



Levensloop

Teamkapiteinsbrochure





”

Ik doe mee met een team aan Levensloop om op een positieve manier terug te denken aan mijn mama en zo uit een negatieve gebeurtenis iets positief te halen. Hier hangt zo'n geweldige en warme sfeer, iedereen helpt elkaar en je komt altijd mensen tegen die je kent. Het evenement is ook een enorme steun voor mensen die momenteel strijden tegen kanker.

— Teamkapitein van Team Up

Levensloop: 24 uur tegen kanker als team

Levensloop is een solidariteitsbeweging die:

- **samenkomt** in een stad of dorp;
- **hulde brengt** aan alle Vechters, mensen die kanker hebben of hebben gehad;
- **en geld inzamelt** voor Stichting tegen Kanker.

Levensloop maakt deel uit van de wereldwijde Relay for Life-beweging. In 1985 liep dr. Gordy Klatt, een colorectaal chirurg, 24 uur lang rondjes op een hardlooppiste om geld in te zamelen voor de American Cancer Society. Sindsdien heeft Levensloop zich als een sprankje hoop over de hele wereld verspreid. Vandaag vinden er in een dertigtal landen buiten de VS Levenslopen plaats, georganiseerd door miljoenen vrijwilligers. Samen zetten ze zich onverminderd in voor de strijd tegen kanker. Elk jaar kent de American Cancer Society de eretitel 'Global Hero of Hope' toe aan Levensloop-ambassadeurs over de hele wereld.

Stichting tegen Kanker

Van hoop naar overwinning

Stichting tegen Kanker zet zich al sinds 1924 keihard in voor de strijd tegen kanker, om bij te dragen aan een wereld waarin kanker niet langer dodelijk is. Waarin meer mensen genezen. En waarin ongeneeslijke kankers op een dag chronische ziektes zijn, die we dankzij adequate behandelingen onder controle kunnen houden.

Die hoop willen we omzetten in overwinning! Om dit te bereiken, als nationale, onafhankelijke en referentieorganisatie op het vlak van kankerbestrijding, hebben we prioriteiten en acties gedefinieerd binnen elk van onze **drie missies**:

- de financiering van wetenschappelijk kankeronderzoek;
- preventie;
- en de ondersteuning van mensen met kanker, hun naasten en actoren op het terrein.

7 redenen om mee te doen als team

1

Je voelt je solidair met mensen met kanker en wil dat graag tonen.

2

Je wil je vrienden, familie of sportclub aanzetten om zich te engageren en geld in te zamelen voor de strijd tegen kanker.

3

Het is een ideale gelegenheid om oude bekenden te ontmoeten of nieuwe mensen te leren kennen.

4

De Kaarsenceremonie is een uniek moment dat je altijd zal bijblijven.

5

Je hoeft geen minimum-bedrag in te zamelen om mee te doen als team. Je betaalt enkel 10 euro inschrijvingsgeld per deelnemer.

6

Het is de perfecte teambuilding met je collega's! Bovendien toont je bedrijf zo betrokkenheid met een maatschappelijk project in de eigen regio. Levensloop financieel sponsoren of producten en diensten in natura leveren, kan natuurlijk ook.

7

En last but not least: voor de unieke en ongelooflijk leuke sfeer.



Overtuigd?

Schrijf je in!

Registreer je via **www.levensloop.be** als team. Je team hoeft nog niet volledig te zijn. Maar zo beschik je alvast over een eigen teampagina die je kan gebruiken om geld in te zamelen en extra deelnemers te werven.

- Je aanspreekpunt is de verantwoordelijke 'Teams' van het organisatiecomité. Het comité organiseert een tweetal meetings waarop alle teamkapiteins zijn uitgenodigd. Hier worden alle praktische zaken uitgelegd en maak je kennis met de andere teams.
- Via e-mail en sociale media houdt het comité je op de hoogte van alle info en activiteiten. Elke Levensloop heeft een eigen Facebook- en/of Instagrampagina met al het laatste nieuws.
- Volg ook onze nationale Levenslooppagina via Facebook (**www.facebook.com/relayforlifebelgium**) en via Instagram (**www.instagram.com/stichting_tegen_kanker**) met nieuws en activiteiten van alle Levenslopen over heel België. Hier vind je ook tips over preventie, recepten, info voor mensen met kanker en hun naasten, en over de projecten die we steunen dankzij jouw bijdrage.

Rekruteer deelnemers

- Overtuig je gezin, familie, burens, vrienden en collega's om mee te doen, je persoonlijke motivatie werkt vast aanstekelijk. Zij kennen ongetwijfeld op hun beurt weer mensen die willen deelnemen. Voor je het weet, heb je zo een groep van 10 à 20 mensen verzameld.
- Maak een video-oproep om meer mensen te ronselen voor je team! Deel je video via sociale media en aarzel niet om Levensloop en Stichting tegen Kanker te taggen in je post!

Communicatie en organisatie binnen je team

- Beheer je team vanuit je eigen pagina op de website: er is een handige toolbox, je kan teamgenoten een e-mail sturen, deelnemers toevoegen, giften of ingezameld geld storten, etc. Deze pagina kan je ook eenvoudig delen op sociale media zodat mensen zich makkelijk kunnen toevoegen aan je team.
- Regelmatig bellen, e-mailen en samenkomen, is belangrijk om je teamleden te motiveren voor Levensloop. Start eventueel een gesloten Facebook- of Whatsapp-groepje om het enthousiasme erin te houden
- Vergeet niet dat je je engageert als team, je hoeft dus zeker niet alles alleen te doen. Als teamkapitein neem je een voortrekkersrol en blijf je iedereen motiveren en enthousiasmeren.

Zamel geld in voor Levensloop & de strijd tegen kanker

- Roep mensen op via sociale media om je team of teamgenoten via de website te steunen met een gift. Iedereen die een gift doet, kan een persoonlijke boodschap nalaten op de webpagina van je team.
- Voeg de acties en de activiteiten die jullie organiseren toe aan de agenda op **www.levensloop.be**. Zo zorg je voor extra promotie.
- Vraag aan een bedrijf dat je kent om jouw team en je Levensloop te sponsoren. Stem dit af met de verantwoordelijke teams van het comité.



■ Is je team gemotiveerd om geld in te zamelen, maar heb je geen inspiratie? Onderstaande voorbeelden van andere teams helpen je op weg:

- verkoop de merchandising van Levensloop die je via het comité kan krijgen;
- organiseer een fundraisingsactie zoals een quiz, tombola, wandeling of verkoop online je handgemaakte creaties;
- schenk de opbrengst van een reeds geplande activiteit aan Levensloop;
- hou een ludieke veiling op het werk.



Het hoogtepunt: Levensloop zelf

Vechters

Als team toon je je met je deelname solidair met iedereen die getroffen is door de ziekte. Ken je mensen in je omgeving die ooit de diagnose kanker hebben gekregen? Moedig hen dan aan om zich als Vechter in te schrijven voor Levensloop. Zij zijn de VIP's van het evenement en worden een heel weekend in de watten gelegd.

Ceremonies

De Openingsceremonie, Kaarsenceremonie en de Slotceremonie zijn de drie sleutelmomenten van Levensloop. Moedig zo veel mogelijk teamleden aan om aanwezig te zijn op al deze momenten. Zeker de Kaarsenceremonie is een erg mooi, ingetogen en niet te missen gebeurtenis.

24 uur solidair met Vechters en hun naasten

Kanker slaapt nooit. Dit is waarom we ons tijdens Levensloop solidair tonen met Vechters en hun naasten door 24 uur lang in estafette te wandelen of te lopen (sommige Levenslopen duren om praktische redenen 12 uur). Dat betekent dat er altijd minimaal één iemand van elk team op het parcours aan het bewegen is.

Verkoopstandje

Tijdens Levensloop krijgt je team ook een plaatsje toegewezen op het terrein waar je een tent kan plaatsen. Daar kan je met je team samenkomen of iets verkopen om extra fondsen te werven voor de strijd tegen kanker.





Levensloop rookvrij, alcoholarm en gezond

Levensloop is een warme solidariteitsbeweging die strijdt tegen kanker. Daarom vragen we alle teams om Levensloop mee te promoten als een rookvrij, alcoholarm en gezond evenement.

- 1** We moedigen rokers aan om niet te roken of te vaperen tijdens de 24 uur van Levensloop. Stichting tegen Kanker wil een steun zijn voor iedereen die wil stoppen met roken via Tabakstop, een gratis dienst van Stichting tegen Kanker.
- 2** Wetenschappelijk onderzoek toont het verband tussen alcoholconsumptie en het ontstaan van kanker aan. Daarom is Levensloop een alcoholarm evenement en is het belangrijk dat het comité en de deelnemende teams geen sterke drank schenken.
- 3** Tijdens Levensloop ligt de focus op beweging maar is het ook belangrijk om als team na te denken over een gezond aanbod als je iets verkoopt. Denk maar aan verse soep, creatieve salades, quiches met groenten en fruit, etc.

Ontdek lekkere recepten van gezonde snacks en mocktails op www.kanker.be/recepten.



Weetjes

Zijn giften fiscaal aftrekbaar?

Elke privégift van € 40 of meer op jaarbasis geeft recht op een belastingvermindering tot 45% op het bedrag van de gift. Voor bedrijven zijn giften fiscaal aftrekbaar tot maximaal 5% van de totale fiscale winst. Stichting tegen Kanker stuurt donateurs automatisch een attest in de loop van het eerste trimester van het volgende jaar.

Wat is het verschil tussen een gift en geld ingezameld via fondsenwerving?

Een gift is een geldsom die zonder tegenwaarde door één persoon, een bedrijf of organisatie geschonken wordt aan Stichting tegen Kanker. Je krijgt er als schenker niets voor terug. Alleen een individuele gift geeft recht op een fiscaal attest. Het resultaat van een collectieve geldinzameling of fondsenwerving geeft jou als persoon of als bedrijf geen recht op een fiscaal attest, omdat je niet schenkt uit eigen naam.

Hoeveel mensen doen er gemiddeld per jaar mee aan Levensloop in België?

Maar liefst 941 teams en 35 000 deelnemers zetten zich elk jaar in ten voordele van de strijd tegen kanker. In totaal komen er ook +/- 100 000 bezoekers langs om de deelnemers en de Vechters een hart onder de riem te steken.

Dankjewel!

Jij en je teamleden hebben zich solidair getoond met de Vechters in jouw gemeenschap. Voor hen is die steun van onschatbare waarde.

Met je deelname draag je ook bij aan de strijd tegen kanker, door anderen te mobiliseren en geld in te zamelen.

Al het ingezamelde geld gaat integraal naar Stichting tegen Kanker. Wij garanderen dat het maximale bedrag naar die ene heel belangrijke ambitie gaat: kanker terugdringen. Dit doen we in het kader van drie belangrijke missies: de financiering van wetenschappelijk onderzoek; preventie en informatieverstrekking; en de sociale ondersteuning van mensen met kanker en hun naasten. Gedetailleerde informatie en cijfers vind je in ons jaarverslag. Dit kun je gratis downloaden via www.kanker.be/publicaties.

Een deel van de opbrengst van elke Levensloop gaat naar de Levensloop Grants. Hiermee ondersteunt Stichting tegen Kanker lokale initiatieven die rechtstreeks bijdragen aan het welzijn van mensen met kanker en hun naasten. Alle spelers in het medische, psychosociale en verenigingsnetwerk kunnen een financieringsaanvraag indienen.

Voor meer informatie over de gefinancierde projecten: www.kanker.be.



Schrijf je in en neem
deel aan Levensloop!
www.levensloop.be



KANKERINFO
0800 15 802