



Memorial-tent, een stille ruimte ter nagedachtenis van dierbaren die de strijd tegen kanker niet hebben gewonnen.

Het weekend van 8 en 9 oktober stond in het teken van A Sister's Hope en de 60KM WALK. Motto: 60 kilometer dichterbij genezing van borstkanker! Dat heb ik samen met Marjolein Koolman met volle overtuiging en veel plezier gedaan. In totaal is er door 390 wandelaars € 800.000 bij elkaar gelopen voor wetenschappelijk onderzoek naar borstkanker in Nederland. Geld dat rechtstreeks naar de onderzoekers gaat. Vrouw in de Regio heeft een geweldige bijdrage geleverd met de CabrioTour van afgelopen mei.



Een cabrio! Wat toevallig. Bedankt voor de opbrengst van de Vrouw in de Regio Cabriotour.

Lopen voor A Sister's Hope

Genezing
borstkanker
stapje dichterbij

Stichting A Sister's Hope organiseerde de 60KM WALK voor de vijfde keer in Nederland. Het initiatief is overgekomen vanuit Amerika. In voorgaande jaren was de start in Amersfoort, maar dit jaar voor het eerst in Bussum. Er is een prachtige route uitgezet van 60 kilometer door de natuur, over de hei, langs de Loosdrechtse Plassen en door pittoreske dorpjes. Om de vijf kilometer staat er een team met enthousiaste vrijwilligers om je aan te moedigen en te voorzien van drinken en eten. Maar ook een medisch team als dat nodig is. In Weesp kon je overnachten waarna de wandeltocht werd voortgezet tot het Olympisch Stadion in Amsterdam waar de closing ceremonie plaatsvond. Een hartverwarmend en emotioneel hoogtepunt.

Roze ballonnen

Maar hoe kom je ertoe om deel te nemen aan dit wandelevenement en hoe krijg je al dat geld bij elkaar?

In 2008 hoorde ik voor het eerst van A Sister's Hope. Mijn muziekmaatje Trees Broekers vroeg mij om haar te sponsoren voor het goede doel. Ze ging wandelen ter nagedachtenis van haar beste vriendin Yvon die aan de gevolgen van borstkanker was overleden.

Haar sterfdag viel in hetzelfde weekend als het wandelevenement. Ik was er als toeschouwer bij toen Trees het Olympisch Stadion kwam binnenlopen. Wat een geweldig mooi moment was dat. Tranen van verdriet en blijdschap. En al die roze ballonnen die de lucht ingingen. Elke ballon voor iemand die was overleden. Ik twijfelde dan ook



Het weekend was ook voor mijn beide zussen. Zij moesten toezien hoe hun zus het podium betrad waarop alle wandelaars stonden die borstkanker overwonnen hadden. Blijdschap, maar ook verdriet.

geen moment toen Trees mij in augustus 2009 vroeg om samen met haar dit wandelevenement te gaan lopen in oktober 2010.

Sportieve uitdaging

Trees wilde nog een keer lopen, niet voor haar vriendin maar voor haarzelf. Want een maand nadat ze 60 kilometer had gewandeld, was bij haar een kwaadaardige tumor op de alvleesklier gevonden. Ze had kanker!

Een grote buikoperatie volgde waarbij haar halve alvleesklier, galblaas en twaalfvingerige darm werden verwijderd en een nieuwe maagopening werd gecreëerd. Om op conditie te komen wilde ze weer gaan wandelen, maar deze keer niet alleen. Ik had al eens de Nijmeegse Vierdaagse gelopen en in maart van dat jaar mijn eerste halve

marathon gelopen. Deze sportieve uitdaging voor het goede doel zou dus ook geen probleem worden.

Er tóch voor gaan!

Ook bij mij kreeg mijn leven een wending. Een maand nadat Trees me vroeg mee te lopen, kreeg ik van mijn chirurg te horen dat ik borstkanker had. Ondanks een gezonde levensstijl waarin hardlopen en fietsen een grote rol spelen, kreeg ik op 38-jarige leeftijd borstkanker. Een borstsparende operatie, 38 bestralingen, een chemokuur en een hormoonbehandeling volgden. Tussen de behandelingen door bleef ik zo veel mogelijk en zo goed als ik kon bewegen. Ik had het nodig om mijn emoties en gedachten te ervaren. Na zeven weken vol bestralingen lukte me het toch om te gaan skiën. Deze vakantie was al ge-

pland en we zijn gelukkig gegaan. Natuurlijk was ik veel eerder moe en waren de afdalingen korter, maar ik genoot van de buitenlucht en de beweging. Als dit goed zou gaan, zou ik ook in oktober (2010, red.) weer een redelijke conditie hebben om 60 kilometer te wandelen.

Veel geld nodig

De afspraak die Trees en ik hadden gemaakt, stond nog steeds, maar was niet concreet. We zijn gaan wandelen onder de naam 'Walk for Life', geïnspireerd door het nummer van Melissa Etheridge 'I Run for Life'. Na de wintersportvakantie heeft mijn vriend een website opgezet. We hebben familie, vrienden en collega's aangeschreven om hen op de hoogte te brengen van onze uitdaging. Die lag niet alleen in het wandelen van Amersfoort of Bussum naar Amsterdam, maar óók om per persoon € 1.500 op te halen voor wetenschappelijk onderzoek naar borstkanker. We hadden € 3.000 nodig om van start te mogen gaan.

Waardevol

De mailing en de website bleken voldoende: binnen twee maanden hadden we het geld bij elkaar. We konden ons verder concentreren op de trainingen. Trees en ik hadden afgesproken om één dag in de week te gaan wandelen. Ik moest maar aangeven welke afstand, want de trainingen gingen gewoon door tijdens de chemokuren en vormden tegelijkertijd een uitlaatklep. We hebben dezelfde ervaring en je weet van elkaar wat je écht meemaakt. De behandeling is één ding, maar de neveneffecten zijn erg groot. Het was een hele mooie waardevolle periode.



Alle wandelaars die borstkanker overwonnen hebben staan op het podium in het Olympisch Stadion in Amsterdam. Marika links en Marjolein rechts met de bloemen.



Blijdschap en verdriet

Het oktoberweekend A Sister's Hope (2010) was daarom ook heel bijzonder. Ik was een jaar verder en had 60 kilometer gewandeld. Een uitdaging die ik in eerste instantie was aangegaan om anderen te helpen, maar uiteindelijk hielp ik ook mijzelf. Mijn moeder is mijn grootste voorbeeld. De experimentele chemokuur die zij vijftien jaar geleden had gekregen, was nu een reguliere kuur geworden. En ik had die kuur het afgelopen jaar ontvangen. Maar het weekend was ook voor mijn beide zussen. Zij moesten toezien hoe hun zus het podium betrad waarop alle wandelaars stonden die borstkanker overwonnen hadden. Blijdschap, maar ook verdriet.



Want hoe was het mogelijk dat ik hier op dit podium terecht was gekomen? Beneden zag ik Trees staan, ook overlever, en Noortje en Sophie. Twee jonge vrouwen van 25 jaar die net als ik het BRCA-gen dragen. Zij hadden de gevolgen van borstkanker van dichtbij meegemaakt en stonden voor de moeilijke keuze om preventief hun borsten te laten verwijderen. Ik zou volgend jaar deze tocht weer lopen, dat stond vast!

Opnieuw de 60KM WALK

In de maanden daarop nam ik deel aan diverse initiatieven om het jaar te verwerken. Ik kwam in contact met meer lotgenoten die allemaal bezig waren met herstel. Iedereen is blij als tijdens

de jaarlijkse controle blijkt dat je schoon bent. En wreed is het als je twee maanden later hoort dat er toch weer uitzaaiingen zijn en je twee maanden later afscheid van haar moet nemen. Een vrouw van mijn leeftijd. De week na haar begrafenis heb ik me weer ingeschreven voor de 60KM WALK van A Sister's Hope. Voor een tweede keer geld inzamelen, dat zal een stuk moeilijker zijn dacht ik. Omdat ik erg graag mag koken, was het idee voor het organiseren van dinerparty's snel ontstaan. Samen met mijn vriend een driegangendiner serveren inclusief drank en koffie na voor minimaal € 25 per persoon. Zou dit voldoende zijn?

Kinderwens

Het was weer een emotioneel weekend. Weer een jaar later, maar deze keer ook met het vooruitzicht op een operatie. Er was een cyste gevonden op mijn eierstok. Met mijn voorgeschiedenis kreeg ik het dringende advies om mijn beide eierstokken en eileiders te laten verwijderen. Uit bloedonderzoek bleek namelijk dat ik al in de overgang ben. Het vervullen van onze kindwens wordt steeds moeilijker. Gelukkig is het invriezen van mijn eicellen vooraf aan de chemokuur een hele goeie beslissing gebleken. De operatie is inmiddels geweest en gelukkig was het een goedaardige cyste en hebben ze geen afwijkingen gevonden. Een hele opluchting! Het is een rigoureuze ingreep, maar op dit moment wel de enige preventieve behandelingsmethode bij eierstok- en eileiderkanker. Er is geen methode zoals een mammografie, punctie of MRI bij borstkanker. Met deze ingreep heb ik de kans op eierstok- en eileiderkanker behoorlijk verminderd en dat geeft mij hoop voor de toekomst. Hopelijk gaat onze kindwens nog in vervulling. ✿

CabrioTour en A Sister's Hope

Marjolein Koolman kwam ik maandelijks tegen bij een gespreksgroep voor lotgenotencontact. Zij wilde graag een creatieve avond organiseren om geld in te zamelen voor onderzoek naar borstkanker. Ik heb ervaring met het organiseren van evenementen, maar ben minder creatief. We hebben onze krachten gebundeld en zo ontstond de workshop Pimp Mijn Tas.

Doel was om op één avond honderd vrouwen bij elkaar te krijgen om een tas te pimpen.

Door deze actie hoorde Inge voor het eerst van de Stichting A Sister's Hope. En zo gebeurde het dat de opbrengst van de CabrioTour die Vrouw in de Regio organiseerde in mei 2011 werd gedoneerd aan A Sister's Hope!



Marjolein en ik zijn samen de uitdaging aangegaan en we hebben bijna € 10.000 opgehaald. En volgend jaar? Dan loop ik weer de 60 kilometer!

Voor meer informatie: www.onrustplaza.nl/walkforlife.