

NATUURGEBIED DE MAASHORST

SPECIAL 2026

Natuur voor je welzijn
Brandpreventie, wat doe jij ?
Verkoelen in het bos
Slowsport is voor iedereen
Volg de natuur op onze socials

BEWAAR
MIJ!

HET OERGEBIED



IN BRABANT



INHOUD

Beleef De Maashorst.....	3
Natuur en je welzijn	4-5
Slow sports	6-7
Persoonlijk leiderschap, bewegen en natuur	8
Volg De Maashorst	9
Brandpreventie in natuurgebied	10-11
Bezoek De Maashorst	12
In de handbike sportief genieten van de natuur	13
Geopark Peelhorst & Maasvallei	14-15
Respecteer Rustgebieden	16
Jongeren en natuur	17
Kinderpagina	18
Gezond en natuurlijk water in De Maashorst	19
Lief, speels, groot of klein. Doe je hond aan de lijn!.....	20



BELEEF OEROUDE BRABANTSE WILDERNIS IN DE MAASHORST

Beleef OERoude Brabantse wildernis in De Maashorst
De Maashorst is met ongeveer 3500 hectare een van de grootste aaneengesloten natuurgebieden van Noord-Brabant. De kern van het gebied heeft prachtige rustige natuur met bossen, heidevelden, stuifduinen, vennen en wijstgronden. Oude dreven lopen dwars door de natuurkern naar de omliggende steden en dorpen en het landschap van de gemeenten Bernheze, Maashorst en Oss.

Deze drie gemeenten beheren en ontwikkelen samen met Staatsbosbeheer en waterschap Aa en Maas het natuurgebied vanuit een visie die ver vooruitkijkt. Want natuurontwikkeling heeft tijd nodig. Er is een streefbeeld voor 2050 waarbij de mens zo min mogelijk ingrijpt en de natuur de kans en tijd krijgt zichzelf te ontwikkelen. Als je de tijd neemt en goed kijkt kun je vele verschillende planten en dieren in het gebied zien. De biodiversiteit neemt toe.

In de kern van het gebied heerst rust. Natuur en mensen hebben daar baat bij. Aan de randen van het natuurgebied vind je fijne horeca en gevarieerde mogelijkheden voor activiteiten.

Je bent van harte welkom in de OERoude Brabantse wildernis in De Maashorst. In deze special lees je hoe belangrijk natuur voor het welzijn van mensen is.

MEER INFORMATIE

Voor meer en actuele informatie kun je:

- lezen en kijken op www.natuurgebieddemaashorst.nl
- het natuurgebied volgen op Facebook of Instagram
- je abonneren op de OERpost die vier keer per jaar verschijnt; mail naar info@natuurgebieddemaashorst.nl

Organiseer je een evenement in het natuurgebied check dan onze evenementenpagina op natuurgebieddemaashorst.nl

COLOFON

Special natuurgebied De Maashorst is een uitgave van de partners van natuurgebied De Maashorst. Zij verzorgden redactie en fotografie.
www.natuurgebieddemaashorst.nl
Uitgave 4 2026



NATUUR EN JE WELZIJN

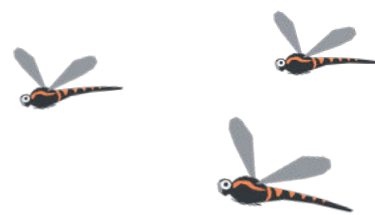
Ons natuurgebied De Maashorst biedt rust, ruimte en herstel. In deze uitgestrekte, gevarieerde natuur kom je letterlijk en figuurlijk in beweging. Recreëren tussen bossen, vennen en de vele wilde dieren verlaagt stress, zorgt voor verkoeling op warme dagen, stimuleert creativiteit en versterkt het gevoel van verbondenheid. De stilte en natuurlijke ritmes helpen ons mensen om uit ons hoofd te komen. Of je nu komt voor ontspanning, reflectie of avontuur voor een kort of een lang moment: het is een waardevolle plek om op adem te komen en je welzijn te versterken.

Tip: Kom verkoelen in De Maashorst

Natuur werkt verkoelend. Op een warme dag vertoef je goed in De Maashorst. De vele bomen en struiken vangen zonlicht op. Daardoor warmen de ondergrond en lucht onder de bomen minder snel op. Ook slaat het grote groene natuurgebied de warmte minder op en geven planten water uit de bodem af aan de lucht waardoor de omgeving (sneller) afkoelt. Op een zomerse dag kan de temperatuur in De Maashorst zomaar 5 graden lager zijn dan in versteende straten zonder groen.

SLOW SPORTS

SAMEN BEWEGEN IN DE NATUUR



Een groep van acht mensen verzamelt zich op een woensdag- en zaterdagmorgen buiten. Een keer per maand bij Natuurgebied De Maashorst. De andere keren bij het sportpark in Uden. Geen sportkleding, geen prestatiedruk – wel samen bewegen, lachen en genieten van de natuur. Dit is SLOWsport: een laagdrempelige manier van buiten bewegen, waarbij kracht, balans en ontspanning centraal staan. Coach Sascha en deelnemers Corina, Sanne en Nel vertellen waarom SLOWsport voor iedereen is.

SASCHA (COACH): 'BEWEGEN MOET NIET, HET MAG'

Vier jaar geleden startte Sascha met SLOWsport vanuit haar leefstijlpraktijk. 'Ik wilde mensen op een laagdrempelige manier in beweging krijgen. Niet iedereen voelt zich prettig in een sportschool, en sommigen zijn zelfs bang om te bewegen. SLOWsport biedt plezier en verbinding.'

Sascha legt uit dat SLOW staat voor Sociaal, Laagdrempelig, Ontspannend en Waardevol. 'Ik kijk mee hoe iemand meer welzijn kan behalen. En zo ook kan voorkomen dat iemand ziek of zieker wordt. Het gaat om samen zijn, niet om prestaties. Natuur speelt een grote rol. Als we in De Maashorst sporten gebruiken we heuveltjes, olifantenpaadjes en soms stokken uit het bos voor oefeningen. Zo ontstaat er bewustwording: van je lichaam, je omgeving en je gedachten.'

Ze ziet deelnemers veranderen. 'Soms is één dominosteentje genoeg om een hele rij in beweging te zetten. Mensen komen binnen met gezond-

heidsklachten of een hulpvraag, en ontdekken dat ze meer kunnen dan ze dachten. De kracht van de groep is daarin essentieel.'

CORINA: 'IK DACHT: IK PROBEER HET GEWOON ÉÉN KEER'

Corina doet nu een half jaar mee. 'Ik kwam via de leefstijlinterventie Cool. Eerst dacht ik: nog iets erbij? Toch probeerde ik het één keer en was meteen om. De eerste twee keer had ik spierpijn, daarna niet meer. Het is fijn dat we altijd worden aangemoedigd.' Wat haar vooral aanspreekt is de sfeer. 'We wandelen buiten en doen heel afwisselende oefeningen en het is gewoon gezellig. Je hoeft geen speciale sportkleding aan. Het is laagdrempelig en toch merk je dat je sterker wordt.'

SANNE: 'HET IS ECHT EEN UURTJE VOOR MEZELF'

Sanne is er vanaf het begin bij. 'Ik ga vaak twee keer per week, omdat ik er zo enthousiast van word. Alleen zou ik ook nooit naar De Maashorst gaan, dat vind

ik te spannend. Maar in de groep durf ik het wel.'

Voor haar is SLOWsport ontspanning. 'Het is afwisselend, elke keer anders. Soms doen we spelvormen, soms focussen we op ademhaling. Het is precies waar SLOW voor staat: samen, ontspannen en waardevol.'

NEL: 'IK BEN 14 KILO AFGEVALLEN SINDS IK DIT DOE'

Nel doet al 2,5 jaar mee. 'Mijn buurvrouw zag een folder en vroeg of ik meeding. Sindsdien ben ik bijna nooit afwezig geweest.' Ze viel 14 kilo af en voelt zich fitter dan ooit. 'Het is in gang gezet door SLOWsport. Het was mijn eerste dominosteentje.'

Hoewel ze eerlijk toegeeft dat ze meer van rivierenlandschap houdt dan van bossen, gaat ze toch ook altijd mee naar De Maashorst. 'De ondergrond is zwaarder en dat is juist goed voor me. En de groep is gewoon heel leuk. We lachen veel en steunen elkaar.'



MAANDELIJKS IN DE MAASHORST

Sascha: 'We gaan graag naar De Maashorst gewoon omdat het aan onze voeten ligt. Ik laat mensen kennis maken en dat maakt de drempel lager om er vaker heen te gaan. Iedere keer ontdek je daarin iets nieuws. Of je nou andere mensen ontmoet of door oefeningen te doen bewuster wordt.'

Meer dan bewegen: een leefstijl als medicijn

'Door de combinatie van beweging, buitenlucht en sociale verbinding zie je dat mensen fysiek én mentaal sterker worden' vertelt Sascha. 'De hartslag daalt, stress vermindert, mensen slapen beter en voelen zich energiever. We doen ook cognitieve fitness: oefeningen waarbij je lichaam en brein tegelijk aan het werk zijn. Dat versterkt je concentratie, geheugen en coördinatie.' De natuur helpt daarbij. Even stilstaan, luisteren naar de vogels, kijken naar de paddenstoelen brengt rust. Mensen komen uit hun hoofd en in hun lijf. Dat is precies wat we willen bereiken.'

SLOWsport: voor iedereen

Of je nu jong bent of oud, fit of zoekende: SLOWsport is er voor iedereen. Het is een uur buiten zijn, samen lachen, bewegen en ontdekken. En wie weet... misschien raak jij ook een dominosteentje in beweging.

Kijk op www.leefstijlpraktijkuden.nl. Bel of mail naar 0648636213 | info@leefstijlpraktijkuden.nl. Een keer proberen kan gratis. Zijn de kosten een probleem? Dan kun je via het volwassenenfonds van de gemeente Maashorst ondersteuning krijgen.

PERSOONLIJK LEIDERSCHAP, BEWEGEN EN NATUUR

Remy Hofmeijer uit Heesch woont letterlijk tegen de natuur aan. Dagelijks gaat hij dan ook natuurgebied De Maashorst in. Tel daar een grote interesse in coaching, veel sportiviteit en ondernemerschap bij op. Dan krijg je een bedrijf dat mensen op weg helpt om hun persoonlijk leiderschap te ontwikkelen door uitdagingen in de natuur aan te gaan. Met Alpinebazen biedt Remy nu ook trektochten aan in De Maashorst: meerdaagse wandelingen door de natuur, waarin deelnemers hun persoonlijk leiderschap versterken.

Remy ontwikkelde een holistische methode: De Persoonlijk Leiderschap Groeicirkel®. Zijn droom is dat jonge mensen eerder de ruis op de lijn kunnen doorgronden en patronen weerleggen. Remy: 'Ik deed er 20 jaar over om mijn kompas te vinden. Nu help ik anderen om sneller tot hun kern te komen. Mijn droom is om deze methode al tijdens de schoolperiode aan jongeren aan te bieden. Mijn aanpak is erop gericht om mensen uit hun hoofd te halen en meer te laten luisteren naar hun gevoel en lichaam. De natuur versnelt dit proces, is eerlijk, confronterend en helend.'

'WETEN WIE JE BENT, WAT JE KUNT EN HOE JE DAT KUNT STUREN – DAT IS DE BASIS. EN DE NATUUR HELPT JE OM DAT TE ONTDEKKEN.'

Natuur nodigt uit tot stilte en bezinning

De trektochten starten bij station Oss. Met een rugzak van zo'n 18 kilo wandelt een kleine groep per dag 15 tot 20 kilometer door De Maashorst. Onderweg passeren ze zand-verstuivingen, savanneachtige vlaktes, bossen en vennen. Iedere vijf kilometer biedt Remy een interventie aan: een reflectie of opdracht die gebruik maakt van de natuur. Remy: 'Denk aan een meditatie, een schrijfopdracht of een groepsoopdracht. De natuur nodigt uit tot stilte en bezinning.'

De deelnemers zijn op zichzelf aangewezen. Ze zetten hun eigen tent op, verzorgen hun eten en laten hun telefoon zoveel mogelijk achter of uit. Juist het loskoppelen van de dagelijkse ruis maakt ruimte voor echte inzichten. Je ligt in je tent, het regent, je hebt alleen jezelf. Dat is confronterend én krachtig. Uit je comfortzone en één met de natuur, daar waar de focus ligt. Daar ontstaat groei!'



Een zijn met de natuur en leren over jezelf

De groepsdynamiek helpt mensen sneller vooruit. De vooraf ingevulde vragenlijst geeft al inzichten. Tijdens de tocht focussen ze op hun kernwaarden en sterke punten. Remy: 'De deelnemers maken van ieder onderdeel hun eigen unieke kompas en koers. De meeste deelnemers zijn tussen de 20 en 50 jaar en al bezig met zelfreflectie. Mensen die denken: dit wil ik eens proberen. Eén zijn met de natuur en meer leren over jezelf. Meer info, aanbod en praktijkverhalen vind je op de site en socials van www.alpinebazen.nl.

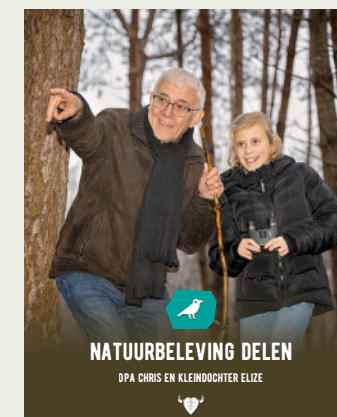
'JE LEERT HOE JE VANUIT JE KERN EEN STERK PERSOONLIJK LEIDERSCHAP KUNT BOUWEN, HIERDOOR KUN JE GELUKKIGER EN KRACHTIGER LEVEN.'

Tip van Remy: Volg het Spoor – Keuzes maken

Kies een richting. Loop 5 minuten zonder doel, volg wat je aandacht trekt. Vraag jezelf: Welke keuze stel ik uit? Welke eerstvolgende stap kan zetten? Sta stil zodra je voelt dat je een antwoord hebt. Benoem de stap concreet: 'Ik ga vanaf vandaag...'

VOLG DE MAASHORST OP INSTAGRAM OF FACEBOOK

Op onze Facebook en Instagram delen we prachtige foto's, inspirerende verhalen en actuele tips voor jouw bezoek aan De Maashorst. Van grazende wisenten tot bloeiende heide: er valt altijd iets te ontdekken. Volg ons en blijf op de hoogte van evenementen, wandelroutes en bijzondere natuurmomenten. Samen maken we De Maashorst nog mooier en beleef je het gebied elke dag opnieuw.
#NatuurgebiedDeMaashorst



BRANDPREVENTIE IN NATUURGEBIED

Een natuurbrand kan zich in droge dagen zeer snel en onvoorspelbaar ontwikkelen en uitbreiden. Zelfs als er enkele druppels regen vallen. Terreineigenaren, natuurbeheerders en hulpdiensten zijn dan extra alert. We vragen ook jouw hulp om een natuurbrand te voorkomen.

WAT ZIJN DE GEVAREN?

Bewust of onbewust menselijk gedrag is de grootste veroorzaker van natuurbranden. Eén sigarettenpeuk of stuk weggegooid glas kan al de oorzaak zijn van een brand die een groot gebied verwoest. Er gaat dan veel mooie natuur verloren en de brand vormt een bedreiging voor bezoekers, campings en dieren in de natuur.

HOE BEPERK IK DE KANS OP EEN NATUURBRAND EN HOE BEREID IK MIJ VOOR?

- Wees voorzichtig met open vuur in of vlak bij de natuur. Het is verboden om in natuurgebieden te stoken of te barbecueën. Ook vuurkorven, fakkels, wensballonnen en vuurwerk zijn niet toegestaan. Gebruik alleen speciale picknick- en vuurplaatsen. **Check altijd bij de terreinbeheerder of je vuur mag maken.**
- Houd bij vuur stoken of barbecueën blusmiddelen bij de hand: een emmer water, een tuinslang, brandblusser of blusdeken. Houd ook op je verblijfplaats in de natuur altijd blusmiddelen bij de hand.
- Parkeer je auto niet in (hoog) droog gras. Dit kan in brand vliegen door de warmte van de auto.
- Parkeer niet op bospaden of toegangswegen. Hulpdiensten moeten er altijd langs kunnen rijden.
- Afval kan de oorzaak zijn van brand. Neem het mee naar huis om daar weg te gooien. Of gooi afval in afvalbakken.
- Rook liever niet in de natuur, zeker niet als het droog is. Doe je dat toch? Maak je sigaret goed uit en neem hem mee of gooi deze weg in een afvalbak. Is er een rookverbod? Houd je daar dan aan.
- Vermoed je brandstichting, wees dan alert op verdachte situaties en meld die bij de terreineigenaar of een hulpdienst. Vertrouw je een situatie niet? Help mee door foto's of filmpjes te maken en onthoud de locatie, persoonskenmerken en bijvoorbeeld een kenteken als je een situatie niet vertrouwt.

MEER TIPS EN INFORMATIE

Lees meer tips en informatie op: Natuurbrand | Brabant Alert



BEZOEK DE MAASHORST

Kom je te voet, op de fiets of met je paard? In De Maashorst maak je altijd een bijzondere tocht door een bijzonder gebied. Ontdek de archeologische schatten zoals paalgraven of het koningsgraf, de geologische bijzonderheden van het wijstverschijnsel en de lekkerste streekproducten.

Wandelen, fietsen of mountainbiken:

Meer dan 100 km aan wandelpaden. Met meer dan 80 wandelknooppunten en meer dan 20 kant-en-klare wandelroutes.



Kijk op www.natuurgebieddemaashorst.nl en zoek op mooiste wandelroutes. Fiets je liever? Zoek dan op mooiste fietsroutes of mooiste mountainbikeroutes.

Handige sites:

- www.natuurgebieddemaashorst.nl: alle info over het gebied en de activiteiten die je kunt ondernemen.
- www.natuurcentrumdemaashorst.nl: info over georganiseerde excursies en activiteiten.
- www.exploremaashorst.nl, www.trefhetinoss.nl: met toeristische informatie over de hele streek, horeca en overnachtingsmogelijkheden.
- www.peelhorstenmaasvallei.nl: De Maashorst is onderdeel van het Geopark Peelhorst en Maasvallei.
- Drie IVN afdelingen zijn actief in en rond De Maashorst. Kijk voor hun activiteiten op de websites van de afdelingen. Kijk ook bij Scharrelkids voor leuke kinderactiviteiten
- www.ivn.nl/afdeling/uden/natuuractiviteiten/
- www.ivn.nl/afdeling/oss/natuuractiviteiten
- www.ivn.nl/afdeling/bernheze/natuuractiviteiten

Agenda:

- Check de Uitagenda op Exploremaashorst.nl voor actuele activiteiten

Tip van de boswachter: Wandel de kanonsbergroute.

De Kanonsbergroute voert je mee langs een variatie aan landschappen van de Maashorst. Wandel door het oude pioniersbos, de bloeiende heidevelden, over korte graslanden en ontdek al het moois dat dit gebied te bieden heeft.

Lopend over de zandpaden ontdek je de verschillende plantensoorten die hier groeien en dieren die hier leven. Je vindt hier klaversoorten, de lijsterbes, hondsdrif en fluitenkruid. In de heidegebieden groeit grotendeels de kenmerkende paars bloeiende struikheide. En af en toe kom je dopheide tegen, die bloeit al vanaf mei. De heide is het leefgebied van de blauwvleugelsprinkhaan, levendbarende hagedis en de veldkrekel.

In het voorjaar is het hier op zijn mooist. De meidoornstruiken staan in bloei en het is de start van het broedseizoen. Speur naar de roodborsttapuit, wespendif en nachtzwaluw. De roodborsttapuit zie je vaak postend bovenop een boompje of struik midden op de heide. In de zomer kun je regelmatig de boomvalk zien jagen op libellen op de Kanonsberg.

IN DE HANDBIKE SPORTIEF GENIETEN VAN DE NATUUR



Voor veel mensen is natuurgebied De Maashorst een plek om tot rust te komen, te wandelen of te fietsen. Voor mij is het vooral een plek waar ik sportief bezig kan zijn én kan genieten van de natuur. Al 32 jaar zit ik in een rolstoel en al bijna net zo lang gebruik ik een handbike. Daar maakte ik destijds al kennis mee in het revalidatiecentrum. Sinds kort heb ik een elektrische handbike, en dat heeft mijn wereld letterlijk vergroot. Aan het woord is René van Dongen. Deze inwoner van Zeeland vertelt over zijn handbiketochtjes door De Maashorst.

Afhankelijk van het weer en het seizoen ga ik nu ongeveer eens in de twee weken naar De Maashorst. Soms vaker, zeker nu ik mijn nieuwe elektrische handbike heb. Die maakt langere tochten mogelijk: waar ik met mijn handgedreven bike zo'n 10 kilometer afleg, kan ik met elektrische ondersteuning 20 tot 30 kilometer fietsen – en dat wil ik graag weer verder opbouwen. De Maashorst is daar ideaal voor. Er zijn veel verharde paden en steeds meer padvast paden en ook harde onverharde zandpaden die dankzij de elektrische ondersteuning nu goed te doen zijn voor mij. Daardoor kom ik verder het gebied in en zie ik meer van de natuur. Mijn routes variëren en het Slingerp pad zit er bijna altijd in. Ook als ik in het centrum van Uden moet zijn kies ik meestal de route via het Slingerp pad. Dan kom ik genietend van de natuur in het centrum.

Ik fiets vaak samen met vrienden. Doordeweeks of in het weekend. Zij genieten vooral van de natuur, ik van het sportieve aspect. Voor mij is het belangrijk om mijn conditie op peil te houden. Als je een beperking hebt, is

het niet vanzelfsprekend om te kunnen sporten. De handbike is voor mij dan ook een uitkomst, ik zou niet zonder kunnen. De Maashorst biedt ook rust. Ik luister graag naar muziek tijdens het fietsen, zonder gestoord te worden door verkeer of andere geluiden. Soms kom ik grote grazers tegen, zoals taurossen of paarden. Dat ervaar ik wel als spannend, want ik kan niet zomaar afstappen of omkeren. Als het pad smal is, probeer ik er met een bochtje omheen te rijden. Ik maak me dan kenbaar zodat ze niet van me schrikken. Als ik er voorbij ben, voel ik me altijd erg opgelucht. De dieren blijven uiteindelijk wel altijd rustig.

De Maashorst draagt bij aan mijn welzijn. Het is een plek waar ik mijn lichaam kan uitdagen, mijn hoofd leeg kan maken en kan genieten van de natuur. Mooie paden, fijne rustpunten en de vrijheid om te bewegen, dat maakt dit gebied voor mij onmisbaar. De wisselwerking tussen leuke plekken om te lunchen en een route erheen via het natuurgebied versterkt elkaar en werkt volgens mijn heel goed.

GEOPARK PEELHORST & MAASVALLEI

Ontdek de verborgen wereld onder je voeten

Natuurgebied De Maashorst is onderdeel van het Geopark Peelhorst en Maasvallei. Een uniek gebied, omdat bewegingen in de aardkorst een breukenstelsel in de bodem maakten en zo het landschap vormden. Je herkent het aan oranje (wijnst)water, hoge horsten en lage slenken. Beleef de breuklijn die hier onder je voeten doorloopt: ga wandelen, fietsen, luisteren en kijken in ons Geopark Peelhorst & Maasvallei. Lees veel meer op www.peelhorstenmaasvallei.nl.

Wat is een geopark?

Een geopark is een landschap met een uniek geologisch erfgoed, dat wereldwijd van betekenis is. Je kunt er de geschiedenis van de aarde beleven. Echt iets om trots op te zijn.

Het geopark krijgt UNESCO status

Omdat ons landschap door de breuklijn zo bijzonder is, kunnen we met geopark Peelhorst & Maasvallei een Unesco Geopark worden. We startten de aanvraag in 2016 en zetten jaarlijks belangrijke stappen voor het bereiken van de UNESCO-status. Zoals onderbouwen wat ons uniek maakt, zorgen voor zichtbare samenhang in de kwaliteiten van het gebied en aandacht voor educatie.

Dit kun je doen in Geopark Peelhorst & Maasvallei. Ervaar de breuklijn. Dat kan op vele manieren. We zetten ze op een rij.

Breukenlandapp

Ga op pad met je smartphone en maak op een interactieve manier kennis met de schatten van de Peelrandbreuk. Er zijn drie routes door De Maashorst:

- Waterzuiverende Wijnstboerderij in Zeeland. Ontdekt pad dwars door het boerenland.
- Annabos Uden: Bijna nergens kun je de Peelrandbreuk zo goed zien als in Uden. Tijdens deze wandeling leer je alles over wijnst, burchten, ondergrondse badkuipen en nog veel meer.
- Nistelrode: Een tocht door de tomatensoep. Klaar voor een tocht door de tomatensoep? Geen zorgen, je hebt geen lepel nodig, maar wel je oren en ogen!

Verborgen werelden vol geheimen wachten op je. Volg de routes, luister aandachtig naar de verhalen en ontrafel de mysteries van Breukenland...

LUISTEREN NAAR DE PODCAST OERSTERK EN TOCH GEBROKEN MET RON BOSZHARD:

Ontdek de boeiende wereld van de 400 miljoen jaar oude Peelrandbreuk via de podcast 'Oersterk en toch gebroken'. Volg de paden langs breuken en wijnstgronden, laat de schoonheid van de 400 miljoen jaar oude Peelrandbreuk op je inwerken. Ontdek hoe dit fenomeen de geschiedenis van Brabant beïnvloedde en nog steeds sporen achterlaat in het landschap. Ron Boszhard neemt je mee op een boeiende reis door de ogen van de Peelrandbreuk.
natuurgebieddemaashorst.nl/geopark-peelhorst-en-maasvallei/

WANDEL DE BERG EN BREUKLANDROUTE

De Berg en Breuk wandelroute in Uden is 6,5 kilometer lang en voert je langs de stuifzandwal van de Bedafse Bergen, beek De Leijgraaf, de Peelrandbreuk, de Wijnstgronden en de IJzerroerbanken.

Deze route is onderdeel van het wandelroutenetwerk, waardoor je jouw route altijd op een ander punt kunt starten of kunt uitbreiden met een andere route. De Berg en Breukroute voert je door een afwisselend landschap, rondom het buurtschap Bedaf.
www.natuurgebieddemaashorst.nl/wat-te-doen/wandelen/

GEOPARK
PEELHORST+
MAASVALLEI

RESPECTEER RUSTGEBIEDEN

Zoals wij mensen in een huis wonen, zo wonen planten en dieren in de natuur. Als je in De Maashorst wandelt, ben je te gast. Te gast in het huis van veel dieren. En zoals jij het fijn vindt dat niet iedereen jouw slaapkamer binnenwandelt, zo vindt de natuur het fijn dat er rustgebieden zijn. In de rustgebieden hebben flora en fauna het voor het zeggen. Wij mensen mogen er niet komen. Gelukkig zijn er voor ons vele paden door De Maashorst. Ruimte genoeg voor iedereen. Rustgebieden dragen bij aan de schitterende natuur waar wij als mensen zo graag van genieten.

Ongestoord eten, rusten en voortplanten

In een rustgebied kunnen dieren ongestoord leven, eten, rusten of zich voortplanten. Rustgebieden dragen bij aan natuurlijk gedrag en een stabiel ecosysteem. Dit zorgt er ook voor dat vogels, zoogdieren, amfibieën, insecten en verschillende planten in het gebied te vinden zijn. Denk aan de grauwe klauwier, verschillende uilen of de klokjesgentiaan, zonnedauw, moerashertshooi, vos, das, ree, konijn, hagedissen en rugstreeppadden.

Wist je dat je de klokjesgentiaan alleen herkent als hij bloeit – met prachtige blauwe bloemen. Ga je van de paden af? Dan kun je deze kwetsbare plant vertrappen en hebben vlinders geen eten. En wist je dat de das een echt familiédier is. Kleine dassen spelen graag met elkaar buiten hun hol. Het is fijn als ze dat in alle rust kunnen doen en niet schrikken van mensen of honden.

Hoe blijf je weg van rustgebieden?

Dieren wennen aan onze aanwezigheid op de paden. Als de zon opkomt trekken ze zich terug in de rustgebieden. Ze weten dat we daar niet komen. Daarom vinden wij het zo belangrijk dat mensen zich aan de regels houden. Net zoals iemand die

jouw huis bezoekt, rekening houdt met jouw huisregels. Bijvoorbeeld het uitdoen van je schoenen. Dat is in de natuur net zo. Jij komt op bezoek en houdt rekening met de natuur.

Paden voor mensen, wildwissels voor dieren

Jij mag op de paden door het natuurgebied, zo mijd je vanzelf de rustgebieden. In het gebied zijn ook wildwissels, dit zijn routes van en voor de dieren. De dieren maken deze zelf. Het is hun makkelijke en vaste route om snel naar eet, drink, slaap en rustgebieden te gaan. Wildwissels zijn niet voor mensen.

Een wildwissel herken je meestal als een platgetrapt paadje of aan afgebroken takken of hoefafdrukken. Soms is het lastig om te zien of het een wildwissel of een smal pad is. Twijfel je? Ga dat pad niet in. Er zijn genoeg andere paden waar je de natuur kunt beleven en bewonderen. Als we de natuur zijn rust en ruimte gunnen kunnen wij ervan blijven genieten.

Boete

Ga je toch van de paden af? Dan kun je een boete krijgen. Zonde van je geld toch?

JONGEREN EN NATUUR

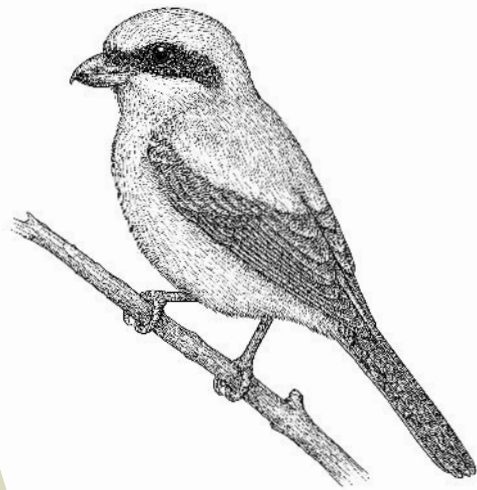
Natuur is belangrijk voor jongeren omdat het bijdraagt aan hun fysieke en mentale welzijn. Buiten zijn in het groen vermindert stress, vergroot het concentratievermogen en stimuleert creativiteit. Maar om zich echt verbonden te voelen met de natuur, moeten jongeren haar eerst leren kennen en ervaren. Door actief contact ontstaat waardering – en pas dan ontstaat de wens om haar te beschermen.

Natuur is goed voor je hoofd en hart. Jongeren voelen zich beter in het groen, maar echte verbinding begint bij kennismaken. Ontdek de natuur, en je gaat haar vanzelf waarderen.

SPECIAAL VOOR DE KINDEREN

Oh nee! de dieren zijn hun kleur verloren!

Help jij ze weer de mooie de dieren te worden die ze horen te zijn?



Hallo, ik ben een grauwe klauwier.
Een kleine maar dappere vogel met een nogal bijzondere hobby.

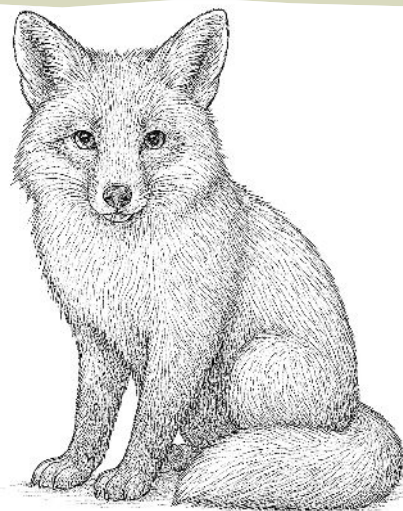
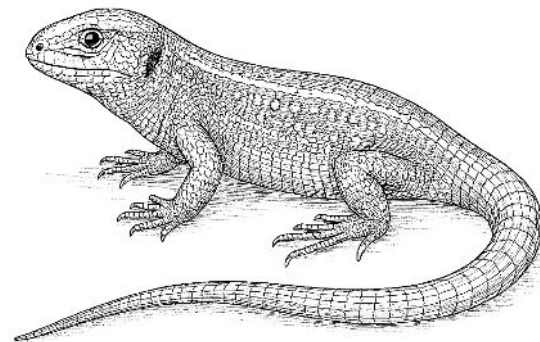
Ik ben namelijk dol op jagen, en dat is best bijzonder voor zo'n compact vogeltje als ik. In het voorjaar en de zomer zweef ik door struikrijke gebieden, op zoek naar grote insecten, hagedisjes of soms zelfs een muisje dat niet oplet.

Ik ben met mijn zwarte 'maskertje' best herkenbaar, toch zie je me niet snel. Ik houd vanaf een hoge uitkijkpost alles in de gaten. Als ik iets lekkers zie bewegen, duik ik er razendsnel op af.

Hallo, ik ben een hagedis. Je vindt me op warme plekken in de heide en aan de bosrand.

Ik lig graag te zonnen, dat heb ik nodig om actief te worden. Als ik goed ben opgewarmd, jaag ik op insecten en spinnen. Schrik ik? Dan schiet ik razendsnel weg. Soms laat ik zelfs een stukje van mijn staart los om te ontsnappen. Dat groeit later gewoon weer aan.

Zie je iets wegflitsen tussen het heidekruid?
Grote kans dat ik het was.



Hallo, ik ben een vos. Misschien wel het slimste dier van het bos, al zeg ik het zelf. Ik ben dol op jagen, vooral als het begint te schemeren. Dan sluip ik zachtjes door het gras op zoek naar muizen, konijnen of soms een dikke bosduif die even niet oplet.

Mijn vacht is roodbruin. Ik val dus best op, dat vind ik helemaal niet erg. Ik beweeg namelijk zo stil en soepel dat dieren me soms pas opmerken als ik al vlak naast ze sta.

Mijn staart gebruik ik om mijn evenwicht te bewaren wanneer ik ren of spring. Als je me ziet, kijk dan goed: misschien knipoog ik even terug voordat ik vooruit sluip, op zoek naar mijn volgende avontuur.

GEZOND EN NATUURLIJK WATER IN DE MAASHORST

HOE PLANTEN, DIEREN ÉN MENSEN PROFITEREN VAN EEN SLIM WATERSYSTEEM IN NATUURGEBIED DE MAASHORST

Elke dag werkt waterschap Aa en Maas aan gezond en natuurlijk water. In De Maashorst doen we dat op een manier die past bij het unieke karakter van het gebied: rijk aan natuur, recreatie en cultuurhistorie. Wat betekent gezond en natuurlijk water? En wat doen we om dat te bereiken? 'Gezond water is water waarin planten en dieren kunnen leven, waar vee uit kan drinken en waar je veilig kunt recreëren,' zegt Sam Minekus ecoloog bij waterschap Aa en Maas. 'In De Maashorst kijken we naar hoe het watersysteem bijdraagt aan biodiversiteit en natuurlijke processen.'

WAT DOEN WE IN DE MAASHORST?

Samen met partners werken we aan maatregelen die de natuur en landbouw versterken. Denk aan het verbeteren van de doorstroming en het herstellen van het watersysteem. 'We voeren maatregelen uit om het grond- en oppervlaktewatersysteem in en rondom De Maashorst meer bestand te maken tegen weersextremen' legt Sanne Relou, hydroloog bij het waterschap, uit. 'Zo proberen we regen makkelijker in de bodem te laten trekken, zodat er in droge periodes water beschikbaar is voor natuur en landbouw. En juist bij heel veel regen, zorgen we ervoor dat het regenwater ook goed afgevoerd kan worden.' Sam legt uit dat een goed werkend waternetwerk alleen werkt als alles samenkomt.

'Als je de waterhoogte in de beken en sloten goed regelt, ontstaat er meer ruimte voor waterplanten. Die trekken insecten aan, die weer voedsel zijn voor vissen en amfibieën. Zo bouw je aan een gezond ecosysteem.'

ZICHTBAAR RESULTAAT

Het zijn niet alleen technische maatregelen die we in en om het natuurgebied toepassen, ze zijn ook zichtbaar in het landschap. Flauwe oevers, poelen en natte zones zorgen voor variatie in het waterbeeld. Dat is goed voor de biodiversiteit én voor de beleving van het gebied. 'Wat ik mooi vind aan De Maashorst,' zegt Sanne, 'is dat het een gebied is waar natuur, landbouw en recreatie met elkaar verweven zijn. Juist daar is een klimaatrobuust grond- en oppervlaktewatersysteem van grote waarde.'

'En het is zichtbaar,' vult Sam aan. 'Je ziet het verschil in de planten, in de diersoorten die terugkomen, in hoe het water zich gedraagt. Dat maakt mijn werk tastbaar en waardevol.' De aanpak in De Maashorst draagt bij aan een landschap waarin mens en natuur zoveel mogelijk in balans zijn. 'Door slim te ontwerpen, samen te werken en oog te hebben voor de omgeving, bouwen we aan een watersysteem dat meebeweegt met het klimaat én met de wensen van de mensen die hier wonen, werken en recreëren,' sluit Sanne af.



LIEF, SPEELS, GROOT OF KLEIN. DOE JE HOND AAN DE LIJN!

Je trouwe viervoeter mag aangeliend het natuurgebied in. Er zijn ook negen hondenlosloopgebieden te vinden in De Maashorst. En op enkele plekken mag je hond helemaal niet mee.

Lees alles over honden in het natuurgebied op:
natuurgebieddemaashorst.nl/wat-te-doen/met-de-hond/.

INTERACTIEVE KAART

Daar vind je ook de interactieve kaart waarop je precies ziet waar onze 9 losloopgebieden zijn en ook of je jezelf met je hond in dit gebied bevindt.

