

DE ZEESTER

SEPTEMBER

2026

MAANDELIJKS TIJDSCHRIFT VAN
ATB DE NATUURVRIENDEN
Afdeling Oostende



Verantwoordelijke uitgever: ATB De Natuurvrienden - Afd. Oostende
Jaak Muysen - Koornemoezen 1 - 8210 Zedelgem

56 STE JAARGANG - NR 07 – September 2026

VERSCHIJNT MAANDELIJKS NIET IN JULI EN AUGUSTUS

Activiteiten lopende en volgende maand

September

Zo 06: Fietsafsluiter
Wo 09: Clubuitstap
Za 12: Natuurvriendendag
Zo 13: GR Tocht
Zo 27: Zondagwandelen

Oktober

Ma 05: Bestuursvergadering
Zo 11: GR Tocht
Zo 25: Zondagwandelen
Vr 31: Herfstweekend

Goede voornemens voor de maand September.

1. Deelnemen aan Clubuitstap.
2. Inschrijven waar nodig.

Een vraag?

Welke vraag je ook hebt, en weet je niet tot wie je te richten, stuur je vraag naar de secretaris van de afdeling.

Twijfel je?

Wens je zeker te zijn of een activiteit wel degelijk doorgaat. Richt je tot de inrichter van de activiteit via telefoon.

Zie alle contactgegevens hiernaast.

Rekeningnummer:

BE48 0682 0913 2027

ATB De Natuurvrienden Oostende
p/a Patrick Grunewald
Laurierstraat 7 8400 Oostende.

ATB De Natuurvrienden Afdeling Oostende

Voorzitter: Patrick Grunewald

① 0479 609 404

E-mail: patrickenmarianne@telenet.be

Secretaris en Ledenadministratie:
Véronique Vancanneyt

① 0473 762 619

E-mail: vancanneytv@gmail.com

Penningmeester: Rony Vanderheiden

① 0479 235 775

E-mail: ronyvanderheiden@hotmail.com

Webmaster en Vrijdan: Didier Borrey

① 0495 529 765

E-mail: didier@borrey.be

Redactie en activiteiten: Jacky Muysen

① 0478 249 382

E-mail: jaak.muysen@gmail.com

Fietscoördinator: Jean Pierre

① 0473 825 409

E-Mail: jeanchristiane@gmail.com

Wodanactiviteiten: Ronny Monteyne

① 0475 401 686

E-mail: ronnymonteyne@gmail.com

Ondersteunende bestuursleden

Marianne Arix

① 0479 609 404

Christiane Vantiegheem

① 0476 428 108

Welkom op onze website

Voor actieve en duurzame vrije tijd

Zie ook de foto's op de website

E-mail webmaster: didier@borrey.be

www.denatuurvriendenoostende.be

Sportongeval:

Bel +32 (0)470 691 459

Zie ook lidkaart

Herfstweekend

Van vrijdag 30 oktober tot zondag 01 november 2026

Een driedaags wandel en cultuur evenement.

Kunnen wandelen, zonder extreem te doen, genieten van een uitstap, zonder exclusief te verwachten, met vrienden samen genieten, zonder voorbehoud, een leuk etentjes, met gezellig samenzijn. Het spreekt je aan, je bent welkom!

Programma

Dag 1 Vrijdag 31 oktober: Wandelen rond de abdij van Villers-la-Ville

Dag 2 Wandeling in en rond Louvain la Neuve, bezoek Hergé Museum met gids.

Dag 3 Bezoek aan de net gerestaureerde "Site Leeuw van Waterloo" en nadien afsluitend etentje in de Bosuil in Jesus Eik.

Inbegrepen in het arrangement:

De wandeling rond Villers-la-Ville.

De verrassende wandeling in Louvain-la-Neuve en het museum bezoek.

De uitstap op zondag (met gids) en het afsluitende etentje.

De maaltijden vanaf vrijdagavond tot en met zondagavond.

We verblijven in Gîte Mozaïk, Rue de la gare 2, 1348 Ottignies-Louvain-la-Neuve.

We hebben kamers voor 1 of 2 personen gereserveerd. Het zijn eenvoudige kamers maar voorzien van douche en toilet. Niemand slaapt in een stapelbed boven.

Het weekend start op 31 oktober om 11:45 uur. We verwachten je dan aan het Complex sportif de Villers la Ville, Chemin Bruyère du coq 51, te Sart-Dames-Avelines.

Je hebt je **EIGEN PICKNICK MEE**

Louvain-la-Neuve zal jullie verrassen. De wandeling, het museum, de heel speciale "feeling" in deze autoloze stad. De zondag krijgen jullie een gevoel dat reeds sinds jullie schooltijd verloren was. We sluiten af in een voor sommigen onder jullie bekende locatie, laat je verrassen. De wandelingen zijn nooit extreem maar je moet uiteraard wat stap ervaring hebben.

Schrijf je in, je krijgt dan alle noodzakelijke bijkomende info!

Info: Jacky: 0478/249 382.

Hoe inschrijven: Stuur een mail of bel naar Jacky. Graag voor 01 oktober.

Schrijf 250 euro over per deelnemer op de rekening van de natuurvrienden, zie gegevens bladzijde 2



14 MEI 2000

10 MEI 2026



26 JAAR VIA GR EN ANDERE PADEN OP WEG

In West-Vlaanderen is het Heuvelland de top wandelstreek, in Oost-Vlaanderen kiezen we voor de Vlaamse Ardennen. Onze eerste tocht gaat richting die Vlaamse Ardennen, namelijk van Tielt naar Deinze. We RIJDEN NAAR Tielt en stappen naar Deinze. In Deinze nemen we de trein terug naar Tielt. Het is een instaptocht, we doen het wat rustiger wat km betreft.

Afstand: meestal rond de 25 km!

Datum: 13 september 2026

GPS Vertrekplaats wandeling: Gratis parking
Stationsplein16, 8700 Tielt

In Deinze nemen we de trein terug naar Tielt.

Zorg voor je treinticket Deinze - Tielt!

Uur vertrek wandeling: 09:30 uur. Afstand: 22 à 24 km!

Info: Jacky GSM 0478 249 382

E-mail: jaak.muysen@gmail.com



**Bank- en verzekeringsagent
Regio Oostende Knokke CommV.**

Kantoor Northlaan | Northlaan 9 | 8400 – Oostende
Tel.: +32 (0) 059 56 07 90
Fax: +32 (0) 059 56 07 99

edwin.kimpe@mandat.belfius.be

**Keurslager
Derycker**

Vakmanschap met smaak!

Slagerij . Webshop . Automaten

www.keurslager-derycker.be
Torhoutsesteenweg 46, 8400 Oostende



ZONDAGWANDING

27 SEPTEMBER 2026



Waar: Ieper - Sportcentrum - Leopold III laan 18 - Ieper

Startplaats en parkeren: Niet parkeren aan het voetbalterrein maar op de parking van het sportcomplex.

Afstand: Ongeveer 20 km

Vertrek auto: 08:50 uur. Natuurvriendenmonumentje Parking Groendreef, Oostende:

Start wandeling voormiddag: Ieper, sportcentrum, Leopoldlaan 18 Ieper

Dubbele luswandeling: Neen

Middagstop: Brasserie De Dreve in Zonnebeke.

Start wandeling namiddag: 13:30 uur.

Info: Jenny Spinnewijn GSM: 0485 850 505

E-Mail: spinnewijn.jenny@gmail.com

Carpool: het monumentje om 8.50u

De wandeling vertrekt in Ieper om 10:00 uur stipt.

Onderweg ontdekken we Zillebekevijver en het glooiende landschap van Zillebeke en Zonnebeke. We lopen door 't Hogeboos, de Nonnebossen, het Polygonebos en het Begijnenbos.

Wie verse soep wil proeven **reserveert** vóór 20 september op volgend mailadres:

spinnewyn.jenny@gmail.com.

We betalen alle consumpties KONTANT ter plaatse op één rekening.

De après: een typisch volkscafé aan de Veemarkt in Ieper.

Indien jullie vragen hebben, bel of mail me.



Als je twijfel hebt over het doorgaan van een activiteit, wegens slecht weer, kijk dan naar uw e-mails 's morgens of bel naar de wandelleider.

Verzamel- en vertrekplaats Zondagwandeling:

Maria Hendrikapark, Groendreef Oostende.

Vertrek om 09.15 uur!



Vertrekplaats fietstocht:

Maria Hendrikapark, Groendreef Oostende.

Vertrek FIETSEN om 10.00 uur!



MORDAN

www.natuurwinkelmordan.be - denatuurwinkelmordan@skynet.be

BIO SHOP

Mordan 2
Torhoutsesteenweg 497
8400 Oostende
Tel. 059/70 05 50



www.facebook.com/natuurwinkelmordan.be

Clubuitstap

Daguitstap op woensdag 9 september 2026 naar Hondskoote.

Waar: Hondskoote, Noord-Frankrijk, afstand ongeveer 53 km, reistijd +/- 01u00 uur.

Organisatie: Met eigen vervoer en carpooling (and don't forget the driver)

Wandelleiding: Ronny & Viviane en Roland

Afstand wandelingen: In de voormiddag 9,5 km en in de namiddag 9,1 km.

Vertrek om 8:45 uur: Natuurvriendenmonumentje parking hoek Groendreef-Bosweg.

Afspraakadres: Aan de Sint-Vaaskerk te Hondskoote, Place General de Gaulle 7.

Parkeren: Nabij de kerk.

Start wandeling voormiddag: 10:00 uur.

Luswandeling: Ja. Zowel 's morgens als in de namiddag.

Middagstop: Ongeveer om 13:00 uur in Aux Eperons d'or, waar we onze zelf mee-gebrachte picknick kunnen degusteren, bij het nuttigen van een ter plaatse gekochte consumptie.

Uur vertrek namiddag: 14:00 uur

Belangrijk !!!

Gezien de wandelingen deels plaatsvinden op onverharde wegen is het aangeraden voorzien te zijn van degelijke wandelschoenen en eventueel van wandelstokken.

Einde van de activiteit: Voorzien rond 17:00 uur à 17:30 uur.

Belangrijk !!!

In eerste instantie wordt er gevraagd om onderling het carpoolen te organiseren.

Om het carpoolen op een degelijk georganiseerde manier te laten verlopen, wordt er gevraagd, om vooraf te laten weten of je meegaat, en of je eventueel bereid bent om de verplaatsing met je eigen wagen te willen maken, en of je ook nog vrije plaatsen ter beschikking hebt om andere leden mee te nemen.

Dit kan je i e d e r e woensdag laten weten voor de start van de wandeling aan Ronny.



WODANS

VERJAARDAGEN TWEEDE JAARHEFT 2026

WOENSDAG 28 OKTOBER OM 16:45

V.L.C. BREDENE

INSCHRIJVEN VOOR 19 OKTOBER

MAXIMAAL 50 DEELNEMERS

IEDEREEN BETAALT 14€

VOORAF TE BETALEN

BIJ RONNY MONTEYNE

GSM: 0475/40.16.86

Fietsafsluiter 2026

Zondag 06 september

Het fietsseizoen van dit jaar zit er bijna op, er rest ons nog de fietsafsluiter.

Zoals jullie weten of voor sommigen nog niet, dit is er eentje die we op een andere manier doen, het is ten slotte de laatste van de 7 stuks die we reden, zonder de vierdaagse meegeteld.

We blijven dicht bij huis waarbij we halverwege onze boterhammetjes kunnen nuttigen in Ichtegem, Café Gilbert Engelsestraat 23. De eindmeet ligt in Stene na ongeveer 70 km in onze vertrouwde Vlasschaard waar we ons afscheid etentje doen. Wat vragen we aan de geïnteresseerden van die dag, ons te laten weten of jullie mee fietsen en ook aan de maaltijd deelnemen, dit om praktische reden. De maaltijd in de Vlasschaard wordt door jullie zelf betaald. Wat de betaling betreft, zorg dat jullie cash bij hebben omdat ook daar per tafel moet afgerekend worden, de rest zien jullie wel.

Graag een seintje voor 28 augustus bij ons. Jean en Christiane

email: jeanchristiane@gmail.com

Tel: Jean 0473 825409

Christiane 0476 428108

Nog een zeer speciale dank aan de fietsbegeleiders die een tocht op zich namen.



Optics by day,
Wine & Art
by night

Sabor d'O is gespecialiseerd
in kwaliteitsvolle Spaanse wijnen & delicatessen
met een eigentijdse look.

Shop online: www.sabordo.be | 0486 25 17 75
Sabor d'O
BI

Geniet van 5% korting* bij aankoop vanaf 50 euro
als lid van de Natuurvrienden.
Bestellen kan via info@sabordo.be / 0486 25 17 75
of onze website www.sabordo.be

*niet cumuleerbaar met andere aanbiedingen

Zondagwandelen

Onze zondagswandeling van 31 mei bracht ons naar Vladslo voor een tocht door het rustige West-Vlaamse platteland. Bij aankomst bleek de parking aan café "De Smesse" tamelijk bezet, waardoor we onze wagens moesten parkeren in de nabijgelegen zijstraten. Vanuit het dorp volgden we Maurice en Gerda langs landelijke wegen met als leidraad het Vladslo-Ambachtpad en het Käthe Kollwitzpad. Al snel werden we ondergedompeld in een open en landelijk landschap, met uitgestrekte velden en akkers. Het Vladslo-Ambachtpad is een wandelroute dat ons laat kennismaken met Vladslo en de zijn omliggende dorpen. Het pad voert langs rustige veld-



wegen, landelijke wegels en kleine landbouwwegen. Onderweg krijg je een goed beeld van het agrarische leven in de Westhoek. We passeren akkers met kolen, aardappelen, maïs en vlas. De landbouw is hier nog steeds belangrijk. Het open landschap zorgt bovendien voor weidse vergezichten die typisch zijn voor de streek rond Diksmuide. Het Käthe Kollwitzpad heeft een bijzondere historische en culturele betekenis. Het verwijst naar de Duitse kunstenares Käthe Kollwitz, wier zoon Peter tijdens de Eerste Wereldoorlog sneuvelde nabij Diksmuide. Op de Duitse militaire begraafplaats van Vladslo bevindt zich haar wereldberoemde beeldengroep *Het Treurende Ouderpaar*, dat jaarlijks vele bezoekers aantrekt. Het wandelpad

brengt niet alleen herinneringen aan het oorlogsverleden tot leven, maar laat ook de stilte en sereniteit van het huidige landschap ervaren. Jean en Christiane, die volop aan het trainen waren met de fiets voor de Vierdaagse kruisten onze weg in het centrum van Vladslo. Ook zij hadden plannen om na de voormiddag inspanning te genieten van hun picknick in café "De Smesse". Na de middag scheidden onze wegen weer, zij richting Oostende en wij richting Esen. Daar willen we wel het graf van de oudste dame bekijken en we komen ook voorbij aan het



geboortehuis van Walter en waar Jacky zijn jeugd heeft doorgebracht. Een bijzonder boeiend onderdeel van onze wandeling vormde het gebied van de Betoosterse Broeken, gelegen tussen Esen en de Handzamevaart. De broekgebieden (laaggelegen vochtige graslanden) kwamen vroeger veel voor in Vlaanderen, maar zijn door ontwatering en intensieve landbouw op veel plaatsen verdwenen. De Betoosterse Broeken vormen daarom een waardevol restant van dit eeuwenoude landschap. Dit deel van de brede Handzamevallei vormt een natuurlijk mozaïek van natte graslanden, sloten, rietkragen, kleine moeraszones en vochtige graslanden voor hooi of als weide voor vee. Vooral in het voorjaar en na natte periodes weerspiegelen grote plassen het omliggende landschap, wat voor een bijzonder sfeervol uit-



zicht zorgt. Tijdens onze wandeling viel meteen de rust van het gebied op. De openheid van de vallei biedt weidse panorama's waarbij de horizon slechts wordt onderbroken door enkele verspreide boerderijen, bomenrijen, kerktorens in de verte en een mooi zicht op de IJzertoren van Diksmuide, die als herkenningspunt boven het landschap uitsteekt. De Betoosterse Broeken zijn ook van groot belang voor vogels. De natte weilanden trekken tal van weidevogels aan die hier voedsel vinden in de vochtige bodem. In de rietkragen weerklinken tijdens het broedseizoen de zang van rietvogels, terwijl boven de velden geregeld roofvogels op zoek gaan naar prooien. Ook voor amfibieën, insecten en kleine zoogdieren vormt het gebied een geschikt leefgebied. Langs de Handzamevaart kleuren in het voorjaar grote groepen fluitenkruid de bermen wit, terwijl het geel van het koolzaad in de omgeving een mooi contrast vormt met het groen van de graslanden. Het samenspel van water, riet, bloemen en open ruimte maakt dit deel van de wandeling bijzonder fotogeniek. Voor wandelaars vormen

de Betoosterse Broeken een van de mooiste delen van de route. Het is een landschap dat uitnodigt om even stil te staan en te genieten van de eenvoud en de schoonheid van het Vlaamse polder- en valleilandschap. Onze mooie wandeling bracht ons terug naar Vladslo waar de dag afgesloten werd. Er werd op het terras van café "De Smesse" nog nagepraat over onze prachtige natuurwandeling. Dank aan de wandelleiders hiervoor!



Zondagwandelen

Zondagwandeling van 28 juni

Door een aantal dagen extreme hitte bleken velen afgeschrikt om naar Munte (deelgemeente van Merelbeke) te komen voor de laatste zondagwandeling vóór het zomerreces. Totaal onterecht want er werd "slechts" 27° voorspeld én de echte kenners weten dat Ingrid en Christophe altijd super mooie tochten bedenken en dit was dit keer niet anders. We krijgen de extra luxe dat onze boterhammen tot de middag fris bewaard werden in de frigo van de mobil-home van de wandelleiders. Ondanks de kleine groep mogen we toch enkele nieuwe leden verwelkomen. We vertrekken voor het café aan de Torrekenstraat langs meestal onverharde paden en wegels met soms speciale namen, zo stappen we o.a. langs "Rattepas" en "Drooghout" en gaan zelfs de "Dieperik" in. We lopen tussen velden, weiden en bossen met af en toe zicht op enkele bunkers. Op het einde van een mooie ronde komen we terug aan bij café Sint Elooi, ietwat onverwacht achteraan via de tuin en dit nadat we nog even een voetbal van tussen de maïs moeten redden en teruggeven aan spelende kinderen (in die café-tuin). Op het terras nuttigen we onze koel bewaarde lunch en na de middagstop starten we terug aan de voorkant van het café. Zo komen we al snel voorbij de "Mottekapel" die op een heuveltje (motte) staat. Nadien volgen we

even de "Bunkerwegel" met alweer meerdere bunkers uit de 2de wereldoorlog die deel uitmaakten van een bunkergordel ter verdediging van Gent (met soms als woning gecamoufleerde bunkers) al kon die verdedigingslinie slechts enkele dagen de opmars van de Duitse troepen uitstellen. De communicatie tussen de bunkers was moeilijk want door de afwezigheid van telefoons enkel mogelijk door roepen of met koeriers. Niet alle bunkers zijn momenteel zichtbaar, want sommige blijven verscholen achter de hoge maïs. We zien ook meerdere militaire wachttorens en even verderop kunnen we



"bunker D14" bezoeken, die in de winter afgesloten wordt omdat er dan vleermuizen in verblijven. We komen nog langs kasteel "Zink" en bezoeken tot slot nog kort de kerk van Munte waar er goddelijke humor te lezen valt,





ALFADOG
HONDENTOILETTAGE

Arix Sibylle
Snoekstraat 13
8460 Oudenburg
0474/53 62 60
E-mail: sibylle.arix@skynet.be
Op afspraak
B.T.W. Nr. 867.359.845





't Verschil
't volkscafé voor iedereen

Dr. E. Moreauxlaan 101
Oostende
hoek Moreauxlaan - Thomas van Loostraat

Open van woensdag tot zondag | 11u - 20u

De ideale plaats voor een verfrissing
na een stevige wandel- of fietstocht



al is die niet vaak echt grappig. De prachtige dagwandeling wordt afgesloten op het terras van het ons intussen bekende café met voor elke Natuurvriend een "tennisbal". Een lekker verfrissende tennisbal, aangeraden door een van de zeer tevreden medestappers.



 **dumobil**



Wodanwandelen

Iedere woensdagnamiddag
WODAN WANDELING
Vertrek om 14.00 uur.
Info: Ronny Monteyne
☎ 059/320 948

06/05/2026 Groene Meersen.

Zedelgem.

Net als Ronny neemt zijn keunepoot even vakantie en toch starten we op deze killig aangekondigde 6de mei met 21 wandelaars aan de Sporthal Groene Meersen te Zedelgem. Het centrum van Zedelgem is momenteel één grote werf dat we daarom vermijden en langs rustige wijken en naast het domein Zevenkerken naar de Watermolenvijver stappen. Terwijl de zon zich steeds meer toont, zien we de Priorij van Bethanie liggen en nemen ook op de terugweg meestal rustige wegen, al moeten we kort langs de drukke Torhoutsesteenweg, waar we naast Kasteel Ter Loo passeren en nadien door diens park gaan om in de groene omgeving van de sporthal af te sluiten met de traditionele nabespreking.

20/05/2026 tramhalte Vismijn.

Nieuwpoort.

Vertrokken aan tramhalte vismijn ging het eerst via de Robert Orlentpromena-

de, die overigens gerenoveerd is, richting Nieuwpoort-Bad, daar volgden we de Zeedijk en passeerden zo de Barkentijn, tot aan de Kinderlaan. Daar verlieten we de Zeedijk, om zo via de Kinderlaan uit te komen aan de Similiduin. Deze gingen we dan ook in, onderweg konden we genieten van een mooi panoramisch uitzicht over de regio, en kwamen we ook nog eens twee ezeltjes tegen die daar vrij en blij rondliepen. Zo kwamen we uit aan de Louiseweg, dewelke we volgden tot aan het pad dat aansluiting geeft op de Zeemeerminnedreef, om zo dan via de talrijke paadjes terug te keren richting Nieuwpoort-stad. Eens ter hoogte van de Dudenhoflaan ging het naar de Sportbar, waar we door de uitbater op een heel vriendelijke manier werden ontvangen.

27/05/2026 Armenonville.

Oostende.

Met weeral een grote opkomst aan deelnemers, vertrokken we eerst langs de tunnel gelegen onder de spoorweg, tot aan de Blauwe bruggen. Eens voorbij de Blauwe bruggen ging het linksaf naar de Godetiastraat, genaamd naar analogie met het gewezen marinevaartuig HMS Godetia, die nu reeds verscheidene jaren uit de vaart is genomen. Daar wist de wandelleider het een en het ander te vertellen over de vergane glorie van de haven van Oostende. Zo ging de wandeling verder via de Demeybrug tot aan de oude Velodroom. Daar wist de wandelleider enige nostalgie op te wekken door te vertellen over de daar vroeger georganiseerde evenementen. Eens daar vertrokken ging het kriskras door het Maria-hendrikapark, evenwel werd er onderweg nog even halt gehouden om de jarige Jef Lust in de bloemetjes te zetten, die op 28 mei de gezegende leeftijd van 96 jaar zou bereiken. Om zo dan rond 16:30 uur aan te komen aan de Armenonville, waar iedereen nog even ge-



noot genoot van het prachtig lenteweer.

03/06/2026 tramhalte Strandwijk.

Zeebrugge.

Met een magere opkomst van slechts 14 deelnemers vertrokken aan de tramhalte, eerst ging het door de wijk genaamd De Mol. Zo passeerden we langs de kerk van de heilige Apostelen, die nu naar het schijnt een Orthodoxe kerk zou zijn geworden. Eens de kerk gepasseerd kwamen we uit aan de Bastenakenstraat, daar wist de wandelleider te vertellen dat het daar was dat er ongeveer een goed jaar geleden iemand werd doodgeslagen door twee Russische vrachtwagenchauffeurs. Zo vervolgden we onze weg via de Baron de Maerelaan tot aan het monument voor de Zeebrugse zeehaven en het monument St-George. Daar gingen we dan de Westerdam op tot aan het einde, waar we een prachtig zicht hadden op de kust tot aan Blankenberge en Wenduine. Zo keerden we langs het strand terug tot aan de Zee-dijk, waar het opeens heftig begon te re-

genen. Omstreeks 15:20 uur werden we dan genooddaakt om de wandeling te stoppen wegens de felle regen. Gelukkig waren we op dit moment ter hoogte van de Zeebrugse surfclub waar de wandeling werd afgesloten.

10/06/2026 tramhalte Groendijk.

Oostduinkerke.

Voor deze prachtige wandeling waren er helaas maar 14 deelnemers komen opdagen. Vertrokken aan de tramhalte ging het eerst naar de Kartuizerduinen, waar er zich nog een bunker bevindt uit de tweede WO. Van daar ging het via de Noordzeedreef naar het park van Hannecaert. Daar volgden we het pad tot aan de Nieuwe Ydelaan. Om zo dan ter hoogte van het huisnummer 32 het natuurgebied Ter Yde in te gaan. Daar waren velen verbaasd van de pracht van de daar nog aanwezige duinen. Eens uit het natuurgebied, kwamen we uit aan de Witte Burg en de Sint-Niklaaskerk. Van daar ging het naar het pad dat leidt richting de Doornpanneduinen. Eens aangeko-



Ontdek ons sterk voordelenpakket

- Meer dan **3000 euro** aan voordelen
- Lage bijdrage en snelle terugbetalingen
- Altijd klaar om jou te helpen
- Betaalbare tand- en hospitalisatieverzekering

Ziekenfonds Solidaris

Prinses Stefanieplein 19,
8400 Oostende

T 059 55 16 00

E kantoor.oostende@solidaris.be

www.solidaris.be



Op zoek naar een betrouwbare vastgoedpartner?

Bij Vastgoed Decuyper krijg je niet alleen expertise, maar ook een persoonlijke aanpak waarbij jouw verhaal centraal staat. Of je nu je pand wilt verkopen, verhuren, of een woning zoekt – wij staan voor je klaar met een brede glimlach en een professionele aanpak.

Onze deskundigheid en integriteit garanderen je een zorgeloze ervaring. Wij nemen de tijd om te luisteren naar jouw wensen en bieden helder en eerlijk advies.

www.decuypervastgoed.be

PREUS en AMBITIEUS

Nieuw in de vastgoedmarkt, maar vol passie en ervaring in het begeleiden van mensen.

Bij Decuyper Vastgoed krijg je meer dan alleen een makelaar, je krijgt vastgoed met een glimlach.



Contacteer ons vandaag:
T 050 17 00 50
Bezoek ons na afspraak:
Guido Gezellestraat 45,
Oostkamp

men aan het bezoekerscentrum de Doornpanne werd even een sanitaire stop gehouden. Van daar dan via de G. Scottlaan en de Mooi Verblijflaan tot aan de Zeedijk van Oostduinkerke. Daar hadden we het geluk dat de Oostduinkerke Peerdevischers juist van de partij waren. Zo ging het dan verder via het Europaplein en de duine tot aan de surfclub Windekind waar de wandeling werd afgesloten.

10/06/2026 tramhalte Pier.

Blankenberge.

Vertrokken aan de tramhalte ging het tot aan de Polderlaan, om zo uit te komen aan de Breeweg, dewelke we volgden tot aan de Bosstraat om zo richting Lissewege te gaan. Eens aangekomen op grondgebied Lissewege ging het via het Polderbos en de Canadezenstraat tot aan de Patentestraat waar de weg terug richting Blankenberge werd aangevat. Via de Patentestraat kwamen we dan uit aan de Groendijk, om zo dan via Zeebrugge- laan uit te komen aan het Zeebos. Dit

echter niet zonder eerst halt gehouden te hebben aan de Polderhoeve voor het nuttigen van een hoeve-ijsje. Eens het Zeebos doorkruist ging het via het vakantieverblijf Corsendonk tot aan de Floréal waar de wandeling werd afgerond.



Fietsnieuws

Datums fiets seizoen 2026

6 Sep: Fietsafsluiter 2026.

Zie ook bladzijde 7 voor inschrijving.

Fietsvierdaagse 2026

Onze fietscoördinator Jean en zijn assistente Christiane hebben dit jaar gekozen voor Gent als verblijfsbestemming voor de fietsvierdaagse '26, en dit uiteraard aangevuld met verkenning van diverse rand - en verder verwijderde gemeenten rond deze mooie stad, hoofdplaats van Oost-Vlaanderen. Vorige fiets-4-daagsen onder hun leiding waren Lo (2022); Kortrijk (2023); Terneuzen Nederland (2024) en Duinkerke Frankrijk (2025).

Dag 1: Oostende - Gent

Naar gewoonte verzamelen de deelnemers aan het NV-monumentje waar tota! onverwacht Dirk komt opdagen die de wagen van zijn vriend Didier komt ophalen om deze naar een veiliger parkeerplaats te brengen. Van deze gelegenheid wordt gebruik gemaakt om hem de groepsfoto te laten vastleggen. Jammer dat we Patrick O. moeten missen als 14^{de} fietser omwille van gezondheidsproblemen bij zijn vrouw. Om Gent te bereiken moet je via Brugge en dat laat vermoeden dat we langs de vaart onze eerste kilometers zullen afhaspelen. En zo geschiedt! Even voorbij de Brugse roeiclub wordt aan de Houtkaai een eerste stop gehouden vooraleer te slalommen doorheen Brugge waarbij de grote veranderingswerken in de omgeving van het station opvallen. De hulp van halve Bruggeling Jacky komt hierbij goed van pas. Algauw fietsen we terug langs het kanaal richting Steenbrugge waar mij herkennings-

punten opvallen van een destijds gegidste wandeling onder leiding van het duo Didier en Dirk onze Brugge-kenner bij uitstek. Mooi om zien langs het water zijn de bebloemde oevers met rode papavers, blauwe dropplant, lisdodde en meerdere zogezegde onkruiden. Deze beplanting is cruciaal voor de biodiversiteit en oeverbescherming. Nog meer in het oog springend is evenwel een omvangrijke hoge afgeknotte dode boomstam waarop een ooievaarskoppel een nest heeft gebouwd en waarbij de kuikens reeds zichtbaar zijn en benieuwd naar de rij gele hesjes staren. Verder langs het kanaal bereiken we stilaan de gemeente Beernem waar de middagstop gehouden wordt in café St-Lucas waar ons een verzorgde en vriendelijke bedie-



Uitwaaien en genieten van het niets-doen...
op het Nederlandse eiland, Schiermonnikoog



ning wacht. Terug op de fiets en langs het kanaal Brugge – Gent passeren we de kleine jachthaven van Beernem en de gemeente St Joris. Treffend is hoe we rustig kunnen fietsen dankzij de vele fietsstraten alsmede de fietssnelweg F6. Een minder groene omkadering valt ons evenwel te beurt bij de passage langs Aalter waar de industrie de bovenhand neemt. Verder langs de vaart kruisen we het Kanaal van de Leie om vervolgens Gent te benaderen via de Ringvaart. Via de randgemeente Maria-kerke fietsen we Gent in en passeren langs de Groendreef waar nog steeds de ex-Rijkswachtkazerne in gebruik is. Deze locatie herinnert mij aan mijn vader, die destijds als rijkswachter, aldaar verzamelde met collega's uit andere brigades om met de bus naar Brussel te rijden om aldaar de orde te handhaven bij de betogingen van de eenheidswet in 1960. Deze wet was toen ook een besparings- en hervormingspakket van de regering Eyskens zijnde een noodzaak waarmee we thans opnieuw geconfronteerd worden met onze huidige regeringsploeg. Zigzaggend door Gent via de druk bereden fietspaden aangeduid door de zwart-witte knooppuntenborden bereiken we ons Ibis hotel in hartje Gent in de nabije omgeving van het operagebouw en het oude gerechtsgebouw. Na installatie en opfrissing in onze hotelkamer verzamelen we om ons door het mooie en levendige stadscentrum te begeven naar het restaurant "Akdeniz" gelegen op de hoek van de Sleepstraat, beter bekend als het begin van de Turkse wijk. Na een lekkere maaltijd wordt nog van een "après-tje" genoten in café 't Kanon gelegen op enkele stappen van de Vrijdagmarkt. Vermoeid en tevreden over deze eerste fietsdag begeven we ons daarna naar ons hotel, en dromen (?) we over wat nog komen moet Patrick.

Dag 2: Plaatselijke rit.

Na een verkwikkende nachtrust, een lekker ontbijt en ontvangst van onze middag-lunch staan we allen klaar om te starten. Gele hesjes aan, lichten aan !! (orders van de lei(ij)der)

Mijn eerste les: Het befaamde Ostensch heure bestaat niet bij de Natuurvrienden. Het vertrek om 10h wil zeggen: 09:50 uur staat iedereen klaar in 't gelid om te starten. Ons hotel ligt pal in centrum Gent en dus waren we onmiddellijk ondergedompeld in de drukte van de ochtend. Via fiets-straten-paden-lanen en diverse drukke kruispunten fietsten we onvervaard Gent door tot aan kruispunt 56. Enig overleg was nodig. Onder of over de brug, links of rechts van de brug? Onze ervaren wegkapi-teins hadden dit echter vlug opgelost en in een mum van tijd waren wij Gent voorbij op weg naar het liefelijk, mooie hinterland. Het dorpje Afsnee kon ons bekoren om niet te spreken van Sint-Martens-Latem met zijn immense tuinen en villa's . Dit was



**expert in
vastgoed.**
sinds 1955

duidelijk geen spek voor onze bek. Iets verder doorkruisten we Deurle, ooit genomineerd als mooiste dorp van Oost-Vlaanderen. Een bezoek aan de tuinen van het Kasteel van Ooidonk in Bachte-Maria-Leerne en het immense kasteel zelf deden ons denken aan de kastelen van de Loire! Onze magen begonnen lichtjes te rammelen. Donkere wolken kwamen op zetten. We waren juist op tijd in Deinze om onze lunch aan te spreken. Weerom werden we met open armen ontvangen. Wat een organisatie! Onze terugtocht naar Gent verliep met een oog op de weg, met het andere naar de lucht. Links mooie blauwe lucht, rechts donkere (donder) wolken. Onze route verliep juist tussen de twee tegenpolen! Een plensbuitje alleen kon ons echt niet deren. Alleen mijn regenbroek is dringend aan vervanging toe. Na nog een blik op het mooie kasteel van Laarne, kwamen we stilaan terug in de woelige drukte van Gent. Studenten snorden ons voorbij. Met een half oog bewonderen we de studentinnen sierlijk op hun e-bikes. Waar is de tijd van ...

Mijn tweede les: Na een drukke dag: 1 Je vlug wat opfrissen. 2 Aspraak in de bar. 3 Afspraak in een leuk restaurant. 4 Via het oude mooi verlichte centrum terug naar de bar. 5 Tot de last-call. Het was weerom een heel fijne dag. Dank aan de inrichters en aan allen voor de toffe sfeer! Een vierdaagse fietsneofiet. John

Dag 3: Abdijen, bloemenvelden en ribbetjes!

Na een uitgebreid ontbijt stapten we opnieuw vol goede moed op de fiets. De benen waren nog fris, de sfeer zat goed, en het weer... wel, dat zou zich later nog bewijzen. We trokken richting het noorden van Gent, met Gent-Brugge als eerste doel. Onze eerste stop was het Coyendanspark, waar onze voorzitter (die Gent beter kent dan zijn eigen achtertuin) ons trakteerde op een boeiende uitleg. De blikvanger daar is een haagbeuk die in de vorm van een kerk is gesnoeid. Jawel, een *groene kerk*. Het is een eerbetoon aan de vroegere abdijkerk van de Sint-Baafsabdij, die in de 16e eeuw door Keizer Karel werd gesloopt. Gelukkig bleef de haagbeuk gespaard. Daarna fietsten we het rustige buitengebied van Gent in, richting het Kasteel van Laarne. Een indrukwekkend bouwwerk dat al eeuwenlang de dorpskern domineert. Ooit was het een houten constructie, maar rond 1300 werd het vervangen door steen en sindsdien heeft het kasteel meer renovaties gehad dan een gemiddelde Vlaamse woonkamer. Na de Tweede Wereldoorlog werd het prachtig opgeknapt en tegenwoordig kan je het op bepaalde dagen bezoeken. Na een korte pauze traptten we verder naar Lochristi, wereldwijd bekend als de bakermat van de sierteelt. En dat was te zien: bloemenvelden in alle kleuren van de regenboog, alsof iemand een gigantische doos kleurpotloden had uitgestrooid. Voor de middagpauze hielden we halt bij café *De Bonte Koe*, waar we hartelijk werden ontvangen. Onze timing was perfect: nét toen we aan de lunch zaten, gingen de hemelsluizen open. We waren bijzonder blij dat we niet op het terras zaten tenzij we een gratis douche hadden gewild. Gelukkig klaarde het na de lunch alweer op. In de namiddag reden we via Zeveneken en Zaffelare terug richting Gent. De route leidde ons over kleine, verharde wegen door uitgestrekte velden, in de buurt van Provinciaal Domein Puyenbroeck. Eén keer moesten we nog stoppen om onze regenkleding aan te trekken. De buienradar (tegenwoordig betrouwbaarder dan sommige politieke voorspellingen) had regen aangekondigd. Maar ook deze bui was van korte duur. Via Oostakker fietsten we terug naar Gent. We kwamen langs de Lourdesgrot, maar die stond dit keer niet op het programma. Terug in de stad merkten we opnieuw hoe prettig het fietsen hier is: in veel straten hebben fietsers voorrang. Een verademing. Na een korte voorvergadering in het hotel was het tijd voor het belangrijkste onderdeel van de dag: eten. We trokken naar ribbetjeszaak *De Gekroonde Hoofden*, waar we genoten van een heerlijk ribbetjesfestijn. De calorieën die we er hadden afgereden, kwamen in recordtempo terug. Op de terugweg naar het hotel keken we onze ogen uit. Achter middeleeuwse gevels bleken hypermoderne ge-

bouwen verstopt te zitten, zoals het Marriott hotel. En Gent leeft — zelfs 's avonds laat wemelt het er van de studenten, wat zorgt voor een gezellige, bruisende sfeer. We sloten deze geslaagde dag af met een slaapmutsje in de hotelbar. Daarna was het hoog tijd om de bedden op te zoeken. De volgende dag zou immers weer nieuwe avonturen brengen. Een tevreden medefietser.

Dag 4: Terug naar huis.

De laatste dag van onze vierdaagse is aangebroken. Na een verkwikkende slaap zijn we wakker geworden met de zon in onze kamer, het ziet er goed uit denken wij. Het ontbijtbuffet lonkt en we maken gretig gebruik van de aangeboden broodjes, beleg, fruit, graantjes en nog veel meer, ook de lekkere koffie laat zich smaken. En als verrassing krijgen we nog bezoek van onze schoonzoon die ons eventjes goedendag komt zeggen. Niet veel tijd te verliezen want er moet bagage ingepakt worden en de fietszakken gevuld. We krijgen ook nog een lunchpakket mee voor onderweg. We starten blijgezind op de fiets voor de terugreis, door het centrum gaat het vlotjes via de fietsstraten en fietspaden. Met wat frisse wind op kop fietsen we richting Maria-kerke en Vinderhoute langs het kanaal Gent-Brugge. Het is rustig en het groen flatteert de omgeving, we zien de duiventoren in Bellem in het Meetjesland en via Aalter en St Joris gaat het richting Beernem waar we even gaan verpozen en onze lunch gebruiken. We hebben al 42km op de teller. Voor we opnieuw starten zijn we er niet zo zeker van dat het droog blijft onderweg, dus wordt de regenkledij bovengehaald. Ja, we kunnen niet steeds zoveel geluk hebben als de vorige dagen. We kruisen een auto met felle claxon, wie zien we daar in die wagen? De echtgenote van Didier. Zij kwam ons verrassen maar was net te laat, spijtig moesten we verder fietsen met handgezwaai. Niet veel verder voelen we de eerste regendruppels en de grijze lucht is de voorbode van nog veel meer. We naderen Brugge die scone, maar het is overal nat, het is druk, er zijn veel toeristen en het is oppassen geblazen tot we opnieuw langs de Brugse vaart naar Oostende fietsen. We houden een stevig tempo aan waardoor we veel vroeger dan verwacht in Stene-dorp aan de Vlasschaard staan. We kunnen ons ontdoen van de natte kledij in de veranda en een mooi gedekte tafel wacht ons op in de eetzaal. De mooie vierdaagse zit erop, in mineur wat het weer betreft, maar het was prachtig. Terwijl er druk nagepraat wordt genieten we van een welkom aperitief. We krijgen verder een lekkere garnaalkroket opgediend en als hoofdschotel een oerdegelijke Vlaamse klassieker; Witlof-ham rolletjes met puree en als afsluiter aardbeien of koffie. Iedereen is tevreden, het gaat er gezellig aan toe en Patrick sluit af met een mooi dankwoord voor Christiane en Jean. Wij blij dat we er mochten bij zijn, bedankt Christiane en Jean voor jullie inzet, het was weer een prachtige toer. Een goede voorbereiding van de knooppunten, de begeleiding, het logies, de picknick en de eetadresjes, alles prima geslaagd en gesmaakt. Dank aan alle deelnemers voor het aangenaam gezelschap en voor het leidende team.

DIKKE, dikke MERCIÉ.

W. en Erna. En als we mogen hopen, nog een 4-daagse?

Samenvatting van het fietsseizoen 2026.

In de ster van oktober komt een samenvatting van het seizoen 2026, met enkele verslagen van de voorbije fietstochten en als afsluiter de fietsafsluiter.

Het Achterkommertje

Je hebt zo van die momenten. Je zou wat moeten neerpennen, maar je hebt eigenlijk geen inspiratie. Er is zoveel gebeurd en eigenlijk is er niets veranderd. Al die veranderingen zijn in het begin groot nieuws. De oorlog in het Oosten. Je hoort er wel nog van, een paar drones hier of daar, een paar doden, geen probleem, we zijn het zo gewoon. Gaan we naar het verre Oosten, daar wordt de oliekraan gebruikt als wapen. Een oorlog aangevat door een Nobelprijs winnaar voor de vrede, denkt hij zelf, gaat geen kant op. De prijzen aan de pomp doen jo-jo, en stijgen ongemerkt steeds een beetje. We zijn het zo gewoon. Rond de middellandse zee houdt het uitverkoren volk de vinger aan de trekker. Ze verdedigen zichzelf door anderen meedogenloos te onderdrukken. Al dan niet terecht, naargelang aan welke kant je staat en uit welk gezichtspunt je het bekijkt. We zijn het zo gewoon. Tussendoor was er de NAVO top waar niets echt beslist wordt en er felle kritiek geuit werd door één iemand. We zijn het zo gewoon. Wat vrediger ging het op het wereldkampioenschap. Vele kleine ploegjes ontpopten zich tot reuze doder, maar wie dacht dat die gasten kwamen om stilletjes als anonieme vierde of derde door de achterdeur te verdwijnen, die was eraan voor zijn moeite. Die gasten waren fris en monter en erop gebrand zich te tonen. We zijn het zo gewoon. Onze voetbal mannen deden het verdienstelijk en strandden iets te vroeg in een of andere zoveelste finale. We zijn het zo gewoon. In de ronde van Frankrijk was de winnaar op voorhand gekend en bekend. Dat ook een Belg een hoofdrol zou spelen hadden we misschien minder verwacht. Dat er weer iemand een spijtige val ging doen, dat hadden we dan wel verwacht. We zijn het zo gewoon. Uiteraard was het ook weer een festivalzomer. Hier of daar werden zelfs records gebroken, was het niet wat bezoekersaantal betrof, dan toch wat het zweten betrof. Aansluitend konden we in deze zomer genieten van uitzonderlijk hoge temperaturen en dit uitzonderlijk lang. Soms wisten we niet, moeten we nu genieten van het mooie weer of moeten we ons ongerust en schuldig voelen. Zo alle dagen zomer had zijn voordelen, maar we hoorden toch meer de nadelen. We zijn het zo gewoon. Konden we die zomer zo maar ondergaan, dan hadden we ook aan de zonsverduistering helemaal geen inspraak. Heel het land op zoek naar de onmisbare brillletjes. Waren ze vandaag uitverkocht, morgen was er opeens een onverklaarbare voorraad opgedoken, uiteraard aan een nieuwe verklaarbare prijs. Sommigen trokken tot in Spanje om het fenomeen te zien, andere beperkten zich tot het open veld om de hoek. De volgende zonsverduistering komt eraan. Weliswaar niet zo dichtbij maar vanaf volgend jaar is er wel ergens op de wereld een verduistering waar te nemen. We zijn het zo gewoon. Ik zou nog wat kunnen schrijven over de aankomende activiteiten. Maar die zijn eigenlijk al verspreid via onze jaarkalender. En als er toelichtingen zijn dan vind je die in de zeester of op de website. Mogelijkheden genoeg. En wie deze ster aandachtig leest ontdekt reeds een paar activiteiten die eraan komen en toegelicht worden. We zijn het zo gewoon. Ik beperk mijn woordje dan maar, ik vind het zo gewoon.

SHIMANO
SERVICE CENTER

soigneurs
BY DE FIETSENMAKER
VELO

De Fietsenmaker
Berkenhagestraat 2
8210 Zedelgem
050/501 509

bram@defietsenmaker.be
www.soigneursvelo.be



Kookrubriek Het Dekselletje

MaaK in een handomdraai vegan bananenijs met havermelk!

Benodigheden (voor 2 pers.)

- ♦ 3 grote, overrijpe bananen (hoe rijper en bruiner, hoe zoeter het ijs)
- ♦ 4 tot 6 el havermelk (afhankelijk van hoe dik je het wilt)
- ♦ Optioneel; snufje kaneel, tl vanille-extract of een el pindakaas.

Bereiding

1. Pel de bananen en snijd ze in plakjes.
2. Doe de plakjes in een afgesloten diepvriesdoos of zakje en vries ze minimaal 6 tot 8 uur in.
3. Haal de bananen uit de vriezer en laat ze eventueel 5 min. iets zachter worden.
4. Doe de plakjes in een mengkom van je keukenmachine of met een krachtige staafmixer, samen met de havermelk en eventuele smaakstoffen.
5. Pureer ze tot een romige "Nice cream".

Smakelijk



Est. 1999



- Pistache & Vanille -

Bloemenwinkel

Alfons Pieterslaan 1A Oostende tel. 0495/51 07 40
info@pistacheenvanille.be