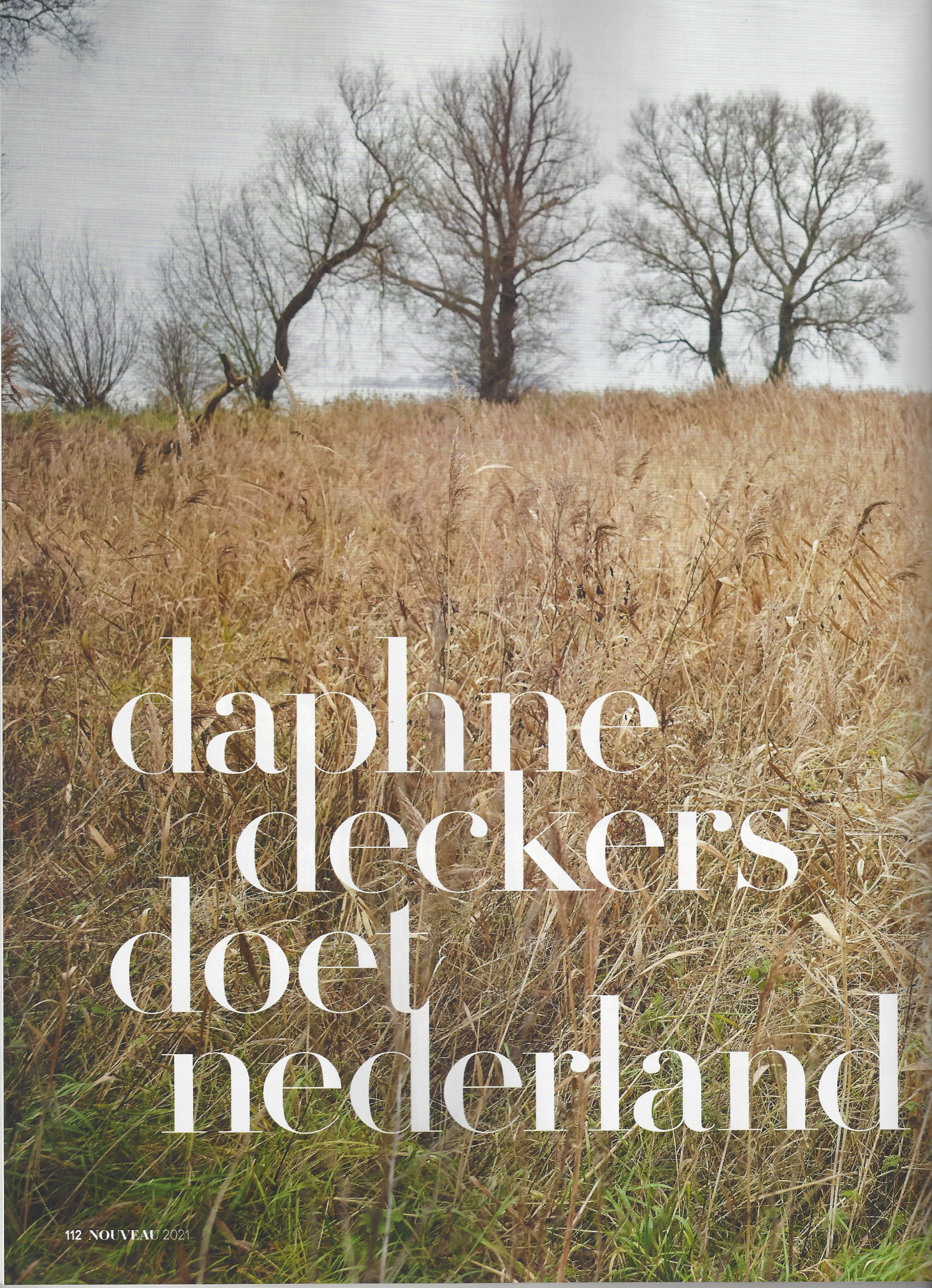

daphne deckers doet nederland

In deze roerige tijden ligt het geluk dichtbij huis. Daphne Deckers schreef een vrolijk en ontroerend boek over Hollandse plekken waar je uitstekend uit kunt waaien. Tien van haar aanraders mogen we vast met je delen.

Tekst: *Daphne Deckers* • Fotografie: *Roger Neve*

Jurk RVDK voor G-STAR via Zalando

Jurk Edwin Oudshoorn.
Spijkergilet Just.
Armband La Perle Sauvage.
Regenboots Gucci.
Sokken Hunter.

‘Overal voel ik RUIMTE EN VERBONDENHEID’

Jurk Elisabetta Fran
Jasje Scotch & Soda
Regenboots Gu
Sokken Hu

‘Loop het pad van je eigen wijsheid MET JE TELEFOON UIT’

1 bosrijk nederland

Aardse aroma’s

Wandelen in het bos is een van míjn favoriete manieren om me te ontspannen. Of ik nu stevig doorloop of alleen maar een beetje slenter met de hond: zodra ik ben omringd door groen, denk ik nergens meer aan. De druk van mijn agenda, een naderende deadline; het verdwijnt allemaal in het niets. Tegelijkertijd staan mijn zintuigen op scherp. Zachte mosgrond, een bospad, een zandweggetje: elke ondergrond voelt anders aan mijn voeten. Er hangen ook geuren die me gelukkig maken. Die van naadbomen bijvoorbeeld, of het aardse aroma van natte bladeren in de vroege ochtend. In het bos wil ik niets liever dan heel diep inademen. Hier, tussen de planten en de bomen, wordt onze zuurstof gemaakt. Overal voel ik ruimte en verbondenheid. Ik voel lucht. Twee uur per week in de natuur verlaagt de kans op astma en allergieën, en verhoogt de levensverwachting.

TIP: op bomenstichting.nl staan wandel- en fietsroutes langs de mooiste monumentale bomen in Nederland.

2 op blote voeten

Heerlijk vrij gevoel

Weet je wát leuk is? Een blotevoetenpad. Ik vond het een heel bijzondere natuurbeleving. Er zijn meer dan 25 Blotevoetenpaden door heel Nederland; speciaal aangelegd om veilig zonder schoenen en sokken over verschillende ondergronden te kunnen lopen. Je wandelt over zand, gras, turf, mos, houtsnippers en stapstenen. Het pad leidt door water en (soms kniehoge) modder, langs fruitboomgaarden en bloemen. Door de ongelijke ondergrond schijn je alle grote en kleine spieren in je voeten en benen te trainen, en het zou ook wonderen doen voor je balans. Maar ik vond het vooral heel bevrijdend; het is een compleet andere sensatie en geeft een vrij gevoel. Vaker op blote voeten lopen, is sowieso een goed idee: de meeste voeten vinden het heerlijk wanneer ze uit hun schoenen worden bevrijd. Wanneer blootvoets door de modder nog een stap te ver is, zou je ook binnenshuis kunnen beginnen. Ervaar hoe ontspannend het is, en hoe het je een gevoel van ‘meer grip’ kan geven.

TIP: het BloteVoetenPark in Brunssum heeft het langste en meest uitgebreide blotevoetenpad van Nederland. De afwisselende natuurtocht strekt zich uit over vier kilometer en is erg leuk (en modderig) om met kinderen te lopen.

3 kanoën door de biesbosch

Bevers spotten

Eén van de dingen die ik hoog op mijn verlanglijstje heb staan, is een kanotocht door het Nationale Park De Biesbosch. Dat lijkt me niet alleen avontuurlijk, maar het is daar ook een oase van rust en ruimte. De Biesbosch is een ruig stuk ‘natte’ natuur. Icoon van het gebied is de bever, en onder begeleiding van een gids kun je bevertochten maken. Je kunt ook meerdaagse kanotochten ondernemen waarbij je wildkampeert op onbewoonde eilandjes. Je peddelt door kleine, bochtige kreekjes die met overhangende bomen en planten een welhaast on-Nederlandse junglesfeer oproepen. In je eigen kano langs wilgenvloedbossen, beverburchten en rietruigten glijden: dichter bij de natuur kun je toch niet komen? Ook voor kinderen zijn er spannende kanotochten door De Biesbosch, waarbij ze met een gids op zoek gaan naar een ‘schatkist’ en zelf een kampvuur maken om marshmallows te roosteren.

'De geuren in het bos MAKEN GELUKKIG'

4 kanosafari boven amsterdam

Onthaasten verzekerd

Nog geen half uur fietsen vanaf CS en je bent in landelijk Noord: een groen en pittoresk deel van Amsterdam dat vaak over het hoofd wordt gezien. De waterrijke dorpjes Durgerdam, Holysloot en Ransdorp zijn langzaam aan de hoofdstad vastgegroeid, maar hebben hun eigenheid weten te behouden. De houten dijkhuisjes, veerpontjes en ophaalbruggetjes ademen een en al onthaasting. In het uitgestrekte polderlandschap kun je een kanosafari boeken en in alle rust door de schilderachtige natuur en langs oer-Hollandse dorpjes peddelen.

TIP: je krijgt er een picknickmand bij vol biologische producten uit de Beemster. wetlandssafari.nl

5 amsterdam castle

Burcht beauty

Het Muiderslot, de middeleeuwse waterburcht waar schrijver en dichter P.C. Hooft decennialang heeft gewoond en gewerkt, is door Tripadvisor uitgeroepen tot 'mooiste kasteel van Nederland'. Prompt is het door het toeristenbureau omgedoopt tot Amsterdam Castle, wat natuurlijk een giller is. Maar ze willen er waarschijnlijk mee aangeven dat je er zó bent: het waterrijke Gooise Meren ligt – zeker voor buitenlandse begrippen – op een steenworp afstand van Amsterdam.

DAPHNE **'Met *Uitwaaien, geluk dicht bij huis* wilde ik graag een positief boek schrijven over alles wat ik leuk, grappig, mooi of opvallend vind aan Nederland. Beetje vrolijkheid kunnen we wel gebruiken!'**

DAPHNEDECKERS.NL

6 sterrenkijken in bed

Twents & tiny

Het noordoosten van Twente is een van de donkerste plekken van Nederland, dus als je 's nachts naar een overweldigende sterrenhemel wilt kijken, ben je daar aan het goede adres. Je kunt er logeren in een 'sterrenkubus': een romantisch tiny house met een glazen koepel in het dak. Je krijgt er een Twents stoofpotje bij en een ontbijt in een mandje. Om de hoek bij de kubushuisjes ligt Cosmos Sterrenwacht, een educatief centrum met een van de grootste computergestuurde telescopen van Nederland. Je kunt er op onbewolkte dagen naar de planeten kijken en elke zaterdagavond is er een sterrenkijkavond in het sfeervolle planetarium.

7 koeien knuffelen

Warmwaterkruik

Nog even een aardigheidje over de Nederlandse koeien: ik zag online een item bij de BBC waarin werd gesproken over de 'nieuwe Nederlandse wellness-trend': koe-knuffelen. Koe-knuffelen? Ik had er werkelijk nog nooit van gehoord, laat staan dat het een trend zou zijn. Maar wat denk je? Het bestaat wel degelijk en het is inderdaad erg populair. De oorsprong ligt in Beets, een groen dorpje tussen Hoorn en Purmerend, op boerderij Kastanjehoeve. Daar kun je al vijftien jaar knuffelen met koeien die speciaal op hun vriendelijke karakter zijn uitgezocht. Een koe heeft een warm lichaam en een lage hartslag, waardoor het voelt alsof je een grote warmwaterkruik omhelst. Bezoekers vinden het erg rustgevend om in het gras tegen een koe aan te leunen. De koe zelf vindt alles prima: die ligt lekker te herkauwen en als ze er geen zin meer in heeft, staat ze op en loopt ze weg. Toch zal dat niet zo snel gebeuren: een koe wordt namelijk heel graag geaaid. Dát ga ik deze zomer een keer doen. Zodat ik in Engeland kan zeggen: *'Yes, we knuffel the cows'*. **Meer informatie: kastanje-hoeve.nl.**

Jurk Claes Iversen.
Coltrui Modström.
Regenboots Gucci.
Sokken Hunter.

‘Peddelen door kleine, BOCHTIGE KREEKJES’

8 de wijsheids-wandeling

Reis naar binnen

Houd je van wandelen, maar ben je niet zo gecharmeerd van grootschalige evenementen? Ook dan kun je in Nijmegen terecht. Naast alle ‘gewone’ wandelroutes is er de Walk of Wisdom, een eigentijdse pelgrimsroute van zeven dagen en 136 kilometer waarbij je door de landschappen rondom Nijmegen loopt, zoals de uitgestrekte Ooijpolder en de heuvels van Berg en Dal. Deze ‘wijsheidswandeling’ (die onafhankelijk is van religie) gaat over rust en reflectie en de reis naar binnen. De bedoeling is om ‘het pad van je eigen wijsheid’ te lopen met je telefoon zoveel mogelijk uit. Iedere deelnemer krijgt een veter, waaraan hij of zij de stalen vogelringetjes kan rijgen die de 11 gemeentes op de route verstrekken.

Meer informatie: walkofwisdom.org

9 rotterdamse dakendagen

Park op niveau

De laatste keer dat Richard en ik in New York waren, hebben we de route van Highline Park gelopen: een dichtbegroeid wandelpad op een oude metrolijn. Maar wist je dat Rotterdam iets soortgelijks heeft? Het heet Luchtpark Hofbogen en is gesitueerd op het dak van voormalig station Hofplein. Je kunt er heerlijk tot rust komen in het gras, of picknicken onder de fruitbomen. Het is een bijzondere ervaring, al dat groen om je heen, bovenop een dak, omringd door hoge gebouwen. De bedoeling is om – net als in New York – ook de 1,9 kilometer van de hooggelegen Hofpleinlijn aan te pakken, en die als een groen lint door de stad te laten lopen.

TIP: de Rotterdamse DakenDagen in juni, met door de hele stad popconcerten en theater op hoge daken.

10 clean-up tour

Zinvolle zomer

Aan het einde van de zomer is het weer tijd voor de Boskalis Beach Clean-up Tour, waarbij de hele Noordzeekust door vrijwilligers wordt opgeruimd. Ik zou willen dat het niet nodig was, maar als je leest dat in 2019 bijna 11.000 kilo (!) afval werd verzameld, dan begrijp je dat niet iedere strandbezoeker zijn rotzooi opruimt. De editie van 2020 kon door de coronamaatregelen helaas niet doorgaan, maar komende zomer kan iedereen weer meehelpen onze Noordzee schoon en gezond te houden. Wil jij je opgeven voor de Boskalis Beach Clean-up Tour, of wil je weten op welke andere manieren jij je kunt inzetten? **Kijk dan op noordzee.nl**

helemaal hollands

Uitwaaien **is een rijk geïllustreerd feelgoodboek, waarin Daphne op aanstekelijke wijze vertelt over allerlei typisch Nederlandse zaken en ons meeneemt naar unieke plekken in Nederland. De vele illustraties en grappige quotes van bekende schrijvers, acteurs en sporters maken het een uniek boek.**

UITWAAIEN, GELUK DICHT BIJ HUIS

UITGEVERIJPODIUM.NL