

DE ZEESTER

MAART

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 03 - Maart 2026

VERSCHIJNT MAANDELIJKS NIET IN JULI EN AUGUSTUS

Activiteiten lopende en volgende maand

Maart

Vr 06: Clubavond
Zo 08: GR Tocht
Zo 22: Zondagwandeling

April

Zo 12: GR Tocht
Zo 19: Fietsen
Ma 20: Bestuursvergadering
Zo 26: Zondagwandelen

Goede voornemens voor de maand Februari

1. De clubavond van maart inplannen.
2. De fiets rijklaar maken
3. Wie interesse heeft in carpool, lees het "Achterkommertje".

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

☎ 0479 609 404

E-mail: patrickenmarianne@telenet.be

Secretaris en Ledenadministratie:
Véronique Vancanneyt

☎ 0473 762 619

E-mail: vancanneytv@gmail.com

Penningmeester: Rony Vanderheiden

☎ 0479 235 775

E-mail: ronyvanderheiden@hotmail.com

Webmaster en Vrijdan: Didier Borrey

☎ 0495 529 765

E-mail: didier@borrey.be

Redactie en activiteiten: Jacky Muysen

☎ 0478 249 382

E-mail: jaak.muysen@gmail.com

Fietscoördinator: Jean Pierre

☎ 0473 825 409

E-Mail: jeanchristiane@gmail.com

Wodanactiviteiten: Ronny Monteyne

☎ 0475 401 686

E-mail: ronnymonteyne@gmail.com

Ondersteunende bestuursleden

Marianne Arix

☎ 0479 609 404

Christiane Vantieghem

☎ 0476 428 108

Sportongeval:

Bel +32 (0)470 691 459

Zie ook lidkaart

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

Clubavond

06 maart 2026

Op de clubavond op 6 maart aanstaande worden uitzonderlijk twee onderwerpen aangesneden.

1. De verkeersregels

Vooreerst komt Eerste-Inspecteur Harry Van Barneveld om **19u00** uitleg geven welke verkeersregels dienen gevolgd door wandelaars en fietsers in groep. Een onderwerp die ons allen aanbelangt en waarbij mogelijkheid wordt geboden om vragen te stellen.

2. Bouw van de Nele

Nadien komen om **20u30 Georges Verleene en André Nolf** vertellen hoe in het jaar 2000 begonnen werd aan de bouw van De Nele, een replica van de Oostendse Tweemastsloep. Deze realisatie geschiedde in het kader van de Maritime Site Oostende (MSO), zijnde een project waarbij langdurig werklozen werden opgeleid om de nodige competenties en werkattituden te verwerven om nadien op de arbeidsmarkt aan de slag te kunnen. De officiële tewaterlating van De Nele vond plaatst op 7 mei 2005. Sedertdien vaart dit schip nog uit met toeristen en belangstellenden.

Tot vrijdag 6 maart

Het bestuur

Waar:
OC De Blomme
Chrysantenstraat 30
8400 - Oostende

Deuren: 18.30
Iedereen welkom!



14 MEI 2000

11 MEI 2025



25 JAAR VIA GR EN ANDERE PADEN OP WEG

Piet Hardeman was een voortrekker zowel wat betreft grote routepadten als wat betreft promotie van het Heuvelland, waar hij geboren werd, waar hij woonde waar hij leefde. Ter nagedachtenis aan Piet, de medestichter van Grote Routepadten in Vlaanderen, lopen we delen van ZIJN STREEK GR. Steeds luswandelingen!

Afstand: steeds rond de 25 km!

Datum: Zondag 08 maart 2026

GPS Vertrekplaats wandeling: St-Sylvestre-Cappel
Place de l'église, 59114 Saint-Sylvestre-Cappel

Afspraak Carpool Loppem: 08.15 uur of zie mail.

Uur vertrek wandeling: 09.30 uur. Afstand: 27 km!

GPS Aankomstplaats wandeling: idem, uiteraard, tenzij!

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
www.keurslager-derycker.be



BESTEL ONLINE

Haal af
in onze VERSBOX
24 op 24
En
7 dagen op 7.

Torhoutsesteenweg 46 8400 Oostende
Tel 059/702307 info@keurslager-derycker.be

ZONDAGWANDELEN

22 MAART 2026



Startplaats en parkeren: Café Boltra - Boltraweg 17A in Kruiskerke
Wingene



Afstand: 9 en 10 km

Vertrek: 09.15 uur. Natuurvriendenmonumentje Parking Groendreef, Oostende

Start wandeling voormiddag: Café Boltra

Uur start wandeling: 10.00 uur.

Dubbele luswandeling: Ja met middagstop in café Boltra

Middagstop: Café Boltra

Start wandeling namiddag: 13.30 uur.

Einde wandeling en après: Café Boltra

Info: Dirk gsm 0497 45 24 41

en Rony gsm 0479 23 57 75

Onze derde zondagswandeling starten we in Kruiskerke (deelgemeente Wingene) aan café Boltra op het einde van de Boltraweg. Dit is een doodlopende straat en op het einde is er een beperkte parking. Graag zoveel als mogelijk carpoolen a.u.b.

Café Boltra wordt onze uitvalsbasis voor een afwisselende wandeling in en rond Kruiskerke op voornamelijk onverharde wegen.

Als je twijfels hebt over het doorgaan van onze wandeling, wegens slecht weer, bel naar een van de wandelleiders.



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

BIO SHOP

www.natuurwinkelmordan.be - denatuurwinkelmordan@skynet.be

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



www.facebook.com/natuurwinkelmordan.be

GR Tocht

GR-Tocht van 08 februari 2026.

De februari GR tocht is meestal een tocht in het Pajottenland. We kiezen er voor de tocht "Het pajottenland op zijn mooist!". Dit is een winterwandeling bij uitstek. Tijdens deze tocht ligt het accent op het parcours! Er wordt gestart vanuit de kleinste Pepingse deelgemeente, het landelijke Elingen, en er wordt gewandeld door de heuvelende groene Pajotse natuur met prachtige vergezichten. Het parcours bestaat uit een maximum aan paadjes, veldwegjes en privé-domeinen. Voor zover de aankondiging door de wandelclub "Bellingen 2.0 walk-trail-hike". In Bellingen (Pepingen) is de voornaamste actieve club bovenvermelde, kortweg "wandelclub Bellingen". Zij richten zich op wandelen met een sterke nadruk op natuur en onverharde paden. Volgende activiteit richten ze onder andere ook in: Walk 2 Walk (6 x het Pajottenland op zijn mooist), een jaarlijks evenement in april en mei waarbij de club 6 weken lang wandelingen van ongeveer 10 km organiseert door de deelgemeenten van Pepingen. Maar ook de Après-walk wordt niet vergeten. De club organiseert gezellige bijeenkomsten na de wandelingen, vaak in samenwerking met lokale verenigingen. Jaarlijks zorgen de Bellingse wandelaars voor een mooi parcours, regelmatig door privé domeinen, die eenmalig toegankelijk zijn. We spreken er af in de parochiezaal. Het centrum van de gemeente wordt zoveel mogelijk verkeersvrij gehouden zodat je steeds een aanloop route hebt en een parkeerplaatsje bemachtigen niet zo voor de hand liggend is. Wij vonden een



plaatsje op een privé terrein, waar de eigenaar ons gelukkig welwillend was, Roland had het heel dichtbij gezocht en kon gebruik maken van een mini-plaatsje, Lieven had geluk dat de straat beschildering zo goed als onzichtbaar was maar Cynthia en Peter hielden er een heuse wandeltocht aan over, vooraleer ze in de parochiezaal waren. Verspreid en verlaat vonden we elkaar voor de start. We kozen voor de 22 kilometer daar er geen meer geschikte afstand aangemeld was. Een blik op de kaart en de kilometertabel leerde ons dat we een van de lussen van de 50 kilometer konden volgen om toch aan 27 kilometer te geraken. Wat we goed in gedachten hielden. Met negen stappers en elk een appel rijker en na het nuttigen van een koffie, gingen we op pad. Uiteraard niet alleen, 's avonds ontdekten we dat we met 1841 waren, maar echt druk was het nooit. Zit je op een parcours waar enkel de 22, 35 en 50 op zit, dan loop je zelfs rustig en meestal alleen. Volgens een oude volksspreuk moet februari drie zomerse dagen leveren. Er blijven er nog twee te gaan, want deze zondagse februari dag was alvast de eerste. Mooie vergezichten spreken ons aan in deze licht golvende streek waar rustig wonen nog een andere dimensie heeft in vergelijking met bij ons in West-Vlaanderen, waar men ook rustig kan wonen, echter in een altijd drukke omgeving. De eerste pauze houden we

Combineer een flinke wandeling in ons landelijk dorp en door de Scheldemeersen met een bezoek aan een tentoonstelling in het kunsthuis.

Stuur uw mailadres door via de site en wij houden u op de hoogte van de expo's.



Kunsthuis DORP 16 – Zevergem (De Pinte aan de Schelde @)
www.kunsthuisdorp16.be

aan een serre en treffen er zowaar een van onze leden. Jan-Piet heeft er een weekendje Pajottenland van gemaakt en loopt de 11 km zodat hij tegen de middag familiebezoek kan inplannen. Waar je ook loopt langs Vlaamse wegen, je komt altijd bekenden tegen. We plannen onze middag pauze stop op 7 kilometer en stappen verder. Een voordeel van zo een tocht is dat er steeds mogelijkheid is om binnen te schuilen tijdens de pauze. Meestal ergens een geïmproviseerd onderkomen waar het niet altijd zo praktisch werken is, soms in een schuur, soms in een serre, veel plaats is er nooit, goedkoop is het altijd, soep, koffie, streekbier in de aanbieding, niet altijd echt gezellig, maar aan één tafel gezellig samen hebben de natuurvrienden sfeer in overvloed. Het fruitdomein Kestergat

liet ons door zijn privé-domein wandelen en stelde ook zijn hangar ter beschikking. Kestergat staat voor eigen teelt van appels en peren. De appels worden er verkocht onder de naam "Magic start" en ze houden de detail verkoop zoveel mogelijk in eigen beheer. De gevaarlijke straat over na de pauze en de pijltjes van de 22 volgend, komen we aan de splitsing 22 - 35 - 50. Willen we de 27 samenstellen dan hoeven we dit hier te doen. Een kort overleg en iedereen bereid, alhoewel het bij aankomst wel even pijn deed, maar dit wisten we toen nog niet. Regelmatig wat op en af en in sommige wegeltjes bleef je echt plakken. Twee jonge dames, zijn ze allemaal tegenwoordig, steken ons taterend voorbij.




Optics by day,
Wine & Art
by night


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

5% O
Sabor d'O
www.sabor-d-o.be

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

*niet cumuleerbaar met andere aanbiedingen


't VISPALLEIS
OOSTENDE - BREDENE



OOSTENDE
Alfons Pieterslaan 30
Tel 059 707 383

BREDENE
Kapelstraat 115
Tel 059 425 711

Iets verder, na een 4 à 5 km, komen we terug op ons vooropgesteld parcours en de laatste rustpost komt eraan. Een oude half gerestaureerde schuur, waar Lieven wel nog wat werk zou aan hebben, is onze pleisterplaats. Zoals gezegd, steeds mogelijkheid even te stoppen, binnen en met drankje. Een koffie, een streekbier, je kiest het uit. Een praatje met de twee ons voorbij gesnelde dames. Hoe het komt dat ze zoveel te vertellen hebben ontdekken we ook, het staat voor hen, halfvol. Er rest ons nog 5,9 km volgens gegevens. Uiteraard niet rechtdoor naar Elingen, maar via een leuk natuurgebied, meestal privé domein. Onverhard is hier weer koning. Eindelijk komen we op het asfalt en zien de kerk voor ons. Een kerkegel kan er nog net van af maar

dan is het definitief richting Parochiezaal, waar Dirk net voor ons toegekomen is en een plaatsje heeft gereserveerd. De pannenkoeken van het huis verleiden er Lieven en Peter. Na lang wachten, want de bediening wisselt steeds van richting en Lieven, als gentlemen, laat alle vrouwen voorgaan, gaat Cynthia er haar mee bemoeien en een zucht later heeft iedereen zijn pannenkoek.

Een echt toffe pannenkoek.

Een sympathieke medestapper.





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

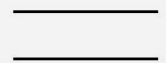
Zondagwandelen

Op zondag 25 januari was het verzamelen op de parking van de Valkaart (Oostkamp), en na iedereen een gelukkig nieuwjaar gewenst te hebben, kregen we nog de officiële Nieuwjaarswens van onze leider, Didier, en de dagtocht van zo'n 20 km kon beginnen. Het weer was aan onze kant: fris, grijs, geen regen, geen zon. Dus stappen om je te verwarmen. Via het lokale parkje liepen we door wat straten om ons eerste bos te bezoeken. Dit bos bestond uit hooguit 20 bomen van een jaar of 5 oud, maar wat het groot(s) maakte, was dat elke boom gewijd was aan een honderdjarige inwoner van de gemeente. Ook het gemeentehuis ernaast had een verhaal. Via het industrieterrein en de zijkant van de dorpskom, kwamen we algauw in het vrije veld. Links van ons liep de E40 en hij zou dat bij tussenpozen nog wel eens doen die dag, nu eens wat dicht, dan

weer verderaf. Zo naderden we Loppem, wat we niet aandeden maar ook links lieten liggen. Via mooie fietspaden, open vlaktes en groene weidestroken en akkerland, naderden we de uithoeken van Sint-Michiels Brugge met de kennisgeving van de Belgische spoorweg, maar nu aan onze rechterzijde.

Onze maag gaf al aan dat het middaguur naderde, maar toch moesten we nog een klein ommetje maken in een parkje om per ongeluk dan slijkvoeten te hebben en zo café Perrongeluk binnen te stappen. We hadden allemaal vlug een plaatsje gevonden en onze picknick smaakte. Daarna weer in gang geraken voor het tweede deel. Niemand kwam ons vervoegen en slechts 2 stappers verlieten ons. Weerom door wat industriegebied, de poëzie tegemoet want zo heet nu blijkbaar het Lappersfortbos. Tijd om de geafficheerde poëzie te doorgronden werd ons sterk afgeraden omwille van het tijdschema. De tocht gaat nu een hele tijd door met de vaart (Brugge-

 **dumobil**



Gent) aan onze linkerkant. Rechts, lan- derijen, bomen en bunkers. Zeer mooi wandelen, tot we Moerbrugge-brug be- reiken. Daar gaan we rechts het natuur- gebied in. Vogelaars met teledenzen om verwonderd naar te kijken ipv naar de vijvers waren wat gestoord door ons en- thousiasme. Van daaruit liepen we naar het treinstation Oostkamp. Ooit stond het aan de andere kant van het spoor, werd afgebroken en authentiek terug op- gebouwd, mooi en perfect en wordt nu niet gebruikt. Erfgoed! Algauw kwamen we aan het domein "de Cellen" waar de etappe wat kon ingekort worden voor wie te vermoeid was of erg naar het café verlangde. Enkelen kozen hiervoor. De anderen trokken "de Cellen" in. Mooi domein met als toemaatje, links van ons, de E40 van dichtbij. Rechts van ons was het bos. Vanaf dan begon iedereen naar het café te verlangen. Maar eerst had- den we nog een industrie/

kantorenterein, waar de architectuur voorrang had gekregen, een gewoon in- dustrieterrein, weerom het bos van de honderdjarigen, weerom ons parkje en dan, ons café. Het was een heerlijke dag. Fijn weer, fijn gezelschap, prima organisatie! Bedankt. Een medestapper.








ACROPOLIS

GRIEKSE RESTAURANT

Albert I promenade 3 - 8400 Oostende
059/51.39.23

U kunt voor lekkere Griekse spijzen en dranken terecht in de Acropolis op de dijk, nabij het zeeliedenmonument.



Steve Van Ryssel
Nathalie Meirlevede

(059)80 48 58

www.tenstuyver.be
info@tenstuyver.be

Ten Stuyver BV
Stuiverstraat 357
8400 Oostende

BE0436.620.556
BE55 7385 1022 2244

Wodanwandelen

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

strand te gaan. Zo ging het verder langs het strand tot aan strandpost 2, waar we de duinen in gingen, om de recent ontdekte bunker te gaan bezichtigen. Eens aangekomen aan de bunker gaf de wandelleider wat uitleg over deze onverwachte vondst. Van daar ging het verder door de duinen, om dan terug te keren via de Spinoladijk tot aan de surfclub de Twins, van daar ging het naar de oude Bredense villawijk om dan via de Pat-

**07/01/2026 tramhalte Renbaan
Bredene.**

Daar waar de eerste wandeling van het jaar, steeds uitblinkt door een grote opkomst, was het dit jaar niet het geval. Slechts 16 leden waren bereid om de wat onzekere weersomstandigheden te trotseren. Vertrokken aan de Hippo 12 ging het eerst naar de tramhalte, om de leden op te pikken die met het openbaar vervoer waren gekomen. Om zo naar het



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



Vastgoed met een glimlach

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 wil 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

tersontrap terug te keren naar het strand tot aan de Hippobeachbar, van waar het ging naar de Hippo 12, waar we door de uitbaters getrakteerd werden op een Nieuwjaarsdrink.

14/01/2026 tramhalte Degreefplein Middelkerke

Met een evenaring van het record van 40 aanwezige leden op een wandeling werd vertrokken aan het Degreefplein richting Zeedijk, daar passeerden we het nieuwe Casino Het Zilt, om ons zo dan naar het strand te begeven. Na een eindje op het strand te hebben gewandeld, ging het naar de duinen die zich achter de Koninklijke baan bevinden. Daar volgden we de talrijke paadjes die zich daar bevinden tot in



Westende, eens ter hoogte van de Priorijlaan, besloot de wandelleider om opnieuw richting zee te gaan, daar volgde hij het wandelpad dat parallel loopt met de Zeedijk tot aan de door iedereen gekende Rotonde. Van daar ging het dan opnieuw richting de duinen om zo uit te komen aan de Duinenweg, dewelke we volgden tot in centrum Middelkerke. Daar Brasserie de Smissie gesloten is, diende de wandelleider te zoeken naar een nieuwe locatie voor de nadrink. Deze had hij gevonden in Brasserie/Tearoom Riviera aan de Zeedijk. Waar we, mits een klein misverstand, op een aangename manier werden ontvangen. Bij vertrek is de wandelleider toch nog even bij de uitbater langs geweest, die beloofd heeft om ons bij een volgend bezoek toch wat extra aandacht te zullen geven.

21/01/2026 hoevehotel Ter Haeghe Gistel

De wandelleider wist voor de wandeling te vertellen dat het doel van deze wandeling het ontdekken van de tweede molen was die Gistel rijk is. Vertrokken aan hoevehotel Ter Haeghe ging het eerst langs de Waerevaart, om zo dan via de brug over de E40 uit te komen aan de Groene dreef en de Doornhoek. Zo kwamen we dan aan bij de Meerlaanmolen. Deze molen werd gebouwd door Alfred Ronse, ex burgemeester van Gistel, die na het aankopen van de Oostmolen, be-



Funkey
We unlock the fun in teambuilding

Vind snel en eenvoudig de teambuilding die het best bij jou past!

www.funkey.be

KBC

Georges Declerck
Kantoordirecteur

Elisabethlaan 22, 8400 Oostende
Tel. 0032 59 55 04 55
oostende.elisabethlaan@kbc.be
Elke werkdag van 8 tot 22u en op zaterdag van 9 tot 17u.



sloot om zelf een molen te bouwen. Achter deze molen ligt eveneens nog het kasteel Ter Waere. Van daar ging het dan via de Warandestraat tot aan de Oostmolen,

waar we na een korte stop het Egidius Defeverpark bezochten, zo kwamen we uit aan de Bruidstraat en de Sint-Godelievekerk van Gistel. Van daar ging het dan via de Zomerloosstraat tot aan de tennis van Gistel waar we kozen voor het pad richting de Groene 62. Eens aangekomen aan de Groene 62 volgden we deze tot in Snaaskerke, van waar het dan naar Ter Haeghe ging, waar gretig gebruik werd gemaakt van de formule Pannenkoeken à volonté.

28/01/2026 tramhalte De Haan.

De Haan

De wandelleider had weten te bekomen, dat er via een tussenkomst van ons lid Marc Minne een bezoek kon gebracht worden aan het kunstwerk Brigada Ramona Parra van Beaufort 2009, gelegen in een tunnel tussen het Zeepreventorium en het strand. Na deze eyecatcher te hebben bezocht ging de wandeling langs het strand richting Wenduine. Kort voor beachclub Westhinder verkoos de wandelleider het strand te verlaten, en de daar aanwezige trap te nemen naar de Haanse duinenbossen. Eens aangekomen in de duinenbossen ging het terug richting De Haan. Eens aangekomen in De haan werd besloten om de wandeling af te ronden in de Hippo 12. Daar waren ook nog eens Josée, Mia, Jef en Roland aanwezig om deel te nemen aan de après.

WODANS

VERJAARDAGEN EERSTE JAARHELFT 2026

WOENSDAG 25 MAART OM 16:45

V.L.C. BREDENE

INSCHRIJVEN VOOR 16 MAART

MAXIMAAL 50 DEELNEMERS

IEDEREEN BETAALT 14€

VOORAF TE BETALEN

BIJ RONNY MONTEYNE

GSM: 0475/40.16.86



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



www.vakantieopschiermonnikoog.be

Fietsnieuws

In maart steken de eerste lentekriebels de kop op. De paasbloemen kleuren geel en de fietsen versterken het straatbeeld. Gisteren heb ik mijn fiets afgehaald bij de fietsenmaker, zie blad hiernaast. Hij staat daar nu te blinken met een nieuw tandwiel en een smetteloze ketting. Met de regen waag ik het niet buiten te komen met mijn fiets. Uiteraard ben ik ruim op tijd voorbereid op het nieuwe fietsseizoen, maar het kan jullie misschien inspireren om ook jullie fiets eens te laten nazien. Eentje heeft alvast mijn voorbeeld gevolgd.

En zo een fietsseizoen bestaat uit talrijke zondagse fietstochten. Voor het invullen van deze zondagse fietstochten doen we beroep op de deelnemers aan de tochten. Wil je wat meer info over hoe je zo een tocht inricht, wend je dan tot onze fietscoördinatoren Jean en Christiane.

Aan de fiets enthousiastelingen die zich geroepen voelen om de leiding te nemen van een van de zondagse fietstochten, hieronder vind je de data. Kies een datum en geef een seintje naar onze coördinatoren.

Jean 0473 825 409

Christiane 0476 428 108

E-mail: jeanchristiane@gmail.com

Ik geef alvast het voorbeeld!

Data:

- ♦ Zondag 03 mei
- ♦ Zondag 17 mei
- ♦ Zondag 21 juni
- ♦ Zondag 05 juli
- ♦ Zondag 19 juli Véronique/Jacky
- ♦ Zondag 02 augustus
- ♦ Zondag 16 augustus



expert in
vastgoed.
sinds 1955

Het Achterkommertje

We hebben het reeds dikwijls gezegd en we blijven het herhalen, onze Natuurvriendenvereniging is in eerste instantie een vriendengroep verbonden door een onzichtbare band die vriendschap noemt. Onze woensdagnamiddag wandeling is het uitgangbord van de vereniging, gevoed door de vele aangespoelden, die de kust, na een leven van werken en haasten, als een rustpunt ervaren. Ze vertoeven er in een niet eindigende vakantiestemming. Onze "woensdagnamiddagstappers" zijn de ideale instapgroep voor de aangespoelden die wat actieve ontspanning zoeken, gekoppeld aan sociaal contact. Bij onze "wodanners", want zo noemen wij die woensdagnamiddag stappers, ontdekken ze dan dat er ook zondagwandelingen, GR tochten, vierdaagsen en nog heel wat meer te ontdekken is. Sommigen integreren zich zo verder in de vereniging of nemen onmiddellijk aan de vele activiteiten deel.

Voor veel van deze activiteiten moet je je natuurlijk verplaatsen, en als goede natuurvriend zorgen wij ervoor dat wij de natuur zo weinig mogelijk belasten. Kunnen we geen openbaar vervoer nemen, we carpoolen. Ons afspraakstelsel voor de carpool is simpel. We spreken af aan het Natuurvrienden monumentje en de carpool vertrekt daar. Uur en details vinden we in de zeester. Voor sommige activiteiten geldt een bijzondere regeling, die dan meestal via mail onder de deelnemers verspreid wordt.

En dit carpoolen komt nu net in de aandacht. Nieuwe leden weten niet zo direct hoe dit carpoolen georganiseerd wordt en hoe ze dit eventueel vergoeden. Voorbeelden van andere verenigingen zijn niet altijd van toepassing op onze vereniging, want zoals gezegd, veel van onze leden zijn ondertussen hechte vrienden geworden, kennen elkaar reeds jaren, soms over de natuurvrienden heen, en gaan nu echt onderling niet beginnen afwegen wie wanneer gereden heeft en wat de daaraan verbonden kost is. Het gezonde vriendschap verstand lost dit wel op. Andere carpoolafspraken lopen reeds jaren. Er wordt afwisselend gereden, de kosten verdelen zich vanzelf. Sommigen nemen hun familie mee, daar zijn carpoolafspraken eventueel onderling te maken, maar is een reglement toch erover. Bij grotere afstanden wordt eventueel de benzine kost berekend en verdeeld onder de inzittenden. Elk kiest, in overleg, voor de beste oplossing.

En uiteraard zijn er de leden, welke geen auto hebben, of hem niet meer weten staan, en die gelukkig zijn iemand te vinden die hen meeneemt. En er zijn dan ook de leden die alleenstaand zijn, en wel een auto hebben, en misschien ook wel gelukkig zijn niet alleen te moeten rijden. Een zeer goed werkende oplossing die tot heden gangbaar is onder de Oostendse natuurvrienden, is dat bij niet te grote afstanden, de chauffeur van dienst een drankje aangeboden krijgt, hetzij tijdens de middagstop, hetzij voor de thuisreis. De tijd dat er enkel alcoholhoudend gedronken werd is al lang voorbij en een drankje kan dus perfect. Rijden we met drie mee en willen we elk een drankje betalen, dan moet er onderweg misschien te veel gestopt worden en dringt een andere regeling zich op.

Er zijn carpool platforms op internet die voorstellen formuleren en waar enkele verenigingen ongetwijfeld hun inspiratie halen, maar dit kan elk voor zichzelf eens bekijken en daar eventueel inspiratie uit halen. Het belangrijkste is dat er voor het carpoolen afspraken gemaakt worden, niet nadien! Een leidraad, geen regel, voor wie het wat zakelijker wenst, is uiteraard gebaseerd op de afstanden. Tot een 60 km betalen we € 1 à € 2. Van 60 km tot 110 km geven we € 5. Meer dan 110 km dan komen we aan € 10. Bij heel grote afstanden kan een vaste tussenkomst van € 10 gegeven worden en de benzine kost gedeeld worden door aantal inzittenden. Zorg ervoor dat het betaalde bedrag de werkelijke kost niet overschrijdt, want dan kom je in bezoldigd vervoer terecht, en gelden er heel andere afspraken.

Er wordt benadrukt dat dit een leidraad is en zeker geen verplichting is, opgelegd aan de chauffeur en of de carpoolster of carpooler. Ik zou zeggen, is een vriendschappelijk drankje gepast of toch liever een meer commerciële overeenkomst. Beslis elk voor zich, maar spreek het voordien af!

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

Pittige pindanoedels.

Benodigheden:

- ♦ 400 g noedels naar keuze
- ♦ 150 g pindakaas
- ♦ 2 à 3 el sambal oelek
- ♦ 2 el sojasaus
- ♦ 2 el honing
- ♦ Sap van 1 limoen
- ♦ 1 tl sesamolie
- ♦ 350 g champignons
- ♦ Arachideolie
- ♦ Peper & zout
- ♦ 4 teentjes look
- ♦ 2 cm gember
- ♦ Handvol koriander
- ♦ 1 el geroosterde sesamzaadjes
- ♦ 1 tl pilipili

Bereiding:

1. Bereid de noedels volgens de aanwijzingen op de verpakking. Bewaar ongeveer 200 ml van het kookwater.
2. Klop de pindakaas, sambal, sojasaus, honing, limoensap en sesamolie los. Giet er geleidelijk het bewaarde noedelwater bij en roer tot een glad, smeug mengsel.
3. Snij de champignons in plakjes en bak ze in arachideolie goudbruin. Kruid met peper en zout. Pers er de knoflook bij en voeg de geraspte gember toe, bak nog 1 minuut verder.
4. Giet er de pindasaus bij en warm op een zacht vuur het geheel op.
5. Schep de noedels eronder en zorg dat ze goed bedekt zijn met de saus.
6. Dien op in diepe kommen en werk af met de koriander, pilipili en geroosterde sesamzaadjes.

Smakelijk

Est.  1999

- Pistache & Vanille -

Bloemenwinkel

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