

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 september 2023 met nog heel wat in augustus en een begin van oktober

De zaterdagochtend en donderdagavond activiteiten beginnen weer halverwege september.

**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

**14 sept
18.30-20.30
uur**

Praten en eten met elkaar.

Er wordt eten gehaald en we praten met elkaar over onszelf, wat we de afgelopen tijd hebben ervaren, wat we bij Nivon vinden en hoe we naar de toekomst kijken.

Prijs deze keer: leden € 3,50, niet-leden € 6,00.

Graag opgeven via marliesleegwater@gmail.com of 06-33194594.

Ook opgeven of je dieetwensen hebt.

**28 sept
19.30-21.30
uur**

Zielekaarten maken onder leiding van Wilma Kooijman.

Een creatieve workshop. Wilma brengt mappen vol afbeeldingen mee en laat ons daarvan iets maken waarin we onszelf herkennen of wat we mooi vinden om te verbeelden. Voor nadere informatie over Wilma zie www.zielekaarten.jouwweb.nl

Graag opgeven via marliesleegwater@gmail.com of 06-33194594.

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
9 sept 12-16 uur	Strandwalfestival Rijswijk. Nivon heeft een stand op de kramenmarkt. Die is in het Teddy Scholtenpark, de groenstrook naast de vijver, tussen de Rijswijkse Schouwburg en het Huis van de Stad. Nivon heeft kraam nr 3. Dat is tussen de Schouwburg en de Huis ter Nieuburchlaan, dus niet langs de vijver, maar aan de andere kant en vlak bij de Schouwburg. Elke stand dient een activiteit te hebben. Als Nivon kozen we voor een sjoelwedstrijd met als prijs een overnachting voor een gezin van 4 personen in een Nivonhuis. Het is leuk als u langskomt en ziet hoe één en ander uitpakt. We zijn benieuwd.
23 sept 11.00 uur	Beelden aan Zee. Bezoek aan de tentoonstelling "Henry Moore, vorm en materiaal". Harteveldstraat 1, Den Haag – Scheveningen. OV tram, 1 of 9, of bus 22. Met dank aan één van onze leden die daar vrijwilligster is en de rondleiding georganiseerd heeft. Als u mee gaat, wel opgeven bij/via marliesleegwater@gmail.com of tel nr 06-33194594, vanwege het maximum aantal deelnemers bij de rondleiding.

Het Wandelcafé Leiden

Als je meegaat 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 en je ov-chipkaart. 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>

Zondag 20 augustus Wandeling op Texel voor vroege vogels (ca 15 km)

Op 1 dag heen en weer naar Texel om te wandelen betekent vroeg uit de veren.

07.40 verzamelen hal Leiden Centraal

07.50 uur vertrek Leiden Centraal, perron 5b

08.19 aankomst Amsterdam Sloterdijk

(om extra kosten te vermijden overstappen via stationshal en perron 11-12)

08.45 vertrek Amsterdam Sloterdijk, spoor 3

09.56 aankomst Den Helder

10.30 vertrek veerboot

10.50 uur aankomst op Texel

Aangekomen op Texel wandelen we vanaf de veerhaven langs de Mokbaai. Rechts ligt De Petten, een natuurgebied waar veel vogels zitten. Kijker meenemen! Erachter doemt het kerktorentje van Den Hoorn op.

We lopen verder afwisselend door een vochtige duinvallei, het Pompevlak, en door een droog duingebied, de Bollekamer, waar in augustus de heide bloeit.

Na ca. 10 km ligt in een dennenbos uitspanning 't Turfveld waar we iets kunnen gebruiken. Dan volgt weer een duingebied, de Bleekersvallei, waar in de vorige eeuw textiel gebleekt werd in de zon. Na een stukje over het strand bereiken we Ecomare en gaat het naar de bushalte voor de terugreis.

We wandelen met maximaal 15 personen.

Begeleiding André den Ouden, Anja Scholten en Angenies Posthumus.

Wie mee wil kan zich **vanaf 1 augustus** aanmelden bij Angenies Posthumus, **uitsluitend per e-mail angenies.post@casema.nl**. Na aanmelding krijg je een bevestiging dat je meegaat.

Voor een bootticket wordt dan gezorgd. Mooi weer is helaas niet online verkrijgbaar.



Woensdag 23 augustus Van Halfweg naar Heelthuis ca 15 km (bijna vol)

Wij lopen de NS-wandeling "De Bretten" van station Halfweg-Zwanenburg tot Station Sloterdijk en gaan daarna nog door naar het Amsterdamse Westerpark. In waterrijk en later bosrijk en bloemrijk gebied. Na wat asfaltweggetjes langs het water slingeren we kriskras langs onverharde struipaden. Doe vooral een lange broek aan vanwege die paar brandnetels. Er is geen horeca of bushalte onderweg, misschien pas bij station Sloterdijk. Na ongeveer 10 km komen we in kantoorrijk Sloterdijk in de buurt van het gelijknamig station. Hier kan bij moeheid worden afgehaakt. Degenen die de 15 km willen halen (we delen geen medailles uit), lopen het Bretten-pad verder uit tot het Westerpark via het oude kerkje van Sloterdijk en een bloeiend volkstuincomplex. Dan nemen we een snelle en frequente bus naar Amsterdam CS om vóór vieren weer terug te reizen.

09.20 Verzamelen in de hal van Leiden Centraal bij de opgang naar het perron
09.33 uur vertrek IC naar Haarlem-Amsterdam, spoor 4b
09.53 uur aankomst te Haarlem spoor 3
10.02 uur sprinter naar Amsterdam spoor 3
10.10 aankomst station Halfweg-Zwanenburg spoor 1 en begin wandeling

Maximum aantal deelnemers: 20
Wandelbegeleiders: Gerard J. Telkamp en Ineke Kofi
Aanmelden: gerardjtelkamp@hetnet.nl
Telefoon (alleen op wandeldag): Ineke Kofi 06 – 10921701

Foto: Stenen grenspaal uit 1624 op de oude Spaardammerdijk. Foto Ineke Kofi



Woensdag 6 september

Nieuwkoop (ca 12 km)

Nieuwkoop is een leuk dorpje en kent leuke wandelpaden. Hier gaan we heen. We lopen van de bushalte langs het dorpsplein van Nieuwkoop langs de Gemeentevaart. Via het vlonderpad boven de Zuideinderplas lopen we langs 'Pietje Potlood' naar Meije. Bij Brasserie de Halve Maan is onze koffiestop. Al dan niet met appeltaart. Daarna terug, deels via dezelfde route.

08.55 verzamelen hal Leiden Centraal
09.08 vertrek sprinter richting Utrecht, spoor 2
09.21 aankomst Alphen ad Rijn, spoor 1
09.27 vertrek bus 147 busstation Alphen, perron C
09.49 Nieuwkoop, Roerdomplaan
Begeleiding Ineke Kofi en Ria Snoek
Max. 20 deelnemers

Aanmelden bij Ria Snoek vanaf 15 augustus, nivon-ria@outlook.com
tel 06-52811094



Zondag 17 september Tussen Maassluis en Foppenpolder Maasland (ca 20 km)

We gaan een gebied tussen Het Scheur Maassluis en de Foppenpolder in Maasland ontdekken. Het is een rondwandeling van ongeveer 20 km.

Opgeven voor deze wandeling is niet nodig.

We starten bij Maassluis metro centrum.

We verzamelen op Schiedam Centrum 09.50 uur in de hal bij de hekjes van de metro.

09.15 Vertrek trein Leiden CS
09.24 via L v NOI
09.43 Aankomst op station Schiedam Centrum
10.03 Vertrek metro naar Maassluis Centrum
10.18 Aankomst metro

Begeleiders Peter Oosterbaan en Tiane Heins

Neem klein geld mee voor de boot. Het is niet zeker of we mee kunnen.



Telefonische bereikbaarheid alleen op de wandeldag : Peter Oosterbaan 0645099798

Woensdag 27 september Verrassend Delfland (15-18 km)

We stappen uit op station Delft Campus (voorheen Delft-Zuid) en zigzaggen door de waterrijke groene wijk Tanthof. Als we de wijk verlaten, passeren we links het Abtswoudse Bos. Op een derde van de wandeling belanden we in het schilderachtig dorpje Schipluiden. Daar zijn we voor koffie met wat lekkers te gast in de historische bakkerij van Theo Hoek. We vervolgen de route met een heel lange en rustige doorsteek (onderweg broodpauze) langs de Vlaardinger Trekvaart. We eindigen bij een bushalte in Vlaardingen-West, maar je kunt naar eigen inzicht ook iets eerder afhaken en via het historisch centrum verder lopen naar een van de stations Vlaardingen Centrum of Vlaardingen Oost.

(N.B. Deze wandeling is eerder gehouden op woensdag 26 oktober 2022)



09.00 verzamelen station Leiden Centraal
09.15 vertrek Leiden CS
09.35 Delft aankomst spoor 2 (overstap)
09.39 Delft vertrek spoor 2 (Sprinter richting Dordrecht)
09.42 aankomst Delft Campus; start wandeling

Begeleiding Gerard Telkamp en Arris van der Bent.

Max. 20 deelnemers

Aanmelden bij Gerard Telkamp, gerardtelkamp@hetnet.nl.
Telefoonnr alleen op wandeldag 0620382829 (Arris)

Woensdag 4 oktober Historische wandeling Gouda (ca 10 km) (verlenging mogelijk)

Vandaag willen we naar Gouda voor een historische wandeling . (Let op, dit vergt meer tijd dan een 'gewone' wandeling).

Meer informatie in de volgende nieuwsbrief

Als je meegaat 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 je 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 je 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, vermeld daarin ook je naam.

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