



Een monumentje bouwen op klikpedalen

Frans Rosweide is al drie decennia dermatoloog, en sinds negen jaar verbonden aan Centrum Oosterwal in Alkmaar. “Een gouden greep”, noemt hij die carrièrestap. Met zijn kinderen en aantal goede vrienden deed hij afgelopen zomer voor het eerst mee aan de liefdadigheidsmanifestatie Alpe d’HuZes, zijnde een beklimming van de uit de Tour de France bekende alpencol Alpe d’Huez met zijn 21 haarspeldbochten. De motivatie haalde hij uit het overlijden van zijn echtgenote Yolanda op 2 december 2018. Hoe bereidde hij zich voor? Wat was het voor ervaring? Hoe ging hij om met zonbescherming? “Ik wist niet wat me te wachten stond, al weken voorafgaand aan de klim was ik zenuwachtig.”

Ofschoon hij het professionele circus mooi vindt, is Rosweide, behalve op een steelse blik op de TV na, geen fanatieke volger van dit gebeuren. Een oordeel over profs als Laurens ten Dam en Jetse Bol heeft hij dan ook niet. Hij is echter al vijftig jaar een verwoed fietser. “Waar we ook heengingen, in weekends of vakantie, de fiets ging altijd mee. Niet alleen binnen Europa, maar ook ver daar buiten. Echte klimervaring deed hij bescheiden op in de heuvels van Zuid-Limburg, de Ardennen en vooral in Toscane. De Alpe d’Huez was van een totaal ander kaliber. Het was een verbijsterende ervaring.

VOLBRACHT

“Het idee ontstond na afloop van de uitvaart van Yolanda, omdat we iets wilden doen voor mensen met kanker. Steun voor wetenschappelijk onderzoek is natuurlijk belangrijk, persoonlijk hoop ik dat met het geld ook de combinatiemogelijkheden van reeds bestaande middelen een kans krijgen te worden onderzocht. Daar is naar mijn idee meer winst bij te behalen dan uitsluitend het ene na het andere nieuwe middel te onderzoeken.”

WAT IS ALPE H’HUZES?

Alpe d’HuZes is een jaarlijks sportief evenement waarbij de deelnemers door werving van donateurs geld inzamelen voor onderzoek naar kanker en voor verbetering van de kwaliteit van leven van mensen met kanker. Op één dag beklimmen ongeveer 5000 deelnemers fietsend, hardlopend, of wandelend maximaal zes keer de Alpe d’Huez, onder het motto ‘opgeven is geen optie’. De koersdag is altijd op de eerste donderdag van juni en maakt deel uit van een hele koersweek. In 2019 beklommen de deelnemers voor de veertiende keer deze berg in de Franse Alpen.

Elke gedoneerde euro komt voor 100% ten goede aan kankeronderzoek. Vanaf 2006 is al ruim 173 miljoen euro opgehaald voor kwalitatief hoogwaardig en relevant kankeronderzoek. Sponsors en vrijwilligers zorgen voor de organisatie. Alpe d’HuZes heeft geen overheadkosten, personeel of een eigen kantoor. Van logistiek, catering, medisch, communicatie tot bestuur: alles is vrijwilligerswerk.



© Shutterstock.com

“Omdat het mijn eerste keer zou zijn, wist ik niet wat ik van de alp kon verwachten. Natuurlijk, je bereidt je voor, in trainingen, om kracht en conditie op te bouwen. Echter, wie de Cauberg op fietst, ontdekt een overzichtelijke wereld: een lengte van 1200 meter met een stijgingspercentage van 12%. Hoe anders is dat in het Franse hooggebergte! Er komt gevoelsmatig en bijna letterlijk geen einde aan, die weg gaat almaar omhoog. Natuurlijk hielp het dat ik met mijn kinderen en vrienden omhoog ging, dat er in totaal 4.800 mensen meededen aan de beklimming, alsook die ongelooflijke hoeveelheid mensen langs de kant van de weg met hun spandoeken en aanmoedigingskreten. Intens was het triomfgevoel om de top te bereiken, dat was fan-tas-tisch. In totaal drie keer dezelfde lijdensweg. Pas een dag later kreeg ik het klassieke gevoel: ‘Het is volbracht!’”

Verder herinnert hij zich vooral één ding: de kou bij de eerste afdaling: “Je staat om 3.30 uur op om een uur later in Bourg d’Oisans van start te gaan. Het was 12 graden. Dan ga je naar boven, door de mist, op weg naar de top. Daar was het 8 graden. Dat valt nog mee, zou je denken. Echter, de kou die tijdens de afdaling ontstaat door de forse zijwind in combinatie met de mist is enorm. Ik had daar geen rekening mee gehouden, door extra kleding mee te nemen. Ik dacht bij herhaling dat ik een slag in mijn wiel had: dat was niet zo, ik trilde gewoon als een rietje.”

OPLETTEN

Rosweide zorgt altijd, zoals van een dermatoloog verwacht mag worden, voor een goede bescherming tegen de zon om het risico op huidkanker te verminderen. “Ik smeer in principe altijd met een factor 30. Een hogere factor doet de mogelijkheid tot gewenning afnemen en dat wil ik ook weer niet. Op die grote hoogte is insmeren niet alleen extra nodig vanwege de hogere dosis UVB, maar ook vanwege de afwezigheid van bomen en veel zweet op de huid. Geen schaduw dus, alleen zon.”

Dat de preventie van huidkanker in het professionele peloton niet leeft, begrijpt hij deels: “Zij krijgen, omdat zij voortdurend buiten zijn, gemakkelijker zongewenning.” Hij waarschuwt dan ook met name amateurwielrenners. Bij hen gaat de zongewenning niet zo eenvoudig. Hij adviseert altijd een kleine tube zonnebrandcrème in de achterzak van de koerstui mee te nemen om deze te kunnen gebruiken als het nodig is.”

Hij juicht het beslist toe als de NVDV een PR-campagne zou starten die zich richt op meer bewustwording bij duursporters.

Gevraagd of hij zichzelf voor zo'n campagne dan als mascotte beschikbaar stelt, luidt het antwoord: “Ja, als daar behoefte aan bestaat.”

VERDRIET

Behalve dermatoloog is hij een verwoed schilder. “Yolanda was mijn eerste en scherpste criticus. Het was altijd prachtig om samen naar een doek te kijken, erover te praten, verder te schilderen en opnieuw te kijken, enzovoort.” En tijdens de beklimming van de Alpe d'Huez? “Ik zal niet beweren dat ik toen elke minuut aan haar dacht, maar ik was mij er wel degelijk van bewust bezig te zijn met het pedaalslag na pedaalslag bouwen aan een virtueel monumentje voor haar. Iets dat ze voor mij zeker verdient.”

CORRESPONDENTIEADRES

Bureau NVDV

E-mail: secretariaat@nvdv.nl