

NIVON NIEUWS van afdeling Zuid-Holland West

Kijk ook op: <http://www.nivon-zuid-holland.nl>

Het Nivon afdeling Zuid-Holland West e-mail nieuws voor de maand februari 2020

Uit op de Vrije Zaterdagochtend	
<p>Deelname voor leden is gratis; niet leden betalen € 2,50, kinderen 3 t/m 17 jaar € 1,00 (tenzij anders vermeld). De activiteit duurt meestal ca 2 uur.</p> <p>Om de zaterdag gebeurt er wat bij het Nivon. We gaan wandelen, soms door de stad langs monumenten, soms door de natuur. We pakken de fiets of organiseren een bezoek aan een museum.</p> <p>Kies uit onderstaand programma wat je leuk vindt. Of nog beter kom iedere zaterdag.</p> <p>Aanmelden is niet nodig (tenzij anders vermeld), we gaan altijd. Meegaan is altijd op eigen risico.</p> <p>De toegang tot musea voor niet-museumkaarthouders is voor eigen rekening.</p>	
Zaterdag	Contactpersoon: Marlies Leegwater marliesleegwater@gmail.com telefoon 079-3411955 of 06-33194594
1 feb 11.00 uur	<p>Stedelijk Museum Schiedam, Hoogstraat 112, 3111HL Schiedam.</p> <p>Tentoonstelling Modest Fashion over keuzevrijheid en creativiteit van vrouwen overal ter wereld. De tentoonstelling markeert het 100-jarig jubileum van het vrouwenkiesrecht in Nederland en viert dat 100 jaar geleden de eerste vrouw in de gemeenteraad van Schiedam kwam.</p> <p>OV Er stopt vaak een trein op Schiedam Centraal. Het is daarna 20 minuten lopen naar het museum. Je komt langs de prachtige Grote of Sint Janskerk, en op de Grote Markt staat de boom waarin Carice van Houten zat als Poes Minoes in de gelijknamige film. Als je een kleine omweg maakt, dan wandel je langs de net geheel gerestaureerde Lange Haven, de ader van het historische centrum.</p> <p>Bus 51, 54 en 89 en de tramlijnen 21 en 24 stoppen bij halte Koemarkt, op drie minuten loopafstand van het museum.</p>
15 feb 11.00 uur	<p>Wilgen knotten, houtwallen maken op Nivon Natuurcamping De Grutto, Abtswoude 27 A, 2636 EE Schipluiden.</p> <p>10.00 uur starten fietsers naar de Grutto vanaf het Oude Raadhuis in Rijswijk, Laan van Hofrust 4.</p> <p>10.00 uur start ook een wandeltocht over grasdijken door de polder naar de Grutto vanaf het eindpunt van tramlijn 1 Delft-Tanthof (Abtwoudsepark). Voor meewandelen moet u zich tevoren opgeven (zie contactpersoon boven).</p> <p>Neem brood mee naar de Grutto; voor koffie en soep wordt gezorgd</p> <p>Vanaf eindpunt van tramlijn 1 Delft-Tanthof (Abtwoudsepark) kortste weg is: tramrichting door het park vervolgen; bij asfaltweg rechtsaf → Abtswoude. Dan nog ca een kwartier verder lopen. Het bord dat naar de Grutto wijst staat langs de weg; let daar op wanneer u op het fietspad loopt. Bij het bord naar de Grutto links af slaan, en over het erf rechts van de boerderij nog een 700 meter het land in lopen.</p>
29 feb 11.00 uur	<p>Rondleiding Jenever Museum Van Kleef, Lange Beestenmarkt 109, 2512 ED Den Haag.</p> <p>Een uitgebreide rondleiding met mogelijkheid van proeven voor 80 ct per glaasje. Vanwege beperkt aantal deelnemers dient u zich op te geven bij M. Leegwater (zie boven). OV tram 3, of 9.</p>

Donderdagavondactiviteiten in een zaal van Wijkcentrum Stervoorde Dr. H. J. van Mooklaan 1/hoek Churchilllaan, 2286 BA Rijswijk

Deelname van leden is gratis; niet-leden betalen € 2,50, kinderen 3 t/m 17 jaar € 1,00, tenzij anders vermeld.

Het gebouw is bereikbaar met bussen 22 en 30, tram 17 en ligt op 10 min loopafstand van NS- en busstation Rijswijk.

Bus 22: vanaf halte Wethouder Brederodelaan is het 3 minuten lopen naar Stervoorde.

Bus 30 rijdt vanaf Zoetermeer via station Rijswijk langs de Churchilllaan, uitstappen halte Van Mooklaan.

Tram 17 via Den Haag CS en HS, halte Bogaard. Daar de Churchilllaan nog 3 minuten lopend vervolgen.

Vanaf NS station Rijswijk ondergronds de uitgangskant Plaspoelpolder nemen, ook richting bussen, trams en taxi's, en bovengronds aan de kant van de sporen 1 en 2 het station uitlopen, Churchilllaan volgen, Beatrixlaan oversteken en even doorlopen tot de Van Mooklaan.

Stervoorde is ook goed te bereiken met eigen vervoer. Bij het gebouw staan parkeermeters: bon trekken, geen kosten voor de eerste 2 uur, € 1,50 voor elk volgend uur. Bij het buurgebouw, Gezondheidscentrum Het Kruispunt, van Mooklaan 33 is altijd vrij te parkeren, in de straten aan de overzijde en verderop in de wijk ook.

Donderdag avonden	Contactpersoon: Marlies Leegwater, marliesleegwater@gmail.com telefoon 079-3411955 of 06-33194594
6 feb 20.00-22.00 uur	<p>Geheugen in beweging. Een avond over de samenhang tussen lichamelijke- en hersenactiviteit, met beweegtraining en uitleg door Annet Breure. Annet Breure houdt van oosterse culturen. Ze is onder andere gespecialiseerd in allerlei vormen van beweging zoals yoga en nia. Deze avond gaat het om de relatie tussen hersenen en bewegen. Gemakkelijk zittende kleren wordt aanbevolen.</p>
20 feb 20.00-22.00 uur	<p>Centrum Buurtschap 2005 Interessante en leuke verhalen met beelden waarvan je nu nog veel terug kunt vinden, over het hofgebied van Den Haag in de tijd van de Graven van Holland, de Republiek der Zeven Verenigde Nederlanden en het Koninkrijk der Nederlanden. Theo Schouten, bewoner van het Buurtschap en stadsgids, vertelt over de culturele en historische achtergronden van het huidige Buurtschap Centrum 2005.</p>



Het Wandelcafé Leiden



Als je mee gaat op een van de wandelingen van het Wandelcafé Leiden, dien je gezond te zijn en enige conditie te hebben. Meenemen: brood, drinken (thee/koffie/water), fruit, regenkleding & stevige (hoge) schoenen, een plastic zitzak en je OV kaart.

De deelname is gratis, je hoeft je meestal niet aan te melden, je betaalt je eigen vervoer, maar het meewandelen is geheel op eigen risico.

Let op, als je mee gaat naar een café of restaurant voor koffie of thee, neem dan kleingeld mee!!

Het Wandelcafé Leiden c.q. het Nivon, heeft geen (enkele) verantwoording.

Zorg dat je op tijd bij de verzamelplek aanwezig bent.

Voor extra informatie bel de gids/begeleider, die bij de wandeling wordt vermeld.

Woensdag 5 februari 2020 (NB vertrektijd iets vervroegd ten opzichte van brochure)

Oegstgeest en Warmond (ca 10 km)



Een rondwandeling door twee Leidse buurgemeenten. We lopen vanaf een bushalte naar Warmond, waar we een rondwandeling maken over het eiland Koudenhoorn met een weids uitzicht over de Kagerplassen. Na de koffiestop in Warmond gaan we naar de Klinkenbergerplas die wij geheel rondlopen. Via de Haaswijk lopen we terug naar een bushalte voor de terugreis naar Leiden Centraal.

Verzamelen om 09.50 uur in de voorhal van station Leiden-Centraal. Met bus 50 (richting Haarlem) gaan we om 09:56 uur naar de Bushalte President Kennedylaan in Oegstgeest. (aankomst 10:03 uur).

Begeleiding op deze wandeling: Rien Rijk en Ria Snoek. Informatie telefoon 071-5221936 of 06-38718099 en e-mail rienrijk@gmail.com

Zondag 9 februari 2020 Almere en Oostvaardersplassen (20 km)

Door het moderne centrum van Almere wandelen we, langs het moerasgebied de Lepelaarplassen, naar de Oostvaardersdijk met uitzicht op het IJmeer en Markermeer. Vervolgens gaan we langs de zuidkant van de Oostvaardersplassen, wellicht kunnen we daar zien hoe het de paarden, koeien en herten vergaat in de winter van 2020.



9:05 uur verzamelen op Leiden Centraal

9:17 uur vertrek intercity richting Leeuwarden (via Schiphol/A'dam Zuid)

10:01 uur aankomst station Almere Centrum, start van de wandeling.

Let op: controleer de treintijden i.v.m. mogelijke wijzigingen in het 'spoorboekje'!

De wandeling wordt begeleid door Wilma de Ruijter (06-498 300 96) en Anja Scholten (06-236 231 98)

Woensdag 26 februari 2020 Van Den Haag CS via Meijndel naar Wassenaar (14 km)



Deze wandeling is een klassieker: in Den Haag lopen we via de Koekamp en het Haagse bos naar Clingendael en vandaar via de vlakte van Waalsdorp naar Meijndel. Hier is na 8 km de koffiestop. Van Meijndel lopen we naar de halte van bus 43 voor de terugrit naar Leiden of Den Haag.

Verzamelen op station Leiden CS om 9.15 uur, vertrek IC om 9.31 uur, aankomst Den Haag CS 9.42 uur.

Begeleiding en informatie; Hetty de Vrijer 071-5615024 / 06-24846406 (06 alleen op wandeldag). en Ruud Dresme 071-2407260 en 06 42892249.

Als je mee gaat op een van de wandelingen van het Wandelcafé Leiden wordt verwacht dat je de **geschatte** afstand zonder problemen kunt lopen. Je loopt op deze wandelingen zowel op verharde als onverharde wegen en paden, stevige wandelschoenen zijn daarom aan te bevelen. Niet op alle wandelingen **is er** een rustpauze bij een horecagelegenheid. Neem daarom voldoende eten en drinken mee.

Indien u medische problemen hebt die tijdens het wandelen tot problemen kunnen leiden is het verstandig om een notitie daarover in uw kleding of rugzak mee te nemen. Ook een telefoon met b.v. een nummer om eventueel familie te kunnen bellen is handig (aanbevolen wordt een ICE nummer in te programmeren *-In case of emergency en noteer het ICE nummer op een briefje in uw portemonnee*

Denk ook aan een OV-chipkaart.

Meewandelen geschiedt op eigen risico. Deelname aan de wandelingen is gratis. Reiskosten zijn voor eigen rekening.

De wandelingen starten op de gepubliceerde tijden en plaatsen. Er wordt niet gewacht op deelnemers die te laat aankomen.

Voor extra informatie bel de gids/begeleider, die bij de wandeling wordt vermeld.

Zondag 1 maart: Vogelhuisjes maken op Natuurkampeerterein De Grutto

Op Nivon Natuurkampeerterein De Grutto kunt u op zondag 1 maart samen met uw kind vogelhuisjes maken onder deskundige leiding.

Materiaal is aanwezig.

Personen van alle leeftijden kunnen meedoen.

Start 10.00 uur - einde : na de lunch.

Als je nog niet klaar bent, kun je nog even verder werken.

Het nestkastje mag je mee naar huis nemen.

Voor koffie en soep wordt gezorgd; brood graag zelf meenemen.

Deelname voor Nivon-leden is gratis, niet-leden betalen € 2,50 per persoon.

Er is ruimte voor 10 kinderen met ouder.

Graag even opgeven dus, bij : marjolijnvandoorn@gmail.com

Adres: Abtswoude 27 A, 2636 EE Schipluiden.

(Voor navigatie, vanuit Delft of regio Den Haag, Abtswoude nr 25 gebruiken en dan nog iets doorrijden.)

OV: Vanaf eindpunt tramlijn 1 Delft-Tanthof (Abtwoudsepark), verder lopen in de richting die de tram ging voordat u uitstapte. Bij de asfaltweg rechtsaf.

Dit is Abtswoude. Dan nog ca een kwartier verder lopen. Het bord dat naar de Grutto wijst staat langs de weg, dus let daar op wanneer u op het fietspad loopt. Bij het bord naar de Grutto links af slaan, en over het erf rechts van de boerderij nog een 700 meter het land in lopen.

Nadere informatie is te verkrijgen bij Marjolijn van Doorn

Kampeerterein De Grutto is een onderdeel van Nivon natuurvrienden, bekend van lange-afstandswandelpaden, Natuurvriendenhuizen en kampeertereinen. In de regio is ook een afdeling van Nivon actief. Nadere informatie over Nivon natuurvrienden is te vinden op www.nivon.nl; over de afdeling op www.nivon-zuid-holland.nl.

Wijzigingen en/of afmelden kan altijd, meld wat je wilt naar marliesleegwater@gmail.com

Doe dit met zowel je naam én je e-mail adres in een mailtje.

Je kunt zo ook vrienden (als ze dat willen) opgeven.

Als je lid bent vermeld dan ook je lidnummer (of postcode en huisnummer).

Je kunt ook alleen het wandelnieuws uit Leiden ontvangen,

stuur dan een mailtje naar rienrijk@gmail.com

Activiteiteninformatie is ook te vinden op: www.nivon-zuid-holland.nl

Landelijke informatie is te vinden op: www.nivon.nl



Nivon, afdeling Zuid-Holland West

Verspreiding afdelingsnieuws

Marlies Leegwater marliesleegwater@gmail.com

Salomeschouw 61, 2726 JP Zoetermeer

079 341 19 55 & 06 331 945 94