

Jaarverslag 2023 Son en Breugel **samen sterker**

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
Organisatie	3
Inleiding	3
Doelstellingen.....	3
Bestuur en organisatie	3
Vergaderingen	6
Evenement	7
Goede doelen verslag.....	8
Lokale goede doelen	8
Regionale goede doelen.....	13
Financieel verslag	17
Uitgangspunten	17
Publicatieplicht financiële resultaten.....	17

Voorwoord

Het jaar 2023 was het jaar dat volgde op het jaar waarin het succesvolle evenement Son en Breugel samen sterker heeft plaatsgevonden. In dit jaar 2023 hebben we de uitvoering van onze lokale goede doelen verder uitgevoerd. En tevens hebben we een terugkoppeling ontvangen van de projecten die zijn uitgevoerd door de goede doelen die we gekozen hebben en waar we bedragen aan besteed hebben. Het jaar stond met name in het teken van het zonnebrand project en het maken van een plan voor de periode na het evenement.

Het evenement Son en Breugel samen sterker op 11 en 12 juni 2022 was een geweldig succes. Het doel was om echt samen stil te staan bij de ziekte kanker en de gevolgen daarvan voor inwoners van ons dorp en hun gezinnen, families en vrienden. Er is door inwoners en de betrokkenen bij de eregasten gehoor gegeven aan onze oproep om deel te nemen en steun te geven. Er waren boven verwachting veel deelnemers en bezoekers. Het weer was ons goed gezind, waardoor we met prachtig het evenement hebben mogen beleven. Deelnemers hebben met elkaar gewandeld of gefietst op hometrainers. Ook was er een loopband om hardlopend deel te nemen. Dit alles om geld op te halen voor de vooraf bepaalde goede doelen. Dit alles heeft geleid tot een prachtige opbrengst van meer dan € 100.000,-.

In 2023 hebben we het lokale Zonnebrand project verder vormgegeven met het kernteam. Dit betekent dat we met de werkgroep die verantwoordelijk is voor de uitvoering de acties uit het plan van aanpak hebben uitgevoerd. De contacten met de scholen en clubs zijn gelegd en de verdeling van de dispensers en zonnebrand is volgens plan verdeeld. Het is prachtig om te zien hoe dit leeft in het dorp. Veel kinderen, jongeren en ouderen hebben gebruik gemaakt van de geleverde zonnebrand. Kinderen sporen ouders aan om te smeren langs de sportvelden, omdat ze via de scholenprojecten gewezen zijn op de gevaren van de zon en de noodzaak van goed smeren. Naast de levering en aanwezigheid van zonnebrand op deze lokale locatie hebben we ook actief contact gezocht met jaarlijkse zomerse activiteiten. Daar zijn ook enkele mobiele dispensers voor ingezet. Je kunt hierbij denken aan de avond wandel 4 daagse, het 6-tegen-6 voetbal toernooi en kinderactiviteiten.

We hebben de uitvoering van de initiatieven door de regionale goede doelen waar we onze cheques aan hebben uitgereikt actief gevolgd. Het is indrukwekkend om te zien welke goede initiatieven door hen voor mensen met kanker zijn uitgevoerd met het geld dat de stichting Son en Breugel samen sterker heeft uitgekeerd. Een aantal voorbeelden zijn in dit verslag terug te vinden.

We hebben een familie met jonge kinderen waar de ziekte kanker veel impact heeft gehad kunnen helpen door hen een dagje uit te geven. Samen met de lokale supermarkt hebben zij samen genoten van een uitje naar de Efteling, dit werd erg gewaardeerd.

We zijn tevreden over de activiteiten die zijn uitgevoerd in 2023 door de stichting. Enerzijds zijn we zelf actief bezig geweest de openstaande lokale initiatieven vorm te geven en uit te voeren. En daarnaast hebben de goede doelen uit de regio hun activiteiten voor mensen met kanker met onze hulp goed uitgevoerd.

Namens het bestuur van stichting Son en Breugel samen sterker

Patrick Wijns, voorzitter

Organisatie

Inleiding

Stichting Son en Breugel samen sterker is opgericht op 27 augustus 2021 te Son en Breugel.

Officiële naam in de statuten: Stichting Son en Breugel samen sterker

KvK nummer: 83959041 / RSIN 863049151

Correspondentieadres: Lamalaan 12, 5691 GJ Son en Breugel

Doelstellingen

Bij het uitzetten van haar beleid concentreert de stichting zich op haar statutaire doelstelling:

Stilstaan bij de ziekte kanker en vieren van het leven. Dit door het samen organiseren van een evenement voor alle inwoners van de gemeente Son en Breugel met als doel:

1. Aandacht besteden aan de ziekte kanker en de gevolgen daarvan in de gemeente Son en Breugel;
2. Geld inzamelen voor organisaties die onderzoek doen voor een toekomst met minder risico's op kanker of meer kans op genezing;
3. Geld inzamelen voor organisaties die zorgdragen voor een betere kwaliteit van leven van mensen die geraakt zijn door ziekte.

De stichting heeft geen winstoogmerk (zoals blijkt uit artikel 3.3 van de statuten). Dit blijkt uit het feit dat de stichting de met de activiteiten behaalde opbrengsten geheel ten goede laat komen aan haar doelstelling.

Bestuur en organisatie

De stichting verricht de volgende werkzaamheden: het organiseren van activiteiten voor mensen met kanker en hun naasten, het werven van fondsen, het aandacht vragen voor kanker en het organiseren van een periodiek terugkerend evenement.

Door deze werkzaamheden draagt de stichting bij aan de realisatie van de doelstelling zoals vermeld in artikel 3 van de statuten.

Het bestuur van de stichting wordt gevormd door gemotiveerde dorpsgenoten, vrijwilligers, die vanuit hun maatschappelijke betrokkenheid en ideële opvattingen onbetaald en belangeloos werken aan de doelstellingen van de stichting.

De taken en bevoegdheden van het bestuur zijn statutair vastgelegd. Tevens is er een huishoudelijk reglement opgesteld.

In de statuten van de stichting is een rooster van aftreden opgenomen waarin is bepaald dat ieder bestuurslid aftreedt na een bestuursperiode van 3 jaar. Het aftredend bestuurslid is terstond herkiesbaar. Er is geen maximaal aantal termijnen voor een bestuurslid.

Kernteam

De organisatie van Son en Breugel samen sterker bestaat uit een kernteam. Hierin zitten personen die de vrijwilligers in de verschillende werkgroepen aansturen.

- Patrick Wijns: bestuurslid, voorzitter
- Sjon van Kemenade: bestuurslid, sponsoring
- Els Rooijackers: bestuurslid, werkgroep financiën en vrijwilligers
- Felix van der Vleuten: bestuurslid, werkgroep teamwerving
- Mieke de Lepper: bestuurslid, werkgroep communicatie
- Robert Keepers: vicevoorzitter, programmering
- Fleur van Veghel: werkgroep eregasten
- Marsha van der Aa: werkgroep amusement
- Bas Kelders: werkgroep logistiek
- Mariëlle Wijns: werkgroep communicatie

Raad van advies

Het bestuur van Son en Breugel samen sterker werd bij de eerste editie van samen sterker ondersteund door de Raad van Advies bestaande uit:

- Jasper van Zuuren
- Jack Smits
- Marcel Verhoeven

Ambassadeurs

De doelstellingen van Son en Breugel samen sterker worden door veel dorpsgenoten ondersteund. Van een aantal betrokken dorpsgenoten krijgen we warme belangstelling en waardevolle steun. Zij hebben hun naam aan de doelstellingen van onze stichting verbonden.

Deze ambassadeurs dragen Son en Breugel samen sterker een warm hart toe.

Samenvatting:

SenB samen sterker	Stichting Son en Breugel samen sterker
Bestuur	Het bestuur van de Stichting Son en Breugel samen sterker. Tevens bestuur kernteam.
Kernteam	Het kernteam organiseert evenementen waarmee het doel wordt bereikt. Het kernteam bestaat uit het (Stichting)bestuur en leden. De leden zijn coördinator van een werkgroep.
Werkgroep	SenB samen sterker kent meerdere werkgroepen, die samen evenementen organiseren. Iedere werkgroep is verantwoordelijk voor een organisatiedeel van het evenement. Denk hierbij aan werving teams, werving vrijwilligers, logistiek, amusement, sponsoring en programmering.
Eregasten	Eregasten zijn inwoners uit Son en Breugel die lijden aan de ziekte kanker of hieraan hebben geleden. Zij hebben tijdens een evenement een centrale rol. Enerzijds om hen het gevoel van saamhorigheid mee te geven zodat ze letterlijk zien dat ze niet alleen staan in hun strijd. Anderzijds zijn ze het voorbeeld van wat de ziekte kanker betekent voor iemand.
Team	Een deelnemend team aan een evenement van SenB samen sterker. Een team bestaat uit minimaal 15 deelnemers. Een team kan zich verbinden aan één of meerdere eregasten.
Teamcaptain	Deelnemer van een team. Hij/zij treedt namens dat team op als contactpersoon voor de Stichting SenB samen sterker.
Teamlid	Deelnemer van een team.
Raad van Advies	Een onafhankelijk orgaan dat het bestuur gevraagd en ongevraagd voorziet van advies. Bij afwezigheid van het bestuur neemt de Raad van Advies de rol van het bestuur op zich.
Geldstromen	Bij de organisatie van een evenement zijn er twee geldstromen. Enerzijds geld (en diensten en materiaal) dat nodig is om een evenement te betalen. Anderzijds geld voor goede doelen. Het kernteam zorgt voor de geldstroom 'evenement'. De teams zorgen voor de geldstroom 'goede doelen'.

Vergaderingen

In het jaar 2023 heeft het kernteam 1 vergadering/samenzijn gehad. Dit was op 11 juni 2023 bij de vijver aan de Europalaan.



Het bestuur heeft 1 vergadering gehouden. Alle genomen besluiten zijn specifiek vastgelegd.

De agenda voor de vergaderingen wordt vooraf verspreid. De notulen zijn vastgelegd en verzonden aan de betrokkenen.

Evenement

In 2023 is er geen evenement geweest. Een eventueel nieuw evenement zal plaats gaan vinden in 2027. De voorbereidingen hiervan starten in 2025.

Er wordt teruggekeken op een bijzonder evenement waarbij de ziekte kanker centraal stond. Een evenement met vele bijzondere, hartverwarmende, emotionele en mooie momenten. Een evenement voor en door de inwoners van Son en Breugel.

Son en Breugel samen staan we sterker!

Goede doelen verslag

Voor zowel de lokale als de regionale goede doelen, geven we een beschrijving van de activiteiten waar de donaties aan zijn besteed.

Lokale goede doelen

Lokale projecten ten behoeve van inwoners, eregasten en kankerpatiënten uit Son en Breugel:

- Voor kankerpatiënten uit Son en Breugel die omwille van de fase van hun ziekte of de huidige behandelingen niet aanwezig kunnen zijn bij het evenement Son en Breugel samen sterker op 11 en 12 juni 2022, wordt op maat een verrassing of uitje aangeboden.
- Om de awareness voor zon, UV-straling en huidkanker op jonge leeftijd te verhogen, worden aan alle basisscholen, kinderdagverblijven en sportparken in Son en Breugel dispensers met zonnebrandcrème aangeboden voor een bepaalde periode.

Zonnebrandproject

In 2023 is het zonnebrandproject in uitvoering gekomen. Bij alle basisscholen, kinderdagverblijven en sportparken in het dorp kom je de herkenbare SenB samen sterker dispensers tegen. Ook zijn er mobiele dispensers beschikbaar die gebruikt worden voor evenementen in het dorp.





Son en Breugel
samen sterker

► **Samen Sterker lanceert project op Sonse scholen**

Zonnebrand te lijf met crèmepompjes

Zon is leuk, maar ook schadelijk en dus hangen er op basisscholen, kinderdagverblijven en sportparken in Son en Breugel voortaan pompjes met zonnebrandcrème. Die werden aangeschaft door 'Son en Breugel samen sterker' met geld dat werd opgehaald met de wandelstafette tegen kanker die vorig jaar gehouden werd.



«Ellen van Engelen (blauw trui) geeft kinderen aanwijzingen om zich goed in te smeren met zonnebrandcrème.»

Corrie Bekkers
Son en Breugel

Op basisschool De Hartekijn hangen de gevulde dispensers op praktische plekken: de hal, ingang en in twee kleuterklassen. Mitre van Engelen (5) weet dat het nodig is om je in te smeren tegen felle zonnestralen. «Mijn zandje en ik hebben een lichte huid. Vooral onze neus en wangjes zijn snel verbrand. Vorig jaar liep ik de wandelstafette met onze klas en ik liep in het team van papa en

mama. Ik weet wat kanker is. Het is een goed idee om je ook op school in te smeren als we in de zomer buiten spelen. Mama smeert ons thuis en op vakantie in maar we krijgen ook van de juf advies hoe je met zonnebrand op veilig in de zon kunt spelen.»

Insmeren moet routine worden

Directeur Lidwien Stuurmans. «Er is geen kind op school dat niet hoort over kanker. Ops, soms, soms of tante, praktisch elke familie heeft nu deze ziekte te maken. De komende weken bezoeken we

aanbacht aan de leuke kanten van de zon maar ook aan schadelijke effecten. Warm insmeren met zonnebrandcrème moet routine worden. Voor iedereen geldt: smeren kun je leren.»

De wandelstafette '30 samen sterker' bracht vorig jaar 10.090,47 euro op. Dit bedrag werd verdeeld over kanker gerelateerde doelen zowel lokaal, regionaal als lokaal. Een van de lokale doelen werd gevonden in het zonnebrandproject voor eigen inwoners.

Zeven basisscholen, negen kinderdagverblijven en zeven sport-

parken hingen voor komende vrijdag 7 april de dispensers op, gevuld met zonnebrandcrème. Bovendien krijgen leerlingen en studeerders advies over de noodzaak van zombescherming. Deze informatie is ook beschikbaar via de app met QR-code die op de dispenser staat.

Bewustwording en gedragsverandering

«Naar bewustwording wilden we ook bijdragen aan gedragsverandering», zegt Ellen van Engelen namens de organisatie. «Dat kan het best als mensen

riek ook daadwerkelijk kunnen insmeren. We komen voor plekken waar kinderen zijn en voor sportparken. Warm veel inwoners sporten in de volle zon. Nu worden mensen op een laagdrempelige

Als de crème op is? Dan bestellen we gewoon nieuwe

– Lidwien Stuurmans, directeur

manier geïmplementeerd met veilig zonnen. We konden dit project opzetten omdat we met '30 samen sterker' niet afhankelijk zijn van de standaard reguleren van KWT.»

Op basisschool de Hartekijn hangen vier dispensers en er zijn acht literflacons crème beschikbaar. «Daarmee kunnen we de hele zomer vooruit», zegt Stuurmans. «Als de crème op is? Dan bestellen we gewoon nieuwe. Want dit project komt voort uit de saamhorigheid van het dorp en dat moeten we voortzetten.»

Bron: Eindhovens Dagblad, 06-04-2023



Ook veilig in de zon sporten bij SBC!

Met dank aan Son en Breugel samen sterker staat er ook op ons sportpark een zonnebrandcrème dispensers. Ontstaan uit de opbrengst van Son en Breugel Samen Sterker en specifiek bedoeld voor alle inwoners van Son en Breugel! Alle basisscholen, kinderdagverblijven en sportparken in het dorp zijn voorzien van deze dispensers om huidkanker tegen te gaan. Schijnt de zon, maak dan gebruik van de zonnebrandcrème dispensers!

Bron: Facebook/Instagram VV SBC, 28-04-2023



Son en Breugel samen sterker stelt zonnebrandcrème dispensers beschikbaar



De MooiSonenBreugel krant, 12 april 2023

Son en Breugel - Vorige week vond de lancering plaats van het Zonnebrandproject van Son en Breugel samen sterker. Dit project is ontstaan uit de opbrengst van Son en Breugel samen sterker en specifiek bedoeld voor alle inwoners van Son en Breugel. Door het beschikbaar stellen van zonnebrandcrème dispensers inclusief zonnebrandcrème wil de organisatie een bijdrage leveren aan het verhogen van de bewustwording van de risico's op huidkanker door de zon.

Redactie: Corry van Asseldonk

Foto: Wil Feijen

Alle scholen, kinderdagverblijven en sportparken in Son en Breugel zijn voorzien van herkenbare Son en Breugel samen sterker zonnebrandcrème dispensers. Annette Keepers, lid van de werkgroep Son en Breugel samen sterker, licht dit toe: "Huidkanker is één van de meest voorkomende vormen van kanker en met dit project willen we graag bijdragen aan de preventie hiervan. Het doel is om bewustwording te creëren en het belang van het gebruik van zonnebrandcrème onder de aandacht te brengen. Naast bewustwording willen we graag bijdragen aan een gedragsverandering. Hoe? Door ervoor te zorgen dat mensen zich ook daadwerkelijk kunnen insmeren, op een gemakkelijke en laagdrempelige manier."

Eén van de scholen die zonnebrandcrème dispensers heeft ontvangen, is basisschool De Bloktempel. Naast de dispensers, is ook een lespakket beschikbaar gesteld aan alle basisscholen. “De kinderen van basisschool De Bloktempel krijgen informatie over het project door de leerlingenraad van onze school”, vertelt Ellen Meeuwse-Frank, betrokken bij de leerlingenraad en adjunct-directeur van De Bloktempel. “Zij gaan deze week de klassen in om de leerlingen te vertellen hoe belangrijk het is om te smeren als ze naar buiten gaan. Ook krijgen de ouders hierover een nieuwsbrief”.

Op deze manier worden kinderen zich al op jonge leeftijd bewust van het belang van goed smeren. Ze komen de dispensers daarnaast niet alleen op school tegen, maar ook op de sportclub waar ze in de volle zon hun sport beoefenen. Door de dispensers op meerdere plekken in het dorp beschikbaar te stellen, worden de inwoners van Son en Breugel hier steeds op een laagdrempelige manier op geattendeerd. Schijnt het zonnetje, maak hier dan gebruik van!

Madelief

Het Bijna Thuis Huis MadeLief is een kleinschalige voorziening waar palliatief terminale zorg wordt geboden aan ongeneeslijk zieke inwoners van Son en Breugel. Op deze manier bieden zij deze personen meer rust en de gelegenheid om samen met hun dierbaren deze periode te beleven zoals zij dat graag wensen.

Tuinkamer voor Bijna Thuis Huis MadeLief dankzij Samen Sterker



De loungeset onder de sfeervolle overkapping. Foto: Ingezonden

De bewoners in Bijna Thuis Huis MadeLief genieten al enige tijd van de nieuwe aanwinsten in hun tuin. Dankzij de donaties van het geweldige evenement Samen Sterker kon er een prachtige loungeset en een verstelbare standenstoel worden aangeschaft. Daarin kunnen nu de bewoners en hun naasten samen genieten van de tuin en het mooie weer.

Een grote sfeervolle overkapping zorgt voor de benodigde schaduw. Diverse bewoners en hun families hebben hier al veelvuldig gebruik van kunnen maken. Stichting Bijna Thuis Huis MadeLief bedankt alle gulle gevers en de organisatie van Samen Sterker voor de donaties.

Bron: De MooiSonenBreugel krant, 02-07-2023

Verwendag



Son en Breugel samen sterker

31 maart 2023 · 🌐



Super om te zien dat Coen en zijn gezin genoten hebben! Mooi dat we hier op deze manier een steentje aan bij hebben kunnen dragen, mede met dank aan [PLUS Marcel en Jeannette Verhoeven](#).

Ken jij in je omgeving ook iemand die te maken heeft met de ziekte kanker en een steuntje in de rug kan gebruiken, dan horen we het graag! 🙏

[Son en Breugel samen sterker](#) | [Geweldig Son en Breugel](#) | [Gemeente Son en Breugel](#) | [#samensterker](#)

Bron: Facebook Son en Breugel samen sterker, 31-03-2023



Geweldig Son en Breugel

Anne Van Hoorn Lavrijsen · 10 u. · 📍

Samen Sterker heeft onze Coen die vorig jaar niet bij de verwen momenten kon zijn vandaag verrast. We zijn naar de Efteling geweest en Marcel Verhoeven van de Plus heeft voor geweldige lunchpakketten gezorgd. Gelukkig heeft Coen goede berichten en is op dit moment van de tumor verlost. Bedankt Samen Sterker en de Plus Supermarkt.



Jij en 35 anderen

2 opmerkingen



Geweldig



Opmerking plaatsen



Bron: Facebook Geweldig Son en Breugel, 31-03-2023

Regionale goede doelen

Maxima Oncologisch Centrum

Het Máxima Oncologisch Centrum is het kankerexpertisecentrum van het Maxima Medisch Centrum (MMC) te Eindhoven en Veldhoven.

20 maart 2023

Vier nieuwe kappen voor hoofdhuidkoeling dankzij donatie aan MOC



Vorig jaar juni ontving het Máxima Oncologisch Centrum (MOC) een cheque van bijna 17 duizend euro van Son en Breugel Samen Sterker. Onlangs heeft het MOC nog een extra donatie van €2.000,- van S&B Samen Sterker ontvangen. Eén van de investeringen die het MOC met dit bedrag gaat doen, is de aanschaf van vier nieuwe kappen voor hoofdhuidkoeling. Henk de Haas, oncologie verpleegkundige: “We gebruiken deze kappen om de hoofdhuid van patiënten te koelen. Hiermee vergroten we de kans op haarbehoud tijdens chemobehandeling”.

“Dat je tijdens een chemobehandeling haar verliest is voor de meeste mensen bekend”, vertelt Henk. “Maar dat er methodes zijn om het haar te behouden, weten mensen vaak niet. De koeltechniek die wij gebruiken bij chemobehandeling is één van deze methodes. We gebruiken de koelkappen om de hoofdhuid van de patiënt te koelen, voor, tijdens en na de chemobehandeling. Hierdoor ontstaat er een minimale doorbloeding in de hoofdhuid. Dit voorkomt beschadiging van de haarwortels door de chemotherapie. En dat vermindert de kans op haaruitval.”

Haarverlies minimaliseren

Een patiënt van het oncologisch centrum ondergaat momenteel een chemobehandeling en combineert dit met hoofdhuidkoeling. Patiënt: “Het is spannend. Je weet niet hoeveel haar er uit gaat vallen. Toen ik hoorde dat ik chemotherapie zou krijgen, was mijn eerste gedachte; ik word kaal. Toen vertelde mijn casemanager dat er veel mogelijk is om haarverlies te beperken. Dat wist ik niet. Inmiddels heb ik vier chemobehandelingen achter de rug, en ik heb nog haar. Het is wel minder dan dat het eerst was, ook ik ben haren verloren. De koelbehandelingen behouden je haar namelijk niet voor 100 procent. Dat wist ik van tevoren. Maar het feit dat ik nog haar heb doet veel voor mijn eigenwaarde. Je staat op, kijkt in de spiegel en ziet jezelf. Mét haar.”

Bijzonder proces

“Hoofdhuidkoeling is een bijzonder proces om patiënten bij te begeleiden”, vertelt Henk. “Vooral de eerste reeks behandelingen is voor de meeste mensen echt even doorbijten. Je gaat sowieso haren verliezen, ook al kiezen we voor hoofdhuidkoeling. Dat is confronterend en onzeker. Je weet niet hoeveel haar je nog kwijtraakt. Sommige mensen kiezen er daarom voor om het haar helemaal af te scheren. Dan weten ze in ieder geval waar ze aan toe zijn. Anderen nemen hier geen genoegen mee; zij willen er alles aan doen om het haar te behouden. Soms zien ze in het laatste traject van de chemotherapie dat de haargroei alweer begint. Later krijg ik dan wel eens van patiënten te horen dat ze zo blij zijn dat ze toch doorgedaan te zijn met hoofdhuidkoeling. ‘Zonder jullie steuntje in de rug was ik ermee gestopt’, vertelde een patiënt me laatst. Zulke reacties achteraf maken het werk extra bijzonder.”

Verdere besteding donatie

De rest van het geldbedrag wordt door het MOC besteed aan prehabilitatie, Integrative Medicine en het opzetten en uitvoeren van wetenschappelijk onderzoek. Dit wordt ondersteund door het Máxima MC Fonds. Dit fonds bevordert en stimuleert nieuwe ontwikkelingen binnen Máxima MC.

Bron: <https://www.mmc.nl/oncologie/nieuws/5486/vier-nieuwe-kappen-voor-hoofdhuidkoeling-dankzij-donatie-aan-moc/#:~:text=E%C3%A9n%20van%20de%20investeringen%20die,kans%20op%20haarbehoud%20tijdens%20chemobehandeling%E2%80%9D>.

Inloophuis De Eik

Inloophuis De Eik in Eindhoven richt zich op het verbeteren van de kwaliteit van leven van mensen met en na kanker. Van alle faciliteiten die De Eik aanbiedt, is specifiek het nieuwe Leef Fit programma als goed doel benoemd in het kader van Son en Breugel samen sterker. Aan de hand van dit programma gaan mensen die kanker hebben of hebben gehad in kleine groepen werken aan een nieuwe leefstijl. Hierbij is aandacht voor beweging, voeding en mentale gezondheid, onder andere onder begeleiding van een oncologisch personal trainer.

Succesvol Leef Fit-programma dankzij Son en Breugel Samen Sterker



De MooiSonenBreugel krant, 24 september 2023

Son en Breugel - Eén van de goede doelen van Son en Breugel samen sterker was 'De Eik, centrum voor leven met en na kanker' in Eindhoven en specifiek haar Leef Fit-programma. Middels dit programma gaan mensen die kanker hebben of hebben gehad in kleine groepen werken aan een nieuwe leefstijl, waarbij aandacht is voor beweging, voeding en mentale gezondheid. In het voorjaar van 2022 is De Eik gestart met dit programma en, mede dankzij de donatie van € 16.841,75 vanuit Son en Breugel samen sterker, heeft ze dit programma verder uit kunnen bouwen en start inmiddels de vijfde groep aan dit traject. Eén van de enthousiaste deelnemers aan het Leef Fit-programma is Marlies Kuijten.

Marlies is 42 jaar en woonachtig in Son en Breugel, samen met haar man Leon en hun 2 dochters. In het voorjaar van 2021 stortte hun wereld in toen Marlies de diagnose maagkanker kreeg. Al snel werd gestart met chemotherapie, waarna een operatie volgde waarbij 80% van haar maag is verwijderd. Zo'n 2 jaar geleden werd zij 'schoon' verklaard, maar daarmee begon voor haar pas het revalidatietraject, zowel fysiek als mentaal.

Nooit meer de oude

Marlies wordt nog dagelijks herinnerd aan haar ziekte, enerzijds door de lichamelijke beperkingen die ze heeft overgehouden aan de chemotherapie en de operatie, maar anderzijds ook door de angst en onzekerheid die altijd blijven.

Door de maagoperatie heeft Marlies noodgedwongen leren leven met een kleine maag; in plaats van een grote portie ineens, eet zij nu 9 keer per dag een kleine hoeveelheid. Daarnaast merkt Marlies dat ze snel vermoeid is en last heeft van concentratieproblemen. Hierdoor heeft ze haar werk als planner bij een ICT-organisatie op moeten geven, wat ze erg lastig vond. Het kunnen werken geeft structuur aan je dagen en geeft je het gevoel onderdeel uit te maken van de maatschappij, maar in plaats daarvan moest ze leren accepteren dat ze nooit meer de oude wordt. “Dit is een continu proces en gaat de ene dag beter dan de andere”, aldus Marlies.

Leef Fit-programma

Na een revalidatietraject bij Libra in Blixembosch kwam Marlies in contact met De Eik. Afgelopen juni is zij gestart met het Leef Fit-programma. Gedurende 20 weken kom je twee keer per week bij elkaar met een groepje van 10 mensen die leven met en na kanker. Eén keer per week wordt er gefitnest bij Happy Bodies in Eindhoven, onder begeleiding van een oncologisch personal trainer. De andere bijeenkomst vindt plaats bij De Eik, waarbij er wisselende activiteiten op de planning staan, zoals wandelen, yoga of een themabijeenkomst. Zo’n themabijeenkomst gaat bijvoorbeeld over omgaan met een beperkte hoeveelheid energie, wat een uitdaging is voor veel mensen die leven met of na kanker.

Je hoeft het niet alleen te doen

Marlies is erg enthousiast over het Leef Fit-programma. Naast dat het haar kleine stapjes vooruit in haar fysieke herstel oplevert, is het contact met lotgenoten heel waardevol voor haar: “Het is heel gezellig, maar je vindt ook veel steun bij elkaar. Je kunt ervaringen uitwisselen met mensen die in een vergelijkbare situatie zitten. Je begrijpt elkaar en hebt aan een half woord genoeg. Hier worden vrienden voor het leven gemaakt. Bovenal is het zo fijn om te beseffen dat je het niet alleen hoeft te doen.”

Geniet van de kleine dingen

Naast het Leef Fit-programma neemt Marlies ook aan andere activiteiten deel bij De Eik. Zo doet ze mee aan de Your Marathon Challenge, waarbij ze wekelijks 5 kilometer wandelt in aanloop naar de marathon van Eindhoven, en gaat ze in het najaar, samen met haar gezin, deelnemen aan het programma ‘Gezin en kanker’. Een programma, specifiek gericht op kinderen van 7 tot 12 jaar én hun ouders, wat begeleid wordt door een speciaal hiervoor opgeleide kindercoach.

Dankzij De Eik heeft Marlies op een andere manier weer structuur aan kunnen brengen in haar dagen. Ondanks alle uitdagingen waar ze voor staat, heeft ze een nieuwe manier van leven gevonden, die haar motiveert en waar ze voldoening uit haalt. Daarnaast heeft de ziekte kanker haar een belangrijke levensles geleerd: “Geniet van het moment, van de zon op je gezicht, van de kleine dingen in het leven!” Een levensles die we allemaal ter harte zouden moeten nemen.

Financieel verslag

Uitgangspunten

Vermogen van de stichting

De stichting houdt niet meer vermogen aan dan redelijkerwijs nodig is voor de continuïteit van de voorziene werkzaamheden ten behoeve van de doelstelling van de stichting.

Bestedingsbeleid

De stichting besteedt de verkregen inkomsten volgens de doelstelling aan de volgende projecten:

1. Organisaties die onderzoek doen voor een toekomst met minder risico's op kanker of meer kans op genezing;
2. Organisaties die zorgdragen voor een betere kwaliteit van leven van mensen die geraakt zijn door ziekte.

Beschrijving administratie organisatie

De stichting is verplicht een administratie te voeren. Uit deze administratie blijkt:

- De aan de beleidsbepalers toekomende onkostenvergoedingen;
- De kosten van beheer van de stichting;
- De andere uitgaven van de stichting;
- De aard en de omvang van inkomsten en het vermogen van de stichting.

Bestemming liquidatiesaldo

Zoals blijkt uit artikel 15.6 van de statuten zal een batig liquidatiesaldo moeten worden besteed ten behoeve van een ANBI.

Aanvullend houdt de stichting zich bezig met het werven van algemene sponsoren in geld en/of natura, om hun doelstelling te behalen.

Publicatieplicht financiële resultaten

De jaarrekening 2023 is vastgesteld door het bestuur op 10 juni 2024. Voor inzage van deze jaarrekening 2023 en de inhoudelijke toelichting, wordt verwezen naar de website van de stichting waarop de jaarrekening is terug te vinden. De stichting voldoet aan haar publicatieplicht door middel van deze website www.sbsamensterker.nl.