

WANDELEN VÓÓR EN MET MANTELZORGERS



Beste mantelzorger,

Bergharen/Druten, maart 2019

Verlangt u naar een ochtend voor u zelf? Houdt u van de natuur? Wilt u in een vertrouwde en veilige sfeer ervaringen uitwisselen met andere mantelzorgers en woont u in Druten, Puiflijk, Afferden, Deest, Horssen of Molenhoek? MeerVoormekaar en Happiness in Progress nodigen u van harte uit voor een nieuwe reeks ontspannende ochtendwandelingen van maart tot en met december 2019.

Mijn naam is Mary van der Linde. Sinds januari 2018 organiseer ik met veel plezier wandelingen voor mantelzorgers uit de gemeente Druten. Vanaf 22 maart a.s. verzorg ik de volgende wandelingen voor u:

Tip: noteert u onderstaande data in uw agenda!

VAN AFFERDEN NAAR DEEST, vrijdag 22 maart

Over bijna geheel verharde wegen wandelen we richting Deest. Via de dijk met een prachtig uitzicht op de uiterwaarden en via de Tabakspant keren we terug naar de plaats waar we gestart zijn.

SLOT DODDENDAEL, EWIJK, dinsdag 23 april

Een mooie wandeling in de groene omgeving van Slot Doddendael en natuurlijk met uitzicht op de Waal.

HORSSEN, woensdag 29 mei

We verkennen de prachtige oude kern van Horssen en een deel van landgoed de Heerlijkheid Horssen, waar we starten. Ook de landelijke Wetering ontbreekt niet in het programma.

HOGE BROEKENPAD, BENEDEN-LEEUWEN, donderdag 27 juni

Vindt u het leuk door weilanden en langs water te wandelen? Is het passeren van smalle bruggetjes en prikkeldraad met houten opstapjes, waarbij we elkaar natuurlijk helpen, geen probleem, dan is deze wandeling iets voor ú.

VANAF BATENBURG MET HET VOETVEER OVER DE MAAS, vrijdag 19 juli

Vandaag combineren we een wandeling rond de ruïne in Batenburg met een overtocht over de Maas (het voetveer voor eigen rekening), èn een wandeling door de uiterwaarden richting de molen in Dieden.

VANAF DRUTEN MET HET VOETVEER OVER DE WAAL, dinsdag 27 augustus

We gaan ook de andere kant op! Met het voetveer (voor eigen rekening) naar de Ochtensche buitenpolder. Let op: deze wandeling is langer dan normaal: 7,8 km. Grotendeels over verharde wegen.

DOOR BOS EN LANGS WEILANDEN IN BERGHAREN, woensdag 18 september

In 2018 erg gewaardeerd, deze prachtige wandeling vanaf de molen door natuurgebied de Munnikhof en het Berghareense bos met zijn rivierduinen.

APPELTERN, donderdag 17 oktober

Dit keer zakken we af naar Appeltern waar landgoed de Heerlijkheid Appeltern niet mag ontbreken en waar ook de Nieuwe Wetering een rol speelt.

UITERWAARDEN TUSSEN WINSEN EN EWIIJK, vrijdag 22 november

Wandelt u graag in een groene omgeving, maar het liefst met vaste grond onder de voeten, en niet te lang, dan is deze wat kortere wandeling over de dijk en door de uiterwaarden geschikt voor u.

TUSSEN DE WEILANDEN BIJ ALTFORST, dinsdag 17 december

Houdt u van de uitgestrektheid van het Land van Maas en Waal dan kan deze wandeling tussen de weilanden en langs de Wetering bij Altforst u vast bekoren. We wandelen uitsluitend over verharde wegen.

Om 10.00 uur ontvang ik u met koffie/thee en koek. Na een voorstelrondje wandelen we met een groep van maximaal zestien mantelzorgers circa anderhalf uur in een rustig tempo. Rond 12.30 uur zijn we terug bij de plaats waar we zijn gestart.

Aanmelden

Stuurt u een mail naar info@happinessinprogress.nl of bel tel. 06-1804 1346. Ik ontvang graag uw naam, telefoonnummer, emailadres en opgaaf van de wandelingen waaraan u wilt deelnemen.

Kosten

De gemeente Druten draagt de kosten. Mantelzorgers uit de gemeente Druten kunnen dus kosteloos deelnemen aan de wandelingen.

Enkele bijzonderheden

- Enkele dagen vóór de wandeling ontvangt u van mij een mail met informatie over de omvang van de groep en een routebeschrijving.
- Gym- of wandelschoenen met profiel zijn aan te raden.
- Waar niets anders staat vermeld wandelen we over verschillende soorten ondergrond: (on)verharde paden, gras (kan vochtig zijn) of zand.

Graag maak ik u ook attent op de avondwandelingen voor mantelzorgers van mei tot en met augustus 2019. Hopelijk heb ik u (weer) enthousiast gemaakt. Heeft u vragen? Neemt u dan gerust contact met mij op.

Graag tot ziens!

Met vriendelijke groet,

HAPPINESS IN PROGRESS
Mary van der Linde



MeerVoormekaar
Mariëlle van Swaay



Website: www.happinessinprogress.nl
Mail: info@happinessinprogress.nl
Telefoon: 06-1804 1346