

Jaargang 19  
Voorjaar 2024  
Nummer 41

Secretariaat  
Heihorst 9  
5689 AG Oirschot

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

# RTO nieuwsbrief



Stichting Running Team Oirschot

## AGENDA!

Donderdag 30 mei  
RTO Vrijwilligersoverleg

Zaterdag 1 juni  
LevensLoop  
De Beerzen Oirschot Spoordonk  
Wandelevenement in estafettevorm

Elke dinsdag 10.00-16.00 uur  
Ontmoeten en ontspannen in het  
RTO Inloophuis.  
Koningshof 3 Oirschot  
Vrije inloop!

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

Onder de naam LevensLoop De Beerzen-Oirschot-Spoordonk hopen we op jouw deelname tijdens de wandelestafette op 1 juni 2024. Van 12.00 tot 20.00 wordt er gewandeld met vervolgens een gezellige afsluiting op de markt van Oirschot.

## Zaterdag 1 juni 2024 LOOP MET ONS MEE!

Het doel is, naast het inzamelen van geld voor Bijna Thuis Huis Oirschot en Running Team Oirschot, bekendheid vergroten voor deze lokale initiatieven. Maar ook om stil te staan bij onze medemens die noodgedwongen in aanraking komt met een van deze organisaties. Saamhorigheid in een informele, gezellige sfeer.

Op zaterdag 1 juni 2024 barst het spektakel weer los op de markt in Oirschot... Gezellige kraampjes met ludiek aanbod, muziek schalt over het plein, maar vooral wordt in estafettevorm gewandeld door de straten van het centrum om geld in te zamelen voor Bijna Thuis Huis Oirschot en Running Team Oirschot. Saamhorigheid in een informele, gezellige sfeer.

Wij zoeken deelnemers, sponsors en vrijwilligers. Samen zetten we LevensLoop op de kaart. Tijdens en rondom het evenement liggen legio taken, meld je aan! Na een fantastische eerste editie, wordt deze tweede nóg spectaculairder...

**Aanmelden: [www.levensloopbos.nl](http://www.levensloopbos.nl)**

Datum: Zaterdag 1 juni 2024  
Tijd: Van 12:00 tot 22:00 uur  
Locatie: Het pittoreske centrum van Oirschot,  
op en rond de Markt  
Informatie: [info@levensloopbos.nl](mailto:info@levensloopbos.nl)  
Facebook: Levensloop de Beerzen – Oirschot – Spoordonk  
Sponsoring: [Sponsoring@levensloopbos.nl](mailto:Sponsoring@levensloopbos.nl)

Word die onmisbare vrijwilliger,  
op handen gedragen sponsor  
of stoere wandelaar!



# Conditie en beweging bij kanker

## Bewegen met muziek, opdoen van energie!

Kanker heeft, net als de behandeling ervan, een grote impact op uw lichamelijke en geestelijke gesteldheid. Uw lichamelijke conditie kan achteruitgaan, en dit kan zich uiten in vermoeidheid. Vroeger werd bij ziekte en vermoeidheid vaak rust voorgeschreven. Rust heeft echter als bijwerking dat de conditie nog verder achteruitgaat. Wetenschappelijk onderzoek heeft bewezen dat sporten en bewegen tijdens en na de behandeling een belangrijke bijdrage kan leveren aan het opbouwen van de conditie en het herstel.

Daarom deze uitnodiging; Ondersteund door muziek werken aan je algemene lichamelijke conditie. Goed voor iedereen die houdt van bewegen! Door middel van spierversterkende oefeningen wordt er gewerkt aan kracht, stabiliteit en mobiliteit van het gehele lichaam. Alle spieren komen aan bod en wordt er veel gelet op de houding van het lichaam. In de les doe je allerlei oefeningen die de spieren versterken en de souplesse bevorderen. Maar er is ook ruimte voor bewustzijn van je lijf en je ademhaling.

Bewegen draagt bij aan de ontwikkeling van:

- Lichaamsbewustzijn
- Coördinatie
- Flexibiliteit
- Kracht
- Cognitieve ontwikkeling
- Uiting van gevoelens in beweging
- Sociaal gedrag/ een groepsgevoel
- Creativiteit en expressie
- Zelfvertrouwen
- Gezonde conditie en gewicht



Leuk om te doen, goed voor je lijf en toegankelijk voor iedereen! Laat je inspireren en doe op dinsdag van 13:30 – 14:30 uur een keertje mee in het RTO-Inloophuis. Laat wel even weten dat je wil komen.

## Programma RTO-Inloophuis

Bezoekadres:  
De Heistal  
Koningshof 3  
5688 GD Oirschot

Wij nodigen u uit voor een vrijblijvend  
bezoekje aan de inloop voor een praatje

en gratis kop koffie/thee in gezelschap  
van lotgenoten en de RTO gastvrouwen.



Aanmelden voor een activiteit kan via  
het aanmeldingsformulier op onze site:

[www.runningteamoirschot.nl](http://www.runningteamoirschot.nl)

of via e-mail: [rtoinloophuis@gmail.com](mailto:rtoinloophuis@gmail.com)

Bellen kan ook: 06-3808 9255

Dinsdag 16 april	10:00 – 12:00 uur: gezellig samenzijn / kaarten / spellen / biljarten 10:00 – 12:00 uur: mandela's kleuren / sjoelen 13:30 – 14:30 uur: bewegen met muziek 14:00 – 16:00 uur: gezellig samenzijn, haken en breien.
Dinsdag 23 april	10:00 – 12:00 uur: gezellig samenzijn / kaarten / tekenen / biljarten 10:00 – 12:00 uur: creatieve werkvorm; acrylgieten 13:30 – 14:30 uur: bewegen met muziek 14:00 – 16:00 uur: gezellig samenzijn, haken en breien.
Maandag 29 april	Wandelen start 13:30 uur; informatie vertrekpunt: 06-40613319
Dinsdag 30 april	10:00 – 12:00 uur: gezellig samenzijn / kaarten / spellen / biljarten 10:00 – 12:00 uur: samen puzzelen / rummikub / kleuren 13:30 – 14:30 uur: bewegen met muziek 14:00 – 16:00 uur: gezellig samenzijn, haken en breien.
Dinsdag 7 mei	10:00 – 12:00 uur: gezellig samenzijn / kaarten / tekenen / biljarten 10:00 – 12:00 uur: creatieve werkvorm; opbergdoos décopatchen 13:30 – 14:30 uur: bewegen met muziek 13:30 – 16:00 uur: gezellig samenzijn, haken en breien.
Dinsdag 14 mei	10:00 – 12:00 uur: gezellig samenzijn / kaarten / spellen / biljarten 10:00 – 12:00 uur: samen puzzelen / rummikub / kleuren Spaarpot bijdrage 12:00 – 13:15 uur: samen" gezellig lunchen (aanmelden vóór 10 mei) 13:30 – 14:30 uur: bewegen met muziek 14:00 – 16:00 uur: gezellig samenzijn, haken en breien.
Dinsdag 21 mei	10:00 – 12:00 uur: gezellig samenzijn / kaarten / tekenen / biljarten 10:00 – 12:00 uur: creatieve werkvorm; opbergdoos décopatchen (afmaken) 13:30 – 14:30 uur: bewegen met muziek 13:30 – 16:00 uur: gezellig samenzijn, haken en breien.
Maandag 27 mei	Wandelen start 13:30 uur; informatie vertrekpunt: 06-40613319
Dinsdag 28 mei	10:00 – 12:00 uur: gezellig samenzijn / kaarten / spellen / biljarten 10:00 – 12:00 uur: samen puzzelen / rummikub / kleuren 13:30 – 14:30 uur: bewegen met muziek 14:00 – 16:00 uur: gezellig samenzijn, haken en breien.
Dinsdag 4 juni	10:00 – 12:00 uur: gezellig samenzijn / kaarten / tekenen / biljarten 10:00 – 12:00 uur: creatieve werkvorm; volgt 13:30 – 14:30 uur: bewegen met muziek 13:30 – 16:00 uur: gezellig samenzijn, haken en breien.

\*\*\* Wijzigingen in het programma voorbehouden \*\*\*



- Zonnepanelen
- Aircosystemen
- Warmtepompen
- Laadpalen



Van Gerven  
*Asperges*



**Fysionova**



# VPO

[www.vpo-oirschot.nl](http://www.vpo-oirschot.nl)



# HOLLAND AIR PUMPS

## KAKELVERSE EIEREN

uit onze ei-automaat

overheerlijk

parkeren  
ei automaat



De Kakelhoeve  
scharrel- pluimveebedrijf

Nieuwedijk 25 Oirschot | T. 06-53116116 | [www.kakelhoeve.nl](http://www.kakelhoeve.nl)

# JASMINE GARDEN

Tel: 0499-550900  
De Korenaar 22 c/d Oirschot

## Voorstelling 'Kankermoeder' maakt indruk!

Zaterdagavond 9 maart jl. was in theater De Stoelendans in Oirschot de uitvoering door Hilde van Uden van haar theaterproductie 'Kankermoeder'. De bezoekers van deze voorstelling hebben een indringend en imponerende voorstelling gezien waarin Hilde van Uden een overtuigende presentatie neer heeft gezet van wat het betekent om als jonge moeder plotseling geconfronteerd te worden met kanker.

Daarbij gaat het niet alleen om de fysieke problemen die dat met zich brengt maar zeker ook wat het emotioneel met je doet. Niet alleen heb je te verhouden tot wat de ziekte zelf met je doet of kan gaan doen maar ook hoe je directe omgeving er mee weet om te gaan. Hilde van Uden is er heel goed in geslaagd om dat herkenbaar over te brengen. Mensen die deze ziekte hebben of hebben gehad zullen zich zeker herkennen in de verschillende fases waarin men terecht is gekomen. Van het ene onderzoek naar het ander, de behandelingen en bestralingen en de vele zorgverleners die langs komen. Maar ook het ongemak van familieleden en vrienden die niet altijd goed weten hoe ze er met jou over kunnen praten.

Dat Hilde van Uden een goede snaar heeft geraakt met haar voorstelling bewijst alleen al het feit dat het tijdens de voorstelling muisstil was; zo intensief en geconcentreerd is er naar gekeken. Het applaus van de zaal was dan ook heel terecht.



RTO Open Theater Avond

## Hubertusviering met jachthoorns en hupkes!



Op zondag 5 november jl. werd de jaarlijkse Hubertusviering gehouden bij de kapel van de Heilige Eik in Oirschot.

Pastor Wilfred van Nunen ging voorop in deze bijzondere viering en werd muzikaal begeleid door de Kempische Jachthoorngroep.

De gebedsplaats was uitgebreid en fantastisch aangekleed met prachtige ver-

sieringen in geweldige herfstkleuren die passen bij de tijd van het jaar. Paarden en honden waren ook welkom, net als de mensen. Deze viering werd ondanks het regenachtige weer goed bezocht.

Tijdens de viering mochten zowel mens als dier de Hubertuszegen in ontvangst nemen van pastor van Nunen. Sint Hubertus is in het jaar 744 heilig verklaard en geldt als de beschermheilige van de jacht en beschermer tegen onder meer (honds)dolheid.

Na afloop van de viering was er nog gelegenheid om na praten onder het genot van een kop koffie, kom soep, brood met beleg en de gezegende "Hupkes".

De collecte en de vrijwillige bijdrages hebben in totaal het mooie bedrag van 763,80 euro opgebracht voor RTO. RTO wil hiervoor Wildbeheereenheid Moergestel e.o. met jagers en andere natuurvrienden graag hartelijk bedanken!

## Wie kan het snelst een puzzel van 1.000 stukjes leggen?

Miriam, Ursula, Charmaine en Katinka van puzzelteam MUCK de Puzzelpoezen lukte het in een uur en twee en vijftig minuten en twintig seconde. En daarmee wonnen zij de tweede editie van het RTO-puzzelkampioenschap leg-puzzelen in Oirschot. Belangrijk om te winnen is van elkaar weten wat je doet en natuurlijk een ontspannen sfeer en je concentratie vasthouden.

Vorig jaar wonnen ze net niet van het team Superstars, die deze keer genoeg moesten nemen met een derde plaats. De winnaars gingen met de hoofdprijs, een heerlijke RTO-taart, naar huis.

De wedstrijd werd gespeeld in 2 x 75 minuten met een pauze van 30 minuten in het midden. Bij aanvang van deze pauze zag het er naar uit dat er meerdere teams in de race waren voor de eindoverwinning ofwel de kansen waren nog legio. Naarmate de wedstrijd vorderde werden de verschillen zichtbaar en zag je de spanning oplopen (rode koontjes bij de deelnemers). Het winnende team maakte ineens een fraaie eindspurt en werd met de tijd van 1 uur 52 minuten en 20 seconden winnaar. 'Het was nog wel spannend want er was even een ontbrekend stukje'!

In totaal speelden er 10 teams van elk vier personen mee op het RTO-legpuzzel kampioenschap. Vier teams waren ruim binnen de beschikbare speeltijd gereed en bij nog drie andere was op enkele stukjes na de puzzel eveneens klaar. Door de organisatie was dit jaar de legpuzzel 'Het ontbrekende Stukje' van de Jan van Haasteren studio gekozen.

MARBA.TEGELS  
Uw keuze, ons VAKwerk

VAN OVERBEEK  
MOBILE SANITARY SOLUTIONS

ecoenergy  
oirschot bv

van der Velden  
rioleringsbeheer

coenradie  
world-class surveying solutions

Team MUCK: 1:52:40  
Team de Haai: 2:05:45  
Team Superstars: 2:10:20  
Team the Mistfits: 2:16:40

# Soepwandelingen

En dat bleek ook zondag 17 maart jl. weer zo te zijn. Welgeteld 314 mensen meldden zich bij het clublokaal van Atletiek Vereniging Oirschot en die soepwandelaars kregen dit keer meer waar (lees: wandelkilometers) voor hun geld dan anders. Want zowel de wandelafstand van de lange als de korte route was iets groter dan gebruikelijk. Wellicht was het beter geweest om de lekkere, goedgevulde bruine bonensoep voorafgaand aan de wandeling te nuttigen, want wat extra voortstuwing was op de tankbanen en het losse zand van de Oirschotse Heide misschien wel welkom. Op 's Heerenvijvers is het ook altijd fijn wandelen, zeker met al het ontluikende groen, maar op deze zondag nog steeds met erg natte gedeeltes.

We willen iedereen die deze wandeling weer mede tot een succes hebben gemaakt hartelijk bedanken: A.V.O. (op 14 april start daar weer een hardloopcursus) waar gestart werd, de bioboerderij van Kees Scheepens (met de Duke of Berkshire-varkens en de Duke of An-

gus-runderen) waar de koffiepauze was, Chris Hoeven die zijn (leegstaande) huis beschikbaar stelde voor het consumeren van de soep. En natuurlijk alle vrijwilligers die met hun enthousiasme alles gestroomlijnd lieten verlopen.



Dit was helaas, helaas, helaas alweer de laatste wandeling van dit soepwandelseizoen. Ondanks het overvloedige water, tijdens sommige wandelingen van boven, maar bijna alle keren zeker ook aan de onderzijde, viel de opkomst zeker niet tegen en daarmee de opbrengst voor de goede doelen ook niet. Zowel Bijna Thuis Huis Oirschot als Running Team Oirschot mogen een cheque van ieder €5.200,= tegemoet zien. En daarom natuurlijk, ook namens

die goede doelen, zeker ook een welgemeend dankjewel aan jullie, de soepwandelaars.

Over ongeveer een half jaar hopen we jullie te kunnen berichten dat er in oktober weer een soepwandeling aan zit te komen. Maar eerst hebben we op zaterdag 1 juni nog de LevensLoop, HET wandelevenement in Oirschot. Kijk daarvoor op [www.levensloopbos.nl](http://www.levensloopbos.nl) of op facebook LevensLoop.

Bedankt allemaal en tot ziens in oktober 2024!

Hans en Frans

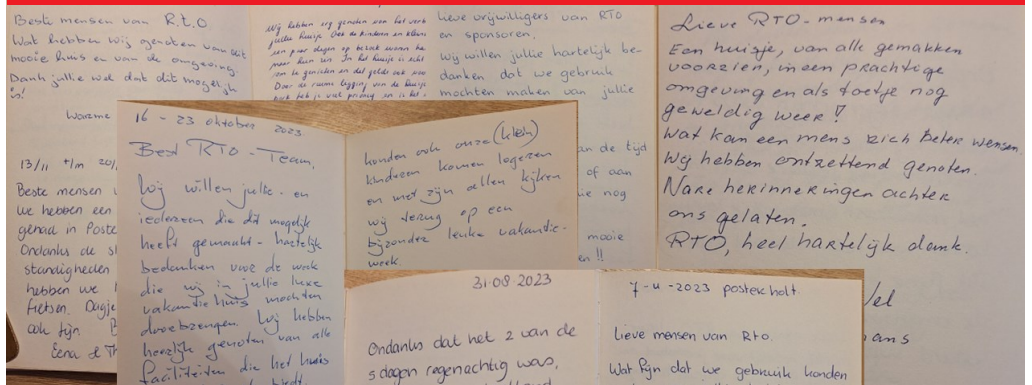


## Goede doelen actie KOMAEN

Een actie waarbij Komaen geld overmaakt naar een lokaal goed doel, door een kassabon te trekken en de waarde van de kassabon in zijn geheel te doneren. De inwoners van Oirschot hebben aangegeven dat Running Team Oirschot (RTO) hierbij niet mag ontbreken! Uitslag van de laatste trekking: € 103,50 voor RTO!

Wat fantastisch dat RTO tot een van de goede doelen hoort! En wij zijn heel blij met dit bedrag! Hartelijk dank!

## Gastenboek RTO vakantiehuis Posterholt



## "Het moet wél iets met fietsen te maken hebben"

Door middel van een Flyer-map overhandigd Melvin Kroes twee fietsen met trapondersteuning aan Jan Heijms van RTO. Als dank ontvangt hij een mooie bos bloemen van Marita van Hoof.

Vrijwilligers van RTO hadden zich verzameld in de fietswinkel aan de Koestraat 45 in Oirschot.

Het is alweer 11 jaar geleden dat Melvin Kroes twee elektrische fietsen heeft geleverd aan RTO. Vele gasten van het RTO vakantiehuis in Posterholt hebben daar dankbaar gebruik van gemaakt. De fietsen zijn altijd prima onderhouden, de speciale werkgroep regelde jaarlijks een servicebeurt. Echter door het intensieve gebruik zijn ze nu aan vervanging toe.

Henk van de Ven, verantwoordelijke voor de RTO fietsen, had Melvin gevraagd een mooie offerte te maken. Wat blijkt, het aanbod is boven ver-

wachting! December staat in het teken van geven maar zo'n prachtige aanbieding had RTO niet verwacht.

"Iets geven aan een goed doel zoals RTO, door en voor dorpsgenoten, geeft een gevoel van saamhorigheid. RTO wordt breed gedragen in het dorp. Fietsen voor het vakantiehuis in Posterholt past mij prima als fietsspecialist. Want het moet wél iets met fietsen te maken hebben", aldus Melvin.

De twee prachtige Flyer fietsen (De Rolls Royce onder de elektrische fietsen) zijn dankbaar in ontvangst genomen en kunnen gebruikt worden door de gasten in het RTO vakantiehuis op landgoed Aerwinkel in Posterholt.

Voor de bekostiging van de fietsen zullen de donaties van de soepwandelingen worden gebruikt. Vrijwilligers van de Soepwandeling organiseren in de winter maandelijks een prachtige sportieve wandeling. Na afloop kunnen de

deelnemers altijd genieten van heerlijke vers gemaakte soep! Honderden wandelaars lopen mee om geld op te halen. Onze grote dank gaat uit naar het enthousiasme en de inzet van al die vrijwilligers en de wandelaars.

Een fiets met trapondersteuning kan het leven van iemand die getroffen is door kanker een stukje leefbaarder maken. RTO hoopt dat zij nog lang op de steun van Melvin Kroes kan rekenen.

Melvin en soepwandelaars, hartstikke bedankt!





## Aanvraagformulier voor steun aan mensen met kanker

RTO biedt mensen met kanker in de gemeente Oirschot een aantal mogelijkheden zoals: een gratis verblijf in het vakantiehuis in Posterholt, massages, uitleen van fietsen met trapondersteuning, hometrainer, driewieler of scootmobiel, pedicure of een bloemengroet. Voor meer informatie van de mogelijkheden zie onze website [www.runningteamoirschot.nl](http://www.runningteamoirschot.nl), "Wat kan RTO voor u betekenen".

Iedereen kan iemand uit de gemeente Oirschot, die getroffen is door kanker, hiervoor aanmelden. Dat is mogelijk via onze website door het digitale aanvraagformulier in te vullen. Als u uw aanvraag liever schriftelijk doet kunt u dit formulier invullen en **inleveren bij het Secretariaat RTO, Heihorst 9, 5689 AG Oirschot.**

Wie draagt u een warm hart toe en op welke manier denkt u deze persoon te kunnen steunen?

Kunt u zelf steun gebruiken, vraag dan ook gerust iets voor u zelf aan!

U kunt ook contact met ons opnemen, als u denkt dat RTO op een andere manier iets voor iemand kan betekenen.



Direct online aanvragen  
of dit formulier invullen!

Gegevens Aanvrager	
Dhr. / Mw.	
Voor- en achternaam	
Straat en huisnummer	
Postcode en woonplaats	
Telefoonnummer	
E-mailadres	

Ik doe een aanvraag voor:	
Dhr. / Mw.	
Voor- en achternaam	
Straat en huisnummer	
Postcode en woonplaats	
Telefoonnummer	
E-mailadres	
Mijn relatie tot deze persoon	

S.v.p. aankruisen waarvoor u een aanvraag doet:			
<input type="checkbox"/>	Bloemen	<input type="checkbox"/>	Pedicure behandeling door Mariëtte Maandonks
<input type="checkbox"/>	Vakantiehuis	<input type="checkbox"/>	Pedicure behandeling door Lucie van Beers
<input type="checkbox"/>	Fiets met trapondersteuning	<input type="checkbox"/>	Pedicure behandeling door Mecheline Kelders
<input type="checkbox"/>	Scootmobiel	<input type="checkbox"/>	Pedicure behandeling door Dilia v. Straten "Le Pied"
<input type="checkbox"/>	Hometrainer	<input type="checkbox"/>	Voetreflexmassage
<input type="checkbox"/>	Energetische behandeling	<input type="checkbox"/>	Massage
<input type="checkbox"/>	Aanvraag op maat (s.v.p. omschrijven)		