

A group of people, mostly older adults, are walking along a gravel path in a sun-dappled forest. The path is lined with green foliage and trees. The people are dressed in casual summer attire like t-shirts, shorts, and hats. The overall atmosphere is peaceful and active.

# Wandelt u ook mee?

**Elke week gratis natuurwandelingen  
in Zuid-Holland!**

# Samen wandelen: gezellig, groen en gezond!

*"Buurtgenoten ontmoeten, bewegen en de  
mooie natuur ervaren; ik zou geen betere  
start van de week kunnen verzinnen!"*

- Petra, wandelaar

## Samen wandelen en bewegen in de natuur

Stichting Gezond Natuur Wandelen brengt buurtgenoten samen met wekelijkse gratis natuurwandelingen van een uurtje door heel Nederland. Onze wandelbegeleiders staan iedere week voor u klaar op de verzamellocatie. In een rustig tempo en met veel enthousiasme nemen zij u mee op pad. Het tijdstip en startpunt zijn steeds hetzelfde, de wandeling is altijd anders. Onderweg vertellen de vrijwilligers u graag iets over de natuur.

Meewandelen is **gratis** en na afloop drinken we, voor wie dat wil, samen een kopje koffie of thee (op eigen kosten). Aanmelden is niet nodig. Loopt u gezellig mee? **We kijken ernaar uit u te ontmoeten!**



We wandelen in Zuid-Holland o.a. in Den Haag, Rotterdam, Rijswijk, Nieuwkoop en Zoetermeer. Richt met de camera van uw telefoon op de QR-code en vind al onze wandelingen in een overzicht.

Of kijk op:

<http://www.gezondnatuurwandelen.nl/overzicht-wandelingen>

