat vinden we echt heel leuk en helpt ons echt wat extra bochten door als de beentjes pijn doen. Dus ook th daarvoor!!!

We zullen ons het komend jaar weer inzetten voor dit geweldige event en het belangrijke goed doel. Voor nu blijft het even bij nagenieten van dit geweldige succes. Dat doen we met de foto's van het event. Benieuwd daarnaar? Kijk op onze website www.stefanenoek.nl

In oktober gaan we ons weer inschrijven voor de editie van 2024. Hopelijk tot dan 😊.



Filmpjes

Geldesteding:

Onderzoekers leggen uit hoe het gedoneerde geld ingezet wordt (4minuten).



Korte samenvatting AD6 '23:

2 minuten samenvatting.

Wij in beeld op 0m42s 😊



Lange samenvatting AD6 '23:

15 minuten samenvatting.

Wij in beeld op 04m02s 😊



Verhaal Sep:

Ouders van Sep, overleden op 13jr leeftijd.

Artikel & filmpje

