



't Sohr

Plekske van Geluk

't Sohr gelegen tussen Ooijen en Wanssum is een oude afgesneden Maasarm. Sinds 2012 dient deze bij hoogwater als afvoer en bij extreme droogte als klimaatbuffer. De rivier heeft het landschap doelgericht gevormd door oude stroomgeulen en terrassen achter te laten. Sporen van de Maas met grote invloed op de diversiteit van flora en fauna.

✿ *Wat maakt hier gelukkig?*

Het water stroomt langzaam maar aanhoudend, de eenden nemen de tijd voor hun badje en je hoort bijzonder weinig behalve het ruisen van het riet. Je komt tot rust, tot stilstand. Als vanzelf verdwijnen gedachten, die niet nodig zijn. Alleen wat echt belangrijk is blijft over, zodat er alle aandacht naar uit kan gaan.

✿ *Gelukstip*

Als je richting knooppunt 4 langs de terrassen loopt, zie je stapstenen liggen. Bij hogere waterstanden kun je zo makkelijker je weg vervolgen. Zie ze als symbool voor de stappen die je moet zetten om een persoonlijk doel te behalen. Welk doel wil jij bereiken en welke stappen zijn daarvoor nodig? Doelen visualiseren om ze te behalen heeft invloed op je succes en daarmee op je geluksgevoel. Denk aan een doel dat je vandaag wilt bereiken. Stel je voor hoe je dat doet, welke stappen je hiervoor onderneemt. Bijvoorbeeld een kast opruimen: Hoeveel tijd wil je hiervoor inplannen? Hoe pak je het aan? Trek je comfortabele kleren aan, leg je mobieltje weg, zet je een vrolijk muziekje op? Zie het helemaal voor je, hoe je je doel bereikt. En geniet straks van je succes!

Beleef nog meer geluk!

Deze plek is één van de Plekskes van Geluk in Horst aan de Maas:
www.plekskesvangeluk.nl

Doelgerichtheid



Landschap
Horst aan de Maas