



EEN AVONTUUR VOOR HET LEVEN

ROPAREADER

Een uitgave van Stichting Roparun | nummer 1 | jaargang 19 | november 2014

WHO RUNS THE WORLD...?!

WIE STAL DE SHOW IN DE
ROPARUN CLIP 'HAPPY'?

SAY CHEESE...

DE GROTE WINNAARS
TIJDENS DE
DOELENAVOND

DE ROPARUN KINDERDAG



HAMBURG

ROTTERDAM

PARIS



Het was 1889. De bekende dichter Herman Gorter schreef zijn mogelijk meest bekende gedicht: Mei. En dat begon zo: *“Een nieuwe lente, een nieuw geluid (....)”*.

Het is 2014. De voorbereidingen voor de Roparun van 2015 zijn in volle gang. En dit artikel staat in een geheel vernieuwde Ropareader. *“Een nieuwe Roparun, een nieuw gezicht”*.

We hebben de reader een andere vorm gegeven. Is het een magazine, is het een krant, is het beide of is het geen van beide? De inhoud zal wat anders gepresenteerd worden, de strekking blijft hetzelfde: Roparunners (nog meer) verbinden met pakkende teksten. Met deze reader nemen wij de aanloop naar Roparun 2015. Een beetje laat waarschijnlijk, want de teams zijn al langer bezig!

“EEN NIEUWE ROPARUN,

De voorbereidingen voor het Pinksterweekend van het volgende jaar zijn in volle gang. Bij de organisatie van de Roparun wordt weer heel veel vergaderd, op het kantoor zijn de ogen gericht op 2015, de inschrijving is volop in gang en de teams zijn alles aan het doen wat er van een team verwacht wordt. En dat is eigenlijk best veel, want een Roparun loop je niet zomaar.

Allereerst is daar de samenstelling van het team. Hebben we voldoende lopers? Als er tekort zijn, moet er naarstig worden gezocht. Zijn er echter teveel, dan moet er geselecteerd worden. Hier komt de teamcaptain om de hoek. Zijn of haar taak is moeilijk. Beslissingen nemen, aansturen en overal aan denken. Lopers die afvallen kunnen misschien gaan fietsen. Maar hoeveel fietsers nemen we mee? Als de lopers en de fietsers er zijn, is een team nog lang niet compleet. Er zijn mensen nodig voor de verzorging, zowel voor de lichamelijke opkickers (masseurs/fysiotherapeuten) als voor de inwendige verzorging (maaltijdbereiders). En niet te vergeten de chauffeurs voor de busjes. En dan nog zijn ze niet klaar, want er moet ook wat ruimer vervoer komen, liefst een bus, waarin kan

EEN ROPARUN LOOP JE NIET ZOMAAR...

worden gemasseerd en gerust. Als dat allemaal voor elkaar is, moet gekeken worden naar de andere materiële invulling. Gaan we met eigen fietsen, eigen kleding, kopen we zelf eten en huren we zelf voertuigen of

proberen we zoveel mogelijk te laten sponsoren? Daar moet ook iemand achteraan. Natuurlijk wordt ervoor gekozen om zo min mogelijk geld uit te geven. Ieder team gaat er immers voor een zo hoog mogelijke opbrengst voor het goede doel te genereren. Dan moeten er zo min mogelijk kosten zijn.

De organisatie van de Roparun verplicht de teams loten te verkopen. Zo is een minimum opbrengst verzekerd. Die loterij heeft hele mooie prijzen, maar het verkopen van die loten is nog altijd een klus die door het ene team beter en sneller wordt geklaard dan door het andere.

Er moet getraind gaan worden, liefst ook tenminste een keer lang en 's nachts. Wanneer wordt dat gedaan en kan iedereen meedoen? En de route moet ook een keer verkend worden om niet voor vervelende verrassingen te komen staan. Wie gaan dat doen en wanneer?

Maar dan komt ook de vraag: gaan we meedoen aan de traditionele Roparun, vanuit Parijs, of kiezen we voor

EEN NIEUW GEZICHT"

de Roparun vanuit Hamburg, waarbij er veel meer door Nederland gelopen wordt? Beide routes zijn niet te vergelijken, beide zijn uniek en erg mooi. De keus moet echter al bij de inschrijving gemaakt zijn!

In de aanloop naar de Roparun zijn er teambijeenkomsten in Ahoy, Rotterdam. Die zijn erg belangrijk, omdat er heel veel informatie over de Roparun en haar doelen bekend gemaakt wordt. Wie gaan daar naartoe en hoe wordt, wat daar verteld is, gecommuniceerd richting de overige teamleden?

Misschien wel het belangrijkste is het bijeenbrengen van zoveel mogelijk geld voor het Roparundoel. Teams verzinnen allerlei acties om dat te bereiken, van wijnverkoop tot "mini-Roparuns" met scholen en van sponsoring door bedrijven tot spinningmarathons. Teams zijn heel creatief en komen met steeds meer bewonderenswaardige ideeën en activiteiten.

En zo zijn steeds meer mensen maandenlang bezig voor een paar dagen hardlopen vanuit Parijs of Hamburg naar Rotterdam. Allemaal voor dat ene goede doel en allemaal in één grote Roparunfamilie.

Roparun, een avontuur voor het leven!

Meer in deze **ROPAREADER**

Natuurlijk staat deze vernieuwde Ropareader ook weer bomvol leuke verhalen, weetjes en alle 'ins en outs' over Roparun 2015. We zetten net als voorgaande edities een doel in de spotlights. Deze keer is de eer aan Hospice IJsselThuis, op pagina 6 en 7. Ben jij benieuwd naar die ene leuke dansende vrijwilliger die te zien was in de Roparunclip 'Happy'? Blader dan door naar pagina 4 en maak kennis met... Dimitri van Santen.

Een bijzondere dame uit Amerika heeft deelgenomen aan Roparun 2014. Ben jij haar tegengekomen bij de start? Lees meer over haar deelname op pagina 12 en 13. Dit en natuurlijk heel veel meer in deze vernieuwde Ropareader.



ROPARUN VRIJWILLIGER UITGELICHT



De Roparun zou niet kunnen bestaan zonder haar vrijwilligers. Zij zijn allemaal even onmisbaar voor de organisatie. Deze keer is het de beurt aan een vrijwilliger die wel in is voor een feestje. Misschien dat je hem kent. Hij stal namelijk de show in de Roparun Clip 'Happy'. We stellen je graag voor aan **Dimitri van Santen**.

EVEN VOORSTELLEN...

Mijn naam is Dimitri van Santen. Ik ben 46 jaar en 2 meter 10 lang, net 12 jaar getrouwd en vader van 2 kinderen. Ik hou van reizen, met vrienden op stap gaan, feestjes bouwen en fietsen. In het weekend van 20 september 2014 heb ik samen met mijn broer met de fiets de Mont Ventoux beklommen. Dit ten voordele van een goed doel: een opvangtehuis voor kinderen die in een problematische gezinssituatie zitten.

“HIER EN DAAR DE SFEER ERIN BRENGEN DOE IK UIT MIJZELF”



Mijn hobby is trommelen in een sambaband (Braziliaanse percussie). Door deze sambaband ben ik ook in contact gekomen met de Roparun. Verschillende jaren zorgden wij voor een gezellige en oppeppende noot tijdens de finish op de Coolsingel. Door het contact dat ik daar had met de vrijwilligers, werd mijn interesse gewekt om mee te werken aan het goede doel van de Roparun. Eigenlijk wilde ik als fietser mee met een team, maar toen dat niet lukte, heb ik mij aangemeld als vrijwilliger. Dit ben ik nu twee jaar en dat bevalt mij erg goed.

Mijn functie tijdens de Roparun is het opzetten van slaaptenten en weer afbouwen. Hier en daar de sfeer erin brengen doe ik uit mijzelf, omdat ik vind dat mensen soms een oppepper nodig hebben en een duwtje in de rug goed kunnen gebruiken. Humor, een grapje of even gek doen, dat hoort gewoon bij mij.

De Roparun betekent voor mij samenwerken, plezier beleven en afzien, soms met bloed zweet en tranen. Ook beleef ik heel intens de energie die iedereen erin steekt. Het is hard werken, maar het resultaat en de emoties eromheen zijn het meer dan waard. Als iedereen de neus in dezelfde richting heeft, wordt het een nog grotere organisatie.

“ALS IEDEREEN DE NEUS IN DEZELFDE RICHTING HEEFT, WORDT HET EEN NOG GROTERE ORGANISATIE”



EN DE WINNAAR IS...

De spanning stijgt. Welke steden gaan het worden? Welke gemeenten gaven de deelnemers vleugels? Welke doorkomsten mogen zich Roparunnersteden 2014 noemen? Dit werd bekendgemaakt tijdens de **Roparun Doelenavond** in de Laurenskerk in Rotterdam.

De grote winnaars deze avond waren het Belgische Zele en het Overijsselse Almelo. Zij zijn verkozen tot de Roparunnersteden van 2014. Zele is de winnaar op de Franse route en Almelo op de Duitse route. De winnende steden ontvingen een geldprijs die besteed dient te worden aan een goed doel in de gemeente, passend binnen de doelstelling van Roparun. Zele en Almelo ontvingen beiden 50.000 euro. De nummers twee ontvingen 25.000 euro en de nummers drie 12.500 euro. Drie andere genomineerden ontvingen een aanmoedigingsprijs van 10.000 euro. Zo brengen we de Roparun dicht bij de inwoners die de Roparun een warm hart toedragen.

Tijdens de Roparun Doelenavond werd ook bekendgemaakt dat de aanvragen van een aantal goede doelen werden gehonoreerd. Zo ontving het IJsseland Ziekenhuis uit Capelle aan den IJssel 33.000 euro voor de aanschaf van twee hoofdhuidkoelers. Het Toon Hermans Huis uit Amersfoort mocht een bedrag van 20.500 euro



Het IJsseland Ziekenhuis uit Capelle aan den IJssel ontving 33.000 euro



Henk van der Velde kreeg uit handen van de Rotterdamse Burgemeester Aboutaleb een koninklijke onderscheiding

Foto's: A.D.P. Yhampath

Roparunnersteden Route Parijs

1. Zele
2. Ossendrecht
3. Bergen op Zoom

Roparunnersteden Route Hamburg

1. Almelo
2. Zutphen
3. Ede

Aanmoedigingsprijs voor de nieuwe genomineerden

- Apeldoorn
Goudriaan
Sleen

in ontvangst nemen voor een opknapbeurt en het Marikenhuis uit Nijmegen ontving 50.000 euro voor de inrichting.

Oud voorzitter van Stichting Roparun Palliatieve Zorg, Henk van der Velde, mocht deze avond ook als grote winnaar het podium betreden. Hij kreeg namelijk uit handen van, niemand minder dan, de Rotterdamse Burgemeester Aboutaleb een koninklijke onderscheiding. Henk werd benoemd tot Ridder in de Orde van Oranje-Nassau voor zijn jarenlange inzet voor Stichting Roparun. Henk heeft tijdens deze avond de voorzittershamer overgedragen aan Markus Mandemaker. Markus was de laatste jaren al bestuurslid van Stichting Roparun Palliatieve Zorg.

Kortom; de Roparun Doelenavond, een avond vol winnaars.



HOSPICE IJSSELTHUIS

De opbrengsten van de Roparun gaan naar doelen die heel dicht bij de mensen staan. We proberen om de mens achter de patiënt iets te bieden in hele moeilijke tijden. Beter maken kunnen we niet, daarvoor zijn artsen, ziekenhuizen en andere deskundigen. De Roparun wil graag op het moment dat iemands leven op z'n kop gezet is door deze vreselijke ziekte, iets bieden waardoor die diagnose even op een zijspoor kan worden gezet. Beter maken kunnen we niet, wel zorgen dat iemand zich iets beter kan voelen. Iedere Roparunner kent het motto ***“Leven toevoegen aan de dagen, waar vaak geen dagen meer kunnen worden toegevoegd aan het leven”***.

Een van die Roparundoelen is het **Hospice IJsselThuis** in Nieuwerkerk aan den IJssel.

Hospice IJsselThuis is een “bijna Thuis Huis”. Dat wil zeggen dat men er net als thuis kan zijn. Geen vaste bezoektijden, familie mag zelf koken of blijven slapen en een huisdier is ook welkom. Het uitgangspunt is dat de “bewoner” het zo aangenaam mogelijk moet hebben. Het Hospice IJsselThuis bestaat in 2015 alweer 10 jaar.

Wat is een Hospice eigenlijk?

In een low-care hospice, wat IJsselThuis is, wordt de zorg voor het grootste deel gedaan door vrijwilligers. Er is alleen 's nachts van 23.00 uur tot de volgende ochtend 7.00 uur onafgebroken een verpleegkundige in huis. Overdag en in het weekend komt de wijkverpleegkundige -zoals dat ook thuis gebeurt- op een aantal momenten per dag, als er een verpleegkundige handeling moet worden verricht. Zo is het ook met de huisarts. Bewoners in het hospice hebben een eigen

huisarts, die hen bezoekt als dat nodig of wenselijk is. De vrijwilligers zijn dus echt degenen die het werk verzetten in het hospice. Ook is er een coördinator in huis, als spin in het web, om de zorg rondom de bewoner te stroomlijnen.

EEN “BIJNA THUIS HUIS”...



Vrijwilliger in een hospice word je niet zomaar! Voordat een vrijwilliger wordt aangenomen, is er een gesprek over de inhoud van de werkzaamheden. Wat verwacht een vrijwilliger er zelf van, wat is zijn of haar motivatie. Nadat de vrijwilliger is aangenomen, krijgt hij/zij een gedegen opleiding. Er komen allerlei onderwerpen aan bod, zoals zorg aan het bed, rouwverwerking, communicatie en verlies van

een dierbare. Maar ook kennis over verschillende religies en culturen hoort erbij om de bewoner “beter te kunnen begrijpen”. Daarnaast kunnen vrijwilligers trainingen volgen in zogeheten “complementaire zorg”, onder andere hand- en voetmassage.



LIEFDEVOLLE ZORG, HET GEWICHT VAN DE SCHOULDERS VAN DE NAASTEN WEGNEMEN EN RUIMTE SCHEPPEN OM TOT RUST TE KOMEN

Financiering

Een hospice is voor de financiering afhankelijk van een jaarlijkse subsidie van VWS voor de betaalde coördinatie en een klein deel van de huisvesting en daarnaast van donaties. Wijkverpleging en huisarts vallen onder de regelingen zoals die voor thuis ook gelden. Voor het verblijf wordt een eigen bijdrage gevraagd, deze wordt vaak vergoed door de zorgverzekering.

Gelukkig zijn er veel organisaties, ondernemers, maar ook particulieren die het hospice persoonlijk willen steunen, die als sponsor optreden voor het hospice. Zo kan er wekelijks op de markt gratis kaas, brood en groente worden gehaald. De gemeente, de apotheek, de Rotary en de Roparun dragen allemaal hun steentje bij. Zonder deze financiële steun kan een hospice niet bestaan.

Palliatieve zorg

Een hospice is een van de vele mogelijkheden voor mensen in de palliatieve fase. Het woord palliatieve (in palliatieve zorg) is afgeleid van het Latijnse woord *pallium*, wat "mantel" betekent. Het verwijst naar zorg voor mensen die zullen gaan sterven aan een ongeneeslijke ziekte.

Als je weet dat je niet meer beter wordt, uitbehandeld bent, zoals de specialist het noemt, word je gecon-

fronteerd met onzekerheid over de komende periode, over te verwachten lichamelijke klachten, angst om te sterven en hoe het verder met je naasten moet. In vaak korte tijd krijgen de zieke en zijn naasten te maken met een groot gevoel van lijden op heel veel vlakken. Palliatieve zorg is gericht op het verlichten van dit lijden, niet alleen voor de patiënt zelf, maar ook voor de naasten. Dat verlichten van lijden is divers; het kan door behandeling van fysieke klachten als pijn, benauwdheid, slecht slapen. Het kan ook door gesprekken te voeren, laatste wensen waar maken.

Het motto van de Roparun "Leven toevoegen aan de dagen waar vaak geen dagen meer kunnen worden toegevoegd aan het leven", wordt in het hospice IJsselThuis duidelijk nagestreefd: liefdevolle zorg, het gewicht van de schouders van de naasten wegnemen en ruimte scheppen om tot rust te komen.

In het hospice wordt vaak gezegd dat het er zo "gewoon" is om over sterven te praten. Niet dat de hulpverleners niet verdrietig zijn als een van de bewoners overlijdt, maar in die onontkoombaarheid het beste ervan maken, kunnen zij wel.

IN BEELD



Team 308 - ASZ Runners

"Een beetje naar links...nog een tikje naar rechts. Ja Jacqueline Hollander, loopster van Team 308 - ASZ runners, zo staat de toren van Pisa er goed op!"



Team 244 - Run 2 Help

Met de tong op z'n knieën. Bij fietser Arjan is altijd plaats voor een lolletje!

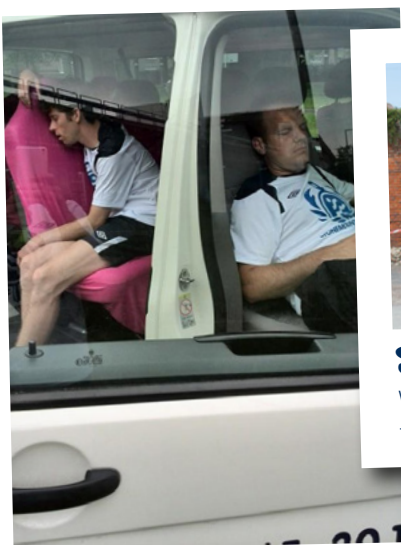


Mariëlle Weggeman, vrijwilliger

De Roparun Vogel komt echt overal. Hier zit hij op de Chinese Muur. Wij zijn jaloers!

SAY CHEESE!

De Roparun Vogel die uit een vliegtuig springt. Vrijwilligers met pasta in het haar tijdens de wereldberoemde pastaparty's. Deelnemers met maffe outfits. Je kunt het zo gek niet bedenken. Stuur jouw leukste foto, met een korte toelichting, naar info@roparun.nl en wie weet zie je jouw foto terug op deze pagina.



Team 263 Stonemountain Runners

Wanneer je niet meer kunt vechten tegen de slaap.



Stichting Roparun

Waar wachten we op... Tot er iemand aan het touwtje trekt?!



Stichting Roparun JUMP.... A little higher

Roparunners!

Ter ondersteuning van jullie fondsenwerving hebben wij iets leuks bedacht.



Als sporter / hardloper weet je vast hoe vervelend losse veters en dubbele knopen kunnen zijn. Onze partner ClickTight Innovations maakt een einde aan dit probleem, namelijk met de Roparun Clicktight. Hiermee laat je ook nog eens zien dat je onderdeel bent van de Roparun community.

Van iedere verkochte ROPARUN ClickTight op

Kickstarter gaat 25% naar het team dat jullie ondersteunen en 25% naar de organisatie én jullie houden er natuurlijk mooie unieke Click-Tights aan over... Nooit meer losse veters of dubbele knopen!

Ga naar www.roparun.nl/clicktights.html en bestel ze!



Om fit en gezond te blijven is het altijd handig wat lekkere tips mee te krijgen. Zie onderstaande groene smoothie waar je lekker veel energie van krijgt en die dus handig is voor een pittige Roparun training.

- Boerenkool
- Alpro coconut milk
- Avocado
- Banaan
- Ananas
- Aardbeien
- Peer
- Blauwe bessen
- Havermost
- Gebroken lijnzaad
- Kokosrasp en goji bessen als versiering



Benieuwd naar nog meer lekkere recepten? Volg '@ellenkeuv' op Instagram. Zij deelt regelmatig de lekkerste en gezondste smoothies. Wij zijn fan!

De Roparun 2015 wordt mede mogelijk gemaakt dankzij:

Hoofdsponsor

- Hot Item

Sponsor Plus

- Advanced Track & Trace
- Creative Technology Holland
- Incomed B.V.
- Welzijnswareshuis

Sponsor

- CoachR
- Javra Software B.V.
- Contec BV
- ROGAM Mercedes-Benz en smart dealer

Basis Sponsor

- BCC Elektro speciaalzaken B.V.
- Bureau Verhulst en van der Pol B.V.
- GPS Buddy
- Octopus Promotions

Supporter

- Bouman Sportprijzen & RelaTex
- Defibtech Lifeline AED
- E.ON
- Firma J.A. Boer
- Ondernemingsvereniging Vijfsluizen
- Reisburo Kijne
- Studio New Media



Door: Lenette van Eersel (teamcaptain), Lisette Heijboer (coördinator activiteiten) en Carry Pesch (voorzitter Stichting EnergieTeam Barendrecht).

De inschrijvingen voor Roparun 2015 stromen nog steeds binnen. Teams moeten knopen doorhakken. Gaan zij op dezelfde voet verder als voorgaande jaren of betekent een nieuw Roparunjaar een frisse start? Deze editie vertelt team 160 - voorheen Energieladies, nu Energie Team Barendrecht - het wel en wee binnen hun team.

ENERGIELADIES GAAN DOOR ALS ENERGIE TEAM BARENDRECHT

In 1997 werd Roparun Team 160 door een aantal zeer enthousiaste dames opgezet met de zeer aansprekende naam Energieladies. Een unicum: een heel team bestaande uit dames, met een aantal mannen in met name de ondersteunende functies als chauffeur, looptrainer, coördinatie van de campers, navigatie etc. Een groot aantal jaren was Marina Witkamp een van de drijvende krachten als teamcaptain om het avontuur iedere keer weer tot een goed einde te brengen, met hele mooie opbrengsten voor het goede doel als resultaat.

“We hebben gekozen voor een frisse start”

Toen Marina het afgelopen jaar besloot dat het voor haar welletjes was geweest, hebben wij (met z'n drieën!) de teamcaptain taken van haar overgenomen. We hebben gekozen voor een frisse start en nieuw elan om voortbestaan te garanderen van een Roparun team vanuit CAV Energie.

Roparun team 160 - gaat door als ENERGIE TEAM BARENDRECHT

Met diep respect en dankbaarheid voor wat er is opgebouwd met de Energieladies en allen die daaraan hun bijdrage hebben geleverd, gaan we nu door als een gemengd team, in een nog nauwere verbondenheid met onze atletiek vereniging CAV Energie. We stellen ons open voor zowel vrouwelijke als mannelijke leden van CAV Energie om met ons mee te doen en toe te werken naar een wederom succesvol jaar en nog vele jaren daarna.

“Het blijft een onvergetelijke ervaring”

Daarbij staat het motto van de Roparun voorop: “Leven toevoegen aan de dagen waar vaak geen dagen meer kunnen worden toegevoegd aan het leven.” We zullen daarom ook meer toenadering zoeken tot de palliatieve zorg binnen onze mooie gemeente Barendrecht en recent ontstane initiatieven daaromtrent. Het begrip dat de Roparun een sponsorloop is om geld in te



zamelen voor de palliatieve oncologische zorg, zal zeer centraal staan en de drijvende kracht blijven achter wat we doen. In de dagelijkse en praktische besommeringen verlies je wel eens uit het oog, dat een Roparunteam meer is dan een team dat vanuit Parijs of Hamburg naar Rotterdam loopt of fietst alhoewel dat een prestatie blijft en een onvergetelijke ervaring.

We mogen er allemaal trots op zijn dat we het afgelopen jaar het team uit Barendrecht waren met de hoogste opbrengst voor de Roparun en die trend willen we voortzetten. Wie weet waar we staan als we binnenkort vanuit CAV Energie voor de 10e keer deelnemen. Daarover hebben we duidelijke ideeën... Wat verandert er nog meer? **We gaan vertrekken vanuit Hamburg!**

Onze eerste sponsoractiviteit hebben we achter de rug. De EnergieTeam Bootcamp (onder leiding van Bowman Chiropractie) heeft plaatsgevonden op zondag 12 oktober op het terrein van CAV Energie. Deelname kostte € 7,50 en de opbrengst gaat natuurlijk naar Roparun!

Woord van de voorzitter van CAV Energie:

"Het is anno 2014 gewoon een feit dat de maatschappij steeds meer een beroep doet op verenigingen om bij te dragen aan het welzijn van een ieder in de maatschappij. En dan met name voor bijzondere doelgroepen, zoals bijvoorbeeld mensen met obesitas of minder validen. Onze atletiekvereniging draagt wat dat betreft zijn steentje meer dan bij! De vereniging heeft voor de komende jaren een aantal doelen gesteld. Eén daarvan is om meer maatschappelijk relevant te zijn en een open vereniging te zijn. Binnen onze vereniging hebben we veel betrokken verenigingsmensen, die ook een grote maatschappelijke betrokkenheid tonen. Zo is ons Roparunteam al jarenlang een begrip in Barendrecht en omstreken. Zij spannen zich elk jaar in om geld in te zamelen voor mensen met kanker en proberen voor deze mensen het leven aangenamer te maken. Door activiteiten binnen de atletiekvereniging te organiseren en natuurlijk deelname aan de Roparun wordt veel geld opgehaald. De ambitie is er om een Energie Team Barendrecht te formeren en de structuur van de organisatie zo aan te passen dat de komende jaren meer en grotere sponsors en dus sponsorgelden worden binnengehaald. Wij als bestuur zijn trots op onze mensen en willen hen daar ook van harte bij ondersteunen!"

Leen Nobels - voorzitter CAV Energie

WHO RUNS THE WORLD... EN ROPARUN...

WINTER VINECKI

7 MARATHONS OP 7 CONTINENTEN EN DEELNEEMSTER VAN ROPARUN 2014... **HOE BIJZONDER IS DAT?!**

3rd of October, Utah - Voor ons is het al bijna het einde van de werkdag. Voor Winter Vinecki begint de dag pas. Om 7.30 uur am Mountain Time (8 uur vroeger dan in Nederland), net voordat haar school begint, zit Winter klaar om via Skype door medewerkers van het Roparun kantoor geïnterviewd te worden. En dat is best een beetje spannend, voor de medewerkers dan. Winter Vinecki draait haar hand niet om voor een interview met twee Hollandse meiden. Zij is gewend om in de belangstelling te staan. Als vijftienjarige heeft zij namelijk doelen bereikt waar een ander alleen maar van kan dromen.



Winter Lee Vinecki,

De 15-jarige Winter is geboren in Grand Rapids Michigan. Ze groeide op in Gaylord, Michigan en Salem, Oregon en traint nu het hele jaar door in Park City, Utah.

“Winter is niet een typical all American Girl”

Team Winter

Toen Winter 9 jaar oud was, werd bij haar vader de diagnose prostaatkanker vastgesteld. Hij overleed 10 maanden later, net voor zijn 41ste verjaardag. Winter besloot er alles aan te doen om prostaatkanker te stoppen en richtte een stichting op, namelijk Team Winter. Door middel van haar stichting eert zij haar vader. Ze wil meer bekendheid voor prostaatkanker en wil zo veel mogelijk geld ophalen voor onderzoek. En dat gaat haar erg goed af. Zo heeft zij met haar stichting al 500.000 dollar opgehaald dat besteed wordt aan

onderzoek naar prostaatkanker. Winter is dus wat dat betreft niet een 'typical all American girl'.

“I was looking for a unique and cool event”

Waarom Roparun?

Winter was op zoek naar een cool en uniek evenement. Marathons had ze al gelopen. Ze wilde eens wat anders. Een goede vriend van de familie, waarmee Winter de marathon liep in Athene en Mongolië, nam al jaren deel aan de Roparun met Team 215-CEVA Logistics. Hij vroeg aan Winter of zij ook eens de Roparun wilde meemaken samen met dit team.



7 marathons op 7 continenten

- Noord Amerika. The Eugene Marathon; Eugene, Oregon
- Afrika. The Amazing Maasai Marathon; Kenia, Afrika
- Antarctica. Marathon Tours Antarctica Marathon; King George Island, Antarctica
- Zuid Amerika. The Inca Trail Marathon naar Machu Picchu; Cuzco, Peru
- Azië. Sunrise to Sunset Marathon, Mongolië
- Oceanië. The Great Barrier Island Wharf to Wharf Marathon
- Europa. Athens Classic Marathon Athens, Griekenland

Winter besloot deze uitdaging aan te gaan en startte op 7 juni 2014 als eerste van haar team in Hamburg. Haar vrienden dachten dat ze gek geworden was. Wie loopt er nu 580 kilometer in 48 uur?

Een estafette en dan ook nog eens door verschillende landen. Dit had Winter nog nooit gedaan. Ze vond het erg zwaar. Dit kwam vooral door slaapttekort. Zij sliep vaak twee uur of minder voordat ze weer moest lopen. Maar als ze er zo op terugkijkt, vond ze het vooral erg 'cool'. Ze leerde nieuwe lopers kennen en ze zat in een leuk team. Iedereen was erg aardig tegen haar.

Het trainen voor de Roparun was ook anders dan trainen voor een marathon. Voor de Roparun trainde ze namelijk alleen op het lopen van korte afstanden terwijl ze voor de marathon traint op het lopen van lange afstanden.

"Finishing as a group bonds you!"

Het meest bijzondere aan haar deelname aan de Roparun vond zij het teamaspect. Je bent twee dagen non-stop met een groep mensen op stap en je komt door verschillende landen. Het is dan erg bijzonder om als team over de finish te komen op de Coolsingel. Dat schept echt een band.

***"It was such a fun event!
I would love to come back"***

Roparun 2015? Ben je er weer bij?

Winter zou heel graag willen deelnemen aan Roparun 2015, maar wie weet komt er dan weer iets anders op haar pad. Dat is dus nog even afwachten. Wij van de organisatie zouden het in ieder geval heel erg leuk vinden om Winter volgend jaar aan de start te zien verschijnen in Parijs. Want als ze deelneemt, zou ze dit keer graag willen starten in de "stad van de liefde". Wil je meer weten over Winter Vinecki of over haar stichting Team Winter? Kijk dan op haar website www.teamwinter.org

ROPARUN KINDERDAG

De Roparun Kinderdag... wat is het toch een mooi doel van Stichting Roparun. Ieder jaar worden kinderen uit kinderziekenhuizen uitgenodigd om samen met hun ouders, broertjes en zusjes een leuke dag te beleven. De Kinderdag vindt plaats op een boot die tijdens de Wereldhavendagen door de haven van Rotterdam vaart. Even niet ziek zijn maar gewoon kind, daar gaat het om!

Zondag 7 september was het zover. Onze boot merde aan in Schiedam. Daar hebben onze vrijwilligers samen met de Roparunvogel, onze ambassadeur Nelli Cooman en Clown Shorty de kinderen uit het Sophia Kinderziekenhuis in Rotterdam en het VU Medisch Centrum in Amsterdam een hartelijk welkom aan boord geheten.

De kinderen hebben de hele middag niet stil gezeten. Dat kan ook niet anders met een middag vullend programma. Zo konden zij zich laten schminken door Mariëlle. Overal huppelden vrolijke vlinders en bloemenmeisjes in het rond. De jongens waren natuurlijk hele stoere Spidermannen.



EVEN NIET ZIEK ZIJN MAAR GEWOON KIND...

De popcornautomaat draaide op volle toeren en de kinderen konden de hele middag oer-Hollandse spelletjes spelen waarmee ze leuke prijzen konden winnen. DJ Michiel zorgde voor de lekkere beats. Daar moest natuurlijk op gedanst worden. De kids leerden de vrijwilligers de allernieuwste moves. Aan activiteiten dus geen gebrek! Als dan ook nog eens de blusboot van het Havenbedrijf een show weggeeft, kan de dag al helemaal niet meer stuk.

Van zo'n drukke middag krijg je natuurlijk trek. Daarom eindigde deze dag met een heerlijke maaltijd van frietjes en snacks voor de kinderen en voor de volwassenen was gezorgd voor een lekker buffet.

De Roparun Kinderdag... het zit er weer op, maar wat hebben we weer enorm genoten met z'n allen!



column

DOELENAVOND

Er was weer de jaarlijkse “doelendag” en ik was er niet bij. Daar baal ik best een beetje van, maar ik moest kiezen tussen drie familieverjaardagsfeestjes, te vieren in Limburg, of in het paasbeste pak naar de Rotterdamse Laurenskerk. Er was twijfel, zelfs de optie op-en-neer-rijden was even in beeld, maar uiteindelijk was ik er dus niet bij. Niet in het pak dus. Jammer, want er waren diverse redenen om een strakzittende stropdas of strik te prevaleren boven de sportieve polo.

Daar waren bijvoorbeeld heel veel mensen van doelen en genomineerde gemeenten die ik graag weer even had gesproken en de hand geschud. Maar bovenal was daar onze Henk van der Velde, inmiddels ex-voorzitter van Stichting Roparun Palliatieve Zorg. Henk nam die avond officieel afscheid, Henk werd geridderd door de Rotterdamse burgemeester, Henk werd toegesproken en sprak zelf toe. Ik had daar graag Henk de hand willen schudden, maar dan zonder afscheid te nemen. Dat kan en wil ik niet. Henk hoort evenals ik tot het inmiddels wel heel kleine groepje “oude garde”. Ik heb Henk meegemaakt als prima cameraman en als doorgewinterd bestuurslid. We hebben gelachen en serieus gepraat. Samen met zijn Jolanda vind ik Henk het Roparungezicht, evenals de leden van ons eerste bestuur dat waren. Roparunners pur sang, Ropapioniers, mensen met verhalen. Het blijft mooi herinneringen op te halen aan meer dan twintig jaar geleden, aan een andere Roparun.

Eén van die herinneringen is het bescheiden maar o zo gezellige feest langs de route bij het Putse Meuleke bij Ossendrecht. Indertijd liep de route daar langs (de Roparun ging toen nog van Rotterdam naar Parijs) en dat feest was aanleiding voor enkele Ossendrechtters (of is het Ossendrechtaren?) om de organisatie te verzoeken een lus door de gemeente te maken. Allemaal weten we wat daarvan gekomen is: geweldige doortochten in die Brabantse gemeente waar zo’n beetje het hele dorp aan mee deed. Nog steeds is Ossendrecht een van de doorkomstgemeenten waar het goed doorkomen en feesten is.

Tijdens de doelenavond was er niet alleen aandacht voor onze mooie doelen en voor het afscheid van Henk. Ook werden de gemeenten bekendgemaakt die door Roparunners zijn verkozen tot

“Roparunnerstad”, of tot meest gedenkwaardige doorkomstgemeente. Die keus wordt steeds lastiger, want er komen steeds meer gemeenten waar een feest wordt gemaakt van de doortocht van de Roparunners. Dit jaar wonnen Zele en Almelo, maar werd Ossendrecht (weer) tweede. Volhouters daar in dat Brabantse. En natuurlijk ook mensen met een Roparunhart, want wat je ook doet: lopen of fietsen, teamlid zijn of feesten organiseren, we gaan allemaal voor dat ene doel: Leven toevoegen aan de dagen, waar vaak geen dagen meer kunnen worden toegevoegd aan het leven. Moet ik nog zeggen dat ik alleen maar trots kan zijn? En dat ik in gedachten in die Laurenskerk heel veel mensen toch een hand gaf?

Op naar Pinksteren 2015!

Arie Wezemer / persvoorlichter



Kom snel kennismaken
met Het Welzijnswarenhuis



Webshop: www.welzijnswarenhuis.nl
Mail: info@welzijnswarenhuis.nl

COLOFON

De Ropareader is een uitgave van
Stichting Roparun

Jan van Galenstraat 40
3115 JG Schiedam
Telefoon: 010 - 434 11 65
Fax: 010 - 434 86 22
E-mail: info@roparun.nl
Web: www.roparun.nl
Bank: 46.62.78.330
IBAN: NL36ABNA0466278330
Bic: ABNANL2A

www.facebook.com/Roparun
 www.twitter.com/Stg_Roparun
 www.instagram.com/Roparun
 www.pinterest.com/stgroparun
 www.linkedin.com/stichting-roparun
 www.youtube.com/stichtingroparun

REDACTIE
Roparun kantoor en vrijwilligers

ART DIRECTION & OPMAAK
Job Hugenholtz
Qliq Media Group

FOTO'S:
Roparun fototeam, www.photoos.net

AFWERKING:
Qliq Media Group

OPLAGE:
20.000 exemplaren

Niets uit deze uitgave mag worden
overgenomen, op welke manier
dan ook, zonder toestemming van
de Roparun-organisatie.

ROPARUN EN HET CBF-KEUR

sinds 1996 verleent het CBF een
keurmerk aan fondsenwervende
instellingen. Elk fonds dat
in aanmerking wil komen voor
een CBF-Keur moet aan dezelfde
criteria voldoen en
dezelfde procedure doorlopen.
Fondsenwervende instellingen
moeten minimaal drie jaar als
zodanig actief zijn in Nederland.
het keurmerk wordt afgegeven
voor een periode van 3 jaar, waar-
bij jaarlijks wordt getoetst of de
organisatie nog aan de gestel-
de criteria voldoet.
het CBF heeft een licentie van de
Raad voor accreditatie voor het
verstrekken van het CBF-Keur.



MEER WETEN OVER
HET CBF-KEUR?
Kijk op www.cbf.nl

Ja! Ik wil Stichting Roparun steunen!

**Zijn onze doelen ook jouw doelen? Wil jij Stichting Roparun ondersteunen zodat er nog meer zaken
kunnen worden gerealiseerd? Doe een donatie, laat je voorlichten over onze sponsormogelijkhe-
den of word lid van "Roparun Friends"!**

*a.u.b. aankruisen wat van toepassing is

☐ Ik word lid van "Roparun Friends" tot wederop-
zegging en ontvang jaarlijks automatisch een
factuur van 60,50 euro. (Indien je geen lid meer
wil zijn, kun je dit kenbaar maken door een
e-mail te sturen naar info@roparun.nl. Wij ha-
len je dan uit ons "Roparun Friends" bestand.)*

☐ Ik word éénmalig lid van "Roparun Friends" en
ontvang een factuur voor 60,50 euro*

☐ Ik wil een donatie doen van euro en
ontvang daarvoor graag een betalingsbevesti-
ging.*

☐ Ik wil meer informatie over sponsormogelijk-
heden.*

Dit formulier a.u.b. per post retourneren of mailen naar
info@roparun.nl.

Naam: _____ dhr. / mevr.**
**a.u.b. doorhalen wat niet van toepassing is

Bedrijf: _____

Adres: _____

Postcode/Plaats: _____

Telefoon: _____

E-mail: _____

Datum: _____ Handtekening: _____

Stichting Roparun • Jan van Galenstraat 40, 3115 JG Schiedam
Tel: 010 - 434 11 65 • Fax: 010 - 434 86 22 • info@roparun.nl • www.roparun.nl