



Activiteiten Agenda

5 t/m 31 april
Stemmen op RTO Rabobank
Clubkas Campagne!

Zondag 8 april
Oirschotse Heidetocht
Georganiseerd door RTO

Zondag 27 mei
Obstacle Run Roche

Zondag 1 juli
OTO Oldtimer Toertocht

Elke dinsdag 10.00-16.00
Ontmoeten en ontspannen
in het RTO Contactpunt.
Vrije inloop!

Elke laatste maandag van de
maand wandelen met lotge-
noten 13.30 u.
Voor info zie onze site:
www.runningteamoirschot.nl

Uitnodiging Oldtimer Toertocht

1 Juli 2018 is het weer zover!
'Oldtimers Oirschot' stelt au-
to's en chauffeurs ter be-
schikking aan RTO. De doel-
groep van RTO kan zich op-
geven voor een leuke rit met
een oldtimer door Brabant.



De dag wordt verder ver-
zorgd door leden van OTO in
samenwerking met RTO. De
activiteit zal om ongeveer
9:00uur starten bij 'de Stap-
perij' met koffie. Daarna
stappen we in de oldtimers
en rijden we over 's lands
wegen langs de mooiste
plekjes in de omgeving.

Rond de klok van 12:30 uur
gaan we de lunch nuttigen,
verzorgd door RTO. Na de
lunch voert de route ons
weer terug naar de Stapperij
waar we verwachten rond de
klok van 17.00 uur weer te

arriveren.

Je kunt je voor deze tocht
opgeven bij het secretariaat
van RTO voor 1 juni 2018,
rtoirschot@gmail.com of via
06-5108 5547. Dit i.v.m. het
aantal auto's dat we moeten
inzetten. Dit aantal is be-
perkt dus zorg dat je er op

tijd bij bent! Geef ook door
met hoeveel personen je
mee wilt rijden en of je sa-
men in één auto wilt zitten.
Daarnaast is het goed te we-
ten of je mogelijk beperkt
mobiel bent. Dit vanwege
het feit dat de oldtimers
soms maar twee deuren heb-
ben.

We zien je opgave graag
tegenoet. Meer informatie
volgt dan rechtstreeks aan je
na de aanmelding.

Met OTO groet
Simon Staaedegaard/Wim van
Genechten en het bestuur
van RTO



Heerlijk wandelen voor het goede doel

Het RTO wandelevenement vindt dit jaar plaats op zondag 8 april. Er zijn wandelingen van 5, 10, 15, 20 en 30 kilometer uitgestippeld waarbij de wandelaars de mooiste plekjes van de Oirschotse heide ontdekken. Er hangen duidelijk herkenbare pijlen en men krijgt een routebeschrijving mee waardoor de routes eenvoudig te volgen zijn. Bij de rustposten kan men genieten van versgebakken appelkoek, verse koffie en thee en andere dranken en versnaperingen.

De 5 kilometer route is vanaf 10.00 uur speciaal voor kinderen. RTO zorgt voor een spannende speurtocht, een luchtkussen om op te ravotten, een clown en de mogelijkheid tot schminken en ballonnen vouwen.

Starten kan vanaf 08.00 uur vanuit sportpark De Kemmer, Bloemendaal 5 in Oirschot. Het inschrijfgeld bedraagt 4 euro. KWBN leden betalen 3 euro en voor kinderen is deelname gratis.

De opbrengst van de Oirschotse Heidetocht komt geheel ten goede aan de goede doelen van RTO dat zich sterk maakt voor mensen met kanker. Meer informatie op de website van Running Team Oirschot: www.runningteamoirschot.nl

Wandelen houdt lichaam en geest gezond.

Zondag 8 april



*"Trek je wandelschoenen
aan en warm je spieren
alvast op"*

Wilt u er even tussenuit en in een fijne omgeving samen zijn?

"Gun het jezelf!"

Genieten van het leven. Daar draait het om in het RTO vakantiehuis in Posterholt. In alle comfort een gezellige tijd doorbrengen met familie of vrienden.

Het vakantiehuis biedt onderdak aan 6 personen en beschikt over een mooie tuin met terras en uitzicht op de prachtige vijver in het park. Het huis heeft een slaapkamer en aparte douche op de begane grond. Op de bovenverdieping 2 slaapkamers en een douche met toilet. In de huiskamer kunt u heerlijk ontspannen in de relax-sta-op stoelen. Geniet van het comfort, de gezelligheid en privacy van thuis.

Het vakantiepark Landgoed Aerwinkel is geliefd om haar prachtige ligging. Het glooiende Limburgse landschap geeft uw verblijf een buitenlands tintje. Voor een fietstocht kunt u gebruikmaken van de twee elektrische fietsen van RTO. U kunt uw eigen fietsen gerust thuis laten. Meerdere fietsen kunt u eventueel huren op het park.

Mensen die kanker hebben (gehad) uit de gemeente Oirschot kunnen hier gratis, een week, midweek of weekend verblijven. U kunt uzelf aanmelden. Of u kunt iemand aanmelden die u hiermee wilt verrassen.

Wij wensen u een fijn verblijf toe in het RTO vakantiehuis!

Bekijk de bijzondere momenten van onze gasten in het gastenboek op onze website www.runningteamoirschot.nl



*Lieve mensen,
allemaal hartelijk bedankt!*

Oirschot is TOP!

Regelmatig ontvangt RTO donaties van families, bedrijven en organisaties. We zijn daar ontzettend blij mee! Het stelt ons in staat om actief te werken aan ons doel: de kwaliteit van leven van mensen met kanker, hun naasten en nabestaanden te verbeteren. Mensen uit de Oirschotse samenleving die de hulp van RTO daadwerkelijk nodig hebben.

Al jaren ontvangen we steun van de Firma F.L. Liebregts B.V., aannemingsbedrijf van grond-, weg- en waterbouw in Middelbeers. In plaats van kerstattenties voor relaties is voor een jaarlijkse donatie aan RTO gekozen. Een prachtig voorbeeld van maatschappelijk betrokken ondernemen!

RTO heeft ook vaak giften ontvangen van de Mr. Pieter van Kollenburg Stichting. Deze stichting houdt op te bestaan. Van het geld dat nog in kas zat, heeft RTO ook nog een deel mogen ontvangen.

Al deze financiële bijdrages helpen onze dorpsgenoten met kanker! Jullie verbondenheid, steun en vertrouwen zijn voor hen zeer waardevol.

Dank namens allen.

Gezellig toneelavondje!

Donderdag 2 maart en vrijdag 3 maart heeft RTO veertien mensen blij kunnen maken met een gratis toegangskaartje voor de voorstelling "De Godmother", een komische maffiaklacht. Deze kaartjes werden aangeboden door Toneelvereniging Uit de Bocht aan mensen met kanker uit de gemeente Oirschot, hun partners en mantelzorgers. Een heerlijk, gezellig avondje ontspannen.

RTO dankt Toneelvereniging Uit de Bocht voor deze leuke actie! Een mooi en gul gebaar!

Een aanvraag op maat

Onverwacht een bloemetje krijgen van iemand die je een steuntje in de rug wil geven. Aan je conditie werken met een elektrische fiets van RTO. Samen met dierbaren even genieten van de rust in het vakantiehuis in Posterholt. Dit zijn zo maar een paar voorbeelden van bekende initiatieven waarop RTO probeert mensen die door de ziekte kanker getroffen worden te ondersteunen.

RTO wil ook graag bijzondere wensen honoreren. Daarom vragen wij uw aandacht voor de nieuwe mogelijkheid: 'Een aanvraag op maat'. Denk daarbij bijvoorbeeld aan een bijdrage voor een high tea met vrienden en vriendinnen, een verwenmoment bij een schoonheidsspecialiste, etc ...

Aanvragen met specifieke wensen en suggesties zijn welkom en zullen, voor zover die financieel mogelijk en passend zijn, worden gehonoreerd.

RTO probeert met de haar toevertrouwde gelden de mensen met kanker en hun naasten in de gemeente Oirschot zo veel als mogelijk te ondersteunen. U als familielid, buur, vriend, vriendin of collega speelt daarbij een belangrijke rol en doet met uw aanvraag een beroep op RTO. U weet als geen ander wat van belang kan zijn, wat van betekenis kan zijn, wat ontspanning kan geven en welke vorm van aandacht gewaardeerd wordt. Schroom daarom niet en doe een aanvraag met specifieke wensen voor een dorpsgenoot of voor

uzelf. Dit kan via de website of door een mail te sturen naar rtoirschot@gmail.com

U kunt samen met RTO "het omzien naar elkaar" concreet maken.

Doen dus die aanvraag!

**Voor speciale
wensen**

Doen dus die aanvraag!

"Oirschot Zorgt" in wording

Een nog op te richten Platform dat bedoeld is voor alle vrijwilligersverenigingen die zich inzetten voor de minder gezonde, hulpbehoevende medemens in de gemeente Oirschot. RTO heeft vanaf het begin positief meegewerkt aan het tot stand komen van dit platform. Op het moment hebben we bedacht om 1 bestuurslid af te vaardigen naar de vergaderingen van deze nieuwe groep. Niet alle vrijwilligersverenigingen (bv. de KBO) doen mee. Ook RTO luistert goed en praat mee maar bekijkt ook of het platform echt iets toevoegt aan het bestaande netwerk.

De nu aanwezige clubs verschillen ook nogal van elkaar. Zo gaat de komende bespreking over het dementievriendelijk maken van de gemeente Oirschot. Belangrijk maar geen onderwerp waar RTO warm voor loopt.

2018 is het oprichtingsjaar en RTO zal dit jaar dan ook gebruiken om te bezien of we als club aangesloten blijven. We houden u op de hoogte als er wat te melden valt.

Hans Mutsaers
Bestuurslid.

Ervaringsverhalen

Bedankt RTO voor alle blijken van medeleven. Helaas bleek bij nader inzien het geplande verblijf in de vakantiebungalow geen haalbare kaart maar mijn vrouw werd o.a. nog wel verrast met een fijne massage en een prachtig boekje bloemen. Dank! H.v.L.

Dankzij jullie organisatie hebben wij tijdens de ziekte van Jan een paar leuke extraatjes gehad, een fijn verblijf in Posterholt en een supermassage van Astrid van Roijen! Veel dank allemaal hiervoor. Helaas is Jan inmiddels overleden maar toch kijk ik hier nog fijn op terug. P.v.H.

Heel hartelijk dank voor de mooie bos bloemen. Echt een steuntje in de rug en jullie zijn topers. M.v.G.

St. Hubertus Viering

Zondag 5 november, de St Hubertus viering bij de Heilige Eik, een jaarlijkse viering georganiseerd door Wildbeheereenheid Moergestel e.o., De Oirschotse en Beerse Jagers.

In grote getalen komen jong en oud naar deze sfeervolle locatie om deze bijzondere dienst bij te wonen! Pastor Wilfried van Nunen gaat de dienst voor.

De aanwezigheid van jachthoorn blazers, een groep valkeniers met hun roofvogels, jagers en hun honden, paarden en begeleiders maken dit tot een bijzondere traditie.

De honden krijgen aan het einde van de dienst de Hupkes, een gezegend broodje. Dit zou een prima bescherming bieden tegen hondsdoelheid.

RTO biedt de benodigde helpende handen bij het plaatsen van de tenten, klaarzetten van stoelen en banken, serveren van koffie en thee met cake, ranja en frisdrank voor de kinderen, soep met roggebrood en zult en kruidenlikeur.

De opbrengst van de gehouden collecte tijdens de dienst, traditioneel in jagershoeden en de vrijwillige bijdrage voor de inwendige versterking van de mens is €1.304,37.

We kunnen terugkijken op een geslaagde bijzondere bijeenkomst. Mede dankzij het mooie herfstweer.

De Evangelische Omroep heeft opnames gemaakt van deze viering. Deze zijn in januari 2018 uitgezonden.



Wildbeheereenheid Moergestel en Oirschotse en Beerse Jagers HEEL HARTELIJK DANK !

Gezegende Hupkes!

Soepwandeling

De soepwandeling van 18 februari stond speciaal in het teken van RTO.

Jan Wijten, Astrid van Rooijen, Marijke de Graaf, Joke van de Schoot hielpen mee bij het uitdelen van de koffie, koeken en natuurlijk soep. Top was dit.

De eerste kilometer van deze soepwandeling op zondag 18 februari liep door de mooie tuin van het voormalige klooster van de paters Montfortanen. Het was prachtig weer. Van daaruit werd het gebied boven en onder het Wilhelminakanaal doorkruist. Aan het eind van de wandeling wachtte zoals gebruikelijk een lekkere kop soep in de oude Montfortzaal van kasteel Groot Bijstervelt.

Er waren deze dag ruim 250 deelnemers.

Voor zowel de korte wandeling van 8 km als de lange wandeling van 15 km kan altijd gestart worden tussen 9.00 en 11.00 uur.

Men betaalt € 5, = per wandelaar per wandeling. (Het totaalbedrag gaat, na aftrek van onze kosten, volledig naar de goede doelen.)

De gekozen Goede doelen soepwandelingen 2017/2018



Stichting Mindervalidendag
Stichting Running Team Oirschot (RTO)
Stichting ViVaVakantiekamp
Stichting Loopgroep Bali Runners
Stichting Development by Education
Stichting All Angels Nepal

Op zondag 15 april sluiten we dit seizoen af bij:

Café De Nachtegaal, Proosbroekweg 6, Oirschot.

Op deze zondag zullen de Goede Doelen ook hun donatie in ontvangst mogen nemen.

Groeten en hopelijk tot 15 april,
Hans Mutsaers en Frans van Bommel

Uitslag Rabobank Clubkas Campagne 2017 bekend!

Om letterlijk de kas te spekken stelt Rabobank Het Groene Woud Zuid geld beschikbaar voor stichtingen en verenigingen met maatschappelijke doelstellingen uit de regio. Leden van de bank hebben massaal hun stemmen uitgebracht! Er was € 75.000 te verdelen. Door de stemmen hebben de leden van Rabobank Het Groene Woud Zuid bepaald hoe hoog de bedragen zijn die de clubs ontvangen met hun deelname aan de Rabobank Clubkas Campagne.

De eerste prijs in Oirschot voor RTO € 2.400,64!

Voor al die mensen die op RTO hebben gestemd, heel erg bedankt!

En ... De Rabobank Clubkas Campagne 2018 komt er al aan!

Vanwege het succes van de campagne is het te verdelen bedrag voor 2018 verhoogd naar **€ 100.000!**

Vanaf dit jaar wordt De Rabobank Clubkas Campagne in het voorjaar georganiseerd. Zo kunnen de verenigingen en stichtingen de financiële steun vanuit deze campagne op tijd opnemen in de begroting.

Ook RTO doet mee aan deze Rabobank Clubkas Campagne! Van 5 t/m 31 april 2018 mogen leden van Rabobank Het Groene Woud Zuid 5 stemmen uitbrengen. Elke stem is geld waard!

RTO kan een financiële bijdrage van de Rabobank goed gebruiken om de vakanties in ons vakantiehuis in Posterholt te verzorgen, massages aan te bieden en voor het organiseren van spannende activiteiten en workshops door het RTO Contactpunt.

Draagt u RTO een warm hart toe? Surf in de stemperiode van 5 t/m 31 april naar: www.hgwz.mijnbanken.nl om uw stem op RTO uit te brengen!



Bedankt voor uw steun!



**Stemmen van
5 t/m 31 april**



Workshop mozaïeken

Een aantal enthousiaste dames heeft deelgenomen aan deze workshop. Eenieder heeft in vijf dagdelen een mooi werkstuk gemaakt. Ieder natuurlijk naar eigen fantasie en inzicht.

Ervaring in het mozaïeken is niet nodig, samen komen we tot iets moois. Volgens de deelnemers zeker voor herhaling vatbaar. Daar gaan we zeker mee aan de slag. Misschien iets voor U?

Groetjes Marijke Baeten



*RTO bedankt
alle sponsors
voor hun steun!*

Gasterij "de Merode"

Waar 't leven en vriendschap elkaar ontmoeten!



Industrieweg 27a, 5688DP Oirschot
info@autopoetsbedrijfOirschot.nl
www.autopoetsbedrijfOirschot.nl

KAKELVERSE EIEREN uit onze ei-automaat overheerlijk



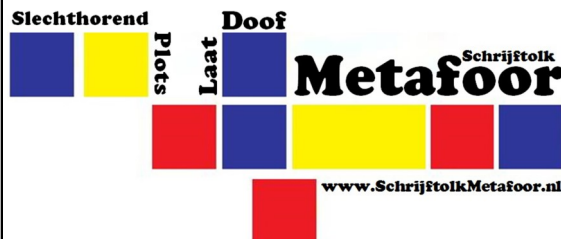
Nieuwedijk 25 Oirschot | T. 06-53116116 | www.kakelhoeve.nl

massagepraktijk Touch with Sense

Kom ervaren wat massage voor jou kan betekenen

Astrid van Rooijen
Sniijdersstraat 3
5688 RJ Oirschot

☎ 0499 578085
www.touchwithsense.nl



Huygevoort 18A - 5091 SB Middelbeers
Tel: 013 - 514 1413
E-mail: info@hoveniersbedrijfjakolsters.nl
Internet: www.hoveniersbedrijfjakolsters.nl



Behandelingen worden vergoed door uw zorgverzekeraar
www.hetregionaalhuidcentrum.nl - De Loop 67 Oirschot - Tel.0499-378183



ANBI erkend

Running Team Oirschot (RTO) is een stichting die door de belastingdienst erkend is als Algemeen Nut Beogende Instelling.

Dat betekent dat uw sponsorbijdrage zakelijk of privé als gift aftrekbaar is.



Aanmelden als contact van RTO

Geachte lezer,

Tijdens het lezen van deze nieuwsbrief is mogelijk uw bredere interesse gewekt voor de doelstellingen van RTO. Iedereen die op enigerlei wijze te maken heeft met de ziekte kanker, binnen de gemeente Oirschot, willen wij uitnodigen zich aan te melden. Aanmelden om op de hoogte te blijven van de activiteiten en mogelijkheden van RTO en haar Contactpunt. Hiervoor is het wel van belang dat we uw persoonsgegevens kennen!

Stuur ons een mailtje of een briefje met onderstaande gegevens of bezoek het Contactpunt:

Voornaam:..... Achternaam:

M/V geboortedatum: Adres:

PC / Woonplaats Tel.:

Emailadres:

Meer informatie: Ad van Heijst, coördinator

Emailcontact: rtocontactpunt@gmail.com

Tel.: 06 3808 9255

Inleveren bij: RTO secretariaat
p/a Beertramsstraat 10,
5688 RA Oirschot

P.S. Twijfelt u of uw gegevens bij ons juist/volledig zijn, stuur ons dan even uw actuele gegevens.

Pedicure Behandeling



Verwen een naaste met een paar verzorgde voeten

Lekker en pijnloos lopen. Het lijkt zo vanzelfsprekend.

Mensen die een behandeling tegen kanker ondergaan, of achter de rug hebben, worden vaak gehinderd door vervelende bijwerkingen aan de nagels en de huid van de voeten. Goede voetverzorging is daarom erg belangrijk.

RTO biedt een deskundige, complete pedicure behandeling aan in samenwerking met gecertificeerde pedicures.





Ja,

ik ontvang ook graag een uitnodiging voor RTO activiteiten!

Mijn gegevens:

Naam: _____

Adres: _____

PC/Woonplaats: _____

Tel: _____

Email: _____

*S.v.p. uitknippen en inleveren bij het RTO secretariaat
Beertramstraat 10, 5688 RA Oirschot*



Uitnodiging RTO activiteit

S.v.p. de volgende persoon voortaan een uitnodiging sturen:

Naam: _____

Adres: _____

PC/Woonplaats: _____

Tel: _____

Email: _____

Mijn gegevens:

Naam: _____

Adres: _____

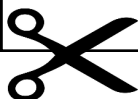
PC/Woonplaats: _____

Tel: _____

Email: _____

Mijn relatie tot deze persoon: _____

*S.v.p. uitknippen en inleveren bij het RTO secretariaat
Beertramstraat 10, 5688 RA Oirschot*



Bon voor pedicurebehandeling

Een bon bedoeld voor mensen met kanker.

Verzorgd door:

- ☐ Pedicurepraktijk Mariette Maandonks
- ☐ Pedicure Lucie van Beers
- ☐ Mecheline Kelders Pedicuresalon
- ☐ Dilia van Straten "Le Pied"

S.v.p. uw keuze aankruisen

De pedicures zijn gecertificeerd en hebben de bevoegdheid om mensen met kanker te behandelen.

Een behandeling bij u thuis is ook mogelijk. Ideaal indien u minder mobiel bent of als u het gewoon fijn vindt om in uw eigen omgeving uw voeten te laten verzorgen.

Ik wil de volgende persoon aanmelden voor een behandeling:

Naam: _____

Adres: _____

PC/Woonplaats: _____

Tel: _____

Email: _____

*S.v.p. uitknippen en inleveren bij het RTO secretariaat
Beertramstraat 10, 5688 RA Oirschot*

Mijn gegevens:

Naam: _____

Adres: _____

PC/Woonplaats: _____

Tel: _____

Email: _____

Mijn relatie tot deze persoon: _____

Vakantie Verblijf



Even tot rust komen in het 6-persoons RTO vakantiehuis op een prachtig landgoed in Limburg

Mensen met kanker uit de gemeente Oirschot kunnen hier **gratis**, een week, midweek of weekend verblijven na of tijdens een periode van intensieve behandelingen.

Wilt u, na een enerverende periode even bijkomen met uw gezin, dan kunt u zich aanmelden voor ons vakantiehuis op Landgoed Aerwinkel in Posterholt. Als u iemand kent die u een week, midweek of weekend bijkomen gunt in ons vakantiehuis, dan kunt u deze persoon aanmelden, na overleg met de betrokkene.

Gratis boeket bloemen!



Bloemen zijn een teken van meeleven en steun. Even aandacht, even laten merken dat er mensen in je omgeving zijn die met je meeleven. Een klein gebaar met een grote uitstraling.

U kunt via RTO een prachtige bos bloemen laten bezorgen bij iemand met kanker in de gemeente Oirschot. Zowel de bloemen, als de bezorging zijn **helemaal gratis!**

Vul de bon in!

Gratis gebruik van een



- Elektrische fiets
- Scootmobiel
- Hometrainer

Mensen met kanker uit de gemeente Oirschot kunnen bij RTO gratis een fiets met trapondersteuning, een scootmobiel of hometrainer lenen.

Pure ontspanning!



Voetreflex massage of verwenmassage

een weldaad om weer op een prettige manier in contact te komen met uw lichaam...

Massages ondersteunen het behandlungsproces en geven ontspanning. Massages zijn niet bedoeld om kanker te genezen. Voetreflex Massage na(ast) de ziekte kanker kan bijzonder waardevol voor je zijn. En kan je helpen ontspannen. Het wordt door de mensen met kanker als heel positief ervaren. RTO biedt deze behandelingen aan in samenwerking met Astrid van Rooijen.

Vakantiebon

Een bon bedoeld voor mensen met kanker.

Ik wil de volgende persoon verrassen met een vakantie:

Naam: _____
 Adres: _____
 PC/Woonplaats: _____
 Tel: _____
 Email: _____

*S.v.p. uitknippen en inleveren bij het RTO secretariaat
 Beertramstraat 10, 5688 RA Oirschot*

Mijn gegevens:

Naam: _____
 Adres: _____
 PC/Woonplaats: _____
 Tel: _____
 Email: _____
 Mijn relatie tot deze persoon: _____



Gratis een boeket bloemen

Een bon bedoeld voor mensen met kanker.

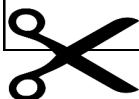
Ik wil de volgende persoon verrassen met bloemen:

Naam: _____
 Adres: _____
 PC/Woonplaats: _____
 Tel: _____
 Email: _____

*S.v.p. uitknippen en inleveren bij het RTO secretariaat
 Beertramstraat 10, 5688 RA Oirschot*

Mijn gegevens:

Naam: _____
 Adres: _____
 PC/Woonplaats: _____
 Tel: _____
 Email: _____
 Mijn relatie tot deze persoon: _____



Bon voor gratis gebruik van

Een bon bedoeld voor mensen met kanker.

- ☐ Elektrische Fiets
☐ Scootmobiel
☐ Hometrainer

Ik wil de volgende persoon aanmelden:

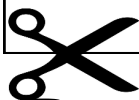
Naam: _____
 Adres: _____
 PC/Woonplaats: _____
 Tel: _____
 Email: _____

*S.v.p. uitknippen en inleveren bij het RTO secretariaat
 Beertramstraat 10, 5688 RA Oirschot*

Mijn

gegevens:

Naam: _____
 Adres: _____
 PC/Woonplaats: _____
 Tel: _____
 Email: _____
 Mijn relatie tot deze persoon: _____



Bon voor een massage

Een bon bedoeld voor mensen met kanker.

Ik wil de volgende persoon verrassen met een behandeling:

Naam: _____
 Adres: _____
 PC/Woonplaats: _____
 Tel: _____
 Email: _____

*S.v.p. uitknippen en inleveren bij het RTO secretariaat
 Beertramstraat 10, 5688 RA Oirschot*

Mijn gegevens:

Naam: _____
 Adres: _____
 PC/Woonplaats: _____
 Tel: _____
 Email: _____
 Mijn relatie tot deze persoon: _____

RTO wil graag meer aandacht geven aan adolescenten en jonge volwassenen.

Het oudere kind en de jonge volwassenen die te maken krijgen met de ziekte kanker belanden vaak in een zwevende groep. De extra begeleiding vanuit de gezondheidszorg neemt af en vaak is het daarnaast ook zo dat de aansluiting bij leeftijdsgenoten geheel of gedeeltelijk ontbreekt. Alles door hun ziek zijn. De overgangsfase tussen kindertijd en

volwassenheid is een spectaculaire beleving voor ouder en kind. Wanneer deze fase ook nog wordt doorkruist met de ziekte kanker maakt het deze periode vaak nog vele malen moeilijker.

Het volledig deelnemen aan activiteiten met je leeftijdsgenoten is vaak niet mogelijk. Lid zijn van een club of team

brengt de nodige beperkingen en ongemakken mee. Om nog maar niet te spreken van de extra inspanningen en blijvende beperkingen die de jongere beleeft in het totale proces van volwassen worden of zijn.

Jong en kanker: AYA zorg voor jou!

AYA's (Adolescents & Young Adults) zijn jonge mensen die tussen 18 en 35 jaar voor het eerst te horen krijgen dat ze kanker hebben. Net als jij. Plotseling staat jouw wereld op z'n kop en heb jij hele normale vragen in een abnormale situatie. Denk aan vragen over opleiding, werk, voeding, sport, zelfstandigheid, relaties, vruchtbaarheid en seksualiteit. Juist dan heb jij zorg nodig die stilstaat bij wat jij nodig hebt tijdens en ook na kanker: leeftijdsspecifieke AYA zorg. Zodat jij de draad weer zo goed mogelijk op kunt pakken.

Naast de professionele zorginstaties wil RTO aandacht en ondersteuning aanbieden vanuit je directe omgeving.

Ondersteuning verlenen aan een dagje uit met vrienden of familie, een lekkere verwenmiddag in een schoonheidssalon, bezoek aan een wellnesscenter, manicuur of pedicuurbehandeling, een museumbezoek, een dagje op stap met de trein, bezoek aan een pretpark. Kortweg, een activiteit

die je graag zou willen ondernemen, waarbij je wel een (financiële) ondersteuning kan gebruiken om die te realiseren.



Ben jij of ken jij iemand in je directe omgeving die wel een beetje ondersteuning kan ge-

bruiken? Meld je aan met je wens en wij kijken hoe we hieraan kunnen bijdragen om deze te realiseren.

Meer informatie of aanmelden: Aanmelden voor deze activiteit via het formulier op onze site: www.runningteamoirshot.nl of via e-mail: rtocontactpunt@gmail.com - Bellen kan ook: 06-3808 9255

Activiteit bij de handwerkgroep

Na het succes van de cursus kussens maken, weer een nieuw uitdaging!

24 april gaan we van start met het verfraaien van een eenvoudige jute boodschappentas tot een HAUTE COUTURE object.

We gaan tassen bekleden met een fraai haakwerk.

Voor de starters beginnen we met een relatief eenvoudig patroon. Door het gebruik van verschillende steken en kleuren komen we tot een mooi resultaat.

Voor de meer gevorderde hakers en haaksters gaan we van start met een uitdagend patroon. Door het toepassen van eigen kleuren krijgen we de meest prachtige resultaten.

Ben je geïnteresseerd kom dan gerust is een keertje kijken of meedoen.

Voor de cursus betaal je eenmalig € 5,00 voor de kosten van het patroon.

U bent van harte welkom. (Introducees zijn toegestaan)

Namens de handwerkgroep,
Leonie.



*Kom erbij!
Gezellig handwerken
met elkaar!*

Programma inloophuis RTO

**Elke dinsdag van
10.00 tot 16.00 uur**

Klooster Franciscanessen, Kapittelzaal, Amaliazorg, Koestraat 37
Ingang via de zijingang aan de Kloosterstraat (volg de pijlen)

Wij nodigen u uit voor een vrijblijvend bezoekje aan de inloop voor een praatje en een gratis kop koffie/thee in gezelschap van lotgenoten en de RTO gastvrouwen.

Dinsdag 3 april 10:00 – 12:00 uur rummikub / kaarten / spellen / sjoelen / puzzelen.
Gratis 14:00 – 16:00 uur "Samen haken of breien", WS kussens, o.l.v. Leonie.

Dinsdag 10 april 10:00 – 12:00 uur keramiek beschilderen / decopatchen
(aanmelden via site).
Gratis 10:00 – 12:00 uur sudoku puzzelstafette light of medium / rummikub.
Gratis 14:00 – 16:00 uur "Samen haken of breien", WS kussens, o.l.v. Leonie.

Dinsdag 17 april 10:00 – 12:00 uur rummikub / kaarten / spellen / sjoelen / puzzelen.
Gratis 14:00 – 16:00 uur "Samen haken of breien".

Dinsdag 24 april 10:00 – 12:00 uur hulp bij gebruik van jouw laptop, smartphone of tablet.
Eenmalig € 5,00 10:00 – 12:00 uur WS mozaïeken o.l.v. Marijke, Cecile of Dianne
Eenmalig € 5,00 14:00 – 16:00 uur "Samen haken of breien", WS AH-tassen, o.l.v. Leonie.

Maandag 30 april Wandelen start 13:30 uur De Kemmer, Bloemendaal 5, Oirschot

Dinsdag 1 mei 10:00 – 12:00 uur kleuren voor volwassenen / zetangle mandala's.
Spaarpot bijdrage 12:00 – 13:15 uur "samen" gezellig lunchen, (aanmelden via de site)
Gratis 14:00 – 16:00 uur "Samen haken of breien", o.l.v. Leonie.
Gratis 14:00 – 16:00 uur rummikub / kaarten / spellen / sjoelen / puzzelen.

Dinsdag 8 mei 10:00 – 12:00 uur sudoku puzzelstafette light of medium.
Gratis 10:00 – 12:00 uur kleuren voor volwassenen / zetangle mandala's.
Gratis 14:00 – 16:00 uur "Samen haken of breien", o.l.v. Leonie
Amaliazorg - aanvang: 20:00 uur. Bijeenkomst Levenstestament en testament
(aanmelden via de site) presentatie Notariskantoor Wedemeijer-Marks, Roosje Voogt-Bosmans

Dinsdag 15 mei 10:00 – 12:00 uur keramiek beschilderen / decopatchen
(aanmelden via site).
€ 5,00 p.p. 13:30 – 16:00 uur WS "groen-decoreren" o.l.v. Catootje
(aanmelden via site).

Dinsdag 22 mei 10:00 – 12:00 uur hulp bij gebruik van jouw laptop, smartphone of tablet.
Gratis 14:00 – 16:00 uur "Samen haken of breien", o.l.v. Leonie.
Gratis 14:00 – 16:00 uur rummikub / kaarten / spellen / sjoelen / puzzelen.

Maandag 28 mei Wandelen start 13:30 uur Theetuin De Galerie, Beerseweg 11b Oirschot

Dinsdag 29 mei 10:00 – 12:00 uur rummikub / kaarten / spellen / sjoelen / puzzelen.
Gratis 14:00 – 16:00 uur "Samen haken of breien", o.l.v. Leonie.

Aanmelden voor een activiteit kan via het formulier op onze site: www.runningteamoirschot.nl
of via e-mail: rtocontactpunt@gmail.com - Bellen kan ook: 06-3808 9255

*** Wijzigingen in het programma voorbehouden ***



*Het nieuwe activiteiten
programma ligt klaar!
Iedereen is van harte
welkom!*

Wie beweegt gaat vooruit!

Onder deze kop is Running Team Oirschot (RTO) al geruime tijd actief om mensen te enthousiasmeren om weer meer te bewegen. Bewegen voor, tijdens en na de behandelingen heeft meerdere voordelen.

Meer bewegen bij kanker helpt

Als u kanker hebt en daarvoor behandeld wordt, is de kans groot dat u door de combinatie van de ziekte en de behandeling vermoeid raakt. Veel rust lijkt dan beter dan fysieke inspanning. Toch blijkt in veel gevallen het tegendeel waar. Juist door meer te bewegen bij kanker, of zelfs te sporten, bestrijdt u die vermoeidheid effectiever. In dit artikel lichten we dit nog een keertje toe.

Wie bij de diagnose kanker een redelijk goede conditie en voldoende spiermassa heeft, zal een chemokuur of bestraling beter kunnen doorstaan. Ook komt uit onderzoek naar voren, dat wie tijdens de behandeling lichamelijk actief blijft, positieve gezondheidseffecten ervaart. Zo is chemotherapie beter te verdragen als u voldoende blijft bewegen. En u verkleint daarmee ook het risico op voortijdig stoppen van de behandeling. In geval van een operatie wordt het her-

stel bespoedigd als u fysiek actief bent – zowel vóór als na de ingreep.

Vermoeidheid bestrijden

Vermoeidheid is een van de meest voorkomende klachten bij kanker. Zo'n 85 procent van de kankerpatiënten krijgt ermee te maken. Niet alleen de ziekte zelf put uit, maar ook de behandeling vraagt veel van het lichaam. Bovendien kunt u uw eetlust verliezen en dat draagt evenmin bij aan het behoud van energie. De vermoeidheid die door dit proces ontstaat, kan nog jaren na een behandeling aanhouden. Een voor de hand liggend antwoord op vermoeidheid is rustig aan doen. Tegenwoordig denkt de medische wereld daar anders over. Door voldoende te bewegen bij kanker, of zelfs te sporten, kunt u uw moeheid aanzienlijk terugdringen. Belangrijk daarbij is ook dat u er zo snel mogelijk na de diagnose (weer) mee begint.

Voordelen van bewegen

Lichamelijk actief zijn bij kanker heeft verschillende positieve effecten. We zetten ze hier op een rijtje:

- Het helpt om u minder moe te voelen.
- Als u meer energie hebt, kunt u beter de alledaagse dingen blijven doen.
- Bewegen of sporten zorgt voor afleiding en ontspanning. Goed voor uw mentale

conditie.

- De behandeling geeft minder bijwerkingen.
 - Na de behandeling treedt er sneller herstel op.
- Er zijn dus de nodige voordelen. Maar als kankerpatiënt zult u zich mogelijk wel afvragen: hoe pak ik het aan? Wat kan ik in mijn geval het beste doen en waar ligt de grens?

Professionele begeleiding

Natuurlijk kunt u gewoon beginnen met bewegen en daarmee zelf direct bijdragen aan een succesvollere behandeling. RTO biedt u de mogelijkheid te bewegen o.l.v. een gespecialiseerde fysiotherapeut. De fysiotherapeut zal de duur, de intensiteit en de aard van het bewegingsprogramma steeds weer zorgvuldig afstemmen op uw mogelijkheden van het moment. Ook een licht programma kan al helpen om vermoeidheid en andere klachten te doen verminderen.



Ben je geïnteresseerd?

- Voor info bel: 06 58089255 / 06 5108 5547
- Email contact: rtocontactpunt@gmail.com
- Aanmelden via site: www.runningteamoirschot.nl

Workshop Mozaïeken

jouw persoonlijke tissuedoos of toch liever een vogelkast!

Dinsdag 24 april aanvang 10:00 uur

Gaan we de aanvang maken van een eigen tissuedooshouder of mogelijk een leuk vogelhuisje! Bij onze creatieve workshop kun je zonder enige ervaring al een mooi resultaat bereiken. Met stukjes tegel en vormgegevenstukjes gaan we op de basisvorm van de tissuedoos of een vogelhuisje aan de slag. Iedereen kan hierin zijn of haar persoonlijke keuzes maken.

Aanmelden vóór 17 april via het aanmeldingsformulier of telefonisch.

Hierin ondersteund door onze workshop begeleidsters Marijke, Cecile of Dianne.



*Volg ons op facebook
www.facebook.com/runningteamoirschot*

*Ontspanning
en creativiteit
in een workshop!*

*Jumbo Oirschot
is óók sponsor
van RTO!*



Levenstestament en Testament

Zorg voor later geef je vorm in het nu!

Beste Mensen,

Meestal staan we niet stil bij wat er allemaal met ons kan gebeuren waardoor plotseling je leven op zijn kop staat.

Je leven wordt dan door allerlei heftige zaken in beslag genomen. In het slechtste geval ben je niet eens meer in staat zelf beslissingen te nemen die van belang zijn. Het geeft toch een goed gevoel wanneer je weet dat je zaakjes op orde zijn voor jou en je dierbaren.

Daarom willen wij jullie uitnodigen om deel te nemen aan een informatieavond, waar we duidelijk uitleg willen geven over wat het verschil is tussen een levenstestament en een 'gewoon' testament. Maar op deze informatieavond is zeker ook ruimte voor persoonlijke vragen.

Bijeenkomst Levenstestament en testament

Tijdens deze bijeenkomst bespreekt de notaris wat u kunt regelen op het gebied van levenstestament of testament. Wat is van belang wanneer u niet meer zelf in staat bent tot handelen? U wordt meegenomen in de actualiteiten en krijgt volop mogelijkheid om vragen te stellen.

Datum en locatie

Dinsdag 8 mei 2018, ontvangst 19:45 uur aanvang: 20:00 uur
Amaliazorg, Koestraat 37 - 5688 AG Oirschot

Aanmelden

Wilt u meer weten over dit onderwerp, zodat u er zorg voor kunt dragen dat uw zaakjes geregeld zijn wanneer het er op aankomt meldt u dan aan voor deze informatieavond via onze website of bij 't Contactpunt. U ontvangt voorafgaand aan de bijeenkomst een bevestiging (per mail).

Meer informatie of aanmelden:

Aanmelden voor deze activiteit via het formulier op onze site: www.runningteamoirschot.nl
of via e-mail: rtocontactpunt@gmail.com - Bellen kan ook: 06-3808 9255

WEDEMEIJER
MARKS



Voor u gelezen!

Wanneer je overrompeld bent door de ziekte kanker ga je allerlei zaken ervaren. Dan is het praktisch wanneer je hiervoor een handleiding krijgt aangeboden. Daar-in staat vermeld waar je allemaal rekening mee moet gaan houden. Zaken die direct of indirect het verdere verloop van je leven gaan beïnvloeden. Het "Handboek voor overlevende van kanker" is hiervan een voorbeeld.

Ongeveer de helft van het aantal mensen dat kanker krijgt – in Nederland 70.000 per jaar – geneest of overleeft langdurig. Velen van hen worden vervolgens geconfronteerd met een andere problematiek: ze moeten leven met blijvende vermoeidheid, pijn of verminking. Soms ontstaan spanningen in de relatie of met de kinderen, heel wat ex-kankerpatiënten ondervinden problemen op het werk. De één krijgt te maken met ongewenste kinderloosheid, de ander ondervindt weerstand bij het afsluiten van een hypotheek of verzekering. En altijd krijgen ze te horen: 'Je moet niet zeuren, wees blij dat je er nog bent!' Wie – gelukkig – geen ervaring met kanker heeft, weet niet dat de gevolgen van de behandeling op wat langere termijn vaak nog ingrijpender zijn dan het ziekteproces zelf.

Voor deze groeiende groep van ex-kankerpatiënten heeft Jeroen Terlingen een overzichtelijk en toegankelijk Handboek voor overlevende van kanker geschreven. In het Handboek voor overlevende van kanker vertellen zij en andere (ervarings)deskundigen vrijmoedig over hun ervaringen en geven praktisch advies.

In 23 hoofdstukken komen onderwerpen aan de orde als: orgaanbeschadigingen door radio- en/of chemotherapie, vermoeidheid, pijn, geheugen- en concentratieverlies, gewichtsproblemen, veranderingen in het seksleven, overgang en onvruchtbaarheid, leren leven met een beschadigd lichaam, angst voor een recidief, de psychosociale gevolgen van kanker, stress en traumaverwerking, spanningen in het gezin en in de relatie (want kanker ontregelt de hele familie), eenzaamheid, lotgenotencontact, de omgang met bureaucratie en met vooroordelen op het werk, confrontaties met verzekeringsartsen en het UWV, financiële gevolgen van kanker bij het kopen van een huis of het afsluiten van een verzekering, specifieke gevolgen voor zzp'ers, verandering van het zelfbeeld.

Kanker is ontzettend ingrijpend voor patiënten en hun naasten. Hopelijk is dit 'Handboek voor overlevende van kanker' een bron van inspiratie voor iedere overlevende, die beseft dat de ziekte ook kans biedt om te groeien: als persoon en in kwaliteit van leven.



Een gids voor mensen die vooruitkijken na kanker

Een bron van inspiratie!

Bestellen

U kunt het Handboek voor overlevende van kanker bestellen via <http://jeroenterlingen.nl/site/bestellen/>. Het kost inclusief verzendkosten € 22,40. De pdf kost € 9,25.

Workshop Schilderen

Schuilt in jou een Picasso of van Gogh of zoek je gewoon een uitlaatklep, dan is een workshop schilderen mogelijk iets voor jou.

Wij nodigen je uit dit te ervaren middels een workshop schilderen bij Atelier de Uitlaatklep in Middelbeers. Deze workshop zal worden gegeven op dinsdagochtend (10–12u) of woensdagmiddag (14–16 u).



Belangstelling gewekt? Geef je dan op.

Via <https://www.runningteamoirschot.nl/index.php/rto-contactpunt/activiteiten/workshop-schilderen> of bij de coördinator contactpunt telefoon 06 38089255

RTO

Secretariaat
Beertramstraat 10
5688 RA Oirschot

IBAN NL42 RABO 0114 3292 22
RTOirschot@gmail.com
www.runningteamoirschot.nl

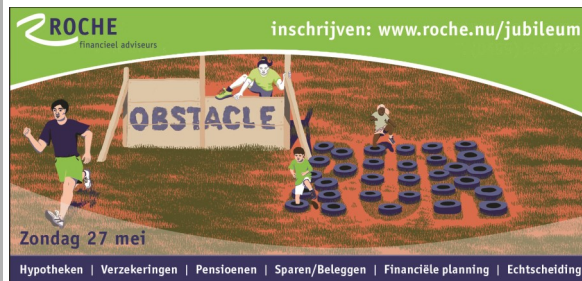


Stichting Running Team Oirschot



Running Team Oirschot is een groep enthousiaste vrijwilligers die al jaren geld inzamelt voor mensen met kanker. Dit doen wij door het organiseren van evenementen. Samengevat in de slogan: 'Running Team Oirschot ... in actie voor mensen met kanker'

OBSTACLE RUN ROCHE FINANCIËEL ADVISEURS



VOOR HET GOEDE DOEL

Van harte gefeliciteerd!

ROCHE viert dit jaar haar 20-jarig jubileum! En dat willen we natuurlijk graag met onze cliënten vieren, maar ook met alle bewoners van Oirschot en nabije omgeving. Daarom organiseren wij op zondag 27 mei samen met NH1816 (al meerdere jaren uitgekozen tot beste schadeverzekeraar van Nederland) een Obstacle Run. Een spannend én uitdagend parcours langs diverse obstakels voor zowel jong als oud.

Daarom nodigen wij jullie van harte uit om deel te nemen aan onze Obstacle Run bij Brouwerij Vandeoirsprong. Om 13.30 uur start de familyrun voor alle basisschoolleerlingen met of zonder hun ouders (kinderen mogen kiezen). En om 15.00 uur komen alle andere sportieve deelnemers aan de beurt. Het parcours zal dan aangepast worden naar het nog meer uitdagende werk.

Deelnamekosten

De kosten voor de basisschoolleerlingen zijn slechts € 5,-. Alle andere deelnemers betalen € 10. Als je het inschrijfformulier invult, kun je ook meteen betalen. Handiger dan dat je op de dag zelf nog moet wachten voor de inschrijving en de betaling.

En wat krijg je hiervoor? Een geweldige sportieve middag met veel gezelligheid. En verder hebben we voor de € 5 deelnemers een mooie bidon beschikbaar. De € 10 deelnemers ontvangen een kleurrijk sportshirt, mooi om te dragen tijdens het evenement en daarna mag deze mee naar huis.

Inschrijfgeld naar het Goede Doel

En wat nu zo mooi is, is dat de kosten voor de shirts en de bidons voor rekening zijn van ROCHE financieel adviseurs en NH1816. Wie jarig is trakteert. Zo kan jullie hele inschrijfgeld naar het Goede Doel.

We hebben daarvoor de volgende Oirschotse organisaties uitgekozen:

- RTO Running Team Oirschot;
- het Bijna Thuis Huis;
- IVN Natuureducatie.

Andere activiteiten

Naast de Obstacle Run willen we er ook graag een feestje van maken. Daarom zullen Remon & Toon de hele middag aanwezig zijn voor een gezellige muzikale begeleiding. Is er een springkussen voor de kinderen. En zal er aan het einde van de middag de uitreiking zijn van de Loterij. Lootjes kun je de hele middag kopen voor een aantrekkelijke prijs. En de prijzen ... die zijn natuurlijk om te snoepen. De opbrengst is weer voor het Goede Doel.

Graag aanmelden via www.roche.nu/jubileum

Dus twijfel niet langer en meld je aan via onze website www.roche.nu/jubileum. Tot 27 mei! Wij hebben er in ieder geval heel veel zin in.