

DE ZEESTER

NOVEMBER

2025

MAANDELIJKS TIJDSCHRIFT VAN
ATB DE NATUURVRIENDEN
Afdeling Oostende



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

55 STE JAARGANG - NR 09 – November 2025

VERSCHIJNT MAANDELIJKS NIET IN JULI EN AUGUSTUS

Activiteiten lopende en volgende maand

November

Za 01: Herfstweekend
Zo 02: Herfstweekend
Zo 09: GR tocht
Vr 21: Clubavond
Zo 23: Zondagwandeling
Ma 24: Bestuursvergadering

December

Zo 14: GR Tocht
Zo 21: Jaarafsluiter

Goede voornemens voor de maand November

1. Soms moet je inschrijven, stel niet uit!
2. Vernieuwing lidgelden is reeds mogelijk. Zelfde raad!
3. De jaarafsluiter, een toffe uitstap naar Oostduinkerke.

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
De Natuurvrienden
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

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

Jaarafsluiter

21 december 2025

Onze traditionele jaarafsluiter gaat dit jaar door in Oostduinkerke. We hebben een gevarieerd programma samengesteld. Wandelen, natuurkundig museumbezoek, culinair.

Deel 1: Bezoek aan de Schipgatduinen in Oostduinkerke met gids.

Praktisch: Afspraak om 13.00 uur aan La Peniche Albert I laan, 4 Oostduinkerke, tramhalte Schipgat in Oostduinkerke. Bezoek met gids van dit minder bekende duingebied in Oostduinkerke. Daarna om 14.30 uur te voet of met eigen vervoer naar het Visserijmuseum in Oostduinkerke, 2,4 km.

Deel 2: Bezoek Visserijmuseum NAVIGO in Oostduinkerke.

Praktisch: We bezoeken het visserijmuseum, Vrijheidstraat 6 Oostduinkerke, met gids. Afspraak om 15.00 uur aan de ingang van het museum. Er is parking in de omgeving van het museum. De tramhalte Oostduinkerke bad is op 2 km.

Deel 3: Gezamenlijke maaltijd

Praktisch: We genieten vanaf 17.30 uur een gezamenlijke maaltijd in Brasserie Beukenhof, A. Boudrystraat 10 Oostduinkerke. De Brasserie is op 350 meter van het museum en dus ook een 2 km van de tramhalte Oostduinkerke bad. De club biedt een eerste drankje aan gevolgd door:

- ♦ *Thaise courgettesoep met gele curry en kokos (niet pikant)*
- ♦ *Stoofpotje van hert – wintergarnituur – amandelkroketjes*
Of vispannetje met amandelkroketjes.
- ♦ *Warm appeltaartje met ijs*
- ♦ *Koffie met een koekje*

Wij wensen jullie dit aan te beiden voor € 40, natuurlijk kan dit enkel dankzij een tussenkomst van de kas. De dranken zijn uiteraard voor eigen rekening. Voor partners van leden die zelf geen lid zijn bedraagt de prijs € 70.

Praktisch: Inschrijven is noodzakelijk! Dit kan gebeuren tot **30 november** en doe je via **telefoon, mail of berichtje** bij onze secretaris **Véronique Vancanneyt** met vermelding **Deel 1, 2 of 3 EN Vis of Vlees** en door storting van € 40 of € 70 op rekening van de Natuurvrienden Oostende, zie gegevens bladzijde 2, met de melding Jaarafsluiter. Inschrijving is enkel officieel na betaling.

Het bestuur.



14 MEI 2000

11 MEI 2025

25 JAAR VIA GR EN ANDERE PADEN OP WEG



Piet Hardeman was een voortrekker zowel wat betreft grote routepaden 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 Routepaden in Vlaanderen, lopen we delen van ZIJN STREEK GR. Steeds luswandelingen!

Afstand: steeds rond de 25 km!

Datum: Zondag 09 November 2025

GPS Vertrekplaats wandeling: Dries - Kemmel

Parking aan Pannestraat - Kasteeldreef.

Afspraak Carpool Loppem: 08.15 uur of zie mail.

Uur vertrek wandeling: 09.30 uur. Afstand: 23,9 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-deruycker.be
Kwaliteit, elke dag opnieuw



BESTEL ONLINE

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

Torhoutsesteenweg 46

Tel 059/702307

8400 Oostende

info@keurslager-deruycker.be

ZONDAGWANDELEN

23 NOVEMBER 2025



Startplaats en Parkeren: Ardense Jagersstraat Gottem 8 - 9800 Gottem
Parking aan de kerk.

Afstand: 18 à 20 km

Vertrek: 09.15 uur: Natuurvriendenmonumentje Parking Groendreef, Oostende

Start wandeling voormiddag: 10.15 uur - Kerk Gottem

Luswandeling: Ja

Middagstop: Café Sint Canarus, vlakbij de kerk.

Start wandeling namiddag: 13.30 uur

INFO: Lieven

E-mail: info@lievendesmet.be

"Wandelen in de Leiestreek"

De wandeling is een lussentocht, dus de startplaats in de namiddag is dezelfde als de plaats waar we 's middags de picknick zullen gebruiken. Dit is in café Sint-Canarus op de hoek van de Ardense Jagerstraat en de Polderweg vlakbij de kerk van Gottem.

We wandelen in de vlasstreek en de streek van de oude Leie en nemen zowel 's middags als op het einde van de wandeling de tijd om brouwerij Sint-Canarus te ontdekken, klein maar bijzonder gezellig. De eigen bieren zijn onder meer Sint Canarus Tripel, Potteloerke, en De Maeght van Gottem. Afstand : zowel 's morgens als in de namiddag +/- 10 km met zowel verharde als onverharde wegen.



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



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



www.facebook.com/natuurwinkelmordan.be

GR Tocht

GR-Tocht van 12 oktober 2025 Dagstapper 4 vertrekt in Nieuwkerke en belooft ons een tocht langs de Walletjes, De Breemeersen, de Rijselberg, het conservatoire Botanique, de Zwarte molen en uiteraard terug naar Nieuwkerke. We starten bij het DOP op de markt. Lang geleden was dit een betekenis voor wie werkloos was of is, maar nu weten we uiteraard allen dat dit het DorpOnthaalPunt is, met witte doek, het toeristisch info punt op de markt. De grote markt herinnert aan de grote geschiedenis van Nieuwkerke tijdens de 14^e en 15^e eeuw. Ook godsdienst twisten, revoluties en wereldoorlogen eisten hier hun tol. Maar steeds opnieuw kwam Nieuwkerke er weer boven op, getuige Clarebout Petatoes, wereldwijd bekend in de aardappelsector, dank zij het vernuft van zijn bestuurders, of was het van de arbeiders? We verlaten de grote markt, rondon de kerk en nemen even verder het vijverstraatje. Het straatje wordt wat verder een wegeltje en brengt ons tot bij "Le pont d'amour". In de toeristische brochure lezen we: Eén dag per jaar, met Sint Anna, mochten de kantwerksters hun ééntonig werk onderbreken voor het feest van St Anna. In het Vijverstraatje nabij het Sint-Annakapelletje ging het er soms wild aan toe. In juli 1771 werd de kapel afgebroken *"om de schijnheilige bijeenkomsten van jonge lieden die op de avondstonden aldaar plaatsvonden te beletten"*. Toen de spoorlijn werd aangelegd kwam een viaduct op de plaats van het kapelletje, de brug kreeg officieel de naam "Pont St Anne", maar werd in de volksmond al vlug "Pont d'Amour" genaamd. Er was dus sinds 1771 niet veel veranderd! Wij vervolgen onze weg over een graspad door de velden. Er was ongetwijfeld wat overredingskracht nodig met de plaatselijke boeren om dit pad als trage weg te kunnen behouden. We genieten van het zicht op de 156 meter hoge Kemmelberg, de Monteberg, Loker, Rode- en Zwarte berg, Catsberg. Allen recent belopen of binnenkort aan de beurt. Aan de Warandemolen, er werd voor het eerst gewag gemaakt van deze molen in 1586 "een straete loopende naer de Warande muele ne", hebben we een mooi uitzicht op de Frans-Vlaamse en Heuvelandse hoogtes. Nabij de molen waren ook enkele huizen met hoogstwaarschijnlijk een herberg. Al dat stof van bij de molenaar moest toch tijdig weggespoeld worden. Ook deze molen verdween met het oorlogsge-

weld in de 2e helft van de 16e eeuw, werd wederopgebouwd en verdween definitief door vernieling in WO1. Wat verder komen we voorbij aan de grote hoeve "Het kleine Westhof" en wat verder de kleine hoeve, "Het grote Westhof". Hier werd het lot van de drie priesters van Reningelst beslist: ze zouden gedood worden. Wat verder komen we aan het ter herinnering voor hun opgerichte monument: de Kruistombe. Op het grafzerk staat: *"Hier stierven voor 't Katholieke Geloove 's avonds ten 11N op 12N januari 1568 de drie priesters van Reninghelst"*. In de 16^{de} eeuw speelde Nieuwkerke een toonaangevende rol in de strijd tussen de Geuzen en rooms-katholieken. De bloeiende lakennijverheid zorgde er immers voor dat vreemden alhier het calvinisme kwamen preken. Een periode van opstand, hagenpreken, bloedraad, inquisitie en uiteraard de Beeldenstorm zorgden voor een woeelige geschiedenis. Zo ook op de bewuste weversmaandag 11 januari 1568. Toen werden drie priesters uit het nabije Reningelst door de Geuzen vermoord. Pas op 23 april 1923 werden hun stoffelijke resten gevonden en kwam de Kruistombe er. De plaatselijke werkgroep Geuzenproject organiseert nog jaarlijks elke derde zondag van september een Geuzendag om deze boeiende periode uit de lokale geschiedenis levende te houden. Wij vervolgen onze weg, richting Belle, Bailleul, via een mooi rechtdoor rechtaan landelijk baantje. De aanduiding GR128 herinnert ons eraan dat we hier ook, op onze tocht naar Wissant, lang geleden, voorbij zijn gestapt. Het centrum van Belle is net iets te ver om er een middagpauze te houden, maar een bruggetje vergezeld van een aarzelend zon-



netje nodigt uit tot verpozen. Een relatief korte middagpauze is het resultaat. We houden het Belfort en de Sint Vaastkerk van Belle aan onze linkerzijde en kiezen richting Conservatoire Botanique National, een mooi in het bos verscholen onderzoekscentrum. Ondertussen krijgen we weer af en toe het gezelschap van de GR128, en komen we aan mooie uitzichtpunten. Ook de zon is ondertussen meer en meer aanwezig, en iedereen loopt in trui of bloesje, een echt topjesweer! Even komen we aan de Dewulfstraat, verwijzend naar het voormalig restaurant van Dewulf, of is het omgekeerd. Hier nemen we de Papestraat, een gedeeltelijk geplaveid stukje holle weg. Het Papestraatje is vermoedelijk een overblijfsel van de oude Romeinse heirweg die Cassel met Wervik verbond. De holle weg gaat over in een schitterende grasweg die ons naar Nieuwkerke leidt. Op de Walletjes kom je voorbij het summum van de wandeling, een 360° uitzichtpunt over de hele regio. Hier treffen we regelmatig wandelaars die hun namiddagdutje afronden met een wandelingetje. In zuidelijke richting zie je Noord-Frankrijk met o.a. Rijsel en de terrils van Lens en Bethune. We hebben hier ook een prachtig zicht op het natuurgebied de Breemeersen. Een brede vlakte onderaan een steile helling. Een deel van dit gebied is door de Europese Unie aangewezen als

habitatrichtlijngebied voor de Kamsalemander. Iets verder komen we aan "**Westhof Farm Cemetery**". Hier kan je niet ontsnappen aan het strijdtoneel van een verwoestende Eerste Wereldoorlog. Nieuwkerke was een ruïne toen de New Zealand Division haar hoofdkwartier installeerde in de nabijgelegen Westhof boerderij. De Britse begraafplaats herbergt 131 Commonwealth soldaten en 5 Duitse oorlogsslachtoffers. In navolging van talrijke oorlogstoeristen "all over the world" kan je het "Cemetery Register" tekenen. Nu rest ons enkel nog een mini afstandje tot Nieuwkerke. Niemand die het opvalt dat we even een stukje dubbel lopen, en met behulp van een laatste knuppelpaadje komen we in de Steenwerkstraat. Daar wacht ons de herberg het Hazekasteel. De mooi geplooid gordijntjes laten ons vermoeden dat de herberg het hazepad gekozen heeft, maar niets is minder waar. Achter de zorgvuldig gecamoufleerde gevel verborgt zich een authentiek café, uit grootmoeders tijden.

Een echt toffe grootmoederstijd

Een sympathieke medestapper.



Optics by day,
Wine & Art
by night

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



5% korting
Sabor d'O

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




OOSTENDE Alfons Pieterslaan 30 Tel 059 707 383	BREDENE Kapelstraat 115 Tel 059 425 711
---	--

Zondagwandelen

Inwandelen natuurvriendenpad



Hoe langer het duurt voor je wat regen krijgt hoe dichter je bij een regendag komt en dit hadden we voor de speciale wandeldag nu wel niet nodig. Voorbarige paniek was overbodig want we verzamelden op Stene dorp in het zonnetje, om uiteindelijk met 23 aan de wandeling te starten. Met veel tijd, geduld en inzet heeft Roland de drie wandelingen van de Oostendse natuurvrienden weer op punt gesteld en vandaag neemt hij ons mee om kennis te maken met het natuurvrienden pad, 21 km, rond en door Oostende. Dit is het langste wandelpad en kan ook met de fiets afgelegd worden. Het Duinpolderpad en het Keunepad komen ook nog weleens aan bod of kunnen jullie ook zelf verkennen. De beschrijvingen en de GPX van de wandelingen komen op on-

ze website. In Stene en, hier en daar, onderweg geeft Roland uitleg en interessante weetjes. De wandeling gaat door het schorre gebied om dan vanaf de Torhoutse steenweg met het vliegveld rechts van ons, richting kust te trekken. We spreken op de middag onze picknick aan op het terras van "Oasis verblijfpark" en dit lekker "uit de wind en in de zon". Wat wil je meer? In de namiddag gaat het dan naast de duinen naar de dijk richting Oostende, de gaanderijen, de drie gapers, de koninklijke stallingen, het bosje, en via veilige onder- en oversteken naar "De Schorre" en de volkstuintjes om dan uiteindelijk opnieuw Stene dorp te bereiken waar we genieten van een drankje en een maaltijd om deze speciale wandeldag af te sluiten. Onze wandelpaden zijn nu geboren maar zullen met de jaren ook groeien en misschien veranderen, daarom zijn alle suggesties voor eventuele aanpassingen van het parcours welkom. Het blijft tenslotte een parcours dat vatbaar blijft voor zinvolle verbeteringen na bv. één of meerdere jaren.





- > op maat gemaakte zolen
- > levensduur tot 4 jaar
- > wasbaar op 40 °
- > uitgebreid onderzoek (+/- 60 min)
- > analyse met high speed camera's

PODOLOGISCH CENTRUM
MIDDELKERKE - GENT

Populierenlaan 2, 8430 MIDDELKERKE

www.podologischcenter.be







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

Wodanwandelen

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

03/09/2025 Bistro Vlasschaard Stene Dorp.

Niet tegenstaande er volgens de buienradar maar een kleine bui ging passeren, was de werkelijkheid een ander gegeven. Vertrokken aan de Vlasschaard



onder een hevige regenbui ging het eerst naar hoeve Sanders en de tuinen van Stene, om zo dan aan de achterkant uit te komen ter hoogte van de Schorredijkstraat, dewelke we volgden tot aan de Torhoutsesteenweg. Van daar ging het richting de Rolbaanstraat, om zo dan via de Leemstraat en de Legeweg richting Leffinge te wandelen. Gelukkig was de regen onderweg reeds gestopt en gezien er een strakke wind blies was iedereen ondertussen weer droog. Vanaf daar ging het opnieuw richting Stene dorp, via de Leffingestraat, Mantelweg en Klemskerkestraat tot aan het sportpark de Schorre, om zo dan opnieuw aan de Vlasschaard te arriveren waar de wandeling werd afgesloten.

10/09/2025 tramhalte Haerendyck Wenduine.

Met een recordopkomst van 40 deelnemers aan deze wandeling, ging de wandeling van start langs de Koninklijke baan tot ter hoogte van de Neptunuslaan, deze sloegen we in om zo via de Drijfstraat uit komen in de Uitkerkse pol-

ders. Van daar ging het langs de Scharebrugstraat en de Kuiperscheeweg tot aan het natuurreservaat de Uitkerkse Polder. Daar werd gretig gebruik gemaakt van de mogelijkheid om halverwege naar het toilet te gaan. Vanaf daar volgden we dan de Blankenbergse dijk tot aan de Viswijk, zo genaamd omdat alle straatnamen gelinkt zijn aan een of andere vissoort. Van daar ging het dan naar de Grote Ede, om zo dan terug te keren naar de plaats van vertrek. Waar er gekozen werd om de wandeling af te sluiten in de Hippo 12.



17/09/2025 De Scheve hoek

Stalhille.

Vertrokken aan de Scheve hoek ging het naar de Spanjaardstraat dewelke we volgden tot aan de Oostendsesteenweg. Ter hoogte van restaurant Lepelem staken we de baan over om zo uit komen in de Lepelemstraat. Deze volgden we tot in Vlissegem dorp. Waar ons lid Marc ons wist te tonen waar de burgemeester van De Haan woont. Vanaf daar keerden we op onze stappen terug via de Vijfwegestraat om zo uit te komen aan



het rondpunt ter hoogte van restaurant Julia's. Eens het rondpunt gepasseerd ging het naar de Cathilleweg om zo terug te keren naar de plaats van vertrek, waar de wandeling werd beëindigd.

24/09/2025 tramhalte Vismijn

Oostende

Terwijl onze vaste wandelleider van een

weekje vakantie geniet, wordt er uiteraard verder ge-Wodan-d en de tijdelijke wandelleider mag zelfs een nieuw lid verwelkomen. We starten met 34

aan tramhalte Oostende Vismijn en wandelen langs de stadsrivier op Oosteroever voorbij onze Lange Nelle en via de Spinoladijk naar Fort Napoleon. We stappen verder via Duin en Zee terug naar de Spinoladijk, daarna gaan we nog even hogerop evenwijdig door de duinen verder en zakken dan af naar Bredene. Aan de nieuwere leden wordt het VC De Fakkel getoond waar volgende maand ons verjaardagsetentje doorgaat. Via de Vicognewijk wandelen we naar de Spuikom om langs 't Eilandje aan onze eindbestemming te komen waar we nog even napraten in 't Verschil.



 **dumobil**
villabouw - woonprojecten



www.dumobil.be

Lidgelden 2026

Beste Leden,

Het einde van het jaar nadert en het wordt weer tijd om jullie aan te spreken om de lidgelden te vernieuwen. Voor 2026 zijn die onveranderd gebleven. Wij als bestuur, bijgestaan door meerdere losse vrijwilligers, proberen om een grote reeks activiteiten aan te bieden die vele leden aanspreken. Over alle activiteiten informeren wij jullie graag via ons digitaal ledenblad "De Zeester", en onze website. Wij hopen ons trouw ledenaantal volgend jaar opnieuw te mogen verwelkomen. Als er problemen zijn in verband met jullie lidmaatschap of als nieuwe kandidaat leden zich wensen aan te sluiten, dan kunnen jullie steeds bij mij terecht.

Het overzicht van de lidgelden voor het werkingsjaar 2026:

Categorie 1 Basis (Met het basistarief ben je verzekerd voor wandelen, fietsen en alle culturele activiteiten in clubverband)

Junior 0 – 17 jaar: 12 euro Volwassene 18+: 30 euro

Sociaal tarief (mij graag het attest van je mutualiteit bezorgen): korting van 12 euro op het normaal lidgeld (bijvoorbeeld 30 – 12 = 18 euro).

Categorie 2 Outdoor (De outdoor verzekering omvat de basisverzekering wandelen, fietsen en alle culturele activiteiten in clubverband. Daarnaast ben je ook verzekerd voor mountainbike, wielrennen, bergwandelen, trailrunning, kano-kayak, oriëntatie en langlaufen. Deze verzekering is ook geldig bij privé-uitoefening.)

Junior 0 – 17 jaar: 23 euro Volwassene 18+: 53 euro

Categorie 3 Berg- en Wintersport (De Berg- en wintersport verzekering omvat de basisverzekering en de outdoorverzekering. Daarnaast ben je ook verzekerd voor klimmen, tourskiën, bergwandelen, speleo, canyoning, sneeuwschoenwandelen, slackling/highline, klettersteig, pisteski en snowboarden. Deze verzekering is ook geldig bij privé-uitoefening.)

Junior 0 – 17 jaar: 30 euro Volwassene 18+: 60 euro

Zoals gebruikelijk dient het lidgeld geregeld via overschrijving op ons rekeningnummer: Zie bladzijde 2 van onze zeester. Vermeld Lidgeld 2026!

Veronique

E-mail: vancanneytv@gmail.com GSM: 0473 762 619

Graag de lidgelden vóór 31 december betalen, dit is voor onze penningmeester efficiënter werken en kunnen de lidkaart en het attest voor het ziekenfonds tijdsiger bezorgd worden! Nieuwe leden die zich lid gemaakt hebben na 1 oktober 2025 zijn automatisch lid voor 2026 en hoeven dus geen lidmaatschap meer te betalen!

Dank voor de steun.

De secretaris in naam van het bestuur,

Veronique





ELEFThERIA PARALIAS
presenteert

ELEFThERIA PARALIAS vzw
Ondernemingsnummer: 0460.445.439
BPE Brugge
A.J. Wilbernyckstraat 14, 8330 Aasebroek
Telefoon: 050 35 65 05
BANKREkening: BE67 0014 7876 4087
E-mail: bestuur@eleftheriaparalias.com

Muzikale rondreis langs de Griekse regio's

van Thracië tot Kreta
(en meer)

*Griekse liederen (met tekst en vertaling)
en traditionele dansen*

μουσικοχορευτική περιήγηση

met dansgroep Terpsichore o.l.v. Karine Kint

samenstelling: Jan Lejeune

Praktische informatie

- wanneer: zondag 16 november 2025 om 14.00 uur (deuren 13.30 uur)
- locatie: Xaverianen Wijkcentrum, Xaverianenstraat 13/3 Sint-Michiels Brugge
Polyvalente zaal A op het gelijkvloers (er is een ondergrondse parking)
- tickets: 10 € (tekstboekje inbegrepen)
- kaarten zijn vanaf 15 augustus te verkrijgen bij de dansgroep Terpsichore en tijdens het ledenfeest
- inschrijven kan ook telefonisch 050 35 65 05 (André en Nicole) of via e-mail bestuur@eleftheriaparalias.com
bedrag vooraf storten op rekeningnummer BE67 0014 7876 4087 op naam van Eleftheria Paralias
vzw met vermelding: Muzikale rondreis / je naam / aantal personen
uiterste inschrijvings- en betalingsdatum: 31 oktober 2025
- info: www.eleftheriaparalias.com / www.facebook.com/eleftheriaparalias

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

FEESTZAAL DANSSCHOOL
TEN STUYVER

Op zaterdag 13 december 2025 om 15u is er in het kursaal Oostende

een optreden van **Singalong** (waarvan Jenny Spinnewyn lid is)
samen met Augustijn Vermandere,
Joe Mullen,
Debbie Degrieck
en Andrei Lugovski.

We beloven jullie een onvergetelijke **muzikale namiddag**.

Vanaf 3 oktober zijn de tickets (**€ 10/ per-
soon**) te koop in de dienst toerisme, uitloket
en alle ontmoetingscentra Oostende.

Zie ook:

<https://www.oostende.be/singalong>

*Voor alle duidelijkheid: Extra 1 en 2 zijn géén
afdelingsactiviteiten!*

**SING
ALONG**
KURSAAL OOSTENDE

Kom luisteren naar het Sing Alongkoor
onder begeleiding van:
JOE MULLEN
AUGUSTIJN VERMANDERE,
ANDREI LUGOVSKI
DEBBIE DEGRIECK
MUZIEK DOOR SERGE FEYS
DIRIGENT PATRICK 'PULLE' DUPON

Tickets 10 euro
(10 euro met het Oostendebuskaartje)

Verkrijgbaar in de OC's, via Toerisme
Oostende en in het uitloket

QR code: www.oostende.be/singalong



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

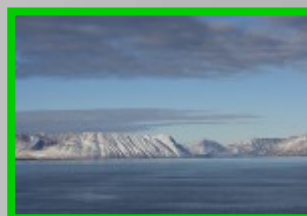
clubavond

REISREPORTAGE KENIA EN GROENLAND

OP 21 november neemt Eddy Veraghtert van de Natuurvrienden-Bergstijgers Kempen ons mee op reis. Hij toont ons de mooiste beelden en vertelt ons de strafste verhalen van zijn reizen naar Kenia en Groenland. In Kenia neemt Eddy ons mee naar een aantal natuurparken met de bedoeling om "The big five" te spotten. Maar ook kleinere diersoorten zullen aan bod komen, evenals een verscheidenheid aan prachtig gekleurde vogels. Voor vogelliefhebbers is dit een uitgelezen kans om mooie vogels te bewonderen. Daarnaast bezoeken we een grote rozenkwekerij en ondervinden we hoe de productie daar verloopt. En we brengen een bezoek aan Kasarani, een klein Keniaans dorpje.



Na de pauze reizen we naar Groenland. De temperatuur gaat gevoelig omlaag en we monstereen aan op een expeditie-schip in Spitsbergen. We maken de oversteek naar Groenland en varen de Oostkust af. Bedoeling is natuurlijk om de ijsbeer te spotten. Wil je weten of dit gelukt is? Onderweg beleef je ook het leven aan boord. Prachtige landschappen en ijsbergen glijden voorbij. Ook bezoeken we één van de weinige dorpen langs de oostkust: Ittoqqortoormiit. Als uitsmijter gaan we op zoek naar het poollicht.



Waar:
OC De Blomme
Chrysantenstraat 30
8400 - Oostende

Deuren 19.30 uur

Voorstelling 20.00 uur

Iedereen welkom

Funkey
We unlock the fun in teambuilding



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

www.funkey.be



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.

Het achterkommertje

Het fietsseizoen zit er nu definitief op. Veel fietsverbindingen werden door de natuurvrienden uitgetest. We hebben al deze verbindingen in de laatste jaren zo intensief gebruikt dat ze zelfs aan vervanging toe zijn. Momenteel is men volop begonnen de aanduidingen te verwijderen in de omgeving Hoogdele – Kortemark. De andere aanduidingen volgen. Tegen april – mei 2026 zou het nieuwe netwerk moeten een feit zijn. Ook de toeristische routes gaan aangepast worden, en waarschijnlijk meer gelijk lopen met de knooppunten, kwestie van maar één netwerk te moeten onderhouden. De vernieuwing zal leiden tot een "Fietsnetwerk 3.0", en omvat de integratie van nieuwe fietsbruggen, natuurgebieden, picknickzones en veiligere trajecten. Vanaf april 2026 wordt het vernieuwde netwerk officieel geopend en zijn de nieuwe kaarten beschikbaar. Tegen dat wij met het nieuwe fietsseizoen beginnen zal alles mooi op punt staan en gaan ook de nieuwe fietsnetwerk kaarten beschikbaar zijn. Uiteraard komt zo een nieuw fietsseizoen er moeiteloos aan. Maar om het in te richten is het toch nog wat moeilijker. Het begint al met de kalender op te stellen, in oktober van het voorafgaande jaar. We hebben dan uiteraard nog wat tijd om enkele fietstochtleiders te vinden, maar wie zich al wil engageren mag reeds het vingertje in de lucht steken. De fietsvierdaagse is pas in juni, maar om een geschikt logement te vinden, is uitstellen geen optie. Je moet toch al enkele opties in je hoofd hebben en afwegen met hoeveel je gaat zijn. Reserveer je voor tien of voor veertien. Het logement moet dan flexibel genoeg zijn om van veertien naar tien te gaan of omgekeerd. Niet altijd voor de hand liggend. Je logement reeds min of meer vast? We komen om te fietsen. Het parcours samenstellen. Niet te ver, niet te dicht, wind op in het doorgaan, wind achter terug. De heenweg en de terugweg liefst niet dezelfde weg, maar ook niet te veel rondrijden, anders wordt de tocht te lang. Eten en drinken doe je ook, zeker na een fietstocht. In het logement of in de omgeving. Niet te ver, we hebben reeds een ganse dag gefietst. En niet elke dag op dezelfde plaats, wat afwisseling. Ook de fietsen hebben wat verse krachten nodig. Meer bepaald de batterij. Opladen in de standplaats of mee naar de slaapkamer. En staan die fietsen veilig. Je houdt er misschien geen kopbreker aan over maar je moet er toch rekening mee houden. Je bent er niet elke dag mee bezig maar je bent er lang en dikwijls mee bezig. Dit is uiteraard niet enkel met fietsen zo. Al die activiteiten die op de kalender staan moeten georganiseerd worden. Is het nu een jaarlijkse, een maandelijks, een wekelijkse, een occasionele, een uitzonderlijke of een verrassende, organisatie en planning is in alle gevallen een noodzaak. Onze afdeling van de natuurvrienden bestaat uit een sterk team die al deze activiteiten of coördineert, of organiseert. Onze doelstelling is om de natuurbeleving te bevorderen. Ik denk dat we daar, alleen al met ons uitzonderlijk groot aanbod aan wandelingen, 100% in slagen. Dat we bij deze activiteiten respect opbrengen voor mens en milieu is ook iets wat we kunnen afvinken, want hoe gemakkelijk wordt een nieuw lid niet opgenomen in de groep, of spreekt mij daar iemand in tegen. Dit maakt ook de drempel om toe te treden tot de vereniging uitzonderlijk laag, ongeacht achtergrond of inkomen. Af en toe koppelen we aan de natuurbeleving wat educatie, zie recent de paddestoelen wandeling en de deelname aan de nacht van de duisternis, en de gids die regelmatig opduikt tijdens een Vrijdan wandeling. Onze activiteiten smeden een gemeenzame band tussen de leden, laten ons toe een frisse neus te halen en kracht te putten voor het dagelijkse leven. Met bevriende organisaties nemen we contact op en nemen al eens deel aan hun activiteiten, zoals recent met de paddestoelen wandeling of de nacht van de duisternis of de aankondigingen in deze zeester. Natuur, cultuur, erfgoed zijn met elkaar verbonden net zoals de mens met de aarde verbonden is en we hopen ons steentje bij te dragen voor een rechtvaardige, gezonde en vredige wereld. Wens je deel uit te maken van deze uitzonderlijke groep, dan kan je nu al je lidmaatschap vernieuwen. We kijken naar je uit!

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 Dekselkje

Krokant Varkenshaasje met groene erwtten-boontjessalade.

Benodigheden:

- ♦ 800g varkenshaasje
- ♦ 2 teentjes knoflook
- ♦ 2el fijngehakte rozemarijn
- ♦ 1el tijmblaadjes
- ♦ 1el citroenrasp
- ♦ 80g paneermeel of panko
- ♦ 2el geraspte Pecorino
- ♦ 2el mosterd
- ♦ Olijfolie
- ♦ Peper en zout

Voor de groene salade:

- ♦ 200g prinsessenbonen
- ♦ 200g diepvrieserwten
- ♦ 100g radijzen
- ♦ 4 lente-uitjes
- ♦ Handvol muntblaadjes
- ♦ 1el limoensap 2el wittewijnazijn
- ♦ 1el olijfolie

Bereiding:

1. Snij het varkenshaasje in plakken van 2cm dik.
2. Reinig en pers de knoflook, meng met rozemarijn, tijm en citroenrasp. Kruid met pezo en wrijf er het vlees mee in. Dek af met plasticfolie en laat een half uur rusten in de koelkast.
3. Kook ondertussen de schoongemaakte boontjes 4 min. in gezouten kokend water. Voeg er de laatste 2 min. de erwtjes bij.
4. Snij de radijzen in plakjes of kwartjes en de lente-uitjes in ringen.
5. Giet de boontjes en erwtjes af, spoel ze onder koud water.
6. Meng de groenten met de radijzen, lente-ui en munt.
7. Meng het limoensap en de azijn onder de olijfolie en kruid met pezo. Giet de dressing over de salade en meng goed onder elkaar, zet koel.
8. Meng in een bord het paneermeel met de pecorino en kruid met pezo.
9. Bestrijk de vleesplakjes met een dun laagje mosterd en wentel ze dan in het paneermengsel.
10. Bak ze in olijfolie op middelhoog vuur ongeveer 2à3 min per kant goudbruin en krokant.
11. Verdeel de salade over de borden en leg er de krokante plakjes vlees bij. Werk eventueel af met extra munt en een partje limoen.

Smakelijk

Est.  1999

- Pistache & Vanille -

Bloemenwinkel

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