



# Veilig zwemmen Zwemlocaties

2013

[www.zwemwater.nl](http://www.zwemwater.nl)

**Zwemwater telefoon**  
0800 9986734 (gratis)

e-mail: [servicepunt-sh@noord-holland.nl](mailto:servicepunt-sh@noord-holland.nl)  
teletext: NOS teletextpagina 725  
[www.zwemwater.nl](http://www.zwemwater.nl)



## Colofon

**Reddingsbrigade**  
Reddingsbrigade (met informatie over de veiligheid van zwemmen in zee op verschillende plekken) [www.redned.nl](http://www.redned.nl)

**Uitgave**  
Provincie Noord-Holland  
Postbus 123  
2000 MD Haarlem  
Tel.: 023 514 31 43  
Fax: 023 514 40 40  
Website: [www.noord-holland.nl](http://www.noord-holland.nl)  
E-mail: [post@noord-holland.nl](mailto:post@noord-holland.nl)

**Eindredactie**  
Provincie Noord-Holland  
Directie Subsidies, Handhaving en Vergunningen  
Sector Handhaving

**Grafische verzorging**  
Provincie Noord-Holland  
MediaProductie

**Oplage**  
5000 exemplaren



Nr.	Naam	WC	OV	P	EH	BIO
1a	Strandlag Paal 28 De Krim	•	•	•	•	•
1b	Strandlag Paal 21	•	•	•	•	•
1c	Strandlag Paal 20 De Koog-centrum	•	•	•	•	•
1d	Strandlag Paal 19.5 (Paal Op duin)	•	•	•	•	•
1e	Strandlag Paal 19	•	•	•	•	•
1f	Strandlag Paal 17 Ecomare	•	•	•	•	•
1g	Strandlag Paal 15 Westerslag	•	•	•	•	•
1h	Strandlag Paal 12 Jan Avedislag	•	•	•	•	•
1i	Strandlag Paal 9 Hoornerslag	•	•	•	•	•
2a	Huidduinen	•	•	•	•	•
2b	Julianadorp	•	•	•	•	•
2c	Groot Keeten	•	•	•	•	•
2d	Callantssoog	•	•	•	•	•
2e	Sint Maartenzsee	•	•	•	•	•
2f	Camperdun	•	•	•	•	•
2g	Bergen aan Zee	•	•	•	•	•
2h	Egmond aan Zee	•	•	•	•	•
2i	Centrum aan Zee	•	•	•	•	•
2j	Heerdsiek	•	•	•	•	•
2k	Beuvelijk/Wijk aan Zee	•	•	•	•	•
2l	IJmuiden Klein Strand (Seaport Marina)	•	•	•	•	•
2m	Velsen, Kennemerstrand	•	•	•	•	•
2n	Bloemendaal aan Zee	•	•	•	•	•
2o	Bloemendaal Ramassa	•	•	•	•	•
2p	Zandvoort Noord	•	•	•	•	•
2q	Zandvoort Centrum	•	•	•	•	•
2r	Zandvoort Zuid	•	•	•	•	•
3a	Strand Zulfenhaven Den Oever	•	•	•	•	•
3b	Vooroever/Vlietingsel (saurifstrand)	•	•	•	•	•
3c	Vooroever/Vlietingsel (paal)	•	•	•	•	•
3d	Vooroever/Het Neebos	•	•	•	•	•
3e	Vooroever/Andijk	•	•	•	•	•
3f	Vooroever/Koopmanspolder	•	•	•	•	•
3g	Enkhuizenstrand	•	•	•	•	•
3h	Broekhuizen Oost	•	•	•	•	•
3i	Recreatiepark Broekhuizen	•	•	•	•	•
3j	Recreatiegebied Uiterdijk (Schellinkhoofd)	•	•	•	•	•
3k	Schellinkhoofd	•	•	•	•	•
3l	Zon en Vreugd	•	•	•	•	•
3m	Strand Schardam	•	•	•	•	•
3n	Zwanenbad Warder	•	•	•	•	•
3o	Strand Edam	•	•	•	•	•
3p	Slobbeband/Volendam	•	•	•	•	•
3q	Mirroststrand/Hemmeland Monnickendam	•	•	•	•	•
3r	Monnickendamstrand	•	•	•	•	•
3s	Waterlandstrand Hemmeland Monnickendam	•	•	•	•	•
3t	Strand Uitham	•	•	•	•	•
3u	Strand Ilburg	•	•	•	•	•
3v	Mulderberg	•	•	•	•	•
3w	Nardetbos	•	•	•	•	•
3x	Oud/Valkewen	•	•	•	•	•
3y	Goelshoofd	•	•	•	•	•
3z	Zonekade	•	•	•	•	•
4a	Slichtse Brug	•	•	•	•	•
4b	Strand Ilburg	•	•	•	•	•
4c	Mulderberg	•	•	•	•	•
4d	Nardetbos	•	•	•	•	•
4e	Oud/Valkewen	•	•	•	•	•
4f	Goelshoofd	•	•	•	•	•
4g	Zonekade	•	•	•	•	•
4h	Slichtse Brug	•	•	•	•	•
4i	Strand Ilburg	•	•	•	•	•
4j	Mulderberg	•	•	•	•	•
4k	Nardetbos	•	•	•	•	•
4l	Oud/Valkewen	•	•	•	•	•
4m	Goelshoofd	•	•	•	•	•
4n	Zonekade	•	•	•	•	•
4o	Slichtse Brug	•	•	•	•	•
4p	Strand Ilburg	•	•	•	•	•
4q	Mulderberg	•	•	•	•	•
4r	Nardetbos	•	•	•	•	•
4s	Oud/Valkewen	•	•	•	•	•
4t	Goelshoofd	•	•	•	•	•
4u	Zonekade	•	•	•	•	•
4v	Slichtse Brug	•	•	•	•	•
4w	Strand Ilburg	•	•	•	•	•
4x	Mulderberg	•	•	•	•	•
4y	Nardetbos	•	•	•	•	•
4z	Oud/Valkewen	•	•	•	•	•
5a	Recreatiegebied Geestmerambacht	•	•	•	•	•
5b	Recreatieplas Zwenbhaal 7	•	•	•	•	•
5c	Recreatieplas Zwenbhaal 8	•	•	•	•	•
5d	Recreatieplas Zwenbhaal 1	•	•	•	•	•
5e	Recreatieplas Zwenbhaal 2	•	•	•	•	•
5f	Recreatieplas Zwenbhaal 3	•	•	•	•	•
5g	Recreatieplas Zwenbhaal 4	•	•	•	•	•
5h	Recreatieplas Zwenbhaal 5	•	•	•	•	•
5i	Recreatieplas Zwenbhaal 6	•	•	•	•	•
5j	Noorderplas	•	•	•	•	•
5k	Strand van Luna	•	•	•	•	•
5l	De Leven	•	•	•	•	•
5m	Ureemmerplas	•	•	•	•	•
5n	De Hoorne	•	•	•	•	•
5o	Dorrestert	•	•	•	•	•
5p	Zwaansmeer	•	•	•	•	•
5q	De Kalfwaard (Iagersveld)	•	•	•	•	•
5r	De Fuut-Waterloop (Iagersveld)	•	•	•	•	•
5s	De Smient (Iagersveld)	•	•	•	•	•
5t	Pieteman	•	•	•	•	•
5u	Recreatiegebied Het Twiële	•	•	•	•	•
5v	Speeltoot	•	•	•	•	•
5w	Kurejanstrand	•	•	•	•	•
5x	Schoorstrand	•	•	•	•	•
5y	Baalgat (naturistenstrand)	•	•	•	•	•
5z	Vennegat	•	•	•	•	•
6a	Sprietvliet/Twiske hoort	•	•	•	•	•
6b	De Oese	•	•	•	•	•
6c	Klas Dobbers Droogte	•	•	•	•	•
6d	De Lens	•	•	•	•	•
6e	Recreatiegebied Spaarnoude	•	•	•	•	•
6f	De Watergeus	•	•	•	•	•
6g	Peddepoel	•	•	•	•	•
6h	Westroonplais Noorddijle	•	•	•	•	•
6i	Nakerearte	•	•	•	•	•
6j	Oosterplas dijnmeer	•	•	•	•	•
6k	L'Ved	•	•	•	•	•
6l	Vierplais	•	•	•	•	•
6m	Sierparkband-stoverplas	•	•	•	•	•
6n	Melieplais	•	•	•	•	•
6o	Nieuwe Meer, Noorddever	•	•	•	•	•
6p	Nieuwe Meer, Oeverlanden	•	•	•	•	•
6q	Haarlemmermeere Bos Zuidstrand (Zandwingslas)	•	•	•	•	•
6r	Haarlemmermeere Bos Spaarvliet	•	•	•	•	•
6s	Recreatieplas Toenhburg Speelvliet	•	•	•	•	•
6t	Recreatieplas Toenhburg grote strand	•	•	•	•	•
6u	De grote speelwielde (Amsterdamse Bos)	•	•	•	•	•
6v	Oosterblad	•	•	•	•	•
6w	Westendorplassen, Vrouwentooft Aalsmeer	•	•	•	•	•
6x	Westendorplassen, Zwenstelselger Heerweg	•	•	•	•	•
6y	Diernepark	•	•	•	•	•
6z	Zandstrand Ouderkempas	•	•	•	•	•
7a	Greentstrand Ouderkempas	•	•	•	•	•
7b	Speeltoot (De Hoge Dijk)	•	•	•	•	•
7c	Strand De Hoge Dijk (Amsterdam ZO)	•	•	•	•	•
7d	Speelvliet-noord (Caaspriplas)	•	•	•	•	•
7e	Strand Zuiddever (Caaspriplas)	•	•	•	•	•
7f	Speelplais	•	•	•	•	•
7g	Stranale Berge Speeltoot	•	•	•	•	•
7h	Coogpaal grootstrand	•	•	•	•	•
7i	Strand achter Sportthal	•	•	•	•	•
7j	Coogpaal noordooststrand	•	•	•	•	•
7k	De Wijde Blik	•	•	•	•	•
7l	Loosdrachtse plassen	•	•	•	•	•
7m	De Strook	•	•	•	•	•
7n	Vintusstrande	•	•	•	•	•
7o	Strand Malikus Pos	•	•	•	•	•
7p	Strand Meent	•	•	•	•	•

\* Zie detailkaarten op pag. 2



## Detailkaarten



37 Recreatiegebied Geestmerambacht



45 Recreatiegebied Het Twiske



46 Recreatiegebied Spaarnwoude

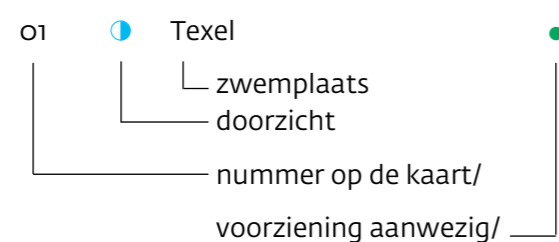


62 Spiegelplas



64 Loosdrechtse Plassen

### Verklaring:



- doorzicht < 0,5m
- ◐ doorzicht 0,5 - 1m
- doorzicht > 1m

drijflijn

geleidelijk aflopende onderwaterbodem

zandstrand

toiletten

douches

restaurant, paviljoen, snackbar

vrij toegankelijk

bereikbaar met openbaar vervoer

parkeergelegenheid

huisdieren toegestaan

EHBO

## Veilig zwemmen Zwemlocaties

### ZWEMMEN IN OPPERVLAKTEWATER

Het oppervlaktewater – met inbegrip van de Noordzee- en IJsselmeerkust – is in Noord-Holland van goede kwaliteit. Toch is het niet aan te raden te zwemmen buiten de regelmatig gecontroleerde zwemplekken. En ook op die plekken blijft het zwemmen in oppervlaktewater altijd voor eigen risico.

Maar over het algemeen geldt dat zwemmen op gecontroleerde plekken goed mogelijk is. En dat is maar goed ook, in een provincie waar zo veel water lokt op hete dagen.

### GECONTROLEERDE ZWEMPLEKKEN

Behalve tips en informatie over zaken die bij het zwemmen ergernis of zelfs gevaar kunnen opleveren, geeft deze folder een overzicht van de gecontroleerde zwemplekken. Tijdens het zwemseizoen, dat duurt van 1 mei tot 1 oktober, wordt de waterkwaliteit daar tweewekelijks gecontroleerd.

De kaart op deze folder geeft de gecontroleerde plekken aan. Recreatiegebieden hebben vaak verschillende strandjes en andere zwemplekken. Een overzicht van de zwemplekken in de verschillende recreatiegebieden vindt u in de uitsneden van de kaart. In de recreatiegebieden Gaasperplas, 't Twiske en Spaarnwoude zijn voor kinderen leuke waterspeelplaatsen.

### INFORMATIE OVER DE WATER-KWALITEIT

Op de website ([www.noord-holland.nl](http://www.noord-holland.nl) en [www.zwemwater.nl](http://www.zwemwater.nl)) vindt u steeds de meest actuele informatie over de waterkwaliteit en andere bijzonderheden. Tijdens het zwemseizoen worden de websites – als er iets te melden is – tweemaal per dag aangepast, ook in het weekend.

De provincie Noord-Holland houdt u ook op de hoogte via NOS Teletekst (pagina 725).

### ZWEMWATERTELEFOON

Verder kunt u gratis bellen naar de zwemwater telefoon 0800 9986734. U kunt via deze lijn actuele informatie krijgen over de kwaliteit en veiligheid van gecontroleerde zwemplekken. De medewerkers van de zwemwater telefoon beschikken steeds over de meest actuele gegevens over de waterkwaliteit. Niet alleen van het oppervlaktewater, maar ook van zwembaden, sauna's, campings, hotels en kinderspeelvijvers in Noord-Holland.

### KLACHTEN MELDEN

Heeft u klachten of opmerkingen over de zwemplekken – gevaarlijke situaties, vervelende ervaringen of vervuiling op de strandjes – meld die dan aan de zwemwater telefoon 0800 9986734 (gratis). De medewerkers van de zwemwater telefoon geven de klachten door aan de instanties die verantwoordelijk zijn voor het beheer.

### LET OP ZIEKTEVERWEKKERS

Bij zwemmen in natuurwater zijn er een paar dingen waarop u moet letten. Er kunnen in het water ziektekiemen voorkomen die irritatie of gezondheidsklachten opleveren. De meest voorkomende vindt u hieronder.

### BLAUWALG

Vooral in warme zomers kunnen in het water grote aantallen blauwalgen – ook wel cyanobacteriën genoemd – voorkomen. Ze zien eruit als een blauw-groene, olieachtige laag op het water. Blauwalgen kunnen huidirritatie veroorzaken of, wanneer u ze binnenkrijgt, maagdarmsstoornissen. Zwemmen in water met een drijflaag van blauwalgen is beslist af te raden (dit geldt ook voor huisdieren). Bent u in aanraking geweest met blauwalgen, spoelt u zich dan direct na het zwemmen goed af, ook onder uw badkleding. In tegenstelling tot blauwalgen zijn de groene algen (slierten), die ook veel voorkomen, onschuldig. Ze zijn hooguit hinderlijk tijdens het zwemmen.

### ZWEMMERSJEUK

Zwemmersjeuk is een onschuldige, maar vervelende huidirritatie, die wordt veroorzaakt door larfjes van parasieten (zuigwormen) die in het water voorkomen. Ze ontwikkelen zich in watervogels, maar kunnen ook doordringen in de huid van mensen. Daar sterven ze vanzelf, maar dat roept een afweerreactie op van de huid, die bij de een heftiger is dan bij de ander. De klachten kunnen variëren van jeukende bultjes en zwelinkjes tot hoofdpijn en koorts. De verschijnselen kunnen heviger worden naarmate zwemmers vaker te maken hebben gehad met zwemmersjeuk.

Hebt u gezwommen op een plek waar zwemmersjeuk voorkomt, douche dan goed na afloop, droogt u zich goed af en trek meteen droge kleding aan.

### BOTULISME

Botulisme wordt veroorzaakt door een bacterie die bij vogels verlamningsverschijnselen teweeg brengt waaraan ze sterven. Het is belangrijk dat dode dieren zo snel mogelijk worden opgeruimd, omdat zich daarin varianten van de bacterie kunnen ontwikkelen die voor de mens schadelijk zijn. Raakt u de dode dieren beslist niet zelf aan! Waarschuw zo snel mogelijk uw gemeente. Die zorgt ervoor dat de dieren worden opgeruimd. Het kan zijn dat u dode dieren aantreft in water dat niet bij een bepaalde gemeente hoort (bijvoorbeeld de Noordzee of het IJsselmeer). U kunt dan contact opnemen met Rijkswaterstaat (0800 8002). Vindt u dode dieren in officieel zwemwater, dan kunt u ook de zwemwater telefoon bellen 0800 9986734 (gratis). Wees voorzichtig met zwemmen en surfen in water waarin dode dieren liggen.

### BACTERIËN

Iedere twee weken wordt het zwemwater gecontroleerd door de waterkwaliteitsbeheerder (het waterschap of Rijkswaterstaat). De bacteriologische waterkwaliteit wordt gecontroleerd op basis van twee parameters: intestinale enterokokken en escherichia coli. De beoordeling van de bacteriologische waterkwaliteit is gebaseerd op wettelijke normen. Op basis van onderzoeksresultaten van de waterkwaliteitsbeheerder kan de provincie besluiten een zwemlocatie te sluiten of heropenen.

De aanwezigheid van bacteriën kan een aanwezigheid zijn dat het water is besmet met ziektekiemen. De virussen of bacteriën komen in het water terecht via lozingen van rioolwater, dierlijke mest of rechtstreeks van de zwemmers. Door de virussen of bacteriën kunnen maagdarminfecties optreden. Vooral kinderen kunnen klachten krijgen als ze bacteriologisch verontreinigd water binnen krijgen. De klachten kunnen zijn: maagkramp, misselijkheid, braken,

koorts en diarree. Deze klachten duren over het algemeen enkele dagen tot hooguit een week. Bij warm weer kunt u uiteraard ook klachten krijgen die niet het gevolg zijn van zwemmen. Deze klachten kunnen ook veroorzaakt worden door het eten van bedorven voedsel of veel ijs.

### HONDEN

Over het algemeen geldt dat uw hond in de buurt van een zwemplaats moet zijn aangelijnd. Meestal is het daar zelfs verboden terrein voor honden. Let er als hondenbezitter op waar uw huisdier zijn behoefte doet en ruim de uitwerpselen op. Informeer bij uw gemeente of er plaatsen zijn waar honden wel mogen zwemmen. Laat uw hond niet zwemmen in water waarin waterkwaliteitsproblemen zijn geconstateerd, zoals bacteriologische verontreiniging, botulisme of blauwalgen. Ook honden lopen namelijk risico's door een duik in oppervlaktewater dat niet schoon is. Bovendien drinken honden vaak veel van het water, wat het gezondheidsrisico vergroot. Is uw hond ziek geworden nadat hij in zwemwater heeft gezwommen? Bel dan de zwemwater telefoon 0800 9986734 (gratis).

### ZWEMMEN IN ZEE BRENGT EXTRA RISICO'S MEE

Als u in zee gaat zwemmen, ga dan niet alleen. Ga niet verder dan uw middel het water in. Let op de waarschuwborden en/of -vlaggen en volg de instructies van de reddingsbrigade of strandwacht op. Bij nagenoeg alle strandopgangen wordt de betekenis van de borden of vlaggen aangegeven.

Enkele voorbeelden van mogelijke gevaren:

- **Sterke wind vanaf het land (oostenwind)**

Denk eraan dat opblaasboten en luchtbedden snel worden meegenomen door de zee. Als u gaat zwemmen, besef dan dat het makkelijk is de zee in te zwemmen, maar dat u moeilijk tegen de wind en stroming in terug kunt komen naar het strand.

- **Onderkoeling**

Als u lang in het koude zeewater blijft, kunt u onderkoeld raken. Bij (lichte) onderkoeling daalt de lichaamstemperatuur en gaat u klappertanden en rillen. Uw hart gaat sneller slaan. U kunt dan beter gaan opwarmen op het strand. Blijft u te lang in zee, dan wordt uw denkvermogen minder, spieren verstijven, de hartslag zakt. Kou en pijn verdwijnen en u wordt onverschillig. De gevolgen laten zich raden.

- **Kramp**

Omdat u snel afkoelt in zeewater, kunt u worden overvallen door spierkramp. U kunt het beste rustig het water ingaan. Blijf bij kramp zo kalm mogelijk en probeer uw spieren te ontspannen.

- **Muien**

Muien zijn geulen die min of meer loodrecht op het strand staan. Ze worden gevormd door water dat tussen twee banken door terugstroomt in zee. Ook langs strekdammen komt zo'n stroming vaak voor. Zwemmen dicht langs zulke dammen is altijd af te raden.

Afhankelijk van de hoogte van de golven en de windrichting kunnen muien op andere plekken ook gevaar opleveren, vooral voor kinderen. Let daarom goed op de aanwijzingen die op bewaakte stranden worden gegeven.

### LET OP!

- Zwemmen in oppervlaktewater doet u altijd op eigen risico;
- Ga nooit alleen zwemmen;
- We raden u sterk af te gaan zwemmen op plekken die niet op deze kaart worden aangegeven. Ze worden niet gecontroleerd op zwemwaterkwaliteit en er kunnen stoffen of bacteriën in voorkomen die gevaarlijk zijn voor de gezondheid;
- Buiten een afbakening is het water vaak dieper en bestaat er bijvoorbeeld de kans op een botsing met surfers of vaartuigen;
- Duik niet in ondiep water of water met weinig doorzicht;
- Kijk goed uit voor scherpe voorwerpen in het water, draag bij voorkeur waterschoenen;
- Ga nooit te ver in zee, ook al kunt u goed zwemmen;
- Ga niet zwemmen in drijfvlagen van algen. Let ook op dat uw kinderen niet verstrikt raken in zulke drijfvlagen.