

# Oprichter Hart in Actie kijkt terug

(Door onze verslaggever)

**MILL – Toon Hermsen is geestelijk vader, oprichter en erevoorzitter van Sportvereniging Hart in Actie, de regionale sportclub voor mensen met een hartkwaal, diabetes, COPD of andere chronische beperking. Hij kijkt terug op 25 jaar sportvereniging Hart in Actie.**

Vrijwilligerswerk zit er bij Toon Hermsen (82) ingebakken. Als jongetje was hij al misdienaar, en later was hij voorzitter, bestuurslid of oprichter van diverse goede doelen organisaties, zoals bijvoorbeeld volleybalclub Apollo, Stichting Hart voor Noordelijke Maasvallei of de nationaal werkende Stichting Kies voor Leven.



## Hoe het begon

In december 1991 maakte Hermsen zijn eerste zware hartprobleem mee en werd hartpatiënt. Het zou in één klap zijn hele leven veranderen. Voor hem was dit echter geen reden om bij de pakken neer te gaan zitten. Integendeel, want hoewel hij op dat moment nog intensief doende was als voorzitter van volleybalvereniging Apollo begon hij in 1993 al met het uitwerken van plannen om een sportvereniging voor zijn lotgenoten op te richten. Hierbij stond niet alleen het werken aan een verbetering van de lichamelijke conditie voorop, maar was ook het beleven van spelplezier en onderling contact een belangrijk mikpunt.

Het enige probleem was dat er zo snel geen sportleider voorhanden was. Per toeval liep Hermsen enige tijd later wel een sportinstructeur (Bart van der Duijn, red.) tegen het lijf die wel oren had naar een club als Hart in Actie.

Op maandag 6 maart 1995 kende Hart in Actie zijn vuurdoop. De eerste vijftien leden begonnen met een uurtje per week te sporten onder professionele begeleiding. Hermsen nam in zijn eentje alle



bestuurstaken voor zijn rekening.

“Langzamerhand vormde ik een compleet bestuur om me heen”, weet Hermsen nog. “Na een dik jaar stond de organisatie al aardig op poten.”

### **Groei**

Vanaf dat moment groeide Hart in

Actie steeds meer. De stijgende lijn van toenemende leden zette zich gestaag voort. “Dat we zo’n stabiele groei hebben doorgemaakt was onder andere te danken aan de niet aflatende stroom van persberichten die we de wereld in stuurden. Daarmee hielden wij het uitdragen van ons doel constant onder stroom. Behalve het sporten op zich, vindt men binnen de sportvereniging gezelligheid van groot belang. “Elke groep heeft zijn eigen contactpersoon,” vertelt Toon.

Op een gegeven moment schommelde het ledenaantal rond de 135 leden. Uit de wijde omgeving komen mensen met een hartkwaal, diabetes of ander chronisch gebrek sporten in de Wester te Mill of in de Wis in Langenboom.

Hermsen: “In de beginjaren kon niet iedereen zich bij Hart in Actie aansluiten. Alleen mensen die aantoonbare diabetes of een hartkwaal hadden en doorverwezen waren door een internist of cardioloog konden lid worden. Een van onze leuzen was niet voor niets ‘je wordt niet voor je lol lid van deze club’.”

### **Bang**

Nieuwe leden die zich aanmelden zijn vaak bang. Dat is ook de reden dat de partner ook mag meedoen. Toon: “Het is daarbij eveneens belangrijk om deze mensen goed op te vangen. Men wordt terdege begeleidt. Bovendien is er ook allerlei medische apparatuur in de buurt, zoals een AED (Automatische Externe Defibrillator), voor het geval er zich iets ernstigs voordoet. Daarnaast hebben een groot aantal leden een reanimatie opleiding gevolgd. ”

## Reanimatiecursussen

Het belang van snel beginnen met reanimeren is groot. Wie binnen zes minuten gereanimeerd én gedefibrilleerd wordt, heeft 50-75 procent kans om een hartstilstand buiten het ziekenhuis te overleven. Daarom begon Hart in Actie destijds in 1995 ook met het verzorgen van reanimatieonderwijs. Van een AED was toen nog geen sprake. Die kwam pas in beeld in het jaar 2002 toen de Minister van Volksgezondheid het advies van de Gezondheidsraad overnam om ook leken toe te staan de AED te gebruiken.



## Dieptepunten

Bij 25 jaar Hart in Actie horen zowel hoogte- als dieptepunten. "Wat inherent is aan een sportclub voor kwetsbare mensen is dat er weleens iemand een hartprobleem heeft gehad. Er is een heel goed calamiteitenplan voor als er eens wat gebeurt en dat werkt meestal ook goed. Helaas is het weleens voorgekomen dat tijdens het sporten of een toernooi een lid het leven heeft gelaten. Dat is enorm triest en snijdt diepe wonden. Maar ook dan moet je verder."



## Hoogtepunten

Daartegenover staan ook enkele hoogtepunten. Niet alleen de flinke en stabiele groei is een hoogtepunt. Daarbij horen zeker de financiële schenkingen van onder andere Stichting Kruiswerk,

Rabobank, Festa Zeefdruk, Vissers meubelen en vele, véle anderen. "Maar vooral de gemeentelijke waardering die we als toenmalig bestuur (zie de foto hiernaast) al in 2000 van de gemeente Mill en Sint Hubert kregen was een geweldige opsteker. Dan weet je dat je goed bezig bent."



### **Goede uitstraling**

Toon besluit met:

"Sportvereniging Hart in Actie heeft een goede uitstraling en grote

bekendheid verworven. Door de jaren heen is Hart in Actie steeds steviger op zijn benen komen te staan. Er is een energiek bestuur, een goede samenwerking, een goede organisatie en, wat het belangrijkste is, er hangt een positieve sfeer.

Ik ben er dan ook trots op dat ik gedurende vele jaren aan de opbouw van deze ideële sportvereniging een belangrijke bijdrage heb kunnen en mogen leveren. Ik hoop dat de ontwikkeling van Sportvereniging Hart in Actie altijd in opwaartse gang zal zijn en dat ik nog vele jaren een gewaardeerde erevoorzitter mag zijn."

