



NIVON NIEUWS van afdeling Zuid-Holland West

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

Het Nivon afdeling Zuid-Holland West e-mail nieuws **voor de maand oktober 2022 met een startje september en een begin van november**

Uit op de Vrije Zaterdagochtend	
Deelname voor leden is gratis; niet-leden betalen € 2,50, kinderen 3 t/m 17 jaar € 1,00 (tenzij anders vermeld). Graag gepast betalen aan gastvrouw/heer.	
Zaterdag	Contactpersoon: Marlies Leegwater marliesleegwater@gmail.com telefoon 079-3411955 of 06-33194594
24 sept	Volgeboekt
8 okt 11.00 uur	Museum Rijswijk – Papierbiennale Bezoek met rondleiding en koffie toe. Voor de tentoonstelling vraagt het museum éénmalig een toeslag van € 5,-, bovenop de Museumjaarkaart of de entreprijs. Vanwege het maximum aantal deelnemers bij de rondleiding graag uw deelname opgeven via marliesleegwater@gmail.com of tel nr 06-33194594.
22 okt 11.00 uur	Park te Werve – Wandeling met rondleiding. We horen over de geschiedenis van het park en zien vast paddestoelen. Koffie toe in Paviljoen te Werve. Verzamelen bij het loopbruggetje met het smeedijzeren hek van Park te Werve, Van Vredenburgweg 101, 2283 TC Rijswijk (halverwege tussen de Burgemeester Elsenlaan en de Huis te Landelaan, tegenover Sportpark Vredenburg). Graag opgeven via marliesleegwater@gmail.com of tel nr 06-33194594.

Donderdagavondactiviteiten in de rode zaal van Wijkcentrum Stervoorde Dr. H. J. van Mooklaan 1/hoek Churchillaan, 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 18 en 30, tram 17 en ligt op 10 min loopafstand van NS- en busstation Rijswijk.

Bus 18 vanaf Den Haag CS, halte wethouder Brederodelaan (ca 30 min). Vanaf halte Brederodelaan is het 3 minuten lopen naar Stervoorde.

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

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

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

Stervoorde is ook goed te bereiken met eigen vervoer. Bij het gebouw staan parkeermeters kosten € 0,30 per uur voor de eerste 2 uur, € 1,50 voor elk volgend uur. Bij het buurgebouw, Gezondheidscentrum Het Kruispunt, van Mooklaan 33 kan ook op donderdagavond vrij geparkeerd worden, 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
29 sept 19.30-21.30 uur	Wervelende dansworkshop , gegeven door Kinga. Wat kunnen we verwachten? Een warming-up, we leren een dans en we kunnen vrij bewegen op muziek. Graag opgeven via marliesleegwater@gmail.com of 06-33194594.
13 okt 18.30-20.30 uur	Eten met Sohaila We kunnen genieten van de Afghaanse keuken en praten met Sohaila en haar gezin. De begintijd is vervroegd naar 18.30 uur start van het eten. U kunt binnenlopen vanaf 18.00 uur. Van niet-leden wordt € 5 bijdrage gevraagd. Wel deelname opgeven via marliesleegwater@gmail.com of 06-33194594.
27 okt	Geen activiteit

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. Meewandelen is geheel op eigen risico.

Meenemen/paklijst: brood/eten, drinken (thee/koffie/water), fruit, regenkleding, een plastic zitzak, je OV kaart. Je betaalt je eigen vervoer.

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

Zie ook verdere toelichting en adviezen in de kaders na deze activiteiten (blz 3).

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

website <https://www.nivon-zuid-holland.nl>

Woensdag 28 september

Baarn - Hilversum Mediapark (ca 15 km)



9.05 uur verzamelen: hal Leiden CS

9.17 uur vertrek Leiden CS, spoor 4b, intercity richting Leeuwarden

9.45 uur Overstappen Amsterdam Zuid, spoor 2, intercity richting Enschede

10.15 uur overstappen Hilversum, spoor 3, sprinter richting Amersfoort Vathorst

10.20 aankomst station Baarn

Deze dag lopen we van Baarn naar Hilversum mediapark. Highlights van deze wandeling zijn: Romantisch landgoed, fraai kasteel,

uitgestrekte heidevelden, en lekker veel bos!

We stoppen 1 of 2 keer bij een horeca, afhankelijk van weer en er is 1 keer een broodpauze.

Maximaal 20 deelnemers

Wandelbegeleiding: Ineke Kofi en Gerard Telkamp. Opgeven bij Gerard Telkamp uiterlijk 25 september: gerardjtelkamp@hetnet.nl. Telefonische bereikbaarheid op wandeldag: Ineke Kofi 06 109 21 701

Woensdag 5 oktober Vlietland - De Rivièra van de Randstad (circa 12 km)

09.45 uur Verzamelen voorkant Leiden Centraal
10.03 uur Perron B. Bus 45 richting Den Haag naar Zilverfabriek Voorschoten
10.19 aankomst Zilverfabriek; start wandeling.

We lopen van de halte Zilverfabriek via de Krimwijk naar Waterfront Vlietland voor koffie met uitzicht op het water. Daarna wandelen we rond de recreatieplas en de vogelplas Starrevaart.

Maximaal 20 deelnemers. Begeleiding Arris van de Bent en Ria Snoek. Info en aanmelden Ria Snoek, nivon-ria@outlook.com, tel 06-52811094



Zondag 9 oktober Zoeterwoude – Stompwijk - Zoetermeer (ca 20 km)



9:30 Verzamelen in Leiden Centraal, stadskant
9:44 Vertrek Arriva Bus 400, richting Zoetermeer
9:59 Bushalte Zoeterwoude-A4 P+R, bij La Place

De start van de wandeling is naast restaurant La Place, bij wandelknooppunt 81.

Het broedseizoen is voorbij, dus we kunnen de boerenlandpaden weer gebruiken.

We lopen langs mooi weilandgebied in zuidoostelijke richting via Stompwijk naar Zoetermeer en nemen daar de metro en een trein terug.

Reken vandaag op veel onverharde paden en soms een pittige hek-overstap.

En denk ook aan geschikt schoeisel, vooral als het geregend heeft!

De wandeling, met max. 20 deelnemers, wordt begeleid door Tiane Heins (06 383 63 296) en Anja Scholten (06 236 231 98)

Via de e-mail van Tiane kunt u zich vanaf 25 september opgeven: t-heins@hotmail.com

Woensdag 26 oktober Midden-Delfland: verrassingstocht (15-18 km)



09.00 uur Verzamelen voorkant Leiden Centraal
09.15 perron 8b, trein van Leiden naar Vlissingen ,
09.39 spoor 2, overstappen in Delft , sprinter naar Dordrecht
09.42 aankomst Delft campus

Max aantal deelnemers 20. Wandelbegeleiding: Arris van der Bent en Gerard Telkamp.

Opgeven bij Gerard Telkamp : gerardjtelkamp@hetnet.nl.

Telefonische bereikbaarheid op wandeldag:

Arris van de Bent 06 20 38 28 29

Woensdag 2 november Haastrecht & Steinse Tiendweg (ca 11,5 km)

Een niet al te lange wandeling die start en eindigt bij station Gouda Goverwelle. We lopen naar het leuke stadje Haastrecht, met een bijzonder verhaal: Maria devotie in een protestantse regio. Na de koffie of thee gaan we over de mooie Steinse dijk naar de Steinse Tiendweg, een grasdijkje met aan beide kanten een weterring met uitzicht op prachtige polderlandschappen. Deze weg bevat een respectabel aantal hekjes waarvan de meeste open kunnen maar sommigen toch echt bestegen moeten worden maar alleszins de moeite waard!

Max aantal deelnemers 20.

Wandelbegeleiding: Ineke Kofi en Ria Snoek. Je kunt je nog niet aanmelden voor deze wandeling.



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 je 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

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.

Wijzigingen en/of afmelden van de Nieuwsbrief 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).

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