

# Transplantoux 2021

Voorlichtingsavond 22 sept 2021



**UMCG Transplantatie**

# Organisatie Transplantoux 2020-2021



- Stefan Berger
- Erik Wijtsma
- Albert de Graaf
- Tji Gan
- Hanno Maassen
- Hartger Welling
- Rutger Groothuis
- Jos Eikenaar

# Voorstel ronde

We zien graag jullie persoonlijke verhalen tegemoet!  
Erik.wijtsma@knpmail.nl



UMCG Transplantatie



# Doelstellingen Give & Live

(in Frankrijk te gast en een onderdeel van de Transplantoux)

- Laten zien wat er mogelijk is na transplantatie
- Aandacht voor donorschap
- Samen recreatief sporten
- Kennisdeling (onderling en naar UMCG)
- Leefstijl gerelateerd onderzoek (UMCG)
- Het (opnieuw) vertrouwen krijgen in je lichaam



UMCG Transplantatie



# Oorsprong Ned. deelname Transplantoux



UMCG collega's verkennen haalbaarheid 2015



Eerste editie met getransplanteerden vanuit Nederland 2017 en ontstaan van give & live



+



=





# Editie 2019

Ruim 50 deelnemers 17 getransplanteerden, allen de top bereikt!



# Editie 2021 – de weg naar succes-



- 60 fietsers / donoren, getransplanteerden + buddy's
- Intake, ook met buddy's
- Vaste dagen medische test 21 en 28 nov.
- Duidelijk proces over deelname
- Communicatie [giveandlive.nl](https://www.giveandlive.nl)
- Beklimming 11 september



UMCG Transplantatie



# Transplantoux

**We zijn te gast bij de Belgische deelnemers.  
Communicatie verloopt via giveandlive!**



**UMCG Transplantatie**



# Stappenplan deelname Mt. Ventoux



1

- Inschrijven Give & Live

(deelname Mt. Ventoux mag!)

2

- Testdagen 21 of 28 november

(rood, oranje, groen)

3

- Ventoux, indien groen → inschrijven voor 1 juni 2021 d.m.v. betaling op rekening nr. NL36 RABO 0305394304 onder vermelding van Mt. Ventoux + achternaam



UMCG Transplantatie

# Sporta

- Registratie naar sporta gaat via ons (organisatie)
- Jullie hoeven hier zelf niks voor te regelen (mails dus als onbeschouwd laten).







# 1.2 Cycling Club Give & Live

Trainingstochten

Stichting dank & leed  
Stichting 2019  
Cycling-club Give & Live en het UMCG

Stichting Dank & Leed is het UMCG's grootste vrijwilligers- en donateurschap. Het is een organisatie die zich inzet voor de zorg en de patiënten van het UMCG. De stichting organiseert activiteiten die bijdragen aan de bestrijding van ziekten en het verbeteren van de kwaliteit van leven van patiënten. Het is een organisatie die zich inzet voor de zorg en de patiënten van het UMCG. De stichting organiseert activiteiten die bijdragen aan de bestrijding van ziekten en het verbeteren van de kwaliteit van leven van patiënten.



UMCG Transplantatie

# 1.3 Trainingsprogramma '20-'21

## giveandlive – cycling-club - evenementen



Datum	Wat	Waar	Overige opmerkingen
<b>29 augustus</b>	VAM 2000	Hoogeveen	Mark Kroes en Frank Wind organiseren
<b>22 september</b> Start 19.30 uur	Informatieavond	UMCG Groningen	Mogelijk via het web i.v.m. covid19 Rutger en Erik
<b>21 en 28 november</b> Vanaf 8.30 uur	Medische test Beatrixoord / Intake gesprekken Fietskleding passen	Beatrixoord Dilgweg 5 9751 Haren	Koffie & lunch Januari bekendmaken deelnemers en buddy's 2021. Rutger (Erik)
<b>December</b>	Spinning Wintermarathon	Zwolle / Groningen	Robert Zuiderma?
<b>13 maart</b> Start 9.00 uur	Kleintje 11 steden	Start vanaf Stadslaan 38 IJlst	Koffie in IJlst Lunch eigen kosten Albert de Graaf
<b>27 maart</b> Start 9.00 uur	Coll du Lemelerberg	Start Zwolle of Lemelerberg	Indien sponsoring met Lunch Erik
<b>24 mei</b> Vertrek vanaf 5 uur	11 stedentocht	Start Bolsward	Alleen voor gevorderde fietser (beperkt aantal kaarten) Albert de Graaf
<b>29 mei</b> Start 9.00 uur	Nijverdals mooiste Rondes 30 km Eerste ronde samen	Start vanaf de Zweef Koersendijk 25 7443PP Nijverdal	Koffie thee voor vertrek gratis Samen lunchen Ronnie Willems en Remy
<b>5 juni</b> Start 9.00 uur	VAM 2000	Hoogeveen	Wordt mogelijk nog verplaatst kan ook op een avond door de week.
<b>19 juni</b> Start 9.00 uur	Posbank Rondes 45 km Eerste ronde samen	Start Zutphen Holtmaatweg 6 A 7207 DE Zutphen	Als Transplantoux naar september gaat Koffie thee bij aanvang gratis Erik Remi / Schrijver
<b>8 t/m 12 september</b> Transplantoux	26 juni de beklimming		





## 1.4 Reglement (speerpunten)

- Lidmaatschap betekent dat er begeleiding is van artsen en andere deskundigen op gebied van sport. Iedere deelnemer ondergaat een medische test en mag op grond van die medische test en/of voldoende progressie (onder eigen verantwoordelijkheid) mee naar de Mont Ventoux. Het kan zijn dat je een negatief advies krijgt en niet mee mag doen.
- We zijn professioneel met voldoende expertise, desondanks is deelname aan de cyclingclub Give & Live op eigen verantwoordelijkheid. Het bestuur van stichting Live & Give en het UMCG kan op geen enkele wijze aansprakelijk worden gesteld.
- Sluit zelf een reisverzekering af! Check bij je eigen verzekering of deze activiteiten eronder vallen.
- Je fietst nooit alleen (maatje of buddy)
- Je bent 80% aanwezig is, we zijn hierin niet star.



## 2 Testdagen (21 of 28 november)



### Patiënt & buddy

Locatie: Inspanningslab @ Beatrixoord, Haren.

Uitnodiging volgt t.z.t. met specifieke details en rooster.



**UMCG** Transplantatie

# Patiënt

1. Kennismaking en intake (30 min)
2. Maximale inspanningstest (60 min)
3. Kleding passen (20 min)

Groen – Oranje – Rood systeem

Na bespreking volgt uitslag voor wel/geen deelname.





# Buddy

1. Kennismaking en intake (30 min)
2. (Maximale inspanningstest) : afhankelijk van huidige ingeschatte conditie. (60 min)
3. Kleding passen (20 min)

Groen – Oranje – Rood systeem

Na bespreking volgt uitslag voor wel/geen deelname.



## 2.1 Begeleiding en schema's



### Uiterlijk eind januari 2021 weet je;

- Waarom je nog niet mee mag met editie 2021 (nazorg)
- Wat je nog hebt te doen om mee te kunnen (trainingschema)
- Dat je als je fit blijft in principe mee kan (we volgen je, indien nodig een trainingschema)



# 3. Ventoux

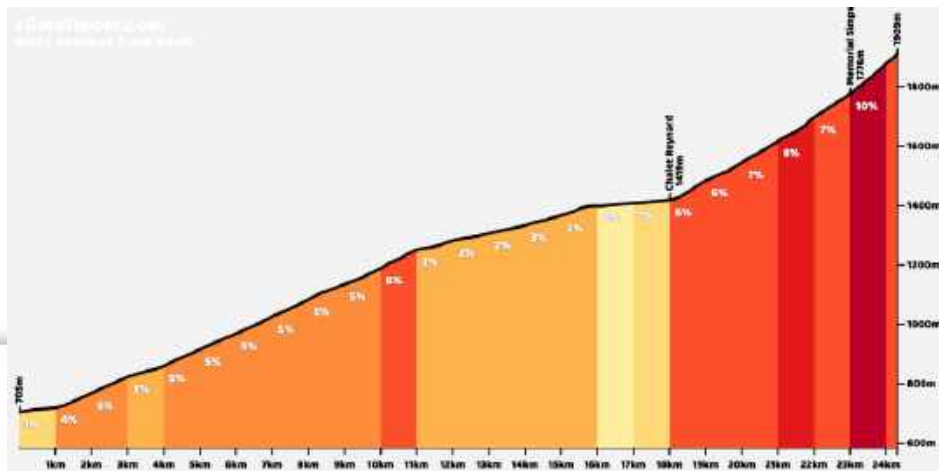


UMCG Transplantatie



# 3.1 De Mont Ventoux – vanuit Sault

- Gemiddeld stijgingspercentage : 4.9%
- Totale afstand : 23.8 km (klimmen)
- Welke fiets neem je mee?





## 3.2 Kosten Transplantoux

Globale schatting kosten Mont Ventoux: max. 550 euro p.p.

Inschrijven voor 1 juni 2021 d.m.v. betaling op rekening nr.

NL36 RABO 0305394304 onder vermelding van Mt. Ventoux + achternaam

### **Wat krijg je daar o.a. voor;**

- Verblijf (zie volgende dia)
- Vervoer naar Frankrijk (mogelijk in 1 bus)
- Transplantoux wielerkleding (blauw)
- Begeleiding op 11 september 2021
- Avondeten (onder andere)
- Georganiseerde fietstochten op 9 en 10 september 2021
- Certificaat





## 3.3 Het verblijf

- Les Demeures du Ventoux
- 8 – 12 september (4 nachten)
- Huisjes 6 persoons, dicht bij elkaar



# Supporters

- Je behoort niet tot de 60 geresteerde fietsers!  
**Je wil wel mee!**

Dan ben je **supporter!**

We maken graag individuele afspraak om te kijken wat wel en niet mogelijk is. Maatwerk!





# Ons sponsoren?

giveandlive.nl – donerik & friends – sponsor worden



## Sponsor Worden Voor sponsoring Nederlands project

Heeft u interesse sponsor te worden? Wij hebben voor u verschillende opties om ons te helpen. Neem een kijkje hieronder en maak van de hand van deze informatie een keuze. Heeft u nog vragen over de verschillende opties? Vul dan het formulier onder de opties in en wij nemen zo spoedig mogelijk contact met u op. Alvast hartelijk dank voor uw hulp!

 <b>BRONS</b> €500	 <b>ZILVER</b> €1000	 <b>GOUD</b> €3000 (van af)	 <b>PLATINA</b> €5000 (van af)
---	---	--	---



UMCG Transplantatie



# Vragen?

# Mail naar [info@giveandlive.nl](mailto:info@giveandlive.nl)

Bedankt!

Erik, Albert, Stefan, Bouke, Tji, Hartger,  
Hanno en Rutger

## CONTACT INFORMATIE

### Bei ons

06 - 39417128

### Werkdagen

Maandag - Vrijdag 09:00 - 17:00

### E-mail

[info@giveandlive.nl](mailto:info@giveandlive.nl)



**UMCG** Transplantatie