

NIVON-natuurvrienden NIEUWS van afdeling Zuid-Holland West

(Nederlands Instituut voor VolksOntwikkeling en Natuurvriendenwerk)

Kijk ook op: <https://www.zuidhollandwest.nivon.nl>

(deze nieuwe website is nu onder de vleugels van Nivon centraal)

E-mail nieuws voor de maand juni 2026,

met een startje mei en begin van juli.

Uit op de Vrije Zaterdagochtend Deelname aan een rondleiding is voor leden gratis; niet-leden betalen € 5,-, kinderen 3 t/m 17 jaar € 2,- (tenzij anders vermeld). Voor ouerwachtouders is deelname gratis. Graag gepast betalen aan Nivon gastvrouw/-heer. Deelnemers moeten wel zelf het museum betalen (of een kaart kunnen tonen).	
zaterdag	Contactpersoon: Marlies Leegwater marliesleegwater@gmail.com tel. 079-3411955 of 06-33194594
23 mei 11.00 uur	FIETS excursie "Oevers" verzorgd door Geert van Poelgeest van KNNV Natuurlijk Delfland. Vertrekpunt: Wezelstraat 38, 2623 CK Delft We fietsen langs verschillende oevers van Delft en Midden-Delfland We ervaren het landschap, planten en dieren op en rond de oevers, verschillende type droeve oevers en natuurlijke oevers. Zo gaan we het belang van oevers inzien en hun rol voor de natuur. De excursie duurt van 11.00 – 13.00 uur en eindigt bij Nivon Natuurkampeerterrein De Grutto, Abtswoude 27 A, 2636 EE Schipluiden. Neem zelf wat eten en drinken mee. Deelname opgeven svp via marliesleegwater@gmail.com of 06-33194594
6 juni 12.00 uur	Voorstelling: Musical Shrek door het Warm Water Jeugdtheater in het Picasso Lyceum, Paletsingel 38 C, 2718 NT Zoetermeer. Het Warm Water Jeugdtheater (WWJ) is de jeugd theaterschool in Zoetermeer voor kinderen van 12-16 jaar. Zij krijgen wekelijks drama-, zang- en dansles in basisschool De Horizon in de wijk Buytenweg van Zoetermeer. Aan het eind van het jaar treden ze op en wel op 6 juni om 12.00 uur in het Picasso Lyceum. (zie verder www.greg-baud.nl) Het Picasso Lyceum is goed bereikbaar met OV: Vanaf NS treinstation Zoetermeer Oost is het 7 minuten lopen. N.B. de trein van Den Haag CS naar Zoetermeer Oost (sprinter richting s'Hertogenbosch) rijdt eens per half uur. Om op tijd te arriveren neme men de trein van 11.13 van Den Haag CS, aankomst op station Zoetermeer Oost 11.34 uur. Daar zal één van de gastvrouwen/heren van Nivon zijn om mee te lopen naar het Picasso Lyceum. Geef u (desgewenst met (klein)kinderen) zo spoedig mogelijk op s.v.p. in verband met het beperkte aantal gereserveerde kaartjes. Bij tijdige opgave zijn misschien nog meer kaartjes te reserveren. Opgeven is nodig bij marliesleegwater@gmail.com of 06-33194594

<p>20 juni 11.00 uur</p>	<p>Van Plant tot Product – Rondleiding in de Hortus Botanicus van de TU Delft Planten leveren de mens voedsel, medicijnen, onderdak en grondstoffen. In deze tuin wordt al meer dan 100 jaar onderzoek gedaan naar dit soort planten en hun toepassingen. De rondleiding behandelt de historie van de tuin en voert langs technische planten, zowel in de tuin als binnen in de kassen. Ook zal er aandacht zijn voor bomen en planten die tijdens het bezoek op hun mooist zijn, zowel buiten in de tuin als binnen in de kassen. De rondleiding duurt een uur . De toegangsprijs is €7,50 per volwassene, €4 voor 65+ en kinderen van 5-14. Bezoek met de Museumjaarkaart, Rotterdam pas of TU campuskaart is gratis. Aanmelden is verplicht bij marliesleegwater@gmail.com of 06-33194594, in verband met het maximum aantal deelnemers</p>
<p style="text-align: center;">Donderdagavondactiviteiten in Het Huis van de Stad Generaal Spoorlaan 2, 2283 GM Rijswijk</p> <p>We gebruiken daar Studio 1. Dat is de grote (gym)zaal, met houten vloer die betreden mag worden zonder schoenen of met schone schoenen zonder naaldhakken. Deelname van leden is gratis; niet-leden betalen € 5,- kinderen 3 t/m 17 jaar € 2,00, tenzij anders vermeld. Voor ooeivaarspashouders is deelname gratis. OV: Het gebouw is goed bereikbaar met tram 17 en bus 23. Parkeren Op het parkeerterrein voor het Huis van de stad Rijswijk geldt betaald parkeren. Het eerste uur parkeren is gratis, daarna betaalt u € 1,55 per uur. Deze regel geldt van maandag tot en met zaterdag tussen 9:00 en 21:00, en op zondag tussen 18:00 en 21:00 uur. Meld uw kenteken aan via een parkeerapp, bijvoorbeeld Yellowbrick, Easypark, etc. Gebruik hiervoor belparkeercode 32250. U kunt ook uw kenteken aanmelden via de parkeerautomaat in de hal van het Huis van de stad.</p>	
<p>14 mei</p>	<p>Overdag de ontmoetingswandeling zie bij Wandelcafe Leiden</p>
<p>28 mei 19.30 uur</p>	<p>Eric Klarenbeek over het Midden Oosten Het Midden Oosten is al vele tientallen jaren bekend en berucht vanwege de vele conflicten die er spelen en die wereldwijd invloed hebben. Voor velen staat de tegenstelling Israël en de Palestijnen centraal, maar er speelt veel meer, getuige de recente oorlog tegen Iran en de daaruit voortvloeiende energiecrisis. Wat speelt er nog meer en wat zijn de oorzaken van deze conflicten? En: wat is het perspectief? Graag je deelname opgeven via marliesleegwater@gmail.com of 06-33194594</p>
<p>11 juni 19.30 uur</p>	<p>Geweldloze Communicatie onder leiding van Gault Shehade Geweldloze Communicatie helpt je om helder te krijgen wat er in jou leeft wanneer je geraakt wordt. Onder irritatie, frustratie of boosheid zit vaak iets kwetsbaars en belangrijks. Wanneer je dat leert herkennen, ontstaat er meer rust, inzicht en keuzevrijheid. In deze interactieve workshop onderzoeken we hoe je jouw eigen reacties beter kunt begrijpen. Je ontdekt wat jouw pijn of boosheid je eigenlijk wil vertellen en hoe je dichterbij de essentie van een situatie komt, zonder jezelf of de ander te verliezen. Neem één of twee concrete situaties mee uit de afgelopen weken waarin iemand iets deed of zei wat je niet prettig vond. Daarmee gaan we praktisch aan de slag. Ervaring is niet nodig. Alleen nieuwsgierigheid en de bereidheid om eerlijk naar jezelf te kijken. Graag je deelname opgeven via marliesleegwater@gmail.com of 06-33194594</p>

	<p>De lunch is gepland omstreeks 12.00 uur in de kantine van tuinvereniging Zonneweelde.</p> <p>Aan Nivon-leden wordt de lunch door Nivon aangeboden. Als een Nivon-lid een begeleider zou willen meenemen wordt € 12.50 voor de lunch gevraagd.</p> <p>Iedereen is vrij om na de lunch met Tiane een rondje over het tuincomplex te lopen of naar Station Mariahoeve of verder te gaan op eigen gelegenheid naar station Voorschoten of naar Den Haag CS.</p> <p>Htm lijn 6 is ook dichtbij.</p> <p>Of gewoon terugwandelen. Allerlei mogelijkheden.</p>
--	--

Woensdag 27 mei 2026 **Abcoude-Nigtevecht-Weesp (16 km)**

We lopen vandaag een combinatie van etappes 10 en 11 van de Oude Hollandse Waterlinie, voorheen de NS-wandeling Gein en Vecht van station Abcoude naar station Weesp. Eerst bezoeken we het oude dorpje Abcoude. Speciaal voor ons is de R.K. Cosmas en Damianus geopend, een rijksmonument uit 1888. We drinken koffie o.i.d. op het terras van restaurant de Eendracht. Na het oude station (nu Hotel De Witte Dame) van Abcoude volgen we het kronkelende riviertje de Gein. Op de Liniebrug kruisen we het Amsterdam-Rijnkanaal. Dan bereiken we het pittoreske dorpje Nigtevecht. De dorpsnaam zegt het al: we wandelen vanaf nu parallel aan de rivier de Vecht. Na de derde drink- en broodpauze komen we in de vestingstad Weesp (tegenwoordig gemeente Amsterdam), waar allerlei mogelijkheden zijn voor terrasbezoek voordat de trein ons thuis brengt.

Verzamelen: uiterlijk 9.10 uur in hal CS Leiden bij de bankjes

Vertrek: 9.17 uur Leiden CS IC richting Nijmegen spoor 5 B

Overstapstation Bijlmer Arena spoor 7 om 9.50 uur

Vertrek Bijlmer Arena per sprinter richting Utrecht op spoor 6 om 9.54 uur

Aankomst station Abcoude om 10 uur

Terugreis: zo mogelijk uiterlijk 15.53 station Weesp per sprinter richting Leiden (aankomst 16.40 uur)

Aantal deelnemers: maximaal 20 personen all-in

Wandelbegeleiding: Thijs Gerding en Gerard J. Telkamp

Aanmelding: gerardjtelkamp@hetnet.nl

Telefoon alleen op dag wandeling: (Thijs Gerding) 06 458 341 30

Graag tijdig afzeggen indien verhinderd.

Zondag 14 juni 2026 **Een mooie dag om +/- 20 kilometer te wandelen naar De Zilk**

Het idee is om weer naar De Zilk te gaan, ingang Waterleidingduinen. We gaan dan schuin doorsteken naar Zandvoort, daar het strand op. Langs Zandvoort naar uitspanning Parnassia en door Kennemerland naar Overveen.

Voor Zandvoort zijn we aan geweest op meegebracht natje en droogje. Daarna kunnen we in overleg ergens stoppen. In Overveen is er een bezoekerscentrum alwaar we kunnen rusten alvorens het laatste stuk naar het station te lopen. Vanaf De Zilk is er na 8/9 kilometer gelegenheid de trein te nemen.

Verzamelen bij de bankjes in de hal van Leiden Centraal rond 09.10 uur,

Vertrek trein 09.20 uur op perron 4a.

Aankomst Hillegom 09.32 uur, daar nemen we bus 22 om 09.42 uur.

Let op, de waterleiding duinen vereisen een toegangskaartje.

De voorlopers zijn: Marian Smit en Andre den Ouden.

Aanmelden graag bij Andre: denoudenandre@gmail.com of 0649696213.

Woensdag 24 juni 2026 Van Heemstede-Aerdenhout → Zandvoort aan Zee (12,5 km)

Een dagje park, bos, duin, strand en zee. Met het spoor en de benenwagen. We lopen door chic en lommerrijk Aerdenhout naar de uitspanning Kraantje Lek in Overveen, alwaar koffie o.i.d. op terras of in de gelagkamer. Dan duiken we z.s.m. de duinen in. Eenmaal in Zandvoort aangekomen is er gelegenheid tot pootje baden en/of een tweede horeca en/of een strandwandeling. Elk wat wils. Met de trein terug naar (bijvoorbeeld) Leiden via Haarlem.

Verzamelen: 9.20 uur hal CS Leiden bij de bankjes

Vertrek: 9.34 uur per IC richting Amsterdam CS spoor 5 B

Aankomst Heemstede-Aerdenhout om 9.48 uur; start wandeling aan westzijde 9.50 uur

Aantal deelnemers: maximaal 20 personen all-in

Wandelbegeleiding Annette Saris en Gerard J. Telkamp

Aanmelding: gerardjtelkamp@hetnet.nl

Telefoon alleen op dag wandeling: (Annette Saris) 06 447 111 65

N.B. Graag tijdig afzeggen indien verhinderd

N.B. Voor afrekenen horeca: graag contant klein geld meenemen

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.

Voor activiteiten van de afdeling Gouda zie www.gouda.nivon.nl kijk in de rechter kolom

Voor activiteiten van de afdeling Rotterdam zie www.rotterdam.nivon.nl kijk bovenaan bij activiteiten

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.zuidhollandwest.nivon.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