
Rondje
Teylingen
VOOR IEDEREEN EEN RONDJE

Inhoud

- Aanleiding
- Proces
- Input & burgerparticipatie
- Huisstijl
- Routes
- Verrijkingen
- Inspiratie & mogelijkheden





Aanleiding

Wandelen en fysieke leefomgeving

De visie achter Rondje Teylingen is dat we geloven dat iedereen de mogelijkheid moet hebben om te bewegen en sporten in de leefomgeving.

TNO innovation for life

Lopen (wandelen) voor ouderen draagt bij aan valpreventie, tegengaan overgewicht, eenzaamheid en longaandoeningen.

Beweegalliantie

Vooral voor mensen met een sociaal-economische achterstand kan sociale cohesie in de buurt een extra hulpmiddel zijn tegen problemen op het gebied van gezondheid. Factoren zoals de fysieke inrichting (groene ruimtes, wandelvriendelijkheid) en de sociale infrastructuur (buurtcentra, ontmoetingsplekken) zijn cruciaal.

Bewegen, ontspannen en ontmoeten

Stimuleren van bewegen, ontspannen en ontmoeten in de leefomgeving van Teylingen door de realisatie van wandelroutes die inwoners langs plekken in de gemeente voert waar elementen van positieve gezondheid tot uiting komen. Langs de routes komen verrijkingen zoals een sporttoestel, schaaktafel of ontspanningsplek.

- Bevorderen van een gezonde en actieve samenleving > Positieve Gezondheid
- Sluit aan bij pijler 1 en 2 MAG: **Vitaliteit** en **Zorg voor elkaar**
- Sluit aan bij GALA thema's:
  - Een vitale en gezonde leefomgeving
  - Gezond leven in Teylingen
  - Aandacht voor mentaal welbevinden
  - Vitaal ouder worden
- Samenwerking tussen partners Viteylingen en koppelen aan bestaande initiatieven zoals OpStap



Proces

Proces Rondje Teylingen



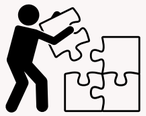
Subsidieaanvraag Provincie Zuid-Holland - Beweegvriendelijke Leefomgeving - afgerond en toegekend €49.550 (plus €46.000 gemeente Teylingen)



Fase 1 - behoefteonderzoek - reeds afgerond



Fase 2 - ontwerpfase - reeds afgerond



Fase 3 - realisatie - afronding uiterlijk 1 september 2025



Fase 4 - activatie - afronding uiterlijk 1 september 2025



Monitoren - met partners: deelnemers activatie en challenges, bezoekers website en online route



Fase 1
Behoefteonderzoek

Input ophalen & burgerparticipatie



Online vragenlijst voor partners - Combibrug, Stiwa, WSV, Welzijn Teylingen en Welzijnskwartier



Aanhaken **Buurtbakkies** Welzijn Teylingen in Warmond, Voorhout en Sassenheim - 15 reacties



Straatinterviews in Warmond, Voorhout en Sassenheim - 61 mensen gesproken



Inwonersessie Voorhout - Gesprekken met inwoners en betrokkenen van Elsgeesterhof, Foreholte en Wandelmaatjes - 18 mensen gesproken



Gesprekken met afdeling Buitenruimte, Wandelnetwerk Bollenstreek (**gemeente**), Stichting Oud Sassenheim (VoetstAPPen)

Reacties partners en inwoners

“De route moet echt langs de oude toren van Warmond. Deze toren is pas echt Warmonds.”

“Koudenhoorn en Buitenplaats Oostergeest zijn mooie plekken voor verrijkingen.”

“Plaats meer banken naast de routes in Voorhout.”

“Het Calisthenics park in Warmond kan nog wat extra’s gebruiken.”

“Kunst mag meer aanwezig zijn.”

“Route langs nieuwe locatie Elsgeesterhof laten lopen.”

“Bij Sassembourg in de buurt beweegactiviteit voor senioren wellicht.”



Fase 2 – Ontwerp huisstijl en routes


Rondje
Teylingen


Rondje
Teylingen


Rondje
Teylingen



Rondje
Teylingen



Rondje
Voorhout



Rondje
Sassenheim



Rondje
Warmond


Rondje
Teylingen


Rondje
Voorhout


Rondje
Teylingen




Rondje
Sassenheim

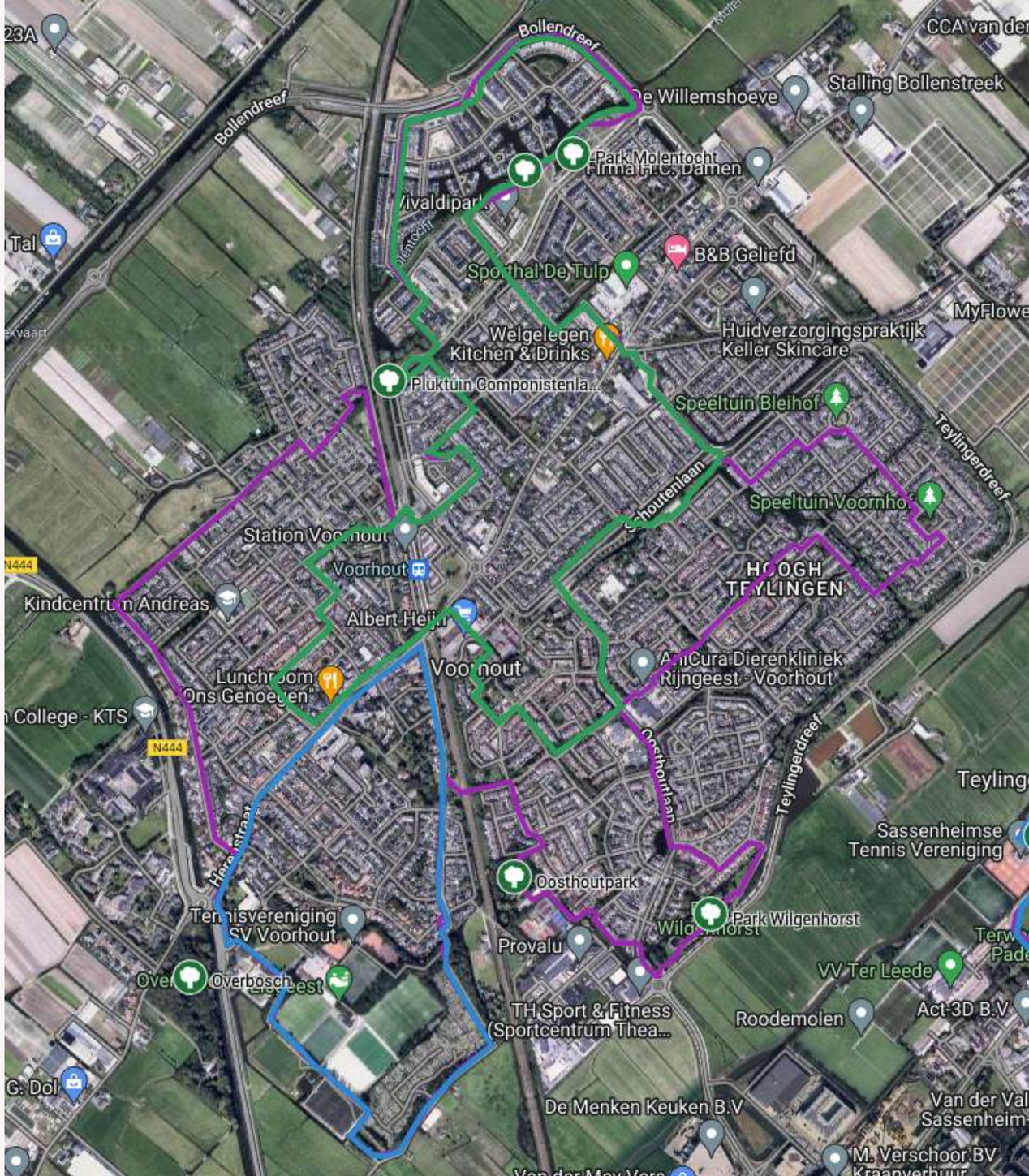
Routes

- Langs parken, speelplekken en verenigingen
- Combinatie van centrum en groen
- Langs markante plekken (o.a. Ruïne Teylingen, Boerhaavehuis en Theekoepel)
- Aansluiting met knooppunten Wandelnetwerk
- Korte, middellange en lange routes
- In totaal 9 routes (3 per dorp)
- Routes worden aangeduid met tegels en komen digitaal beschikbaar via Google Maps



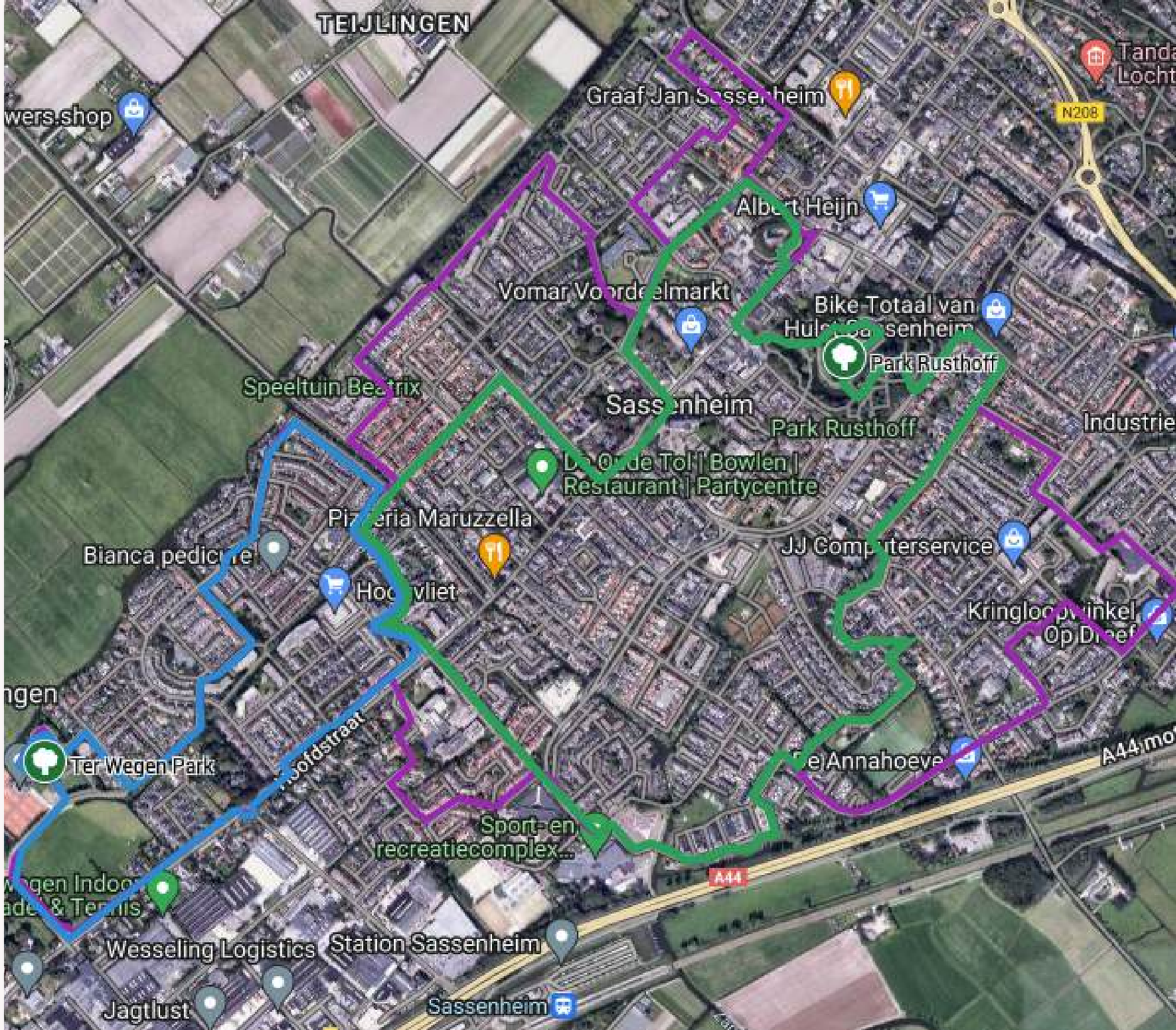
Rondje Voorhout

- Blauwe route - 3 km
- Groene route - 6 km
- Paarse route - 10.5 km



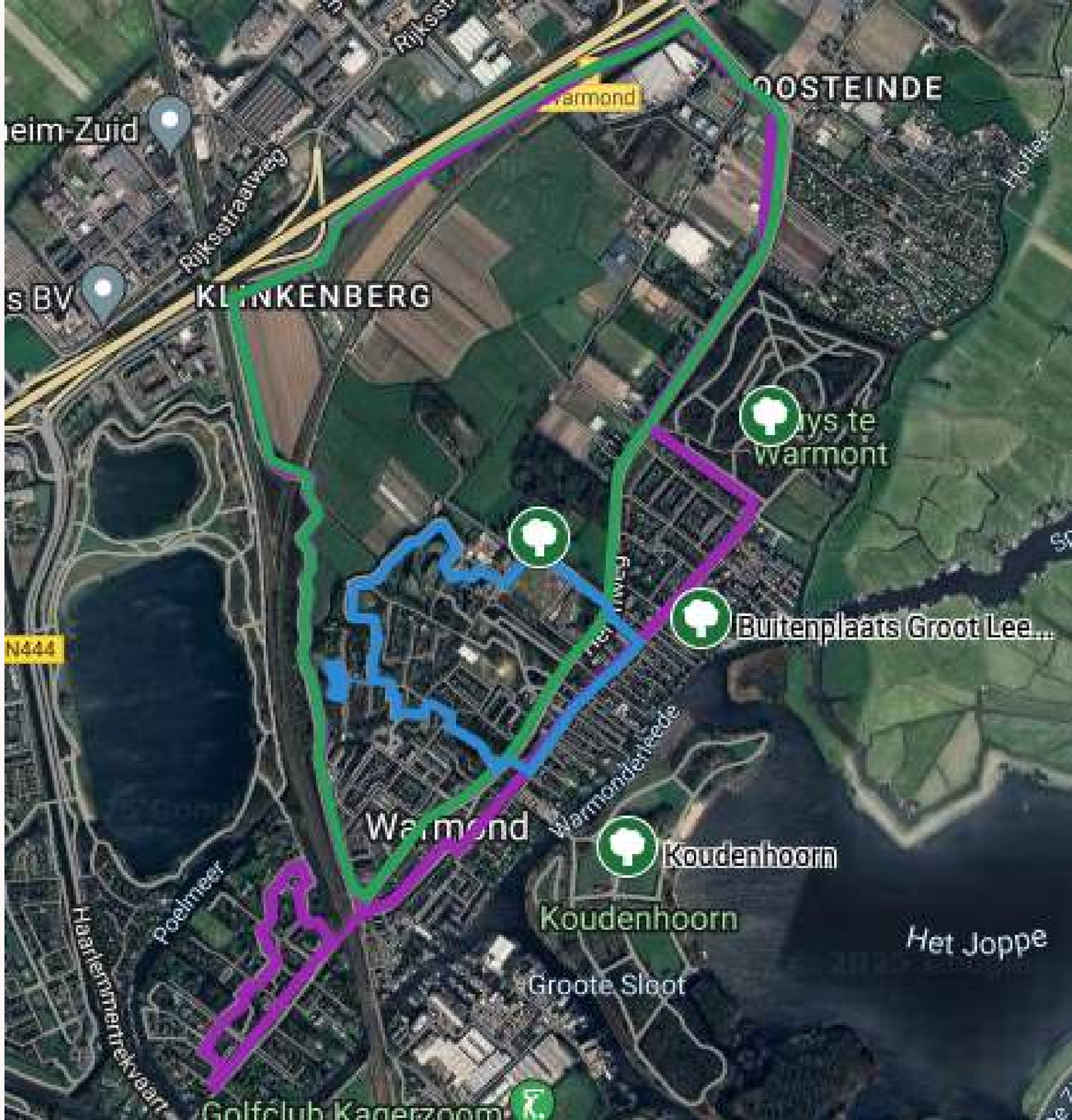
Rondje Sassenheim

- Blauwe route - 3 km
- Groene route - 5 km
- Paarse route - 9 km



Rondje Warmond

- Blauwe route - 3 km
- Groene route - 5.6 km
- Paarse route - 7.5 km





Verrijkingen

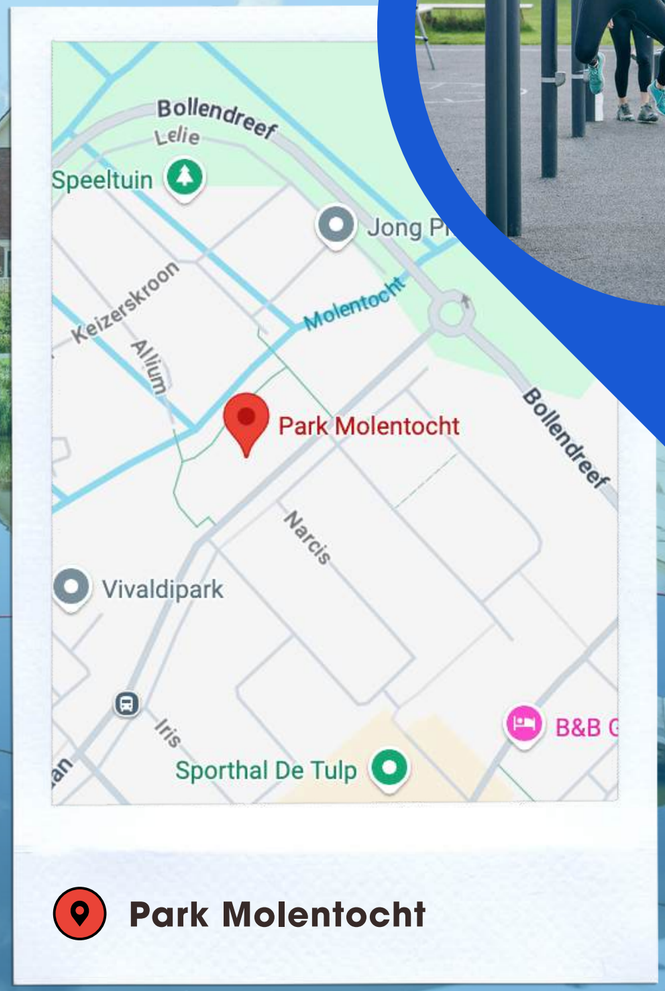
- Genoemde verrijkingen zijn tweede deel van realisatie, dit zijn ideeën
- Combinatie van bewegen, ontmoeten, ontspanning
- Plekken genoemd door inwoners en partners
- Plekken in overleg met Buitenruimte: aanvullen van bestaande plekken
- Verspreid over de routes en dorpen

Rondje Voorhout

Calisthenics

- Stimuleren bewegen in de buitenruimte met calisthenics toestellen
- Bestaande groene speelplek
- Vraag naar sporttoestellen in behoefteonderzoek





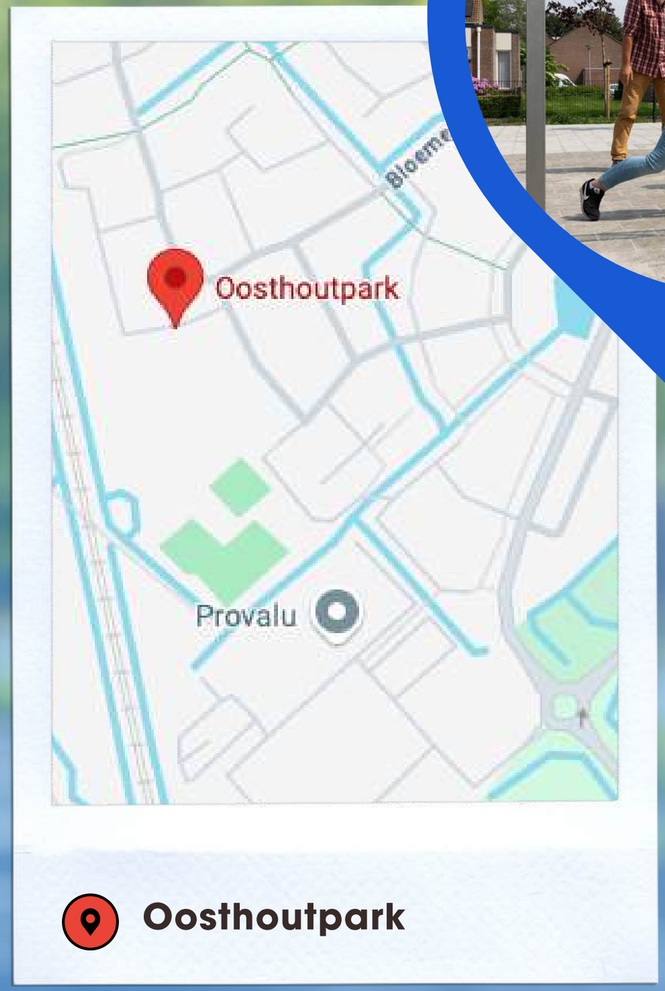
©Van der Hulst Bouwbedrijf

Rondje Voorhout

Volleybalnet

- Stimuleren bewegen in de buitenruimte met volleybalnet
- Benoemd in behoefteonderzoek als plek voor verrijking
- Bestaande groene speelplek
- Voor meerdere doeleinden te gebruiken, in hoogte verstelbaar
- Nodigt uit tot samen bewegen



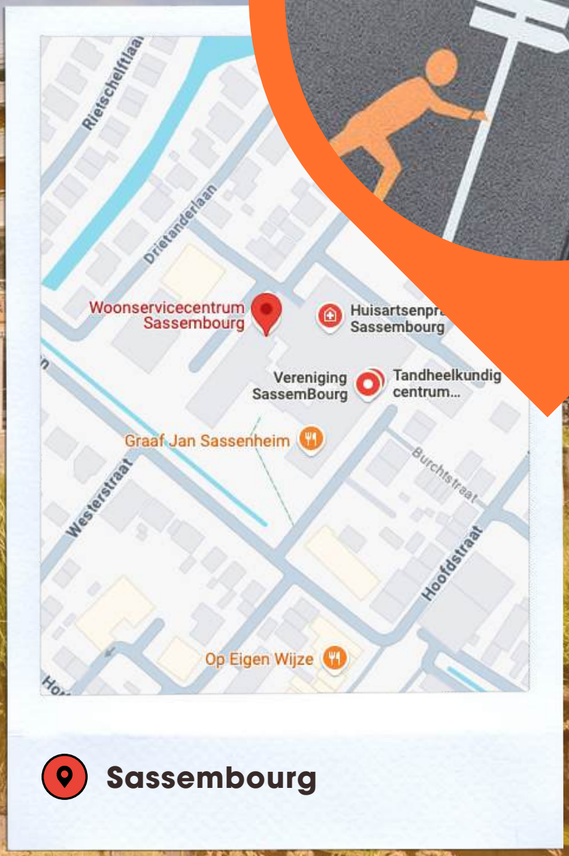


Rondje
Sassenheim

Senioren beweegroute

- Centraal in Sassenheim
- Plek voorgesteld in behoefteonderzoek
- Senioren laten bewegen met (Kwiek) beweegroute
- Linken aan valpreventie
- Nodigt uit tot ontmoeten



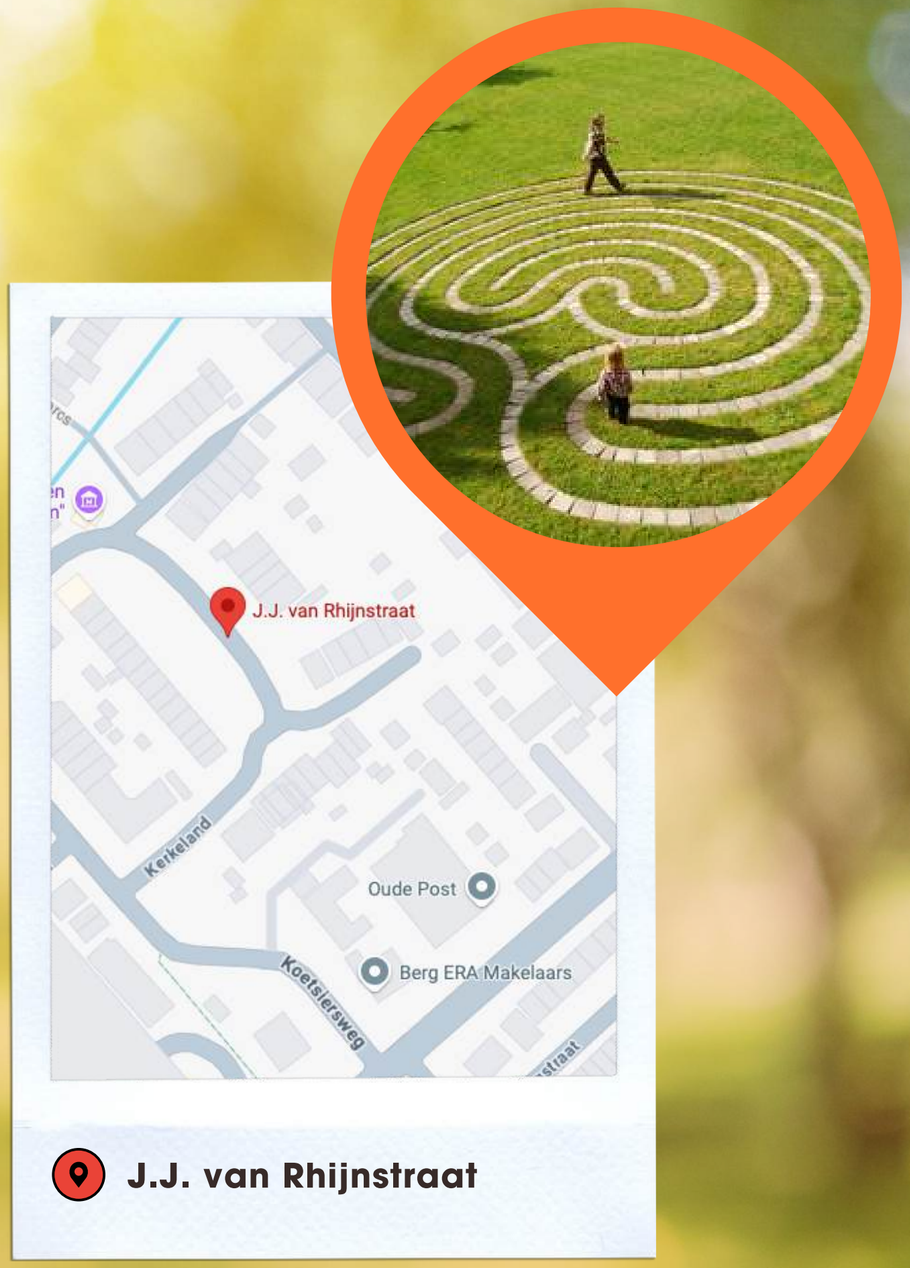


©Heemborgh Makelaars

Rondje
Sassenheim

Mindfulness labyrint

- Vlakbij de Molen (mooie plek)
- Sluit aan bij speerpunt 2025 Viteylingen ‘mentale gezondheid’
- Laagdrempelige manier om gesprek te voeren over mentaal welzijn
- Nodigt uit tot ontspanning

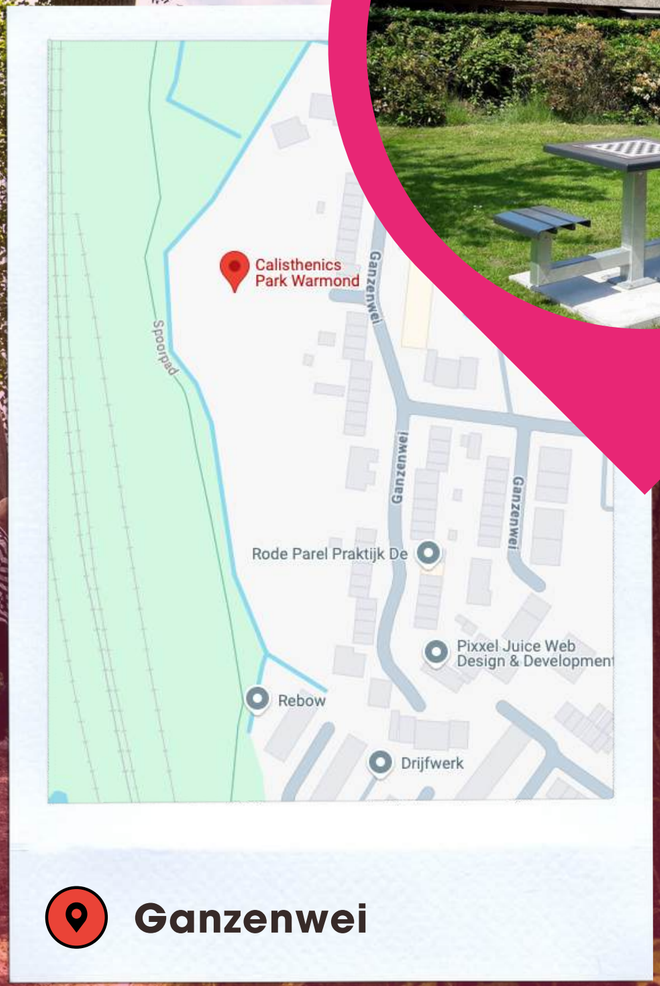


Rondje Warmond

Schaaktafel

- Uitbreiding bestaande speelplek waar al calisthenics en jeu de boules is
- Naast sport, toevoeging van spel
- Voor jong en oud





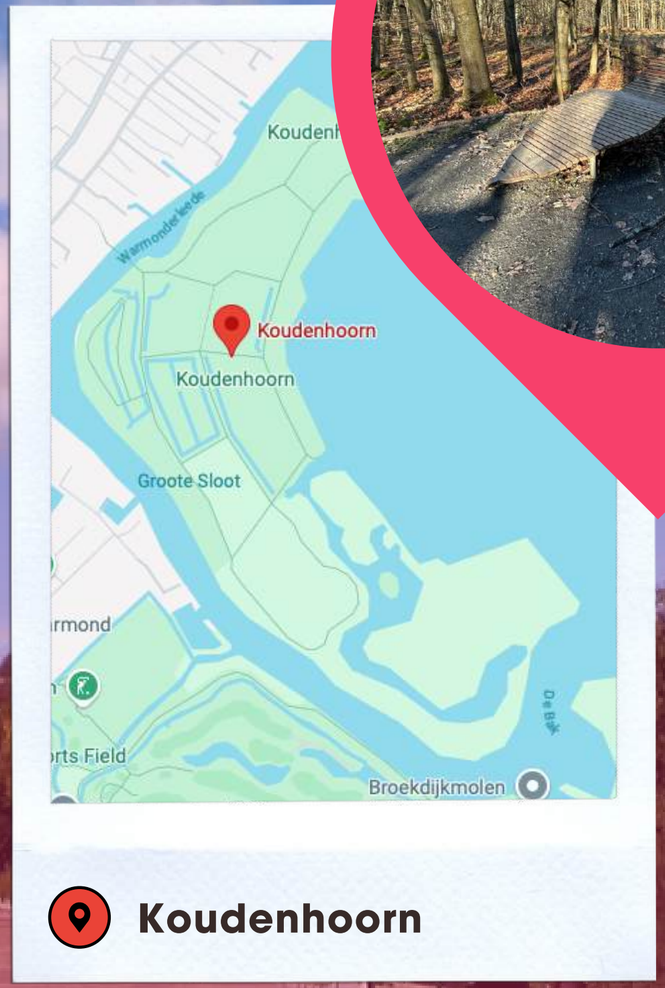
Ganzenwei

Rondje Warmond

Ontspanningsbankjes met gedichten

- Koudenhoorn veel benoemd in behoefteonderzoek
- Vraag naar kunst in behoefteonderzoek
- Nodigt uit tot ontspanning en ontmoeten





Koudenhoorn



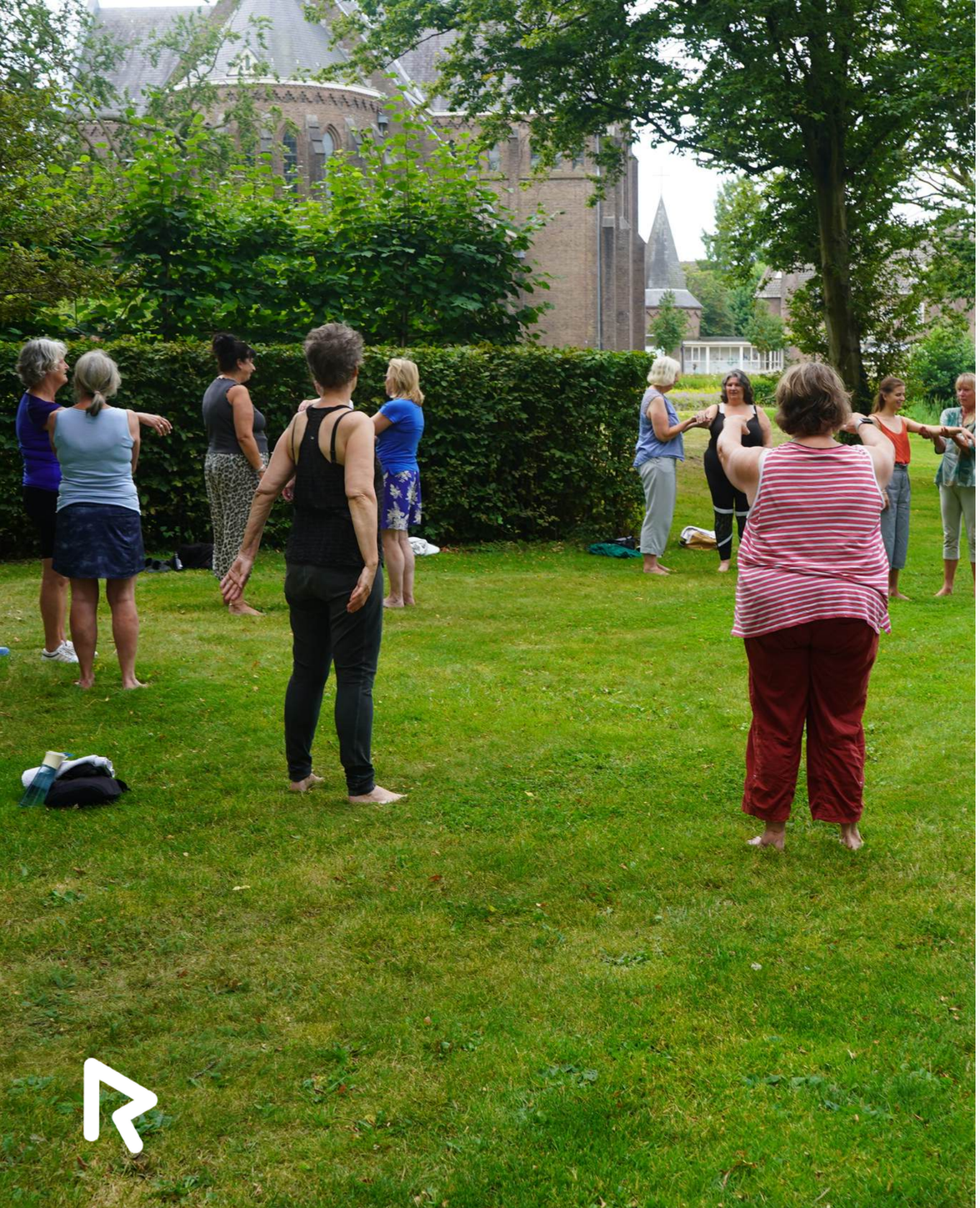
Fase 3 - Realisatie
Fase 4 – Activatie



Inspiratie en mogelijkheden

Inwoners op een toegankelijke manier laten kennismaken met (nieuwe) activiteiten die hun gezondheid bevorderen. In de buitenlucht, georganiseerd samen met lokale partners en ondernemers.

- Kinderbootcamps organiseren (cardio, kracht & ontmoeten)
- Zhineng Qigong (bewegen, kracht & mentale gezondheid)
- Muziek in het park (ontmoeting)
- Schaken (ontmoeting & spel)
- Calisthenics lessen (krachttraining)
- Schilderen (ontmoeting & mentale gezondheid)
- Buitenmeditaties (mentale gezondheid)
- Bordspelmiddag met oud en jong (ontmoeting & spel)



Unieke samenwerkingen met partners

- De huisarts schrijft een Rondje Voorhout voor aan een patiënt.
- Een schoolklas krijgt wandelles op Rondje Warmond van de Vleermuisvrouw.
- OpStap Teylingen gebruikt deze routes tijdens hun wekelijkse wandeling.
- Hardloopwedstrijd over de route in samenwerking met Zorg en Zekerheid.
- Culturele en historische wandelingen o.l.v. een betrokken inwoner.
- Samenwerking met VoetstAPPen/Stichting Oud Sassenheim


Rondje
Teylingen
VOOR IEDEREEN EEN RONDJE