

6 jaargang nr22

BLIJF BEWEGEN

HARTSTIKKE GOED VOOR U

Al meer dan
35 jaar



www.hartoptempo.nl



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 tenues) vanaf €15 per keer

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

DE9010400-ONT002-3B021 Binnen

Altijd in de buurt

Bij ons regelt u uw geldzaken zoals u dat wilt. Op kantoor, via internet of app. RegioBank is altijd dichtbij.



**Verzekerings Collectief
Kral Westen**

+ Verzekeringen + Hypotheken + Bankzaken + Makelaardij

Weerdingerstraat 250
7811 CL Emmen
www.vcemmen.nl



Wij zijn uw bank.
RegioBank
Zelfstandig Adviseur

Voorwoord

Voor u ligt de zomeruitgave van ons verenigingsblad.

Hij is weer goed gevuld met leuke interessante artikelen. We willen alle leden die aan dit nummer bijgedragen hebben van harte bedanken. Ook een woord van dank aan de sponsoren die ons trouw zijn gebleven. Zij maken de uitgifte van dit mooie blad mogelijk.

Nu we sinds een paar weken weer mogen sporten, eerst buiten en nu weer binnen, lijkt de wereld weer wat gewoner te worden. Menig lid gaf aan de sport gemist te hebben. En dan betrof het de actieve bezigheid en het contact met je medesporters. We zijn oprecht blij dat we u dit nu weer kunnen bieden, al is de periode tot aan de zomervakantie nog maar kort. Na de zomervakantie pakken we dan de draad weer op en hopelijk zijn de beperkende maatregelen dan nog minder. Mogelijk is dan in het najaar ook nog een ledenvergadering mogelijk en moeten we bekijken wat we nu met ons jubileumfeest nog kunnen, dat in 2020 geen doorgang kon vinden. U hoort van ons.

Het bestuur wenst u vanaf deze plaats een fijne zomervakantie toe, met zomerweer en gezondheid.

Namens het bestuur: Guus Veltman (secretaris)

Obsidentify, een leuke app

Als u zo'n moderne telefoon hebt waarop u met app's kunt werken zou ik u de app "Obsidentify" willen aanbevelen. Ik ben zelf geïnteresseerd in de natuur om mij heen, en deze app helpt mij om allerlei slakken, kevers, spinnen, bijen, vlinders, vogels e.d. te herkennen. Je ziet een kever in je tuin. Daar maak je met je telefoon een foto van en Obsidentify laat je weten welke kever je gezien hebt. Zo kwam ik erachter dat er in onze achtertuin onder andere een Zwartpootsoldaatje, een Muntvlindertje, een Groene Schildwants, een Bleekgele weekschildkever en een Schorsmarpissa rondlopen. Erg leuk om te weten!

Deze app kan ook planten identificeren, maar dat deel vind ik niet echt goed werken.

Daar zit hij redelijk vaak naast de waarheid. Maar voor alle beestjes vind ik dit een uitkomst. Obsidentify is te vinden in de Google Play Store. GV

Vierendertig jaar lid en nu gestopt met sporten

Vorige maand zijn Gerard Franken en Guus Veltman bij Femmie Witteveen langs geweest met een mooie bos bloemen. Femmie is lid van Hart op Tempo sinds 1987, vierendertig jaar dus al! Ze heeft aangegeven gezien haar gezondheid nu niet meer te kunnen sporten, maar liet ze ons direct weten: "Ik wil wel lid blijven hoor". Fantastisch Femmie, een Hart op Tempo lid in hart en nieren.

Bij het bakkie koffie, na de bloemen overhandigd te hebben, diepte Femmie nog wat aardige verhalen uit de begintijd van de vereniging op. Ze heeft in Emmerhout heel wat sportleiders en medesporters meege maakt.

Het spijt haar oprecht dat ze nu niet meer kan sporten, maar ze gaat de groep Emmerhout zeker nog eens opzoeken, al is het voor de gezelligheid en een kop koffie. Dank je wel Femmie!

G.V.



Twee begrippen één team

- Autoschade
- In en verkoop
- Carcleaning

- Technische werkplaats
- Lease
- Verhuur 9 persoonsbussen



TVL SCHADESERVICE

www.tvls.nl



VAN LEEUWEN AUTO'S

www.vanleeuwenemmen.nl

Verkoop & Schadeherstel: Phileas Foggstraat 147, 7825 AW Emmen Onderhoud & Carcleaning: Olivier van Noortstraat 14, 7825 VD Emmen

System Integrator van:



Met de Regin regelapparatuur ontwikkelen wij regelsystemen voor gebouw gebonden installaties voor zowel installateur als eindgebruiker.



Wij maken
gebouwautomatisering
persoonlijk!

Dealer van:



PERFECTE OPLOSSINGEN VOOR GASDETECTIE SYSTEMEN

Toepassing:

- * Parkeergarages
- * Koelsystemen
- * Verwarmingssystemen
- * Kantoor / laboratoria
- * Dranken industrie
- * (Afval)water behandeling

De Noesten 44 - 9431 TC Westerbork - Tel. 0593 – 820 994
www.retebo.nl - info@retebo.nl

Herinneringen

Even terug in de tijd, oude foto's bekijken en even weg dromen bij de beelden van het verleden.

Zo kwam ik een foto tegen uit 1970; het was in die periode dat alle bars, sociëteiten en tal van verenigingen een voetbalteam hadden.

Wij hadden jaarlijks een strandvoetbal toernooi, en daar deden wij als vereniging natuurlijk ook aan mee met een heren- en een damesteam.

Daar wij een jeugdsociëteit waren met behoorlijk veel leden was het vormen van de voetbalteams zo gebeurd.

Nu was het probleem om de dames aan het voetballen te krijgen; ja, schoppen konden ze wel. Zo moest er een trainer worden aangesteld, die het gepeupel iets kon bijbrengen.

Al snel viel het oog op mijn persoontje, en met een weldaad van stemmen werd ik de trainer van het damesteam.

Maar bij de eerste training bleek al gauw dat de conditie ver te zoeken was, en in overleg met het team werd er besloten om ook aan de conditie te werken. Je moet toch twee maal drie kwartier presenteren, en niet na vijf minuten uitgeteld aan de kant zitten. Werken aan het uithoudingsvermogen was niet altijd het leukste van de training, maar wel noodzakelijk. Zo was na een paar maanden training de conditie op peil en werd het balletje netjes overgespeeld.

Nu nog een mooi tenue en het team was



klaar voor de strijd.

Daar de vereniging een kerkelijke achtergrond had moest het natuurlijk ook die naam

vertegenwoordigen,

Dus werd het J.O.K.I.J.D.G.S.

Ja een mond vol maar het betekende: Jongere Oud Katholieken IJmond Door Geloof Samengebracht.

Maar al gauw werd het Yogi DGS in de volksmond.

Wat ik me niet had gerealiseerd, was het fanatisme in en zelfs buiten het veld, en de trainingen bleken hun vruchten af te werpen. Ook werden we al snel bekend omdat we er als team netjes uit zagen, in tegenstelling tot andere teams welke een allegaartje hadden aan outfits.

De eerste wedstrijd verliep niet zonder strijd, maar werd ruim gewonnen, doch bij het laatste fluit-signaal gingen de dames nog even door; zelfs in de kleedkamers ging de strijd door. Dus ook hier even aan bijspijkeren.

Al gauw stonden de dames te dringen om bij het team te mogen, en de selectie te mogen betreden, maar eerst werd er een test van bekwaamheid gedaan. Als je op het strand moet voetballen is het een vereiste dat je conditie goed is, want als je je door het mulle zand moet voortploeteren kost het aardig wat energie. Dus de test loog er niet om.

De test was een behoorlijke loop door duinen en langs strand, en diegene die het eindpunt haalde konden door. Dus door gingen die welke vol overgave deze strijd aangingen en er alles voor over hadden. Zo hebben we met het team mooie prijzen binnen gesleept, grootendeels behaald op conditie en balbezit, zowel met de strand toernooien, bedrijfsvoetbal en de onderlinge competities tussen de bars en sociëteiten.

Maar aan alles komt een eind, bij het ouder worden kwamen de vriendjes waarna er werd getrouwd en er kinderen kwamen. Ik heb nu nog alleen een herinnering, maar wel een mooie.

En de aanvoerster van het team is met mij getrouwd. We sporten, lopen en fietsen nog veel, alleen zijn de rollen nu omgedraaid..... ha ha ha .

G.F.

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

kapsalon



voor hem & haar

**Kerkpad 3. 7811 AN Emmen.
Tel.: 0591-611952**



Gecertificeerd door Oranje Kruis, Rode Kruis, NIBHV, NRR, ERC, CBR code 95.
Voor al Uw Opleidingen: EHBO, EHAK, Reanimatie, AED, BLS, PBLs, BHV, Sport- en Wandelsetsels
Kool,
Nieuw Amsterdamseweg 5,
7761PD Schoonebeek.

E-Mail : kooiopleidingen@hotmail.com
www.kooiopleidingen.nl

 0628891570
 0524 532426

VAN BETONSTEEN TOT SIERTEGEL

HENRY VOS SIERBESTRATING

WESTERBORK 0593 - 541815 MOBIEL: 06-51125593



PROFESSIELE STRATENMAKER

Bent u op zoek naar een stratenmaker die voor al uw bestrating kan zorgen? Dan bent u bij ons op het juiste adres. Ook voor het herstraten van een oprit, bestraten van een nieuw terras of luxe sierbestrating.

BEDRIJVEN

- GRONDBEWERKING
- BORSTELN BESTRATING
- KEUREN EN PLAATSEN SPEELTOESTELLEN
- REGIO DRENTHE
- KWALITEIT
- VAKMANSCHAP



Van Gogh Huis, Nieuw-Amsterdam



Kunst en Cultuurroute "De Verbinding" in Nieuw Amsterdam/ Veenoord iedere eerste zaterdag van de maand oktober.

In 2021 op zaterdag 2 oktober

Ateliers en locaties geopend van 11.00 tot 17.00 u
Kunstenaars van binnen en buiten het dorp exposeren een diversiteit aan kunstuitingen op verschillende locaties binnen het tweelingdorp.

Actuele informatie over de route is vanaf begin september te vinden op de website en op onze facebookpagina

Arbeidsvitaminen

.De Arbeidsvitaminen bestaan 75 jaar

Op 19 februari 1946, werd Arbeidsvitaminen door de AVRO voor de eerste keer uitgezonden op Hilversum 2. Een vrolijk programma voor huis en fabriek werd het genoemd in de AVRO bode en het begon altijd met een opbeurende mars zoals Alte Kameraden, Koning Voetbal of de Radetzkymars. Na de oorlog was de wederopbouw begonnen; er moest worden gewerkt. Muziek kon het moe-reel op de werkvloer hooghouden, zo redeneerde men. Radio was booming; voor de oorlog stond in 65 procent van de huishoudens een radio, eind jaren vijftig was dat opgelopen tot 99 procent. De uitzendtijd veranderde vele malen, maar de formule bleef goeddeels onveranderd: veel muziek weinig woorden. Sinds 2006 staat het programma in het Guinness Book of Records als langstlopende landelijke radioprogramma ter wereld.

Nog steeds zijn verzoekplaten de basis. Ar-



beidsvitaminen is echt radiogeschiedenis. Voor op de werkvloer of op kantoor was het programma zeer geschikt. Het is een secundair medium; intussen kun je iets anders doen. Arbeidsvitaminen is veruit het populairste programma op Radio 5, waarop het momenteel wordt uitgezonden met gemiddeld zo'n 260 duizend luisteraars. Presentator Hans Schiffers (60) houdt van het programma omdat het wezenlijk om de muziek gaat, over het genieten er van. Het is een constante stroom van muziek die je uit de sleur haalt. Mocht er een nummer worden gedraaid wat niet je genre is dan komt al snel daarna weer

een die je wel leuk vindt. In de afgelopen 75 jaar waren veel aangevraagde verzoeknummers o.a. Peter, door het Meisjeskoor Sweet Sixteen, La Comparsa uit 1963 van ZZ en de Maskers, Morning has Broken van Cat Stevens, Take her home door de Rodys uit 1967, Living next door to Alice van Smokie, Dire Straits met Ticket to Heaven, the Tremeloes met Silence is Golden etc. etc. Een groot deel van de achterban is inmiddels gepensioneerd, zegt Schiffers. En veel van die mensen luisteren al hun hele leven naar het programma. Zijn rol als presentator is bescheiden. Hoe minder jij zegt hoe populairder je bent, kreeg hij ooit te horen.

Dat is waar zegt hij, ik ken mijn plek. Ik ben in dienst van de muziek. De laatste 10 jaren wordt Arbeidsvitaminen uitgezonden op Radio 5. Inhoudelijk past het programma het beste op NPO Radio 5. Radio 5 is een radiozender van de Nederlandse Publiek Omroep (NPO) met een mix van muziek uit de jaren 60, 70 en 80, nieuwe muziek, evergreens, informatie en service, De zender is te beluisteren via de kabel, DVB-T, DAB+, satelliet en internet. NPO radio 5 richt zich op 55 plussers in Nederland.

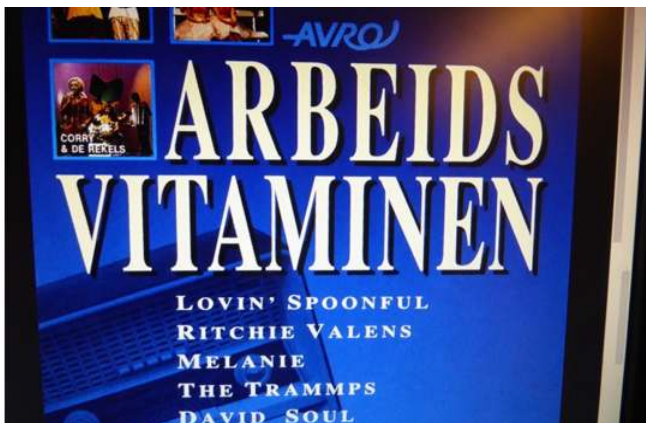
Zowel omroep Max, als EO, als AVRO-Tros, als KRO-NCRV, als BNN-VARA zenden uit op radio 5. 's Nachts is er non stop muziek te beluisteren. Themaweken en speciale uitzendingen zijn de Week van de Jaren Zeventig, De Week van de jaren Zestig, Alpe d'HuZes, Veteranen dag. De Evergreen Top 1000 is een jaarlijks terugkerend evenement op Radio 5 elk jaar in december. Voorbeelden van programma's zijn naast Arbeidsvitaminen, Bert op 5, Muzieknacht, Open Huis, Weekendborrel, Adres onbekend, De muzikale Fruitmand, de Sandwich. Theater van het sentiment, Tineke Show, Wekker-Wakker-Weekend etc. Bekende programmamakers van weleer doen de presentaties, zoals Tineke, Bert Haandrikman, Ron Brandsteder, Felix Meurders, Jan Rietman etc. Arbeidsvitaminen wordt elke werkdag op NPO radio 5 van 9 tot 12 00 uur uitgezonden. Bron: AVRO-TROS.

Als we thuis zijn, zijn we meestal afgestemd op Radio 5 tot 6 uur 's avonds.

Vervolg op pagina 8

Vervolg van pagina 7

Waar we ook naar luisteren is iedere avond tussen 6 en 7 uur "Muziek voor volwassenen", een programma van Johan Derksen, met country, americana en een flinke dosis blues op Radio Drenthe. Evenals "Pollings Passie" op Radio Drenthe; iedere zondag neemt Jans Polling ons mee in de muzikale geschiedenis van de 20e eeuw en ook "Muziekprofiel", een wekelijks programma iedere zaterdag tussen 6 en 7 uur over amateurmuziek van korpsen tot koren, van harmonie tot fanfare en brassband, met Nico Sieffers is ook de moeite waard, dit allemaal op Radio



Drenthe. Wat ook een mooi muziek-programma is, is "Wunderbar", iedere zaterdagmiddag tussen 4 en 7 uur over internationale muziekkapellen, gepresenteerd door Rick Cremers op L1. Tot zover.

G.J.Z.

Defibrillator belangrijk

Hartpatiënt Ton Sleeking: defibrillator op sportaccommodaties heel belangrijk

De gebeurtenissen rond de Deense voetballer Cristian Eriksen tonen aan hoe belangrijk de aanwezigheid van een defibrillator op sportaccommodaties kan zijn. Dit zegt Ton Sleeking (66), voorzitter van Hart op Tempo Emmen-Coevorden, die ook in Klazienaveen actief is.

De sportvereniging werd in 1985 opgericht voor (ex)-hartpatiënten die onder begeleiding van ervaren sport-instructeurs willen blijven bewegen. „Het hart is een motor die

er zomaar mee kan ophouden. Op elk moment van de dag. Zelfs een controle in het ziekenhuis waaruit blijkt dat alles er goed uitziet, biedt geen enkele garantie.”

Sleeking is zelf al jarenlang hartpatiënt. Zo'n tien jaar geleden werd er een defibrillator in zijn lichaam geplaatst. Het is een kastje van 5 bij 3 centimeter dat een elektrische schok geeft in geval van een hartstilstand en zo het hart weer op gang helpt. Ook voetballer Dailey Blind heeft zo'n interne defibrillator.

Blind was erg geëmotioneerd toen hij de beelden van Eriksen zag. Hetzelfde geldt voor Sleeking, die in april dit jaar nog nadrukkelijk werd geconfronteerd met zijn eigen kwetsbaarheid. „Ik kreeg een hartstilstand op het toilet. Gelukkig deed de interne defibrillator zijn werk.”

Omdat het ondoenlijk is om bij iedereen zo'n apparaat in het lichaam te plaatsen, is het volgens Sleeking heel belangrijk dat er op veel plekken defibrillators hangen en zoveel mogelijk mensen weten hoe je zo'n apparaat moet gebruiken. Hoewel een hartstilstand je overal kan overkomen, zijn sportparken volgens Sleeking wel plekken die extra de aandacht verdienen. „Daar komen tenslotte veel mensen bij elkaar.”

Sleeking is blij met alle aandacht. „De eerste 6 minuten na een hartstilstand zijn cruciaal. Zoveel mogelijk mensen moeten weten wat je moet doen. Dat is letterlijk van levensbelang.”

Hart op Tempo Emmen-Coevorden telt momenteel zo'n 125 leden. Aanvankelijk was de vereniging alleen bedoeld voor (ex)-hartpatiënten, maar later kwamen daar ook longpatiënten bij en mensen die zich gewoon prettiger en veiliger voelen bij een vereniging als Hart op Tempo. Bron: DVHN





Sieben

De Echte Bakker



winkels bakkerij Sieben.

Schoonebeek

Coevorden

Klazinaveen

Emmerhout.



Slagerij Loman



- BBQ schotels
- Gourmet/fondue schotels
- Hapjeschalen
- Vleeschalen



Slagerij Loman | Wilhelminastraat 10

7811 JA Emmen | T. 0591 - 641 734

E. info@slagerijloman.nl

www.slagerijloman.nl

Zoekt u iets? Bel eerst EISMAT

Handelsonderneming

Eismat

In-en verkoop/verhuur

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

Gehele jaar geopend
m.u.v. januari
van dinsdag t/m zondag
van 11.00-20.00 uur
Extra open
2e Paas-, 2e Pinkster-
en 2e Kerstdag
en in juli en augustus ook
op maandag open
Extra gesloten
1e Kerst- en Oudjaarsdag



'T HOES VAN HOL-AN
Oud-Saksische Koffie- & Pannenkoekbaerderij

**Drenthe op zien avoost,
Pannenkoek'n op zien best!**

Kom ies gezellig langs voor 'n borreltje,
een heerlijke cappuccino, een huisgebakken
Drentse wafel of een lekkere pannenkoek.

Pleisterplaats voor jong en oud!

Oud Aalden 11 - 7854 RW Aalden - 0591 37 12 68 - www.pannenkoekbaerderij.nl

salon **DUO**

HAARmode

Houtweg 287a
7823 PV Emmen
0591 - 629000
info@salon-duo.nl

20 juli 1969

20 juli 1969,

Op die dag werd de foto gemaakt die in de vorige uitgave van ons blad stond, en waarop u uw voorzitter als 14-jarige kon zien staan, samen met zijn ouders (waarvan moeder nog steeds onder ons is; hopen op de komende 20e juli haar 106e verjaardag te vieren!). We waren op weg naar Ulm, waar we laat in de nacht de maanlanding hebben gezien, zo'n 384.000 km van onze aarde verwijderd.

Helaas geen goede antwoorden ontvangen, dus de kadobon wordt niet uitgegeven...

Over die maanlanding nog wel een aardige anekdote:

In de maanden voor hun expeditie trainden de maanlanders Neil Armstrong en Buzz Aldrin in een kale, afgelegen woestijn in het westen van de VS. In dat gebied waren verschillende oorspronkelijke Indianengemeenschappen gevestigd (Indianen omdat Columbus dacht in India te zijn beland.....!).

Op een dag kwamen de astronauten een oude Indiaan tegen. De man vroeg wat ze daar deden. Ze antwoorden dat ze deel uitmaakten van een expeditie die binnenkort een reis naar de maan zou maken en dat ze daar ook zouden landen. Toen de oude Indiaan dat hoorde, was hij even stil, en daarna vroeg hij de astronauten of ze iets voor hem wilden doen.

"Wat dan?", vroegen ze.

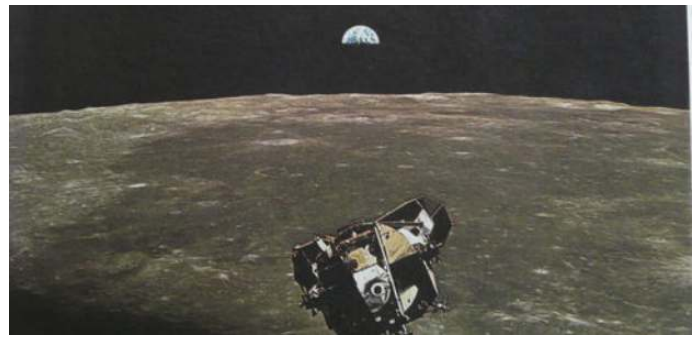
"Nou," zei de oude man, "de mensen van mijn stam geloven dat er heilige geesten op de maan leven. Ik vroeg me af of u ze een belangrijke boodschap kunt doorgeven namens mijn volk."

"Wat voor boodschap?" vroegen de astronauten.

De man zei iets in zijn eigen taal en vroeg de astronauten toen om het een paar keer te herhalen, tot ze het goed in hun hoofd hadden.

"Wat betekent het?" vroegen de astronauten aan de oude Indiaan.

"O, dat kan ik u helaas niet vertellen. Het is een geheim dat alleen onze stam en de



maangeesten mogen weten."

Toen de astronauten op hun basis terugkeerden, zochten ze stad en land af tot ze iemand hadden gevonden die de Indianentaal sprak en ze vroegen hem om de geheime boodschap te willen vertalen. Ze zeiden op wat ze uit hun hoofd hadden geleerd, en vervolgens barstte de vertaler in bulderend gelach uit. De man legde uit dat het zinnetje dat de astronauten zo netjes uit hun hoofd hadden geleerd, betekende: "Geloof geen woord van wat die mensen hier zeggen. Ze komen gewoon je land inpikken!"

ajs

Raar maar waar.

Fietsen is slecht voor de economie.

Een fietser is een ramp voor de economie van een land.

Hij koopt geen auto en sluit geen lening af, neemt geen auto verzekering en koopt geen brandstof.

Brengt zijn auto niet weg voor onderhoud en reparatie, maakt geen gebruik van betaald parkeren en wordt niet zwaarlijvig.

Ja,..en nu.verdorie. Gezonde mensen zijn niet nodig voor de economie, ze kopen geen medicijnen en ze gaan niet naar een ziekenhuis en en dokters .

Ze voegen niets toe aan de BBP van het land. Daartegenover creëert elke nieuwe fastfoodzaak minstens 30 nieuwe banen: 10 cardiologen, 10 tandartsen en 10 experts op het gebied van gewichtsverlies, nog afgezien van mensen die in de outlet werken.

Kies verstandig: een fiets of een McDonalds? Denk er over na!

PS: wandelaars zijn nog erger. Ze kopen niet eens een fiets! H.A.

Uit de pen van



Hoe is je naam.

Mijn naam is Ineke Lenssen.

Waar woon je.

In Emmen in de wijk Emmerhout, tegenover de sporthal.

Wat is of was jouw beroep.

Ik ben 26 jaar werkzaam geweest in de snackbar van Emmerschans.

Sinds wanneer ben je lid van Hart op Tempo.

In 2015 ben ik lid geworden van Hart Op Tempo. Wij zijn in 1971 in Emmen komen wonen vanuit Den Haag, dat was een flinke verandering, maar we hebben er nooit spijt van gehad.

Hoe ben je in aanraking gekomen met Hart op Tempo.

Via de Hartrevalidatie van het ziekenhuis.

Bij welke groep van HOT ben je.

Ik sport op de maandagavond in Emmerhout.

Wat vindt je leuk aan HOT.

Het sportieve gebeuren in de zaal vind ik superleuk, de gezelligheid met de groep en niet te vergeten het koffie drinken na afloop van de les.

Waarmee ben je verder nog sportief bezig.

Ik ben getrouwd met Frank, die helaas al een paar jaar in een verzorgingshuis wordt verzorgd.

En ik heb een hond, die ik een paar maal daags uit moet laten, dus ik ben en blijf zo wel bewegen.

Wat zijn je hobby's.

Een hobby heb ik niet echt, ik doe van alles een beetje, wat computeren en wat andere dingetjes.

Verder ben ik 36 jaar bij volleybal vereniging Emmen 95 geweest, eerst zelf actief gevolleybald, scheidsrechter geweest en diverse jeugdteams getraind en gecoacht.

Doe je ook vrijwilligerswerk.

Momenteel doe ik geen vrijwilligerswerk ik heb het druk genoeg met mijn man te bezoeken. Wij hebben twee zoons en twee kleinzons, waarmee we regelmatig een

leuke tijd doorbrengen. Tevens wandel ik geregeld met de hond, dus beweging genoeg.

Heb je nog een leuke anekdote over HOT die je met ons wilt delen.

Dankzij Gienus ben ik aangewezen om wat te schrijven, waar ik in eerste instantie niet blij mee was, dus Gienus bedankt. Ik ben niet zo'n schrijfster, maar gooi de sporthal maar weer open dan kan ik er weer tegenaan, het begint nu allemaal zachtjes aan stijf te worden. Ik doe iedereen de groeten en hopelijk snel weer tot ziens.

Aan wie van je groep of andere groep geef je de pen door.

Ik geef de pen door aan Grietje Bosman.

Rabo ClubSupport

De clubs van Nederland zijn ongelofelijk waardevol, omdat ze ons bij elkaar brengen.

Daarom investeert de Rabobank met Rabo ClubSupport in de clubs en verenigingen, zodat we met elkaar onze lokale leefomgeving sterker maken. Zo laten we zien dat we samen werken aan oplossingen die goed zijn voor jou & goed voor de wereld om je heen. In september gaat de Rabo ClubSupport-campagne van start. Inschrijven kan van 6 tot 27 september. Leden van Rabobank kunnen van 4 tot 24 november 2021 stemmen op hun favoriete club. Meer informatie vind je deze zomer op

<https://www.rabo-clubsupport.nl/>

Wilt u onze vereniging ondersteunen? Als u al Rabobank-klant bent, maar nog geen lid dan kunt u zich aanmelden bij uw Rabobank. Het lidmaatschap is geheel kosteloos, en als lid kunt u dan in november uw stem uitbrengen. Bent u geen Rabobank-klant, ook dan kunt u Hart op Tempo steunen om daar waar mogelijk is reclame te maken voor de campagne. In onze volgende editie leest u hier meer over.

Wandelen

Wandelen in een natuurreservaat bij Dalerpeel

Tussen de dorpen Nieuwlande en Dalerpeel ten zuiden van de A37 ligt een weids landschap. Kaal en eentonig, zou iemand zeggen die deze streek langs de grens van Overijssel niet beter kent. Maar wacht! Aan beide zijden van de Steigerwijk liggen de 170 hectares van het voormalige hoogveengebied het Veenhuizerveen. Eens zag de hele streek tussen Hoogeveen en Coevorden er zo uit. Dat was de tijd vóór de turf er werd weggespit en het gebied in één grote aardappelakker veranderde. Hier in Dalerpeel niet, hier hielden de turfgravers er gewoon mee op. Toen de Maatschappij Griendtsveen met de aanleg van de Steigerwijk en de dwarswijken begon, was het grootste deel van de omgeving al verveend. Halverwege het gebied ontstond het veenarbeidersdorp Dalerpeel. Het woord peel in de dorpsnaam verwijst naar de Brabantse Peel waar Griendtsveen vandaan kwam. N.V. Griendtsveen Turfstrooisel Maatschappij was in het laatste kwart van de 19e eeuw met de productie van turfstrooisel begonnen. In 1888 kwam het bedrijf naar Drenthe en stichtte een grote fabriek aan het Dommerskanaal bij Weiteveen. Turfstrooisel bleek heel geschikt om op stalvloeren te worden gestrooid. Jarenlang stalde de London Omnibus zijn paarden op Drents turfstrooisel. Na de beëindiging van de activiteiten in Drenthe werd het fabriekscomplex aan het Dommerskanaal in gebruik genomen door het Industrieel Smalspoor Museum ([A photograph showing a wide, flat landscape of a peat bog or heathland. The foreground is covered in dry, brownish vegetation and small pools of water. In the background, there is a dense line of green trees under a blue sky with scattered white clouds.](http://www.smalspoor-</p></div><div data-bbox=)

centrum.nl).

Het Drents Landschap.

Al spoedig na de vestiging werd duidelijk dat het Veenhuizerveen van relatief slechte kwaliteit was. Het veenpakket was niet erg dik. Bovendien zat er veel kienhout in, dat het afgraven lastig maakte. De maatschappij zag in de loop van de tijd kans delen van de concessie van de hand te doen aan kleinere verveners en boeren uit de buurt. Deze omstandigheden zorgden ervoor dat aan het begin van de jaren zestig bij Dalerpeel nog een aantal flinke veenrestanten lagen. In 1964 kwam het beroemde Kroonbesluit dat het voortaan verbod om in Nederland woeste grond te ontginnen. Een deel van het turfland van Dalerpeel bleef onaangeroerd liggen. Vanaf 1974 is Het Drentse Landschap met aankopen in Dalerpeel begonnen. In een aantal kleine veenputten troffen ze nog enige leefruimte van de oorspronkelijke plantengroei aan, zoals dophei, veenpluis, zonedauw en blauwe zegge. Verder heeft men er allerlei soorten broed- en trekvogels geteld, zoals eenden, wintertalingen, brilduikers, tafeleenden, korhoen, velduil, goudplevier e.a. Graspiepers gebruiken dit gebied tijdens de trek als slaappleaats. In het gebied komen verder veel soorten libellen en juffers voor o.a. koraaljuffer, vlinders als het hier erg talrijke heideblauwtje en de moerassprinkhaan. Ook reptielen als hagedis, ringslang en adder.

De rondwandeling

Het Drents landschap heeft de diverse natuurgebieden met elkaar verbonden door middel van een prachtige rondwandeling. Wij wandelden daar in een lekker voorjaarszonnetje. Vanaf het startpunt op de Steigerwijk, volgden we het pad langs de bosrand. We namen het eerste pad rechtsaf. Daarna door een klaphek, door het gebied Kleine Staarman genoemd. Hier kun je Schotse Hooglanders tegen komen. Het Drentse Landschap houdt zich in dit gebied vooral bezig met het behoud van het cultuurlandschap om de verveningsgeschiedenis zichtbaar te houden. Om verdroging van het

hoogveen te voorkomen wordt de grondwaterstand kunstmatig hoog gehouden. Waar het pad loopt is het meest droog. Bij nat weer kan het pad modderig zijn. Aangekomen bij de bosrand over een opstapje links langs een draad. We gingen via weer een opstapje over een hek. Toen rechts langs de bosrand. In de zomer kan dit pad lastig te lopen zijn door de hoge begroeiing. Sinds 1999 woont er een dassenpaartje in dit gebied. Hier en daar zijn regelmatig sporen te zien van het wroeten van de dieren naar wormen en larven van insecten. De kans om een das te zien is klein, omdat ze tot na zonsondergang onder de grond in hun burcht blijven. Onze dassenfamilie moet het zeer goed bevalen in Dalerpeel. Volgens de laatste waarnemingen zijn er tegenwoordig minstens acht. Ter hoogte van een wijk gingen we linksaf om het veld over te steken. We kwamen op de zgn. Splitting; aan de overkant een bankje die uitnodigde tot een korte pauze.



Het waterbergingsgebied

We vervolgden onze route langs een veenwijk. Het gebied links van ons, dat een stukje verder van de wijk af ligt, is alleen oppervlakkig verveend. Voor dit deel van het veld staat voor Het Drentse Landschap de cultuurhistorie voorop. Aan het eind van het pad naar links omhoog, de kade van de waterberging op. Daarna de route rechtdoor vervolgend over de kade via de dam. Waterschap Velt en Vecht heeft hier een waterberging in 2008 aan weerszijden van de Steigerwijk aangelegd om noodwater te kunnen vasthouden

vóór het schade kan aanrichten. Bij hevige regenval komt dit voormalige landbouwgrond tussen Kleine Staarman en het wandelbosje bij Nieuwlande vol te staan met 450.000 m³ water. Inmiddels is het een aantrekkelijk vogelgebied. Het terrein ontwikkelt zich tot een moerasbos. Onderweg enkele bankjes waar je kunt genieten van de mooie uitzichten en de stilte van de natuur. De kade maakt hier een haakse bocht naar links. Aan het eind bereikten we de Steigerwijk weer, die we overstaken.

Er zijn twee retentiestuwen aangelegd die gebruikt worden als de afvoerstop van het bergingsgebied. Na de inrichting heeft Velt en Vecht het gebied verkocht aan Het Drentse Landschap. De kade maakt vier haakse bochten om weer op de doorgaande weg uit te komen waar we rechtsaf gingen. We kwamen langs een in 1949 gebouwde veldschuur, die de herinnering levendig houdt aan de aardappelproductie. In de oude aardappelschuur huist sinds jaar en dag een paartje kerkuilen. In 2000 bleken in een uilenbal botjes van de veldspitsmuis te zitten. Een verrassende vondst, want tot dan was het dier nog nooit in Drenthe gesignaleerd. De veldspitsmuis blijkt vanuit Duitsland via Twente in opmars. De uilen van Dalerpeel waren kennelijk de eersten die hun oog lieten vallen op deze muis. Bij de veldschuur gingen we rechtsaf het bos in, uitkomende weer op de Steigerwijk waar we rechtsaf gingen om bij het beginpunt weer uit te komen.



Het was een afwisselende wandeling door een schitterend natuurgebied met dank aan het Drents Landschap. G.J.Z.

Tijd voor een andere bank?



**Verzekerings Collectief
Kral Westen**

+ Verzekeringen + Hypotheken + Bankzaken + Makelaardij

Weerdingerstraat 250
7811 CL Emmen
www.vcemmen.nl

- ✓ Hulp bij overstappen
- ✓ Een Adviseur die u kent
- ✓ Persoonlijk advies
- ✓ Wereldpas
- ✓ App voor Mobiel Bankieren
- ✓ Internet Bankieren
- ✓ iDEAL

Wij helpen u bij het overstappen



Wij zijn uw bank.

RegioBank

Zelfstandig Adviseur

Buiten sporten

De echte sport-fanaten waren niet te stoppen.

Corona versoepelingen, en ja hoor voor de sporters kwam het als een geschenk uit de hemel, weliswaar nog niet binnen maar buiten mochten we los.

En daar was behoefte aan. In Emmerhout, Klazienaveen en Bargeres werden eerst de sportleiders even afgestofd en daarna ging het los. Ook de regen ging op sommige plekken los maar dat kon de al weken pope-lende sporters niet deren..

Bij het uitgaan van dit magazine, staat de vakantie al weer voor de deur en kunnen we tot de vakantie weer binnen sporten. Ik hoop dat jullie van een zon-overgoten vakantie mogen genieten en dat we elkaar uitgerust weer terug zien op 30 augustus.

Gerard.



Samen

SAMEN Hart op Tempo.

Kortgeleden kwam in het nieuws dat in Drenthe 12 sportdocenten van Stichting Sport en Beweeg Drenthe moesten worden ontslagen i.v.m. de Corona-perikelen. Deze sportdocenten geven vooral les aan ouders die de lessen betalen op basis van vergoeding per les, dus geen maandelijkse contributie.

Ook bij veel sportverenigingen staat het water tot aan de lippen; sportverenigingen met b.v. een kantine hebben al maanden geen inkomsten. Vooral die inkomsten zorgen voor een omzet waarmee ook de gebouwen, zalen en sportvelden in eigen beheer betaald en onderhouden kunnen worden. Daarnaast zijn er veel leden die hun lidmaatschap hebben opgezegd waardoor ook veel contributie-inkomsten misgelopen worden. Sportverenigingen die omzet missen hebben wel een beroep kunnen doen op steun van de overheid.

Hart op Tempo kent deze problemen gelukkig niet en daar zijn we onze leden, sponsors en adverteerders ZEER dankbaar voor. Halvering van de contributie, geen zaalhuur hoeven betalen en 35 leden die de contributie volledig zijn blijven afdragen, maakt het dat wij voldoende inkomsten hebben en onze sportleiders normaal hebben kunnen doorbetalen en er geen sportleiders hoefden te worden ontslagen. Door de bijdrage van adverteerders hebben we tot nu toe ook nog steeds 4 keer per jaar ons blad kunnen uitbrengen. Ruimte voor het opbouwen van was er uiteraard niet, maar door de reserve die er is zijn we deze tijd financieel goed doorgekomen.

In juni wordt voor Hart op Tempo de situatie weer redelijk als vanouds ook al zal het wel weer niet worden zoals 'vroeger', laten we maar rekening houden met permanente maatregelen om het virus buiten de deur te houden.

Nogmaals, alle leden, sponsors en adverteerders heel erg bedankt dat jullie ons als vereniging zijn blijven steunen, we gaan met elkaar voor een gezond en sportief 2021.

Namens het Bestuur, Pieter Koers

Colofon

Bestuursleden:

Voorzitter: Ton Sleeking

Secretaris: Guus Veltman

Penningmeester: Pieter Koers

PR & Activiteiten: Gerard de Feber

Activiteitencommissie en Redactie:

Hennie Arkes

Michele Casu

Gerard Franken

Geert Klaver

Chris Scheven

Ger Zweep

Webmaster:

Richard Arkes

Sportleiding:

Vincent Heeres

Simone Rozemond

Erica Macchi

Jantje Harmers

Medische begeleiding:

Annette Kooi

Kopij

Stuur per mail, voor **15 september** naar:

info@hartoptempo.nl

Vakantie: Zomer

19-07-2021 t/m 27-08 -2021

Contactgegevens Hart op Tempo:

Buidelmees 2

7827 BJ Emmen

Tel : 06 55935884

E-mail: secretaris@hartoptempo.nl

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

Blijf ons volgen op : **www.hartoptempo.nl**

ZOMER

festival

Bij alle elektrische knikarmschermen
gratis afstandsbediening*



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



ZONWERING

*alleen op knikarmschermen

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

www.HZzonwering.nl info@HZzonwering.nl



facebook.com/HZzonwering

Weerdingerstraat 200 7822 BK EMMEN 0591 618794