

BLIJF BEWEGEN

HARTSTIKKE GOED VOOR U



Hart Op Tempo

Kom ook sporten ...bewegen...revalideren... bij onze vereniging.





De Wasmand
Was & Strijk Service

DE WASMAND

voor al uw was en strijkgoed!

voor bedrijven en particulieren

Heeft u ook zo'n hekel aan het doen van de was en dan dat ellendig strijken nog, dan is dit misschien de oplossing voor u: wij wassen en strijken uw wasgoed. En halen het bij u op en bezorgen het ook weer terug. In een door ons meegeleverde wastas, en uw wasgoed wordt fris gewassen en gedroogd en opgevouwen in de wastas terug gebracht.



met een eigen haal en breng service dus nooit meer sjouwen met wasgoed het wordt bij u opgehaald en weer gewassen en gedroogd en opgevouwen terug bezorgd.

ook ideaal voor sport verenigingen

Bij Voorbeeld

Wassen voetbaltunies per tas per seizoen (± 18 tunies) vanaf €15 per keer

Tel 0591-714078 www.dewasmand.com email: info@dewasmand.com

UW NO-NONSENSE MERKDEALER VOOR HET NIEUWE RIJDEN!

Welkom bij Terwolde Renault Emmen

Phileas Foggstraat 39 | 7825 AK Emmen | 0591-669090

Of kijk op terwolderenault.nl



RENAULT
Passion for life



Jaarverslag Hart op Tempo 2016

Algemeen.

In 2016 is de vereniging in een rustiger vaarwater terechtgekomen. De besluiten die we in 2015 noodgedwongen hebben moeten nemen waren hard en ingrijpend naar personeel en leden. Het verslagjaar heeft ons geleerd dat het ook de goede besluiten waren: er is sprake van stabiliteit, er is nieuw elan gekomen (vooral door de activiteiten van de activiteitengroep) en financieel hebben we weer vlees op de botten!

Het aantal leden bedroeg bij de start van het jaar 177, en aan het eind van 2016 was dat 162

Voor het eerst sinds jaren hebben we weer nieuw materiaal kunnen aanschaffen, dat is gebeurt in nauw overleg met de leiding. Ondanks het feit dat we er meer geld voor beschikbaar hebben blijven we hier op de kleintjes passen: als we kunnen lenen (dank aan de collega verenigingen) dan gebeurt dat!

Bestuur.

Het Bestuur, bestaande uit 4 personen, heeft in 2016 vijf maal vergaderd, telkens bij een van de leden thuis. De behandelde onderwerpen bestrijken een breed veld: organisatie, materialen, promotie, aangelegenheden met betrekking tot de leiding, zaalhuur, financiële zaken, voorstellen vanuit de werkgroep enz. Over het algemeen besloeg een vergadering een gehele avond, en kwam er voor elk der leden een hoeveelheid werk uit voort.

Werkgroep.

De activiteitengroep is in 2016 zeer actief geweest, en heeft ook 5 x vergaderd, waarvoor onze dank! Het verenigingsblad heeft vorm gekregen en wordt geheel zelf gevuld. Het actief benaderen van adverteerders en sponsors heeft opgeleverd dat het blad zelfs een kleine winst oplevert! Er is een nieuwe flyer ontwikkeld, die breed wordt verspreid en vooral bij de ziekenhuizen en cardiologen onder de aandacht wordt gebracht. Dit levert op dat er regelmatig via de

ziekenhuizen nieuwe leden worden aangemeld. De website heeft een nieuw jasje gekregen, en wordt praktisch gratis door een vriend van HOT onderhouden, waarvoor onze grote dank; commercieel zou het voor ons niet te betalen zijn, terwijl een vereniging als de onze in de huidige tijd niet zonder een dergelijk middel kan! De werkgroep formuleert op alle gebieden voorstellen, die door de secretaris aan het bestuur worden voorgelegd. Het advies van de activiteitengroep wordt praktisch altijd door het bestuur goedgekeurd, waarna zo nodig financiën ter beschikking worden gesteld om de activiteit uit te kunnen voeren.

Overig.

Deelname aan de Grote Clubactie heeft in 2016 ruim 700 euro opgeleverd, en van de RABO werd een bijdrage van 500 euro geïncasseerd. De loterij op de goed bezochte algemene ledenvergadering bracht nog een 180 euro in het laatje van de penningmeester, zodat we voor 2017, tegen alle verwachting in kunnen zeggen: contributieverhoging is niet nodig!

Het bestuur overlegt twee keer per jaar met de leiding over de algemene gang van zaken. Dat gebeurt tijdens een door de vereniging betaalde lunch, als blijk van waardering voor de inzet van onze leiding. De heer Louissen bleef helaas het hele jaar arbeidsongeschikt, en in 2017 moet blijken hoe deze voor hem vervelende situatie verder verloopt. De aangetrokken vervanging blijft daarom voorlopig in tijdelijke dienst. Intern kon een langdurige uitval wegens ziekte van mevrouw Harmers worden opgevangen.

Met enige regelmaat nemen volleybalteams van onze vereniging uit Emmen en Klazienaveen deel aan toernooien in het noorden die door collega-verenigingen worden uitgeschreven. Vooral Klazienaveen scoort heel hoog! Momenteel wordt gezien of ook HOT weer een dergelijk toernooi zou kunnen organiseren. Tenslotte: bewegen houdt ons jong en veerkrachtig!

Het bestuur brengt alle leden die hebben gesport, die op welke wijze dan ook een steentje hebben bijgedragen aan de nieuwe bloei van Hart op Tempo dank voor hun deelname en voor hun enthousiasme.



de Alfa Romeo specialist

Bij Autobedrijf Henk van Boven komt u niet alleen voor een kwaliteitsauto, maar kunt u ook rekenen op professioneel onderhoud.



Kapt. Nemostraat 40, 7821 AC Emmen

T: 0591 64 50 29 • F: 0591 64 51 32 • M: 0653 972 009 • E: info@hvanboven.nl • W: www.hvanboven.nl

Ook uw adres voor moderne en klassieke Fiats en Lancia's

salon **DUO**

HAARmode

Houtweg 294
7823 PV Emmen
0591 - 629000
info@salon-duo.nl

Warringa

Tuinmachines

0591-612814

06-12383144

Reparatie & Onderhoud

Bargermeerweg 103 7811 LD Emmen

www.warringatuinmachines.nl



Uit de pen van Wianda



Nadat Vincent zich in het vorige clubblad had voorgesteld, is het deze keer mijn beurt! Mijn naam is Wianda Heeres- Nienhuis, 31 jaar en sinds kort gelukkig getrouwd met Vincent.

Ik ben opgegroeid in het noord-Groningse Winsum en heb van jongs af aan zelf veel geturnd en getennist. Na het afronden van de ALO ben ik steeds meer gaan lesgeven en heb ik vervolgens nog psychologie gestudeerd. Naast het verzorgen van de lessen op de maandag in Emmerhout bij HOT ben ik momenteel actief als turntrainster bij verschillende verenigingen.

Het allerbelangrijkste aan het geven van sportlessen voor mij is het plezier wat het bewegen bij de deelnemers teweegbrengt; ongeacht leeftijd, niveau of soms zelfs beperking.

Ik hoop in de toekomst mijn beide studies op de een of andere manier te kunnen combineren. Ik denk namelijk dat sport en psychologie heel veel raakvlakken hebben en elkaar enorm kunnen versterken.

En wat ik van Hart op Tempo vind? Het mooie aan deze vereniging vind ik de saamhorigheid, en de onderlinge aandacht en interesse in elkaar. Het zijn stuk voor stuk hechte groepen waarbij er voor iedereen een eigen plekje in de groep is en waar behulpzaam-



heid voorop staat! Mijn complimenten! Tot slot: willen we samen al onze groepen bedanken voor de vele kaarten, cadeaus en gelukwensen die wij mochten ontvangen op of rond onze trouwdag!

Erg leuk ook dat er zelfs een flink aantal HOT-leden bij onze ceremonie aanwezig waren! Hiervoor dank! - en hierbij nog een foto van onze bijzondere dag.



vriendelijke groet, Vincent & Wianda



Wij zijn er voor u als u ons nodig heeft.
Monuta is altijd bereikbaar.



We zijn 24 uur per dag bereikbaar op **0800 - 023 05 50**.
 Ook als u niet of elders verzekerd bent.

Als u wilt vertellen wij u tijdens een persoonlijk gesprek meer over de mogelijkheden van een uitvaart. Ook kunnen wij u adviseren bij het vastleggen van uw wensen. Bel ons gerust voor een afspraak (kosteloos).
 Bekijk ook onze website www.monuta.nl/emmen.

Monuta 
 De steun bij iedere uitvaart.



Wij heten u van harte welkom in een van onze winkels
 Schoonebeek winkelcentrum de Pallert
 Emmen winkelcentrum Emmerhout
 Emmen winkelcentrum Autorama Weerdingerstraat
 Nieuw Amsterdam Vaart zuidzijde 56

Web site

Kijk regelmatig op
www.hartoptempo.nl
 voor het laatste nieuws.

Zoekt u iets? Bel eerst EISMAT



Dwarsdijk 3 – 7755 NL Dalerveen
 Tel. 06-53521717 – Fax 084-7272541
 E-Mail. d_eising@hotmail.com



Het Vuurvogel- pad op een mooie zomerdag



nodig was voor de dierentuin in zijn nieuwe opzet. Daarom werd besloten het kunstwerk te verplaatsen naar Parc Sandur.



De vuurvogel is een kunstwerk van de hand van de in België woonachtige kunstenaar Cornelis Huisman. Het staat aan de Sandurdreef in de wijk Parc Sandur in Emmen. Het kunstwerk is geïnspireerd door het Russische fabeldier de Vuurvogel. De Vuurvogel is gemaakt van plaatstaal en bestaat uit een vuurrode vogel die met de snavel balanceert op een paal met zwarte en witte banden en fungeert als windwijzer. Halverwege de paal is een windroos aangebracht. De hoogte van het geheel is 9,5 meter, de spanwijdte 10,5 m. Het gewicht is 2250 kg, wat het draaien van de vogel niet belemmert. Cornelis Huisman (1939), de kunstenaar, heeft een werktuigbouwkundige achtergrond. In 1998 besloot de Rotaryclub van Emmen de gemeente een kunstwerk aan te bieden. Na een prijsvraag kreeg Cornelis Huisman de opdracht zijn idee om te zetten in een kunstwerk. In de jaren 1999 en 2000 werkte hij eraan. Op 28 juni 2002 kreeg het kunstwerk een plaats bij de parkeerplaats van het nieuwe gedeelte van het Dierenpark Emmen. In 2008 besloot de gemeente Emmen dat nieuwe gedeelte uit te breiden en de dierentuin in zijn geheel daarheen te verplaatsen. Jammer was het dat het stukje grond waarop de Vuurvogel stond ook

Op 1 oktober 2014 werd de Vuurvogel weggehaald voor een opknappbeurt en op 18 maart 2015 herplaatst in Parc Sandur, aan de oever van de Grote Rietplas. Een wandelpad rond de plas heeft de naam Vuurvogelpad gekregen. Deze prachtige wandelroute rond de Rietplas is in twee afstanden te lopen: Rood: 7 km. Zwart: 9 km. Onderweg zijn voldoende rustpunten om de wandeling te onderbreken zoals de Brasserie bij Bart bij het Golfparc, of een paar stappen van de route af bij het horecacentrum met terras aan het water, de Rietplas. Tenslotte kan Parc Centrum Sandur met een gezellige terrastuin binnen of buiten aan het water een geslaagde afsluiting van deze mooie wandeling zijn.

Beide wandelroutes zijn met bordjes met een rode of een zwarte vuurvogel aangeduid. Startpunt routes is bij de parkeerplaats bij Parc Centrum Sandur.

Bron: Wikipedia en Woonparcsandur (G.J.Z.)

Afscheid

Afscheid Rieks Brookman als voorzitter Hart op Tempo
Beste Rieks, beste mensen,

Afscheid na zo'n lange periode kan niet zomaar even voorbijgaan. Mocht het zo zijn dat ik als voorzitter 20 jaar aanblijf, dan ben ik 82 en ik hoop dat ik dat haal.

Rieks heeft dat wél gepresteerd, 20 jaar voorzitter van Hart op Tempo. Rieks heeft daarmee bloeijaren meegemaakt, maar ook minder goede perioden in het bestaan van onze vereniging. In de bloeiperiode bijna 300 leden, nu 100 minder. Dat heeft niets te maken met de inzet van Rieks, maar vooral met een maatschappij waarin mensen andere keuzes maken, een wereld waarin mensen niet snel geneigd zijn hun kracht te delen met lotgenoten zodat je er beiden veel plezier aan kunt beleven. De lotgenoten heel ver weg in de wereld lijken we soms wel te kennen, die om de hoek is soms wat moeilijker. Bij Rieks is er sprake van een prachtige combinatie: het belang van de club en de activiteit als geheel, maar óók denken in individuen op een hele positieve manier: als er discussies waren over hoe zaken aan te pakken, dan gold voor Rieks altijd de invalshoek van het individuele lid, die hij vaak persoonlijk kende, en waarover hij vaak ook nog iets kon vertellen.

Iets vertellen dat was ook zo'n hobby van Rieks, een hobby waar we van genoten overigens! Zo kennen velen van u misschien nog de situatie van het sporten aan de Valtherweg, wat werd beëindigd toen die sporthal werd afgebroken. Rieks wist met passie te vertellen dat een ambtenaar van de gemeente toen twee alternatieven had aangeboden: de sporthal in Veenoord of die in Schoonebeek! Het duurde niet lang of Rieks dronk een kop koffie met de verantwoordelijk wethouder, en Emmerhout was de uitkomst.

Buiten de activiteiten voor Hart op Tempo is Rieks altijd een zeer actief baasje geweest, in het voetbal en in het schaatsen konden besturen niet zonder zijn inbreng. Wist u dat

Rieks in de binnenlanden van Zuid Amerika verantwoordelijk is geweest voor bouw en inrichting van fabrieken? Ik heb dat levensverhaal van Rieks mogen horen bij de enige keer, hand op mijn hart, dat ik tegen Rieks gelogen heb, welbewust en met opzet! Ik vertelde Rieks dat hij op 29 april in pak moest verschijnen in de Grote Kerk omdat Gerard de Feber (die kwam toen net kijken als secretaris) een lintje zou krijgen. Rieks was er een half uur vroeger, en dat hebben we besteed aan een kop koffie en het levensverhaal van Rieks. Toen we vervolgens naar de Kerk liepen en binnenkwamen had Rieks door dat het om hem ging, een prachtig moment, en voor mij een beloning om zo'n verhaal te hebben mogen horen.

Beste Rieks, de vergaderingen zullen korter worden omdat geen van ons die verhalen uit een rijk verleden kent, maar we zullen proberen verder te gaan in jouw traditie van individueel kijken en weloverwogen tot een richting komen. Als we je dankzeggen voor al jouw inzet van de afgelopen twintig jaar, dan doen we dat met een bos bloemen, met een envelop met inhoud die je samen met je echtgenote ergens aan kunt besteden, een lekker dinertje bijvoorbeeld, maar we doen dat bovenal door jou een oorkonde te overhandigen (gemaakt door ons lid Wiebrand Dijkstra) die geld als bewijs dat je bij deze bent benoemd tot erelid van Hart op Tempo!



Rieks, dank voor alles, het ga jou en je vrouw goed, en als het nodig is weten we je te vinden!

Puzzelen

Nog een puzzeltje

Je hebt Chris, Gerard en Henny. Ze zijn 55, 60 en 65 jaar oud. Ze houden van de kleuren blauw geel en rood.

Het volgende is gegeven: Henny is ouder dan Gerard; de 60jarige houdt van rood en Chris, niet de jongste, houdt van blauw.

De vraag is nu: Wat is de leeftijd en de favoriete kleur van Chris, Gerard en Henny.

Oplossing in het volgende nummer.

Onder de goede inzenders verloten wij een splik splinter nieuw T-Shirt.



Lachen

De Belgen gaan hun eerste raket lanceren. "En", vraagt een verslaggever, "waar gaat de reis naar toe?" Wij gaan naar de zon. "Naar de zon?" Vraagt de reporter. Maar daar is het toch veel te heet? Bent u niet bang dat de raket zal smelten? Wat denkt u? antwoordt de Belg. Wij zijn niet gek hoor. Wij gaan natuurlijk 's nachts!!!

Een oud Hollands echtpaar zit in een restaurant en besteld een bloedworst. (het goedkoopste) . De man begint te eten en de vrouw kijkt toe. De ober vraagt zich af waarom de vrouw niks eet en gaat naar haar toe. Pardon mevrouw, vindt u het eten niet lekker? Ik hoop van wel, maar ik wacht even tot mijn man klaar is met het kunstgebit!!

Wandelen

Een aanrader voor iedereen die van wandelen houdt en niet ver weg wil, is wandelroute "De Klencke". Deze begint zich aan de weg van Sleen-Oosterhesselen en start vanaf de parkeerplaats bij huisnummer 18, tegenover landhuis Havezate. Landgoed De Klencke dankt zijn oorsprong aan de bouw van een havezate in de dertiende eeuw, precies op de overgang van een laaggelegen beekdal naar de hoger gelegen zandgronden van het Drents Plateau.

Door de overgang omvat het gebied een



diversiteit aan landschappen. In het beekdal tref je natte bloemrijke hooilanden en houtwallen aan. Op het landgoed eeuwenoude beuken-en eikenbossen en op de zandgronden heidevelden met voedselarme venntjes. Omwille van de landbouw wordt het omliggende gebied flink ontwaterd, waardoor de heide op het Klenckerveld steeds verder is verdroogd. Natuurmonumenten probeert nu door aankoop van landbouwgronden een vochtige bufferzone te creëren. Hierdoor zal Landgoed De Klencke, dat nu ongeveer 630 ha groot is, in de toekomst groter worden.

Er zijn twee wandelroutes uitgezet, een rode route welke ongeveer 4 km lang is en een groene route welke 8 km lang is.



**ONDERSTAANDE BEDRIJVEN ONDERNEMEN VANUIT HET HART
MET EEN KLOPPEND HART VOOR UW BELANGEN
MET HART VOOR DE REGIO**

**RegioBank meest
klantgerichte bank**

RegioBank wil graag iedereen persoonlijk bedanken!

ankt Erwin, Hans, Irsya, Mariëlle, mevrouw Geerling, Jan, meneer de Vr
ke, Johan, Jolande, Linda, Ilias, meneer de Graaf, Froukje, mevrouw van Ar
ur, Alexander, Marie-Louise, Dunya, meneer Ladani, mevrouw Macu
, meneer Wieringa, Angelique, meneer Kruizinga, Levi, Christiaan, Je
vrouw Kling, Margriet, Thomas, mevrouw Berts, Wiel, meneer Ramawa



**Winnaar
CCDNA Award
2016 categorie
banken**



Verzekerings Collectief
De Bukakkers 20
7811 KZ Emmen
T 0591-658888
E info@vcemmen.nl
I www.vcemmen.nl

Wij zijn uw bank. RegioBank
Zelfstandig Adviseur

Eerlijk verzekeringsadvies?

De Bukakkers 20, 7811 KZ EMMEN
T | 0591 658888
www.vcemmen.nl



Zeker vandaag de dag moet u kunnen vertrouwen op een deskundig en eerlijk advies.

Praat daarom met onze ervaren verzekeringsadviseurs. Zij zijn betrouwbaar en helpen u graag.

U bent van harte welkom.



Verzekerings Collectief
verzekeringen | pensioenen | hypotheek | bankzaken

lid van Adfz



bij ons vindt u de erkend hypotheekadviseur



**Hondsrug
Personeels Management**



Verzuimbeheersing

Oplossingsgericht denken

Snel herstel werknemer

Kostenbesparing werkgever

De Bukakkers 20

7811 KZ Emmen

T 0591 67 73 58

F 0591 65 85 00

E info@hondsrugpm.nl

www.hondsrugpm.nl

De Uitgever

De uitgever en de vereniging zijn niet verantwoordelijk voor de inhoud van de advertenties.

Niets uit deze uitgave mag worden gekopieerd en/of verspreid zonder schriftelijke toestemming van de uitgever en/of de vereniging.

Oplossing puzzel

Wie is de gamer en waar woont hij?

De oplossing is: Chris is de gamer

Helaas waren er geen goede inzendingen.

Vakantie

Zomervakantie :

10 juli 2017 t/m 3 september 2017

T-Shirts

Wilt u na de vakantie ook in zo'n mooi nieuw T-Shirt sporten, en u heeft er nog geen besteld ?

Bestel dan snel, dit kan bij het secretariaat (zie deze pag.) De kosten voor dit shirt incl. de opdruk is 15 euro.



Colofon

Bestuursleden

Voorzitter: Ton Sleeking

Secretaris: Gerard de Feber

Penningmeester: Lies Linnemann

Lid : Guus Veltman

Redactie en Medewerkers

Hennie Arkes

Michele Casu

Fred Croes

Gerard Franken

Chris Scheven

Ger Zweep

Webmaster

Richard Arkes

Sportleiding

Alina van Beest

Vincent Heeres

Wianda Nienhuis

Tineke Tjapkes

Medische begeleiding

Annette Kooi

Kopij

Stuur per mail, voor 1 sept. naar:

hartoptempo@outlook.com

De redactie behoudt zich het recht voor aangeleverde kopij te corrigeren, in tekorten of eventueel te weigeren.



UW SPECIALIST IN BINNEN EN BUITENZONWERING



ZONWERING

Alle knikarmschermen met **gratis** afstandsbediening*



vanaf
€ 143,-*
rolluiken



vanaf
€ 475,-*
Zipp screen



* prijzen zijn exclusief montage
* alleen geldig op knikarmschermen met een elektrische bediening

- * Terrasoverkappingen
- * Uitvalschermen
- * Knikarmschermen
- * Screens

- * Binnenzonwering
- * Onderhoud
- * Reparatie
- * Reiniging

www.HZzonwering.nl info@HZzonwering.nl



facebook.com/HZzonwering

Weerdingerstraat 200 7822 BK EMMEN 0591 618794



RECLAME

We create your style!