



Nieuwsbrief 2013 Nummer 3

INTRO

Met deze nieuwsbrief, de derde alweer, willen we het jaar 2013 afronden en jullie laten delen in wat ons op dit moment bestuurlijk bezig houdt. De meesten van jullie ontvangen de nieuwsbrief al per e-mail en mocht dat nog niet het geval zijn dan doe je er de vereniging een groot plezier mee om je e-mailadres aan ons door te geven via secretaris@hartnodigapeldoorn.nl.

Heb je ook iets te melden aan alle leden? Je kopij kun je sturen naar het e-mailadres nieuwsbrief@hartnodigapeldoorn.nl.

VAN HET BESTUUR

De feestdagen staan voor de deur en het nieuwe jaar komt eraan. Enkele groepen sluiten het jaar traditioneel af met een etentje. Anderen houden het bij familie of collegiale festiviteiten. Velen hebben in deze periode ook behoefte aan bezinning. In de stad wordt de kerstsfeer alweer zichtbaar in winkels, op de markt en ook op paleis Het Loo.



Wij hopen dat jullie hiervan zullen genieten en dat wij met zijn allen in januari opnieuw en in goede gezondheid elkaar weer zullen ontmoeten in de sportzaal!

NIEUWSBLAD WIJKRAAD ZEVENHUIZEN - ZUIDBROEK

De heer Laros van de donderdaggroep heeft ervoor gezorgd dat we in het november nummer WZZ-nieuws aandacht konden schenken aan onze

vereniging. Het bestuur heeft zijn initiatief op hoge prijs gesteld. De actiefoto van de groep hieronder gaf extra glans aan het artikel.



GESPREKKEN MET DE SPORTLEIDERS

Goede samenwerking van bestuur en sportleiders is van groot belang. De sportleiders moeten zich door het bestuur gesteund kunnen voelen en omgekeerd. Met Walid Khalid werd gesproken tijdens de bestuursvergadering van 12-09-2013. Hij gaf aan Hart Nodig waar het maar kan te steunen omdat hij bij ons ook de persoonlijke waardering ondervindt in 'zijn' groepen, waar hij veel belang aan hecht.

Op 17-10-2013 is gesproken met Ronald Doeleman en Gert-Jan van de Vorsten. Zij zijn blij met de inmiddels merkbaar duidelijker structuur van Hart Nodig. De opvang van aspirant leden is bij Ronald neergelegd omdat hij in zijn werk hier het dichts bij staat.

De nieuwe coördinatoren van de afdeling hartrevalidatie van Gelre, Lucia Wendel en Marian Groot Koerkamp-Hoekman, zijn inmiddels benaderd door het bestuur. De nieuwe folder van Hart Nodig, gemaakt door Hans Ligt, zal door hen aan iedere revalidatie deelnemer worden uitgereikt.



Helaas was het niet mogelijk om onze leden mee te laten doen aan de komende reanimatiecursus, hiervoor zullen we zelf een oplossing moeten zoeken (verdere informatie hierover volgt later). Tenslotte werd afgesproken elk half jaar met elkaar van gedachten te wisselen over de ontwikkelingen binnen Hart Nodig.

VOORKOM BLESSURES

Elke sport brengt risico's met zich mee, zeker voor (ex-)hartpatiënten. Onze sportleiders zijn speciaal gekwalificeerd voor het geven van verantwoorde sport aan (ex-)hartpatiënten. Ook tijdens het sporten dient men respect te tonen voor de ander. Houd je aan de spelregels en afspraken en doe geen dingen waarmee je een ander kunt blesseren. Wel is er tijdens het sporten sprake van risicoaanvaarding omdat men zich vrijwillig in omstandigheden begeeft waarin een verhoogde kans op schade aanwezig is. Als er schade ontstaat is het de vraag of de veroorzaker inderdaad iets onrechtmatig heeft begaan. Het is tijdens sporten immers gebruikelijk dat een bal naar elkaar wordt gegooid, getrapt of geslagen, uiteraard wel met inachtneming van de **spelregels** en gemaakte **afspraken**. Hierdoor aanvaardt men het risico dat b.v. een bril wordt geraakt of beschadigd. Wees hiervan bewust en het advies aan de leden is geen sieraden en bril tijdens het sporten te dragen of te overwegen een sportbril/veiligheidsbril op te zetten.

VERSLAG 5E BESTUURSVERGADERING 14-11-2013

Financiën

Een prognose van de inkomsten en uitgaven voor 2014 is vervaardigd zodat we beter kunnen bijsturen indien nodig. Van Accres is bericht ontvangen over de huuraanpassing 2014 voor de zalen. Deze verhoging bedraagt 18% voor De Boemerang en Sprengeloo en 13% voor de Mheenhal en is aanleiding geweest voor het bestuur om haar ongenoegen hierover te uiten middels een brief aan Accres, het Verenigingsburo en Sportraad Apeldoorn. Deze verhoging van de zaalhuur is helaas niet zonder contributieverhoging op te vangen. Het bestuur zal daarom in de algemene ledenvergadering voorstellen om per 1 april 2014 de contributie te verhogen. Mochten



er bij de leden nog ideeën leven voor andere oplossingen dan horen wij die graag.

Betaling contributie

Voor de leden die zelf de contributie overschrijven naar de rekening van Hart Nodig graag aandacht voor het volgende. Betaal je contributie aan het begin van de betreffende periode zodat wij als vereniging onze verplichtingen tijdig kunnen voldoen. Bij de betaling graag vermelden welke **periode** het betreft. De huidige contributiebedragen gelden reeds vanaf 1 januari 2012. Kijk even na of je het juiste bedrag hebt betaald en zo niet maak dan het resterende bedrag nog aan ons over. De bedragen staan hieronder vermeld. Dank voor je medewerking. Voor vragen kun je mailen naar penningmeester@hartnodigapeldoorn.nl of bellen naar 055 360 12 22.

De huidige contributie per periode bedraagt:

Betaling per	Boemerang	Overige groepen
Maand	€ 10,-	€ 11,67
Kwartaal	€ 30,-	€ 35,-
Halfjaar	€ 60,-	€ 70,-
Jaar	€ 120,-	€ 140,-



Contributieregeling véél of weinig sporten 2014

In de loop der jaren zijn vele, vaak eigen, regelingen toegepast voor het betalen van de contributie. Om de contributieregeling flexibel aan te laten sluiten op de wensen van onze sporters en duidelijke en eenduidige regelgeving voor alle leden te hanteren heeft het bestuur besloten om bij wijze van proef de volgende regeling in te voeren.

Véél sporten

Het bestuur wil graag het meerdere keren sporten per week stimuleren. Wanneer leden meerdere keren per week willen sporten mogen ze tegen 50% van de contributie van de tweede groep sporten. Hiervoor moeten ze zich aanmelden bij het secretariaat en mogen dan maximaal één keer extra per week sporten. De 50% korting geldt voor de goedkoopste zaal. Ingangsdatum 1 januari 2014. Evaluatie november 2014.

Weinig sporten

Wanneer leden weinig kunnen sporten vanwege hun werkzaamheden mogen ze tegen 50% van de contributie sporten en dat tot maximaal 15 x per jaar, sporten ze vaker dan moet met terugwerkende kracht de volledige contributie worden betaald. Leden die hier gebruik van willen maken dienen zich voor deze regeling aan te melden bij het secretariaat. Ingangsdatum 1 januari 2014. Evaluatie november 2014.

Blessureregeling 2014

Eveneens als proef kunnen leden die langer dan 3 maanden aansluitend niet kunnen sporten vanwege ziekte of een blessure achteraf een korting krijgen op de contributie van 30%. Aanmelding als blessurelid middels het invullen van een formulier dat verkrijgbaar is via het secretariaat. In november 2014 wordt de proef geëvalueerd.

Ledenadministratie

Per 1 januari hebben opgezegd: Janny Appelboom (wo1330b), Hans van de Blankevoort (di2000s2), Henk Hamer (wo1930b), Jeffry Kloost (ma2000b), Ruud Meuleman (do1830b) en Bert Roest (di2000s2).

Nieuwe leden zijn Corrie Koorn-Schoone (wo1430b), Ton Man in 't Veld (ma1900b) en Dick te Raa (ma1500m). Van harte welkom en wij wensen je veel sportplezier toe bij Hart Nodig.

REGELING REGELRECHT GEMEENTE APeldoorn

Voor alle inwoners van Apeldoorn is het van belang dat zij mee kunnen doen in de maatschappij. De gemeente Apeldoorn biedt mensen met een laag inkomen daarom financiële ondersteuning in de vorm van een aantal extra's. Of en voor welke extra's je in aanmerking komt hangt af van je netto maandinkomen en gezinssituatie, maar ook van je leeftijd.

Met de RegelRecht strippenkaart krijg je korting bij verschillende Apeldoornse bedrijven en verenigingen.

Er zijn RegelRecht regelingen voor inwoners jonger en ouder dan de pensioengerechtigde leeftijd. Daarnaast zijn er een aantal aanvullende regelingen waarvoor je mogelijk in aanmerking komt. Voor meer informatie raadpleeg de site van de gemeente Apeldoorn (http://inwoners.apeldoorn.nl/inwoners/regelrecht_3459/).

GROEPSCOÖRDINATOREN

De groepscoördinatoren zijn bekend en zijn toegevoegd aan de lijst met bestuursgegevens.

HART NODIG 30 JAAR OP 13 DECEMBER 2014

Inderdaad, we bestaan volgend jaar 30 jaar. Reden om te denken aan een feestje. Ideeën? Kom er mee!



BESTUURSGEGEVENS

Het bestuur van Hart Nodig

Voorzitter	Bert Keijer	055 355 66 47
Secretaris/penningmeester	Hans Ligt	055 360 12 22
Secretaris/penningmeester	Jan Nijhuis	055 356 06 17
Lid commerciële zaken	vacature	tijdelijk Bert Keijer
Lid algemene zaken	Gera Bastiaanse	055 541 96 98
Lid sporttechnische zaken	John van Gils	06 342 813 37
Lid facilitaire zaken	Graddus ter Veen	055 521 53 32

Commerciële zaken	: pr, sponsoring, advertenties, nieuwsbrief en website
Algemene zaken	: activiteiten en lief en leed
Sporttechnische zaken	: materiaalbeheer, sportzaken, sportbegeleiders, toernooien/evenementen
Facilitaire zaken	: kantinebeheer, sleutelbeheer De Boemerang

Contactpersonen

ma1500m	Adri Kelholt	055 366 46 82
ma1900b	Jan van den Brink	055 541 16 94 / 06 430 830 06
ma2000b	Graddus ter Veen	055 521 53 32
di2000s2	John van Gils	06 342 813 37
wo1330b	Johan van de Kamp	055 542 58 97
wo1430b	Agnes Wijngaard-Fromme	055 521 80 44 / 06 533 238 27
wo1830b	Hans Krijt	055 355 94 72
wo1930b	Jan Brugman	055 542 41 24 / 06 531 567 61
do1830b	Aart Laros	055 366 93 65
do1930b	Roelof ten Voorde	055 323 12 70

Contributie

Rekening Hart Nodig: Rabobank Apeldoorn: 39.34.82.987 (IBAN: NL05 RABO 0393 4829 87) ten name van Vereniging Hart Nodig Apeldoorn. De contributie is € 120 per jaar voor de groepen in de Boemerang en voor de andere groepen € 140 per jaar. De voorkeur gaat uit naar automatische incasso per kwartaal. De automatische afschrijving (incasso) van de contributie vindt plaats op de eerste werkdag van de betreffende periode. Op onze website staat de lijst met data waarop in 2014 de contributie wordt geïnd. Leden die zelf de contributie overschrijven: graag aan het begin van de betreffende periode en vermeld hierbij welke **periode** het betreft. Voor vragen kunt u mailen naar **penningmeester@hartnodigapeldoorn.nl** of bellen met de penningmeester. De huidige contributie per periode bedraagt:

Betaling per	Boemerang	Overige groepen
Maand	€ 10,-	€ 11,67
Kwartaal	€ 30,-	€ 35,-
Halfjaar	€ 60,-	€ 70,-
Jaar	€ 120,-	€ 140,-

Aanmelden nieuwe leden en opzeggen lidmaatschap (opzegging minimaal één maand voor einde kwartaal): **secretaris@hartnodigapeldoorn.nl**

Verklaring betaalde contributie t.b.v. uw zorgverzekering

Als uw zorgverzekering een deel van uw contributie vergoed kunt u bij de secretaris een verklaring krijgen van uw betaalde contributie: **secretaris@hartnodigapeldoorn.nl**

Afwezigheidsmeldingen

Bij de **contactpersoon** van uw groep, hij/zij kan dan zonnodig met de voorzitter contact opnemen.