

6 de jaargang nr 24

BLIJF BEWEGEN

HARTSTIKKE GOED VOOR U

Al 37 jaar Actief



www.hartoptempo.nl



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:BB021 Emmen

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

KERST 2021

Wat zal deze komende Kerst ons brengen?

Perspectief op een opener samenleving, zorgmedewerkers die eindelijk wat adem kunnen halen, ondernemers die weer kunnen doen waar ze goed in zijn, nóg meer ouderen die de weg naar onze vereniging weten te vinden en daar plezier aan beleven, politici die over hun eigen schaduw heen kunnen springen en eindelijk weer gaan regeren???

In onze vaderlandse (sorry) geschiedenis zijn er vele perioden geweest, waarin soortgelijke vragen gesteld zouden kunnen worden na een periode van ziekte, oorlog of rampen die over ons kwamen. Toch kan ik me, geboren in 1954, niet herinneren dat er in die afgelopen 67 jaar een periode is geweest waarin we in onze samenleving zó sterk tegenover elkaar leken te staan als nu het geval lijkt te zijn. En dan niet als ver van mijn bed-show, maar in onze eigen directe omgeving. Ik ben nog eens een boek gaan herlezen over de pestepidemieën in de Middeleeuwen. Steden die meer dan de helft van hun bevolking kwijt raakten, en die over een periode van soms meer dan 6 jaar achtereen geconfronteerd werden met een verschijnsel waar ze geen greep op hadden, waarvan ze de herkomst niet snaptten, die ze toeschreven aan de gesel Gods. Met alle ellende die er toen was, was het misschien wel wat makkelijker te verwerken dan wat we nu meemaken. Een land van 17 miljoen virologen en artsen met 17 miljoen opvattingen, ga er maar aan staan! Mede onder sterke invloed van wat Social Media heet (hoezo: sociaal?) beroepen enkelen zich op als absoluut ervaren grondrechten, waar naar hun opvatting de staat inbreuk op maakt. Het evenwicht tussen rechten en plichten, een voor het bestaan van grondrechten noodzakelijke basis, lijkt geheel te ontbreken. Zoals onze demissionaire premier zei: "Wij voeren nu een aantal maatregelen in, maar vraag uzelf af: wat kan ik zélf doen!"

We hebben bijna twee jaar achter de rug waarin we herhaald hebben moeten zeg-

gen dat de lessen van HOT geen doorgang konden vinden, of dat het wel kon, maar dan buiten, of met een toegangscontrole. We hebben jaarvergaderingen tot drie keer toe moeten uitstellen, we hebben de viering van ons 35-jarig bestaan moeten uitstellen. We hebben leden verloren, enkelen vanwege hun gezondheid, anderen omdat sporten niet meer lukte. Maar we hebben ook veel leden gewonnen, in Klazienaveen, in Emmershout, in Coevorden, in Bargeres kwamen er nieuwe leden bij die de voordelen van het wekelijkse sportuur waarderen. Oftewel: ook in of na donkere perioden ontstaat er nieuw perspectief, een kans om ons verdriet te kunnen verwerken en nieuwe hoop op een leefbare toekomst!

Ik wens u en de uwen fijne feestdagen en een nieuw jaar vol perspectief in een samenleving die die naam verdient!

Ton Sleeking, voorzitter.



Gezocht!!!

Gezocht maar tot nu toe spoorloos....! Mysterieus?

Dat valt mee. Het gaat om een tiental bijeenkomsten per jaar van zo'n twee uur en het onderhouden van contacten met de groepen die bij HOT sporten in De Zon, Klazienaveen.

Waar we het over hebben? Een bestuurslid, die de belangen van de Klazienaveense sporters in het bestuur kan behartigen. Als het gaat om deelname aan onze sportieve bijeenkomsten, dan is Klazienaveen booming! Immers: in één klap, ondanks Corona dit jaar een groei met liefst 35 leden, twee extra groepen. En daarnaast gebruiken we De Zon voor onze volleyballers.

Dus: gezocht een van onze leden die de schouders onder het bestuur wil zetten en zo onze vereniging sterker maken. Wil je meer informatie: bel me onder 06 52490349. Ik hoor graag van je!

Ton Sleeking, voorzitter.

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:



THE CHALLENGER IN BUILDING AUTOMATION

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



Oostenrijk

Het vorig jaar waren wij ook in Oostenrijk, in Vorarlberg. Dit jaar zijn wij neergestreken in het Salzkammergut en hebben we een appartement gevonden in een Gutshaus. Dat is een soort herenhuis, geheel van hout, zwart, gebouwd in het jaar 1703! Het is een groot huis met twee verdiepingen. Wij hebben de gehele begane grond tot onze beschikking, dat is 70 m². Het gebouw is nog in originele staat, lage plafonds, kleine ramen etc., maar is wel van alle moderne gemakken voorzien.

De eigenaresse was deze week niet aanwezig, zodat we alleen in het huis waren. Buiten



is het erf groot met gazons en diverse lommerrijke zitplekken, stoelen en ligbanken inclusief. Wij hebben echt geboft dat we dit unieke plekje hebben gevonden. Het huis ligt in een schitterende omgeving, op een alm met grazende koeien op een hoogte van 780m, zo prachtig.

Het gebied hier vlakbij, is zo uniek, dat de Unesco het in de 90er jaren op de Werelderfgoedlijst heeft gezet. Het Salzkammergut is een streek met wel 70 meren, elk met hun eigen charme en omgeven door hoge bergen. Op één van de hoogste bergen, de Dachstein ligt nog een gletsjer, op 2700 meter hoogte. De top is met een zweefbaan te bereiken, evenals diverse andere hoge bergtoppen met een zweef- of kabelbaan. Er zijn in de bergen hier rondom talloze grotten ontdekt, die deels zijn opengesteld voor het publiek, zoals een ijs-grot, een mammoet-hol, alsmede enkele vroegere zoutmijnen zijn te bezoeken. Veel dorpjes zijn gelegen aan één van de meren, waar je heerlijke

boottochten kunt maken. Op de plek waar Hallstatt zich bevindt was zo weinig ruimte tussen het water en de bergen dat de huizen terrasvormig tegen de berg zijn opgebouwd. Het zal niemand verbazen, dat dit stadje op



de Unesco-lijst staat. En waar Unesco is, zijn ook Aziaten, die de hele wereld over reizen en in het bijzonder de Unesco-objecten bezoeken. Hallstatt vonden ze het kennelijk zo mooi, dat ze het stadje in China hebben nagebouwd.

Het aangename klimaat en de geneeskrachtige bronnen van het stadje Bad Ischl waren destijds reden voor Kaiser Franz Josef en Keizerin Sissy om hier hun zomerpaleis te bouwen. Sissy ontvluchtte regelmatig het drukke Wenen om hier te relaxen. Het paleis, nog in originele staat, gelgen in een prachtig park, is voor het publiek opengesteld. Het is hier zo schitterend en het is zulk mooi weer ook, dat we hebben besloten om hier nog wat langer te blijven.

G.J.Z. september 2021



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

VAN BETONSTEEN TOT SIERTEGEL

HENRY VOS SIERBESTRATING

WESTERBORK 0593 - 541815 MOBIEL: 06-51125593



PROFESSIONELE 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 2022 op zaterdag 1 okt

www.kcroutedeverbinding.nl

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



De doorgeefpen.

Hoe is je naam:

Mijn naam is Ria Strating.



Waar woon je:

Sinds ons trouwen wonen we in het mooie dorpje Westenesch aan de Westenesscherstraat.

Wat is of was jouw beroep:

Ik heb in het Scheperziekenhuis gewerkt als algemeen medewerker in de keuken en de

eetzaal.

Sinds wanneer ben je lid geworden van HOT:

In 2002 ben ik lid geworden.

Hoe ben jij in aanraking gekomen met HOT:

Op advies van mijn cardioloog na mijn hartinfarct.

Bij welke groep van HOT ben je: De maandagavondgroep.

Wat vindt je leuk aan HOT:

De sfeer die uitstekend is, het sportieve gebeuren, en natuurlijk na die tijd het gezellige koffie uurtje.

Waarmee ben jij verder nog sportief mee bezig: Er is elke dag wel wat te doen op de boerderij, op het erf of in de tuin.

Wat zijn je hobby's:

Ik mag graag lezen en puzzelen en natuurlijk mijn mooie hobby creatief hout snijden.



Doe je ook vrijwilligerswerk:

Daar heb ik geen tijd voor, want wij hebben een akkerbouwbedrijf, wij verbouwen aard-

appels, koren, suikerbieten en uien. Het is de bedoeling dat onze zoon het overneemt als het zover is. Dus heb ik als boerin veel bezigheden in en rond het huis.

Heb je nog een leuke anekdote over HOT die je met ons wilt delen: Als we aan het volleyballen zijn worden er altijd leuke geintjes en grappen verteld.

Aan wie van je groep geef jij de pen door:

Ik geef de pen door aan Henk Kiers.

Groetjes Ria.

Humor

Vrouw zegt tegen haar man:

Hier heb je 100 euro voor een kerststal.

Als er geld over is mag je daar bier voor kopen.



In een winkelcentrum vroeg de kerstman aan een meisje hoe ze heet en kreeg alleen maar een boze blik.

De kerstman herhaalde de vraag.

Tenslotte zei het meisje verontwaardigd: "Dat heb ik je vanmorgen op school verteld en nu ben je het alweer vergeten",



Hartelijk Welkom

Op 1 november jl. hebben we er ruim 30 nieuwe leden bijgekregen in Klazienaveen, die we bij deze van harte welkom heten bij Hart op Tempo.

Deze mooie leden-uitbreiding is het gevolg van een initiatief van de afdeling Senioresport van de Gemeente Emmen, waarbij inwoners van Klazienaveen en omgeving na een fittest een aantal gratis lessen konden volgen, waar het plezier in bewegen voorop stond. Na deze gratis lessen konden de deelnemers overstappen naar onze vereniging, omdat wij met ons aanbod perfect aansluiten op hetgeen deze sportende senioren gewend waren in hun traject via de gemeente.

Door bovenstaande heeft Klazienaveen nu vier Hart op Tempo groepen. Maandag van 10.30-11.30 uur en op dinsdag van 8.30-9.30 uur, van 9.30-10.30 uur en van 10.30-11.30 uur.

De maandaggroep wordt getraind door onze nieuwe sportleider Edith Keesman. De drie groepen op dinsdag worden geleid door Vincent Heeres.

Opbrengst sponsoracties.

De laatste weken heeft Hart op Tempo meegedaan aan diverse sponsoracties die ons geld zouden kunnen opleveren. Over het resultaat kunnen we zeer tevreden zijn.

Jumbo Supermarkten: € 400

Plus Supermarkten: € 95

Grote Clubactie: € 444

RABO Club Support: € 555



Dank aan alle leden die boodschappen hebben gedaan bij de Jumbo en de Plus en de bonnetjes hebben verzameld, die geld waard waren. Dank ook degenen die loten hebben gekocht bij de Grote Clubactie of hun stem hebben uitgebracht bij de RABO Club Support. Het loont echt, dat kunt u zien.

Op de foto hierbij ziet u de overhandiging van de Jumbo Check aan een van onze leden, Tjitske Holman, die fanatiek bonnetjes heeft verzameld en aan Guus Veltman, onze secretaris.

Sport-Shirt

Onlangs zijn we de groepen langs geweest om te vragen of er nog sporters zijn, die een Hart-op-Tempo-Sport-Shirt willen bestellen. Heeft u dat gemist of had u twijfels, geen nood u kunt altijd zo'n uniek shirt met logo bestellen via het secretariaat.



DoeMeeEmmen

Beste leden,

Hart op Tempo is aangemeld bij DOE MEE Emmen, voorheen de Participatiewebshop.

Dat betekent, dat inwoners met een minimaal inkomen uit de gemeente Emmen in aanmerking kunnen komen voor maximaal € 125,00 per jaar vergoeding op het lidmaatschap van Hart op Tempo. Inloggen doet u met Digidee.

Hoe werkt dat? U meldt zich aan bij de gemeente Emmen bij www.doemee.emmen.nl of u neemt tel. contact op met de gemeente Emmen. Bij de regeling binnensport staan wij geregistreerd waar u aan de hand van een aanvraag formulier wordt gekeken of u in aanmerking kunt komen op een tegemoetkoming van het lidmaatschap.

Voor meer informatie ga naar: www.doemee.emmen.nl/ en ga verder naar binnensport Emmen, daar vindt u meer informatie. Het Bestuur

Kerstpuzzel

E	M	M	E	N	O	T	N	I	M	D	A	B	
S	A	C	O	E	V	O	R	D	E	N	P	K	
S	T	R	E	K	K	E	N	O	R	L	O	L	
T	J	N	E	N	E	T	H	O	T	E	P	A	
A	E	L	L	I	E	U	N	N	R	P	M	Z	
N	S	N	S	R	B	I	E	T	O	S	E	I	
S	B	I	J	R	D	A	T	P	S	P	N	T	E
P	E	P	E	E	R	R	O	P	S	E	P	N	
I	W	R	N	I	G	U	L	A	T	T	O	A	
E	E	E	I	F	E	S	D	N	S	R	T	V	
R	G	I	A	F	R	T	R	N	R	O	R	E	
E	E	P	R	O	E	E	A	E	E	P	A	E	
N	N	S	T	K	S	N	H	N	K	S	H	N	

- BADMINTON
- BARGERES
- BEWEGEN
- COEVORDEN
- EMMEN
- HARDLOPEN
- HARTOPTEMPO
- KERSTSPORT
- KLAZIENAVEEN
- KOFFIEDRINKEN
- MATJES
- ONTSPANNEN
- SPIEREN
- SPIERPIJN
- SPORTENSPEL
- STREKKEN
- TENEN
- TRAINERS
- UITRUSTEN

Oplossing

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

woordzoekerfabriek.nl - maak je eigen woordzoeker

Puzzel

Deze puzzel wordt u aangeboden door de PR/Activiteiten-Commissie.

Wij hopen dat u in de Kerstvakantie blijft bewegen en ook de hersenen blijft trainen. Heeft u de oplossing stuur hem dan naar: secretariaat@hartoptempo.nl

Uit de goede inzendingen wordt een cadeaubon ter waarde van 25 euro verloot, en in het volgende blad een eervolle vermelding.

Wij wensen u veel puzzel-plezier toe. Heeft u ideeën voor ons blad, dan horen wij dit graag.

Alle verhalen die u meemaakt zijn welkom. Tevens wensen wij U hele fijne feestdagen toe, en een heel goed 2022.

Wij hopen u allemaal in januari weer te zien op de sportlessen, om er een mooi jaar van te maken.

Wij hebben er al zin in, u ook? Gerard.



App

Adventure Lab, in een app, die ik toevallig tegenkwam.

Over dit Adventure.

Deze labcache voert je langs een paar bezienswaardige plekken in het centrum van Emmen.

Ben u niet in Emmen, geen enkel probleem, u kunt met uw telefoon op elke willekeurige Gemeente inloggen en dan kunt u zelf de keus maken welke route u wil gaan wandelen.

Maar om te trainen kunt u het even in de kerstvakantie proberen, in een mooi versierd Emmens centrum.

De app zegt er het volgende over.

Een sfeer vol centrum, een prachtig plein, en een stadspark, winkels, restaurants en het bos om de hoek: welkom in Emmen, de 'stad' die alles heeft. Van de rust en ruimte in het stadspark tot de hippe concept stores in het overdekte winkelcentrum. Van gezellige terrasjes tot hunebedden om de hoek. Van de Vlindermarkten in de zomer tot een overdekte ijsbaan in de winter. Van een dagje Willands Adventure Zoo tot het openluchtmuseum in het Veenpark.

De route in Emmen begint op het plein voor het Rensenpark, en één van de locaties is het kantongerecht.

Het kantongerecht Emmen was van 1877 tot



2014 één van de kantongerechten in Nederland.

Terwijl in 1877 in alle andere provincies het aantal kantongerechten werd verminderd, kwam er in Drenthe met de oprichting van Emmen juist een extra kantongerecht bij. Het gerechtsgebouw dateert uit circa 1840 en is ouder dan het gerecht zelf.

Maar ook mooi is, als u op de plek van de cache bent kunt u natuurlijk met uw telefoon een vraag beantwoorden. Ik ben gestart voor het Rensenpark, maar de route kan overal worden opgepakt.

Loop rustig van het kantongerecht en u komt al snel deze snuiter tegen.

Dus met de kerstvakantie hoeft u u niet te



vervelen; ook leuk om er met de kinderen of kleinkinderen er op uit te trekken.

Niet zo goed ter been? Ook geen punt, veel van de routes kunnen grotendeels ook met de fiets worden gedaan, maar gebruik de telefoon niet als u aan het fietsen bent. Een bekeuring voor het fietsen met de telefoon in de aanslag komt u al gauw op 90 euro te staan.

Dat is zonde, hier kunt u beter langs de route een kopje koffie voor halen.



Vooraf wordt aangegeven hoeveel km de route ongeveer is, neem er ook de tijd voor en kijk eens anders naar je omgeving.

Ik wens u veel wandel (fiets) plezier.

Gerard

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



Sieben

De Echte Bakker



winkels bakkerij Sieben.

Schoonebeek

Coevorden

Klazinaveen

Emmerhout.



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

te Kerst- en Oudjaarsdag



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

Drenthe op zien oooist,
Pannenkoek'n op zien best!

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

Pleisterplaats voor jong en oud!

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

salon **DUO** **HAAR**mode

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



KOOI
OPLEIDINGEN

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
Wandellsetsels
Kool,
Nieuw Amsterdamseweg 5,
7761PD Schoonebeek.

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



0628891570



0524 532426

k a p s a l o n

v o o r h e m & h a a r

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

PR/Activiteiten- commissie

Jaarverslag PR/activiteiten-commissie 2021.

Leden: Chris Scheven, Hennie Arkes, Geert Klaver en Gerard Franken

Aftredend: Michele Casu en Ger Zweep

Wat heeft de PR-activiteitencommissie in het jaar 2021 zoal bereikt.

Gezien, dat het niet zo is gelopen als gepland, zijn we toch op een aantal vlakken met elkaar bezig geweest.

Allereerst moeten we vertellen, dat twee leden van onze commissie zijn afgetreden. Dit vinden we zeer jammer, maar gelukkig zijn ze beide bereid om ons bij te staan als er een fietstocht wordt georganiseerd, zoals vanouds gesponsord zal worden door Ter Wolde Renault.

Deze twee leden zijn: Ger Zweep en Michele Casu. Beide heren zijn vanaf het begin samen met de nog zittende leden de steunpilaren geweest voor de vereniging.

Dus zijn wij op zoek naar leden die ons team willen versterken: frisse ideeën zijn welkom.

Liever een Bestuursfunctie? Dat kan, ook hier zijn we op zoek naar aanvulling.

Wat doet onze commissie zoal? Dat bestaat uit een paar onderdelen:

Onder andere, het verzorgen dat het Club-magazine vier keer per jaar bij u op de mat valt, maar daar gaat een gedegen voorbereiding aan vooraf.

Zo staan er in het Magazine diverse adverteerders (sponsors), waarvan de commissieleden de contactpersonen zijn. Zorgdragen voor regelmatige contacten is heel belangrijk, want, zonder adverteerders, geen mooi Club-Magazine.

In de decembermaand krijgen de adverteerders altijd een presentje voor hun trouwe steun. Dit wordt al jaren verzorgd door Pro-Emmen, de Praktijkschool.

Daarnaast zijn wij bezig met het promoten van de vereniging, Dit gebeurt door het

verspreiden van folders en posters, die ruim worden verspreid in de regio Zuid-Oost Drenthe.

Het is van belang dat deze drukwerken actueel worden gehouden, Zo zijn dit jaar de drieluik- folders herschreven en is er een nieuwe oplage van gedrukt.

Ook zijn er nieuwe flyers waarmee een nieuwe uitstraling.

Verder is een promotiefilm op de website en op sociaal media. Ook deze moet actueel blijven.

Zo promoten we de vereniging op markten en beurzen, o.a. op de seniorenbeurs b.v. bij Van der Valk en in het Scheper ziekenhuis. Dit jaar kon dat niet doorgaan, maar wij hebben ons wel gepromoot op het Beweging-festival in Coevorden, wat een aantal nieuwe leden heeft opgeleverd.



Ook houden we regelmatig contacten met de Afdeling Hartrevalidatie in het Scheper-ziekenhuis. Het streven is minimaal twee keer per jaar.

Evenals met het Gezondheidscentrum in Emmer-Compascuum, waar we ook twee twee keer per jaar contact mee hebben.

Ook doen we mee met jaarlijkse acties, zoals "Raboclub-Support en de Grote Club Actie". En dit jaar waren we ook actief bij de acties van de supermarkten Jumbo en Plus.

Het vorig jaar startten we een samenwerking met "de Derde Helft", een initiatief van voetbalclub Emmen.

Maar is o.a. door corona nog niet verder gekomen.

Vervolg op pag. 13

Vervolg van pag. 12

De drijfveer is om zo 5 a 6 keer per jaar te vergaderen. Dit doen we elke keer bij één van de commissieleden thuis.

Maar in 2021 hebben we vooral telefonisch of per mail contact onderhouden.

Buiten de reguliere sporturen organiseren we nog verschillende activiteiten om op deze wijze de vereniging te promoten met een stadswandeling of een fietstocht, Dit jaar ging het helaas niet door i.v.m. de heersende omstandigheden.



De commissie werkt natuurlijk op een aantal fronten nauw samen met het bestuur, dit om geen dubbele boekhouding te krijgen.

We kijken met gemengde gevoelens terug op het afgelopen jaar. Er zijn dingen gegaan wat we liever anders hadden gezien, doch een aantal belangrijke acties ging gelukkig wel door.

Ledenwerving is en blijft één van de belangrijkste speerpunten van onze mooie vereniging: zonder leden geen vereniging!

Dat was het verleden, maar belangrijker is de toekomst!

Wat gaat er het komende jaar gebeuren? Veel zoals genoemd. Plannen zijn er om toch een fietstocht te organiseren en een stadswandeling, die door Coevorden zal lopen.

Dan zullen we ons ook weer gaan inzetten bij diverse acties, maar hier nog even een verzoek aan u.

Bij de afgelopen Rabo Club Support, bleek er een aantal leden niet te kunnen stemmen, omdat ze geen lid waren van de Rabobank. Maar dat kan simpel opgelost worden.

Meld je aan via de Rabo App of Online Bankieren. Krijg meteen toegang, in de App vind je steeds meer inspiratie en activiteiten

voor leden. Doe mee, dan kun je volgend jaar je stem uitbrengen. Alle inkomsten zijn welkom. Zo kunnen we de contributie betaalbaar houden.

Mochten er nog andere ideeën zijn voor onze vereniging, laat het ons weten. En laten we met zijn allen er een mooi 2022 van maken.

Jullie PR-Activiteitencommissie.

Afscheid

Gerard de Feber, afgetreden als bestuurslid!

In 2013 ben ik lid geworden van Hart op Tempo na een open hartoperatie en revalidatie in het Scheperziekenhuis.



Met mijn buurman, Gerard Franken de jaarvergadering van HOT bezocht.

Daar kreeg ik te horen dat het ledenaantal aardig terugliep.

Dat zou de komende jaren het bestaan van onze vereniging in gevaar brengen.

Inmiddels waren we in 2014 nog meer leden verloren en zag het er niet goed uit.

Ik ben niet langs de zijlijn blijven staan en mij beschikbaar gesteld als bestuurslid.

Op de jaarvergadering was er gelukkig een aantal leden die ook wilde helpen.

Daar is een activiteitencommissie ontstaan, met de boodschap hoe redden we HOT.

Samen hebben we met deze PR/commissie een prachtig verenigingsblad gerealiseerd.

Door sponsors/adverteerders en de medische wetenschap te betrekken bij HOT.

Ik vind ook dat mede dankzij de commissieleden, bestaande uit: Chris Scheven, Fred Croes, Geert Klaver, Ger Zweep, Gerard Franken, Hennie Arkes en Michel Casu, Hart op Tempo weer op de kaart staat in Coevorden, Emmen en Klazienaveen.

Door mijn verhuizing naar Almere-Haven heb ik helaas mijn functie als secretaris moeten overdragen aan Guus Veltman.

Bedankt leden, bestuur en Commissie voor het vertrouwen en de fijne samenwerking in de afgelopen jaren!

Het gaat u allen goed en hopelijk in goede gezondheid!

Gerard de Feber

Gedichten

Mooier dan nu

Dit gedicht gaat over het ouder worden en dankbaar zijn voor alle dingen die gelukkig maken.

Ook en vooral de kleine dingen.

Mooier dan nu kan het niet worden; dit is een avond op het platte land, een late zon steekt nog de lucht in de brand. En tovert goud op het blad dat al verdord.

Beter dan nu kan het niet worden als elke ochtend ons nog samen vindt en elke lente van de winter wint, is alles wat het was, alles in orde.

Momenten van geluk, ook de geringe, worden gekoesterd als herinneringen dan wat je krijgt is niet waar je om vroeg, maar anders dan verwacht en toch genoeg.

Geluk: een optelsom van kleine dingen we tellen dankbaar onze zegeningen.

Herfstmijmering

Hoe lief is mij de najaarsstilte; het vakantie rumoer is uit gebruikt de morgen mist, de avond kilte en regen die langs mijn ramen druipt.

Hoe lief is mij die bleke middagzon op late rozen; in mijn tuin een kikker in de regenton tussen 't lover goud en bruin.

Hoe lief is mij 't vroege avonduur tussen kaars en schemerlicht de warmte van een knetterend vuur met mijn boeken en mijn schrift.

Hoe lief wordt mij 't herfstelijke dromen als zorg en werk zich in zalige rust vergeet al dagen die als goud doordrongen komen en waarvan ik nu het rijkste plukken weet.

Uit de bundel van Geert.

Lied

Zuidenveldlied

Wij brengen een ode, wij zingen een lied ter ere van Dalen in 't Drentse gebied.

Dat leeft en dat bruist, is niet dood als een pier.

En waar viert men Zuidenveld mooier dan hier.

Dalen mijn Dalen, al ben je maar klein
't is goed hier te wonen, 't is fijn hier te zijn.
Al ben je misschien maar een stip op de kaart, je bent en je blijft, 't mooiste plekje op aard.

De vlag gaat in top, als men Zuidenveld viert.
De optocht komt langs, heel het dorp is versierd

De straten vol mensen, het is me een feest.
Nog nooit is het drukker in Dalen geweest.

Dalen mijn Dalen, al ben je maar klein
't is goed hier te wonen, 't is fijn hier te zijn.
Al ben je misschien maar een stip op de kaart, je bent en je blijft, 't mooiste plekje op aard.

Oh mooi dorpje Dalen, je bent wie je bent;
gastvrij en saamhorig, dat is wel bekend.
En vragen ze ons, wat Dalen apart.
Nou Dalen heeft alles en zeker een hart.

Dalen mijn Dalen, al ben je maar klein
't is goed hier te wonen, 't is fijn hier te zijn.
Al ben je misschien maar een stip op de kaart, je bent en je blijft, 't mooiste plekje op aard.

Duo Karst.



Colofon

Bestuursleden:

Voorzitter: Ton Sleeking
Secretaris: Guus Veltman
Penningmeester: Pieter Koers
PR & Activiteiten: Gerard de Feber

PR/Activiteitencommissie / Redactie ClubMagazine:

Hennie Arkes
Gerard Franken
Geert Klaver
Chris Scheven
Ger Zweep

Webmaster:

Richard Arkes

Sportleiding:

Vincent Heeres
Simone Rozemond
Erica Macchi
Jantje Harmers
Edith Keesman

Medische begeleiding:

Annette Kooi

Kopij

Stuur per mail, vóór 10 maart naar:

secretaris@hartoptempo.nl

Kerstvakantie:

14 december t/m 9 januari

Voorjaarsvakantie:

26 februari t/m 6 maart

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

Gift

Op het sluiten van de markt, de datum dat het blad richting redactie en drukker gaat, kregen wij nog een mooi bericht binnen.

Ten Cate, van het bekende Hotel ten Cate



heeft ons een schenking gedaan van 500 euro.

Dit bedrag gaat aangewend worden voor de aanschaf van trainings-materiaal.

En dat was ook nodig na bijna 37 jaar, ballen met de voering er uit, badminton rackets met slechte bespanning, oefenmatjes (deze bestonden meer uit ducttape dan uit stof) en tal van aanvullingen op het bestaande trainings-materiaal, ballen groot en klein en shuttles niet te vergeten.

Maar het verhaal is nog mooier, de Lionsclub had eerst al een bedrag toegezegd, en dit bedrag zou Ten Cate verdubbelen.

Doch door de corona omstandigheden ging de uitreiking niet door en is doorgeschoven naar 2022.

Maar de 500 euro die hebben we reeds ontvangen.

Nu hebben we de sport-spullen wel aangeschaft, en mooi zou het zijn als we dan de cheque overhandigd zouden krijgen in de sporthal; maar dat tijdsbestek was te kort.

Maar volgend jaar zullen wij er uiteraard een mooie reportage aan wenden met een foto-reportage.

In onze volgende editie hier meer over, en onze dank gaat ook uit naar Michele Casu, die ons heeft voorgedragen, TOP.
Het Bestuur



ZONWERING

Ook in de winter schijnt de zon.
voorkom lange levertijden
en bestel nu uw zonwering of rolluiken.

www.HZzonwering.nl info@HZzonwering.nl



facebook.com/HZzonwering

Weerdingerstraat 200 7822 BK EMMEN 0591 618794

www.HZreclame.nl • info@HZreclame.nl



facebook.com/HZreclame

Weerdingerstraat 200 • 7822 BK EMMEN • 0591 64 80 90

de specialist voor het bedrukken van al uw bedrijfs, sport en vrijetijdskleding