



# Zintuigenpad



Een route van 4,5 km in het Almeerderhout, die uitnodigt om al je zintuigen te gebruiken.

Zien, horen, ruiken, proeven en voelen!

In elk seizoen biedt het Zintuigenpad andere beelden, geluiden, geuren, smaken en ervaringen.

De route is goed te volgen door op de kaart te letten of op de paaltjes met kleine paarse bordjes. Let op! De route bevat een gedeelte die speciaal voor het zintuig "evenwicht" bedoeld zijn en wat minder geschikt is voor mensen die wat slechter ter been zijn. Zij kunnen de route inkorten door op de (half)verharde paden te blijven.

Helaas kan de hond niet mee (ook niet aan de lijn), omdat de route door een begrazings- en rustgebied loopt.

Deze folder beschrijft de speciale locaties langs de route. De nummers van deze locaties verwijzen naar de bijzonderheden. Deze zijn aangegeven op de routepalen.

De route start bij het **Buitencentrum** Almeerderhout. Hiervandaan steek je de Kemphaanlaan over richting het middenterrein van Stadslandgoed de Kemphaan. Volg de paarse bordjes.

Veel plezier!



### 1. Ruisend riet

Je waant je op de zeebodem, je schoeisel knarst over het schelpenpad richting het trappetje. Je kunt ook rechtdoor het verharde pad nemen.

Boven op het talud, trappetje af, over het graspad is er riet om je heen. Bij een zomerbriesje of een herfstwind kan je het riet horen ruisen.

### 2. Vlinders en hommels kijken

Het pad loopt verder langs de plantenborders door. In het voorjaar en de zomer trekken de bloemen veel vlinders en hommels aan.

Als je gaat zoeken naar vlinders kun je dat het beste doen met mooi weer. Dan is het warm genoeg voor vlinders om te kunnen vliegen.

Veel mensen weten dit niet, maar hommels zijn familie van de bijen. Ze zien er wel duidelijk anders uit, zo hebben ze een soort wollige, kleurrijke beharing.

### 3. Water en verkoeling voelen

Op het plein voor het hoofdgebouw is er op de grond een ronde 'bedrieger'. Luister naar het geluid van het neervallende water. Bij warm weer kun je het verkoelende water over je handen laten stromen en kinderen kunnen er mee spelen. Durf jij er tussendoor te lopen? De knop om hem aan te zetten zit op het gebouw.

### 4. Voelen, warm, koud, droog of nat

De grote steen die je tegenkomt vertelt je alles over het weer. Een steen neemt makkelijk de koele temperatuur aan van de schaduwzijde en de warmte van de zonzijde. Dat kan je allemaal met je handen voelen.

### 5. Open, dicht, donker, licht, koel of warm

Bomen bepalen het karakter van het bos: een bosvak met populieren heeft een licht en open karakter. In tegenstelling tot sommige andere bomen kunnen populieren er tegen dat de zon op hun stam schijnt. Er groeien plantensoorten onder, zoals brandnetels en kleefkruid.

Roofvogels zoals de buizerd bouwen hoog in de populieren hun nesten. De jonge vogels hebben deze hoogte nodig om als ze het nest verlaten te leren vliegen. Af en toe laat de wielewaal zijn bekende "dudeljo" horen. De meeste kans om hem te horen heb je in de late lente of begin van de zomer. Je hoort deze vogel wel, maar hij laat zich niet makkelijk zien.

### 6. Beukenbomen, ruwe bolster en smakelijk nootje

Takken waaieren uit, bedekken de stam en de bodem met een donkere schaduw. In het najaar kleurt de bodem rood van de gevallen beukenbladeren. Dan vallen ook de beukennootjes uit de boom. Voel de ruwe bolster en proef een beukennootje in het najaar.

### 7. Zien, voelen en luisteren

Op de open plek kan je naar de lucht kijken en afhankelijk van het jaargetij en het weer kan je de verschillende kleuren en misschien ook wel figuren in de wolken waarnemen.

Bij de bank ga je rechtsaf.

Elk jaargetij laat je iets anders zien. In het voorjaar staat de meidoorn als eerste in blad en de sleedoorn krijgt als eerste bloemen. Ruik in het voorjaar aan de sterk geurende bloemen; in het najaar zijn er de bessen. Merels en lijsters nestelen graag in de beschutting van de struiken en zijn gek op de bessen.

## 8. Reuzenberenklauw

Een plant die metershoog kan worden, met grote bladeren en witte bloemschermen. De plant kan mensen grote schade toebrengen aan de huid en de ogen. Blootstelling aan zonlicht na contact met het sap kan na 24 uur rode jeukende vlekken veroorzaken. Daarna komt zwelling en blaarvorming, vergelijkbaar met brandwonden. Het kan twee weken duren voordat de wond genezen is. Als litteken kan er een bruinverkleuring optreden.

De natuur is en blijft bijzonder want de reuzenberenklauw is eetbaar voor schapen en die zijn er dol op. Zij worden dan ook ingezet bij de bestrijding van de reuzenberenklauw, bijvoorbeeld in het schapenbos, waar deze route ook doorheen loopt.

De reuzenberenklauw is een invasieve exoot en komt veel voor in Almere. Een invasieve exoot is een soort die niet van nature voorkomt in Nederland en zich daarnaast ook snel kan verspreiden. Terreineigenaren zijn verplicht deze plant te bestrijden. Staatsbosbeheer zet om die reden op veel plekken kudde schapen in, maait of vrees het terrein. Helaas gaat de bestrijding gepaard met een hele lange adem.

Wist je trouwens dat het verboden is om de reuzenberenklauw te vervoeren, in je bezit te hebben of te verkopen? Dit staat vastgelegd in de Europese Wetgeving. Boswachters zien op veel plekken dat mensen de opgedroogde bloemenschermen van de reuzenberenklauw plukken uit de gebieden. Dit mag dus niet omdat je de plant helpt in zijn verspreiding. De zaden die in de reuzenberenklauw zitten kunnen heel laat ontkiemen. Soms duurt het wel 7 jaar voordat er een plantje uit de grond komt en elke plant kan zo'n 20.000 zaden bevatten.

## 9. Droge voeten

De NAP-meter staat ongeveer 30 meter naar rechts, daar kun je zien hoe hoog het water zou staan wanneer we geen dijken en pompen hadden. Deze zorgen ervoor dat we droge voeten houden.

## 10. Spiegeling in het water

Op de brug in het water kun je jezelf, de lucht en de omgeving als weerspiegeling zien. Welke kant drijft een blad of stok op? Of is het water onrustig vanwege het weer? En hoor je in het voorjaar ook de vogels in het riet zingen?

## 11. Licht/donker

Je bent in het schapenbos. Wanneer je hier over de route loopt, kijk dan eens omhoog. Je ziet dan het licht door de bladeren schijnen, misschien hoor je de bladeren ruisen door de wind.

In het schapenbos worden af en toe schapen en geiten ingezet. Met een beetje geluk kan je hier een rustende ree tegenkomen. Daarom is het gebied niet toegankelijk voor honden (ook niet als ze aangelijnd zijn!).

## 12. Wilde figuren

Wilde clematis is een klimplant. De kleine roomwitte bloemen groeien in schermvormige pluimen. Ze verspreiden een lichte amandelgeur. Na de bloei veranderen de bloemen in zilverachtige zaadpluimen. Vanwege de zaadpluimen, wordt de plant in Groot Brittannië "Old Man's Beard" genoemd. Wat voor figuren of beesten zie jij erin?

## 13. Voelen en proeven

Je bent aangeland bij het Natuurrestaurant. Vruchtenbomen zijn in het voorjaar een lust voor het oog en in het najaar een weldaad voor de tong. De vruchten mag je eten, maar wacht wel tot ze rijp zijn! Voel en ruik ook eens aan de bladeren. Is er verschil? Ruikt het lekker of juist vies?

Onder de bomen groeit kleefkruid, het woord zegt het al, de blaadjes zijn kleverig.

Je vindt er ook veel brandnetels, de brandhaartjes voel je niet als je met je hand van onder naar boven langs de onderkant van het blad strijkt.

Vlinders zoals de dagpauwoog, de kleine vos, de gehakkelde aurelia en de atalanta kunnen niet leven zonder de brandnetel. Het zijn niet de vlinders die van deze plant eten, maar de rupsen. Zij

lusten buiten brandnetel helemaal niets anders. Weet je dat jij ook de brandnetel kan eten? Wel eerst even wassen en koken dan heb je geen last meer van de prik.

**Let op!** Voor mensen die wat slechter ter been zijn, is hier de mogelijkheid om de route in te korten door linksaf te gaan het verharde pad op tot aan het fietspad "Starleypad". Ga daar linksaf, dan kom je vanzelf weer op de route.

#### 14. Schors voelen

De schors van een boom is ook heel speciaal om te voelen. Soms voelt dit heel sterk, ruw en hard, soms is de schors heel dun en lijkt het wel te kunnen scheuren.

#### 15. Nieuwe bomen

Daar waar zieke essen zijn gekapt, worden nieuwe bomen geplant. Er zijn ook naaldbomen geplant. Deze ruiken en voelen allemaal anders en verschillen nogal van elkaar en zijn het gemakkelijkste te herkennen aan de vorm en de geur van de naalden.

Voel en ruik maar eens, maar pluk geen takken. Welke vind jij het lekkerst voelen en ruiken? (Sommige plantvakken hebben een raster, die zijn geplaatst om te zorgen dat de reeën de jonge boompjes niet opeten).

#### 16. Gekwaak in het voorjaar, sluipen en je evenwicht

Terug bij het Natuurrestaurant heb je links tegenover de poel een bank, een mooie plek om even te gaan zitten en uit te rusten. De mannetjes kikkers en padden kwaken in het voorjaar luid om de vrouwtjes te lokken. De meeste soorten versterken het geluid met behulp van kwaakblazen. Vervolg het pad dwars door het bos. Lukt het jou om zo geruisloos als een dier door het bos te sluipen? Kan jij je evenwicht net zo goed bewaren op de boomstammen? Pas op voor de kuilen en ongelijke bodem.

#### 17. Noten zien groeien

De hazelaar bloeit als eerste in de winter met de mannelijke katjes en roze vrouwelijke mini bloemetjes. Zoek ze maar eens in de winter. Aan het eind van de zomer / begin van de herfst zijn de noten rijp. Je kunt de hazelnoten vinden die op de grond zijn gevallen. Proef ze gerust. Ook muizen zijn er dol op.

#### 18. Het verharde pad

Langs het fietspad "Stevenspad" staan veel bomen. Deze laanbeplanting is van belang voor vleermuizen, nachtvinders en andere insecten.

Ook hier worden zieke essen vervangen door andere loofbomen.

Op de eiken wil de eikenprocessierups nog wel eens voorkomen Dit is een rups van een nachtvinder. Op een groot aantal eikenbomen in vrijwel geheel Nederland kan men in de maanden mei, juni en juli behaarde rupsen aantreffen.

Deze rupsen gaan 's nachts groepsgewijs - in processie - op zoek naar voedsel (eikenbladeren), vandaar de naam eikenprocessierups. Na contact met de microscopisch kleine, pijlvormige brandharen van deze rups kunnen klachten ontstaan zoals jeuk, huiduitslag, irritatie aan de ogen of aan de luchtwegen. Niet aanraken dus als je ze tegenkomt!

#### 19. Er zit muziek in

Muziek is overal om ons heen. Hier vind je een xylofoon gemaakt van essenhout.

Door de verschillende stammetjes aan te tikken, merk je dat er verschillende toonhoogtes ontstaan, luister maar! Misschien leuk om te weten dat xylo het Griekse woord is voor hout?

#### 20. Reeën kijken

Misschien heb je geluk en kan je reeën of andere dieren bespieden van achter de beukenhaag. Zowel mannetjes (reebokken) als vrouwtjes (reegeiten) hebben het grootste deel van het jaar een territorium. Meestal overlapt het territorium van een mannetje dat van een of meerdere vrouwtjes.

Een mannetje duldt geen rivaal in zijn gebied. Het territorium van een volwassen reebok bedraagt 5 tot 30 ha afhankelijk van het voedselaanbod en de leefomgeving. Aan de hand van geuren uit de geurklieren bakent het mannetje zijn territorium af, meestal op de bomen.

Loop onder de tunnel van de haagbeuken door. Wat vertellen je zintuigen je als je even onder de tunnel blijft stilstaan? Hoe verandert dat als je uit de tunnel bent en weer groen ziet?

Dit was de laatste opdracht, we vervolgen nu ons pad terug naar het Buitencentrum Almeerderhout. Ik hoop dat je een fijne wandeling hebt gehad en je zintuigen flink aan het werk hebt gezet.

Tot ziens.