

DE ZEESTER

MEI

2024

MAANDELIJKS TIJDSCHRIFT VAN
ATB DE NATUURVRIENDEN
Afdeling Oostende



PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE



Afgiftekantoor: 8400 OOSTENDE 1 P708580

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

54 STE JAARGANG - NR 05 - Mei 2024

VERSCHIJNT MAANDELIJKS NIET IN JULI EN AUGUSTUS

Fietsvierdaagse

Van maandag 03 tot donderdag 06 juni 2024

We zijn bijna een jaar verder en onze vierdaagse staat alweer voor de deur. Zoals wij reeds hebben laten doorschemeren, trekken we dit jaar naar Nederland voor onze verblijfplaats, welbepaald in Terneuzen, hotel Triniteit.

Ongeveer 78 km hebben we voor de boeg om onze verblijfplaats voor de komende dagen te bereiken. Met onze elektrische stalen rossen zou dat geen probleem mogen zijn, dan zijn we reeds ingereden qua km's (fietszondagen en eigen training). Het hotel is voorzien om onze fietsen veilig te stallen en de batterijen op te laden.

Hoe zit onze 4-daagse dit jaar in elkaar?

We brengen voor de eerste dag onze **eigen** Picknick mee. Eenmaal ter plaatse, 3 maal overnachting met ontbijt, 3 x avondmaal met voorgerecht en hoofdgerecht in het hotel. Er is een bar voorzien om na de geleverde inspanningen onze dorst te lessen. De picknick voor dag 2 en 3 wordt nog in elkaar gestoken. Wanneer we op de vierde dag terug in Oostende zijn is er zoals elk jaar een etentje voorzien in de Vlasschaard te Stene.

Dag 2 fietsen we richting Hulst en het verdronken Land van Saeftinge, dag 3 richting Breskens en de Westerschelde.

De prijs dit jaar is 350 euro per persoon.

We vragen in te schrijven bij Jean en Christiane vóór **10 mei** bij voorkeur via e-mail!

en te betalen vóór **15 mei** op het vertrouwde rekeningnummer welke vermeld staat in de Zeester op bladzijde 2.

De deelnemers worden na inschrijving van de laatste details op de hoogte gebracht.

En zoals altijd, het mooie weer is besteld maar nog niet bevestigd.

Voor eventuele info: Jean en Christiane
GSM: 0473 825 409 en 0476 428 108
E-mail: jeanchristiane@gmail.com

Fietskalender mei - juni 2024 mei

Zo 05: Fietstocht

Zo 19: Fietstocht

juni

Ma 03: tot

Do 06: Fietsvierdaagse

Zo 16: Fietstocht



TRAITEUR
<https://traiteur-thibault.be/>
THIBAUT
CATERING · BBQ SPECIALIST

14 MEI 2000

12 MEI 2024

24 JAAR VIA GR EN ANDERE PADEN OP WEG



Vroeger spraken we van de GR 5A en 5B maar nu moeten we het met een GR 5A Wandelronde van Vlaanderen doen. Een nieuwe naam en een duidelijk aangepast parcours, gekoppeld aan gemakkelijke bereikbaarheid laten ons kiezen voor deze nieuwe uitdaging, de Ronde van Vlaanderen: Weet dat een drankje 's middags zeker niet meer gewaarborgd is, enkel als je het zelf mee neemt!

Afstand: steeds rond de 25 km!

Datum: Zondag 12 mei 2024

GPS Vertrekplaats wandeling: Lapscheure. Lapscheurestraat 1
8340 Lapscheure (Damme)

Details volgen via mail

Een lus of een lijn, we bekijken het.

Afspraak Carpool Loppem: 08.15 uur.

Uur vertrek wandeling: 09.15 uur.

GPS Aankomstplaats wandeling: idem, uiteraard!

Info: Jacky

Schrijf je in bij Jacky als je meegaat!!



**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



Kwaliteit, elke dag opnieuw

KEURSLAGER DERYCKER

www.keurslager-derycker.be



BESTEL ONLINE

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

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

ZONDAGSWANDELING 26 mei 2024

De wandeling verloopt gevarieerd door bossen, over grindweg, door autoluwe landweggetjes, langs het jaagpad van de Leie en langs de RAVEL (= Route à véhicule lent = onze benen)

We hoppen over de provinciegrenzen Vlaanderen/Wallonië en we flirten af en toe met de Franse grens. Onderweg ontdekken we de vele monumenten en begraafplaatsen gelinkt aan WOI.

Het is GEEN Luswandeling.

Startpunt: parking van het museum " Plugstreet 14-18 experience"

Mesenstraat 156 - 7782 Komen-Waasten.

De ingang parking is voorbij het imposante "leeuwenmonument". Je neemt het 1ste straatje (= rue de la Munque) rechts en een 100-tal m verder opnieuw naar rechts. = ingang parking.

In de lobby van het museum kunnen we naar het toilet.

! 50ct voorzien voor het toilet!

We starten **stipt om 10u. Omdat het ongeveer 1 uur rijden is vanaf Oostende stellen we voor om te vertrekken uit Oostende om 8.45u.**

Rond 12.30u is de lunchpauze in "**La Bascule**" in **Waasten** (= Warneton). Een sympathiek Waals volkscafé.

! Je kan er niet elektronisch betalen onder de € 15!

Voorzie dus voldoende pasgeld.

Om 13.30u vertrekken we voor het tweede deel van onze wandeling richting Mesen en zo naar de parking in Ploegsteert

De speciale kerktoren wenkt ons reeds in de verte.

We wandelen opnieuw langs enkele bijzondere getuigen van de grote oorlog.

Rond 16.30u zijn we opnieuw aan de parking. De parking van het museum sluit om 17u!

De "après" is in " Café de la grand Place" in Ploegsteert.

Dat is 500m rijden tot aan de markt van Ploegsteert = Place de la Rabecque. Het Café werd vroeger uitgebaat door de ouders van de renner Frank Vandembroucke.

Op de markt kan je opnieuw zonder problemen gratis parkeren.

Je kan er het streekbiertje "Queue de Charrue" proeven.

Je kan er ook, aan een eerlijke prijs, lekker eten en de niet-bobs kunnen een picon proeven. Zie website van Café.

Graag tegen **16 mei** melden (bij Jenny of Lie) indien je blijft eten. Zo kunnen de tafels vooraf gereserveerd worden.

Jenny en Lie



MORDAN



www.natuurwinkelmordan.be - denatuurwinkelmordan@skynet.be

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



[www.facebook/
natuurwinkelmordan.be](http://www.facebook.com/natuurwinkelmordan.be)

GR Tocht

GR-Tocht van 14 april 2024.

In maart werden we in Aardenburg goed ontvangen in het restaurant, café, hotel 's Lands Welvaeren. Een leuk terras, een parking vlakbij en de GR 5A ronde van Vlaanderen voor de deur. Een uitgelezen vertrekplaats voor onze aprilse GR tocht. We hadden 27 kilometer in de aanbieding, maar noch de ervaren stappers, noch de nieuwelingen lieten zich weerhouden de uitdaging aan te gaan. Een verwittigd man telt voor twee, benieuwd of dit ook voor de vrouwen van toepassing zal zijn. Met 15, na wat last minuut toezeggingen en afzeggingen, zijn we allen stipt op de afspraak. Waar het vroeger een uitzondering was niet Oostendenaeren in de groep te hebben, is dit nu eerder regel. Van Leffinge, Zedelgem, Eernegem, Ichtegem, Oostkamp, Oedelem, Meigem, Zeebrugge wordt er naar de GR tochten afgezakt. Maar ook een vijftal Oostendenaeren zijn van de partij, uiteraard. En gezamenlijk beginnen we aan onze tocht. Nog maar pas vertrokken en we komen aan een bistro, iets verder een restaurant annex vakantiewoning. De zes linden die hun naam gaven aan de vakantiewoning staan er wat kort gesnoeid bij en wij keken er naar. Aandachtig de aanduiding volgen en de GPS bij de hand, verloren lopen is onmogelijk, tenzij je natuurlijk veel te vertellen hebt en nog naar het een, noch naar het andere kijkt. Gelukkig waren er aandachtige stappers mee, die een ommetje zo vroeg in de morgen ongepast vonden. En het mooie veldweggetje konden we nu toch echt niet onaangeeroerd voorbij lopen. Een van de vele veldwegeltjes die ons nog te wachten stond, maar dit wisten we toen nog niet. Een uurtje stappen, een 10 tal minuten stoppen. De tractor met bijhorende sproei installatie boezemde ons wat angst in, maar gelukkig bleef hij op veilige afstand. Wat verder kwamen we aan de expresweg Knokke – Antwerpen, die wordt uitgebouwd naar volwaardige au-

tostrade, de eerste werkzaamheden zijn daarvoor reeds gestart. Even langs die weg en een paar meter verder de eerstvolgende veldweg in. De GR loopt en loopt, zoals de volkswagen vroeger, maar alhoewel het nog ver is, en het nog vroeg is, moeten we voor een gezellige middagpauze even het centrum van Lapscheure opzoeken, en de GR verlaten. De voorlopers moeten even op hun stappen terug komen, maar het is voor het goede doel. In Lapscheure kunnen we zowaar op het terras zitten onder het goedkeurende oog van een koppel Ooievaars. Het dorpscafé Sint Cornelius wordt uitgebaat door een vriendelijke dame die het praktisch houdt. Aan het venster hangt de reclame voor de beschikbare bieren. Elk bier kost vier euro, al de rest twee euro vijftig. En een reep chocolade? Op vraag van twee grote dorstigen vertrekken we vijf minuten later dan gepland, iedereen tevreden. Het is nog maar twaalf uur twintig maar we hebben wel nog een zondagwandeling voor de boeg. We zoeken dus weer onze GR op en komen aan de Damse vaart, waar we Kobus, de zelfbediening overzet, ontmoeten. Na wat overleg besluiten we dat het gezamenlijk gewicht van de groep niet boven de 750 kgr is en we dus allen samen de overkant halen. De Gr zoekt nu Damme op, wij kiezen voor Sluis. Het mooie weer heeft reeds enkele fietsers op de been gebracht maar

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

wandelaars zijn nog niet te bespeuren, of zijn we hier te ver van de populaire vertrekplaatsen, zou ook kunnen. In Sluis verliezen we de eerste deelneemster. Dankzij een medeplichtige wordt ze hier opgepikt, nadat ze door dezelfde medeplichtige in Aardenburg werd gedropt. Of ze al dan niet nog van een van de vele terrasjes in Sluis zal genieten wil ze ons niet verklappen. Met eentje minder ronden we Sluis via de vesten. Wie hier zijn boodschappen lijstje wilde afwerken, kwam bedrogen uit. Van winkeltjes geen spoor te bekennen langs de vesten. Wij vervolgden onze weg richting waar we niet moeten zijn, want Aardenburg stond stevast de andere richting uit aangeduid. We draaien links, we draaien rechts, we lopen door een Natuurgebied, langs een water, over de zeedijk, voorbij een schans, resten van Spaanse bezetting, en komen na veel draaien en keren in Draaiburg, een gehuchtje annex kruispunt. Nu komt Aardenburg toch aardig dichtbij en het laatste natuurgebied wacht ons op. De Bordeelpolder laat de gedachten op hol slaan, maar al vlug blijkt dat een bordeel eigenlijk overeenkomt met een hut of een krot. De zuinige Hollanders toch. De voormalige ves-

ting, want dit is het eigenlijk, wordt gevisualiseerd met verhoogde berm en een centrale zitplaats, waar we onze laatste pauze houden. We vervolgen onze weg door het natuurgebied en komen een paar honderd meter voor het centrum van Aardenburg terug onder de mensen.

Onze twee dames die ons voor de eerste keer vergezelden brachten de tocht tot een goed einde en kijken al uit naar een volgende uitgave.

Een echt toffe uitgave.

Een sympathieke medestapper.




't VISPALEIS
 OOSTENDE - BREDENE



OOSTENDE
 Alfons Pieterslaan 30
 Tel 059 707 383

BREDENE
 Kapelstraat 115
 Tel 059 425 711

Optics by day,
 Wine & Art
 by night

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






www.saborido.be | info@saborido.be

Kom naar één van onze maandelijkse
 wijndegustaties @B&M optics (Shop in Shop)
 Sint-Petrus-en-Paulusplein 6, 8400 Oostende.

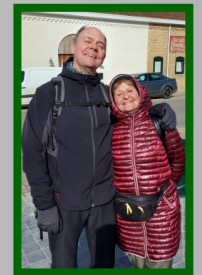
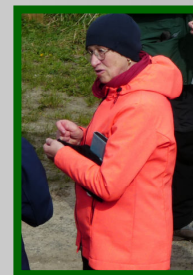
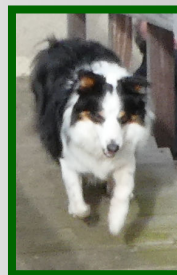
Zondagwandeling

Zondagwandeling 24 maart 2024.

Zoals altijd raadplegen we Buienradar en andere weerstations voor het vertrek in Stavele om te zien welke kledij nodig is. We dagen met 22 personen op. Gerda, Tine en hun trouwe viervoeter Scott nemen het voortouw. Stavele is sinds 1977 een deelgemeente van Alveringem, samen met Hoogstade, Oeren, Sint-Rijkers, Beveren-aan-de-IJzer, Gyverinckhove, Izenberghe en Leisele. Voor we de IJzer stroomopwaarts volgen richting Beveren gaan we eerst naar de N'of voor een sanitaire stop, een etablissement waar we straks de "stutjes" zullen verorberen. We lopen de Brouckmolen wandelroute dat zich kenmerkt door een waterrijk landschap van de IJzerbroeken. Via het jaagpad en landelijke weggetjes zien we mooie vergezichten op de broeken, de West-Vlaamse heuvels en de Broekmolen. Dat is een prachtige stenen witte molen die gebouwd is in 1862. Sinds 1944 is de molen een beschermd monument. Via landelijke wegen gaan we terug naar Stavele waar we het dorp doorkruisen. Velen lezen de gedichten die op de ramen geschreven zijn ter gelegenheid van de poëzieweek. Tijdens onze lunch in de N'of voorziet de charmante gastvrouw ons van drank. Na de middag stappen we richting Vleteren langs de Poperingsevaart naar het Eversambos. Het Eversamdomein herinnert aan de abdij van Eversam die in de

11^{de} eeuw opgericht werd, maar na de Franse Revolutie en een grote brand was de glorie van de abdij voorbij. De kleine sluisjes en de nabijgelegen abdijsloot met paardenfokkerij behoren tot de weinige zichtbare restanten van het vroegere abdijsloot. Even verder zien we een belle-époque villa. Villa Martha is een jachthuis uit 1902. Het werd gebouwd in opdracht van grootgrondbezitter Emiel Valcke als huwelijkscadeau voor zijn nichtje Martha. De villa kwam na 1914 in verval om in 2009 gerestaureerd te worden en is nu opnieuw bewoonbaar. De wandeling gaat verder richting de IJzer waar een houten brug ons toelaat het jaagpad te volgen richting Stavele tot aan het bekende 't Hof van Commerce. Aan de overzijde in de N'of konden we nog wat napraten over deze mooie natuurwandeling.

Bedankt Gerda, Tine en Scott





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

Vakantie inzetten met de Natuurvrienden!

Een aller-retour naar Brussel...

Vrijdag 28 juni 2024, bezoek aan Noordwijk en

Tour&Taxis-site in Brussel

De Noordwijk, de onmiddellijke omgeving van het Noordstation, is in volle ontwikkeling: **UP4North**. Er wordt duchtig afgebroken. Het Noordstation uit 1952 staat er nog en is prachtig gerestaureerd. De **World Trade Centers** uit de jaren '70, periode Vanden Boeynants (burgemeester, premier en pensendraaier met compagnon Charlie De Pauw, parkeergarageboer) werden gestript of worden dat binnenkort en veranderen in woon/werktorens anno 2024. Ook **Proximus en Engie** blijven niet achter en benen in snelvaart Up4North bij.

Het **Maximiliaanpark** ruimt plaats voor de kinderboerderij en het nieuwe **Max aan de Zenepark** kleurt de omgeving van **Canal-Pompidou**, de vroegere Citroëngarage die omgebouwd wordt tot een Brussels museum voor moderne kunst. Maar aan de einder over de nieuwe brug over het kanaal wenkt in de namiddag **Tour&Taxis**, het prestigieuze complex uit 1910 vol sporen langs het kanaal, een goederenstation (**Gare Maritime**) en een heus **Koninklijk Pakhuis** met bijgebouwen. Ook de post- en douanediens ten maakten er deel van uit. Alle voornoemde gebouwen kregen een nieuwe bestemming, schitteren in een wadi-omgeving en zijn omgeven door een park dat tot in Laken voert. Ook de Vlaamse overheid streek er neer in het nieuwe **Herman Teirlinck gebouw**.

We nemen jullie een dag op sleeptouw maar gunnen jullie ook een blik vanuit de hoogte (belvédère) op de Brusselse skyline. We zorgen voor de versterking van de innerlijke mens aan de Food Market in de Gare Maritime en afsluiten doen we op de Après bij Brasserie de la Senne, bij een onvervalst Zennebier, een Jambe de Bois of een Taras Boulba!

Praktisch:

Vertrek: directe trein Station Oostende om 9:42 richting Eupen ; station Brugge 9:58. (Seniorenticket mogelijk voor de 65+ers). Aankomst in BXL Noordstation om 11.04.

Directe trein terug ten vroegste om 18:51 in BXL Noord – Aankomst Brugge 20:04, Aankomst Oostende 20:17. Of één/twee/drie/... uur later voor de echte Brussel fans. Het volledige parcours wordt te voet afgelegd (+/- 6 km) – geen moeilijk terrein. We hebben de hele dag Claudine Huyghe (overtuigde Brusselaarster maar... afkomstig uit de streek van Veurne) aan onze zijde. Zij zal gidsen met een audio toestel met zendertje. Ontvangers voor iedereen zijn voorzien maar oortjes kun je best zelf meebrengen. Indien vergeten kun je er ter plaatse eentje kopen voor 1 euro.

Te voorziene uitgaven: Treinticket, middaghap (pizza, pasta, sla, bowl,...) aan democratische prijzen aan de Food Market (je kunt daar eventueel ook met een drankje je picknick opeten), drank Après en 5 euro als bijdrage in de kosten van de gids ter plaatse te betalen.

De dag werd voorbereid door Anna Marie (0473/343495) en Hugo ((047/8443922) die indien nodig meer uitleg kunnen geven.

Inschrijven kan vóór 18 juni via een e-mail aan anna-marie.monteyne@skynet.be



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



Wodanwandelen



06/03/2024 Sporthal Ter Beke

Oudenburg.

Niet minder dan 37 leden waren komen opdagen om deel te nemen aan deze wandeling. Vertrokken aan de sporthal ging

het eerst langs het Stedebeekpad tot aan het Gouden Helmpad om zo uit te komen aan de Markt van Oudenburg. Daar werd even halt gehouden bij het feit dat de vernieuwde markt ingehuldigd werd op 1/1/2000. Wat verder stopten we ook nog even bij de oude fontein en de middeleeuwse schandpaal. Zo ging het verder langs de Abdijlaan en de Cotteweg tot aan de Zomerweg, die dan over ging in de Pompestraat. Zo kwamen we dan uit in deelgemeente Ettelgem, waar de leden die wensden in te korten, na ongeveer 7 km gewandeld te hebben, terug konden keren centrum Oudenburg. Voor het overgrote deel, ging de wandeling verder langs de Schoolstraat richting Ettelgem centrum. Daar passeerden we de Romaanse kerk en volgden we de Oude Kerkstraat tot aan de Oude Brugseweg, waar we rechts insloegen tot aan de Zeeweg om zo terug te keren naar de Sporhalle. Eens aangekomen aan de sporthal werden we op een vriendelijke manier ontvangen door de uitbaatster om de wandeling af te sluiten.

13/03/2024 tramhalte Westende.



Westende Bad.

Met opnieuw een fantastische opkomst, nu van 35 leden, vertrokken we aan de tramhalte, zo ging het eerst dwars door het centrum van Westende bad, waar eerst even halt

werd gehouden bij het daar aanwezige kunstwerk, om zo uit te komen op de nieuw aangelegde Zeedijk. Eens het daar gelegen restaurant Bonk gepasseerd, sloegen we het daar gelegen wandelpad in, die we volgden tot aan het Militair domein van Lombarsijde. Van daar

ging het via de Zeelaan, Elisabethlaan en de Strandjuttersdreef richting de Bassevillestraat. Daar hadden de leden die wilden afhaken de kans om terug te keren richting plaats van vertrek. De rest van de groep ging via de Baronstraat tot aan het sportcentrum Bamburg, waar even halt gehouden werd voor een sanitaire stop. Zo vervolgden we onze weg langs de Bamburgstraat, de Schuddebeurzeweg en de Langestraat om zo uit te komen in Westende Dorp. Daar werd even halt gehouden bij het feit dat precies vandaag, het de 54^{ste} huwelijksverjaardag was van August en Edith, die het feest ter gelegenheid van hun huwelijk gegeven hebben in de daar vroeger gelegen feestzaal De Kroon. Van daar ging het dan via de Duinenlaan terug plaats van vertrek. Eens aangekomen in Westende Bad werd de wandeling afgesloten in Villa Marie-Joseph, waar de waardin er voor gezorgd had dat alle Natuurvrienden samen konden zitten in een apart lokaaltje.

20/03/2024 tramhalte Molen.



Wenduine.

Eerst ging het richting het uitzichtpunt gelegen achter het RVT De Branding, wat meteen een ferme beklimming betekende, van daar ging het dan door de duinen tot aan de Karnemelkput. Daar deden we nog eens een beklimming tot aan de Spioenkop.

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

*** Juli - augustus - september
ZONDAGFIETSTOCHTEN**

**Info: Jean Pierre
☎ 0473 825 409**

Van daar ging het dan verder langs de Zeedijk, waar verschillende keren werd halt gehouden, voor het bewonderen van de daar recent geplaatste kunstwerken. Op het eind van de Zeedijk konden we dan het fel becommentarieerde kunstwerk Monobloc, van Sara Bjarnland bewonderen. Van daar ging het dan via het pad gelegen in de duinen richting Blankenberge. Daar stelden we vast dat er daar een volledige nieuwe pier wordt gebouwd. Na een kleine omweg langs de Scheurput, keerden we dan op onze stappen terug richting Wenduine. Eens ter hoogte van de brug met de naam Wrakhout werd er de keuze gemaakt om verder terug te keren langs het strand. Eens terug aangekomen in Wenduine organiseerde de wandelleider enigszins een beetje het transport richting de Hippo 12 waar de wandeling werd afgesloten.

27/03/2024 VLC te Bredene

Bredene.

Aansluitend de viering van de verjaardagen .

Vertrokken aan het VLC ging het eerst richting de Spuikom, daar werd gekozen om links af te



slaan en zo richting Het Sleetje te gaan. Zo vervolgden we onze weg tot aan de St-Maartensbrug. Om daar dan het pad te nemen dat uitkomt aan de Ibis. Daar werd even halt gehouden voor de groepsfoto. Net op dat ogenblik passeerde er een fotograaf, waar we een grapje tegen maakten en vroegen of hij ons niet op de gevoelige plaat kon vast leggen, waarop hij lachend reageerde. Van daar ging de wandeling dan verder naar het eilandje, waar we halt hielden bij het kunstwerk At the Mercy of Nature van SisY-Phus PartX. Nu wat bleek de door ons net gespotte fotograaf had er niet beter op gevonden om zich aan de andere kant van de vaart te positioneren en ons van daar te fotograferen terwijl wij het kunstwerk aan het bewonderen waren. Deze foto kwam dan enkele dagen later in de nationale editie van het Laatste Nieuws. Van daar ging onze wandeling nog verder langs de Oosteroever, waar eerst even halt gehouden werd bij het

 **dumobil**
villabouw - woonprojecten



www.dumobil.be

vroegere werkhuis van Staf Versluys. Om als toemaatje nog eens te passeren aan het Yacht, de Tomidi, waarmee hij de wereldzeeën heeft bevaren. Zo ging het dan verder via de Vuurtorenwijk tot aan het VLC. Daar had de equipe, verantwoordelijk voor de organisatie van de viering van de verjaardagen, opnieuw voor een geslaagde ontvangst gezorgd. Omstreeks 19:30 werden de feestelijkheden dan afgesloten, waarna iedereen blij gemutst huiswaarts keerde.

Vrijdan

Vrijdans 5 april. Een druilerige voormiddag. Twijfelend keken we naar het wisselend kleurenpalet van de wolken. Maar tegen 15u stonden 17 wandelaars in een stralende zon aan de Armenonville. De jassen werden overbodig. Didier gidste ons via een korte wandeling door het bosje tot aan de achterkant van AZ Dami-aan. We huppelden en dansten (een beetje overdreven zeker?), enfin we stapten opgewekt langs een autoloos pad. Weldra genoten we van de prachtige natuur langs de kreek tot aan de Zandevoordestraat. Kleuren, geuren, een primeur. Sleedoorn, meidoorn en andere doornen. Paardebloemen, boterbloemen. Madeliefjes en andere liefjes. De vogeltjes wedijverden met het gekwetter van de natuurvrienden. Na een korte verbinding langs de drukke zandvoordestraat wandelden we opnieuw via de andere kant van het water, richting ons einddoel. Het ritme werd precies steviger. De zon? Het terras van de Armenonville?

De natuurvrienden waren niet meer in toom te houden. De wandeling was prachtig. Op het terras werden de tafels bijeen geschoven. De toog en de cafébaas werden overrompeld door dorstige stappers. We genoten van de laatste zonnestralen. De après en de wandeling waren, wat tijd betreft, perfect in evenwicht. We kijken nu al uit naar 3 mei waar we opnieuw een fantastische namiddag met vertrek aan het Duinenkerkje zullen beleven.

IN MEMORIAM

Raymond Senaeve

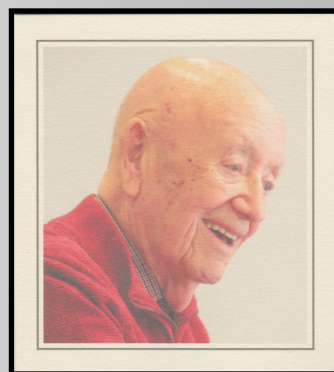
(°29/01/1926 en + 27/03/2024)

Vele jaren was Raymond lid van De Natuurvrienden. Samen met zijn vrouw Yvonne nam hij deel aan praktisch alle activiteiten van de afdeling. Niettegenstaande hij een fervente stapper was liep hij bijna altijd achteraan de groep met zijn fototoestel om de hals en waarbij hij de bende als het ware in het oog hield.

Maar de reeds lang aangesloten leden in de afdeling zullen Raymond vooral herinneren als één van de bedenkers van de Wodan activiteit. Meerdere jaren leidde hij de woensdagnamiddag wandelingen, waarna Luc en vervolgens Ronny deze activiteit verder zetten.

Met nog minder dan 24 maanden te gaan werd Raymond net geen 100! Het was tof jou gekend te hebben.

De NV- Oostende.



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



www.vakantieopschiermonnikoog.be

Fietsnieuws

Fietstocht zondag 05 mei 2024.

Deze fietstocht vertrekt vanuit AALTER om 10.00 uur.

We parkeren de wagens op de gratis parking De Warande, Kouter (grote parking rond het gemeentehuis). Voor hen die eventueel met de trein zouden komen is het ongeveer nog 1km: volg knooppunt 92 via tunneltje onder het spoor).

Vanuit Aalter fietsen we doorheen Poeke, Vinkt en Meigem naar Nevele waar de middagstop gehouden wordt in café De Vischmijn.

Het namiddagdeelte gaat via Drongen, het natuurgebied de Oude Kale en het kanaal Gent – Oostende terug naar Aalter. Tussen knooppunten 67 en 74 wordt een verrassingsstop gehouden. Hopelijk treffen we geen regen want de rit verloopt in een open en bloot gebied waar geen of weinig bescherming is. Zon en wind kan ons niet deren! Ook wat fietsbehendigheid is vereist aangezien korte stukjes in het parcours dienen bereiden via zeer smalle paadjes!

De totale afstand van de fietstocht is tussen de 60 en 70 km!

Patrick en Marianne

Fietstocht zondag 19 mei 2024

Beste fietsliefhebbers,

De fietstocht (71 km) van **zondag 19 mei 2024 vertrekt vanuit TORHOUT!**

We verzamelen om 10u op de parking van het kasteel van

Wijnendale, Fonteypad 2, 8820 Torhout.

De rit brengt ons via Kortemark naar Koekelare, waar we 's middags de knapzak aanspreken in

De Kletskop, Lekestraat 55 8680 Koekelare

In de namiddag doen we Keiem, Diksmuide en Vladslo aan.

Info: bel of e-mail naar Patrick Ocket:

GSM: 0496 395 090

E-mail: patrickocket@gmail.com.

Hopelijk kun je erbij zijn,

Je fietsleider van dienst.

Patrick Ocket.



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

Ledenfeest

Zaterdag 15 juni 2024

Uur: Deuren om 11.30 – Start: 12.00 uur.

Waar: OC De Blomme – Chrysantenstraat 30 – Stene (Oostende)

1. Voor leden van de afdeling Oostende.
2. Voor partners van de leden die zelf geen lid zijn.

Wat bieden we jullie aan:

Aperitief met hapje.

Barbecue bestaande uit Scampi brochette, Kipfilet, Ribbetjes.

Koffie met versnapering.

Water plat en bruis bij de barbecue.

1. Prijs: Voor leden: € 20
2. Voor partners van leden die zelf geen lid zijn: € 45.

Inschrijven bij Marianne tot **27 mei** bij voorkeur via e-mail.

E-Mail Marianne:

arix.marianne@gmail.com

GSM: 0479 609 404

Betalen ten laatste 01 juni.

Zie gegevens bladzijde 2.

In een ontspannen sfeer nodigen we jullie uit om samen een leuke namiddag te beleven. Voor onze leden doen we een speciale inspanning en bieden dit feest aan tegen een uitzonderlijke

LEDENPRIJS.

Het bestuur



PODOLOGISCH CENTRUM

Populierenlaan 2, 8430 Middelkerke

(TOP-) SPORTERS

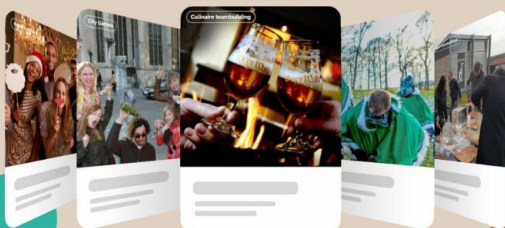
KINDEREN

VOET-, KNIE- EN RUGPROBLEMEN

PREVENTIEVE SCREENING

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

Onlangs maakte mij iemand de opmerking dat onze maag toch wel een uitzonderlijk orgaan moet zijn. Wat we daar allemaal in kappen. Een zoet aperitiefje, gevolgd door een hartig voorgerechtje, gevolgd door een hoofdmaaltijd, liefst vergezeld van onze niet te missen nationale frieten. Een ijsje als dessert erbij, smelt en neemt geen plaats in, kan ook nog net, en om niet onmiddellijk in slaap te vallen een opwekkende en opbeurende koffie. Wat we drinken om dit allemaal binnen te krijgen laat ik nog in het midden. Wat een soepje hebben we daar samengesteld. Doe dit alles samen in een bord, en niemand wil dit eten.

En net zo een soepje zijn we van moeder aarde aan het maken. In het Oosten vechten eigenlijk verwanten tegen elkaar, want eens grens deelt een land maar nooit een volk. In het verre Oosten, maar zo ver is dit verre Oosten niet, doen we alle moeite om zoveel mogelijk partijen te betrekken bij een conflict gestart met een aanslag en eindigend met vergelding. Nog iets meer naar het Oosten, waar tegenwoordig onze goedkopere elektrische auto's vandaan komen, hebben ze blijkbaar ook nood aan uitbreiding, nochtans hebben ze daar bijna 10.000.000 kilometer ter beschikking. En onze trouwe bondgenoot, over de oceaan, staat voor een presidentverkiezing. Daar moet gekozen worden, om het gematigd te houden en geen te kwetsende woorden te gebruiken, moet er daar gekozen worden tussen twee kandidaten die eigenlijk niemand wil. Nog in het verre Oosten worden ze nu ook nog klimaatbeheerders en regenmakers. En wij gelukkig dat we tenminste het weer niet kunnen bepalen.

Helaas kan ik zo nog wat verder doorgaan, met conflicten overal in de wereld. Het klimaat redden we niet met een paar elektrische auto's. Oorlogen lossen niets op. We moeten ons gezond verstand gebruiken. We moeten naar vrede streven. Samen moeten wij het doen. Maar wat kan ik inbrengen met de 37 exemplaren die van deze ster gedrukt worden en de 30 digitale lezers?

Ik kan jullie enkel uitnodigen even het activiteiten aanbod van mei en juni nader te bekijken. In mei zijn het onze traditionele activiteiten, maar voor juni staat er een Ledenfeest op het programma en ook nog een uitstap naar Brussel, welke de Zondagwandeling vervangt. Tussen ledenfeest en uitstap Brussel hebben we nog de Afdelingsdag, maar daarover ongetwijfeld meer in de volgende zeester. Wie zich voor al deze activiteiten liever met de fiets verplaatst kan alvast oefenen en deelnemen aan de fietstochten. Misschien geraak je nog in vorm voor de fietsvierdaagse.

Allen samen naar onze afdelingsactiviteiten, zo houden we het tenminste aangenaam en gezellig onder elkaar.

Alvast een eerste stap naar wat meer samenhang en verdraagzaamheid?

SHIMANO
SERVICE CENTER

soigneurs
BY DE FIETSMAKER
VELO

De Fietsmaker
Berkenhagestraat 2
8210 Zedelgem
050/501 509

bram@defietsmaker.be
www.soigneursvelo.be



Kookrubriek Het Deksel Sandwiches

1. Benodigdheden

Gerezen gistdeeg: (Recept)

- ♦ 500g bloem
- ♦ 30g verse gist
- ♦ 30g suiker
- ♦ 1 ei
- ♦ 7g zout
- ♦ 2,5dl lauwe melk
- ♦ 5g broodverbeteraar
- ♦ 100g boter

2. Bereiding

1. Bloem zeven, in fontein zetten, gist in fontein brokkelen.
2. Zout aan de buitenzijde op de bloemrand strooien, verbeteraar en vetstof eveneens op de bloemrand.
3. Lauwe melk op de gist gieten en deze met de vingertoppen losroeren.
4. Vanaf de binnenzijde van de fontein, de bloem inwerken en een glad en taai deeg kneden (kan ook machinaal -1100 toeren).

3. Verwerking

1. 1^e voorrijs: 15 min. onder doek
2. Het deeg doorslaan.
3. 2^e voorrijs: 10 min. onder doek
4. Deegstukjes van 40g afwegen en opbollen.
5. Langwerpige vormen steken en op lichtgesmeerde bakplaat plaatsen met de sluiting naar onder.
6. Voor de eerste maal instrijken met eierstrijksel (losgeklopt ei met 1lep.melk)
7. Na een twintigtal minuten, de sandwiches voor een tweede maal doreren.
8. Nog een 15-tal min. laten narijzen.

4. Afbakken

In voorverwarmde oven, op 220°C, gedurende 15 tot 20 min.

5. Smakelijk!

Est.  1999

- Pistache & Vanille -

Bloemenwinkel

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