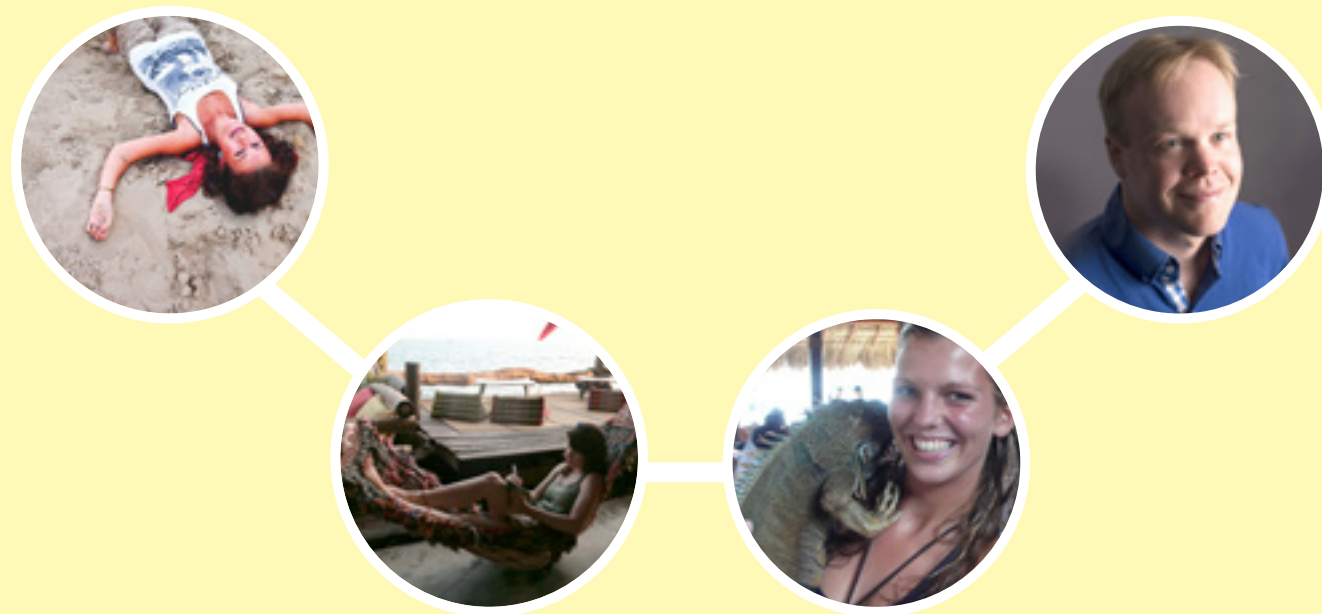


Aan het woord

Wellness Magazine zet in iedere editie een aantal bijzondere ervaringsdeskundigen in de spotlights. Mensen uit een specifiek vakgebied die hun kennis, ervaringen en tips graag met je delen. In deze editie laten we enkele reisspecialisten aan het woord.



Anneke de Bundel

Nomad & Villager, alias fotografe Nicole Franken en journaliste Anneke de Bundel, zijn twee heus wel coole chicks op leeftijd. Tijdens hun reizen gaan ze op zoek naar de gewone man en de gewone vrouw die zelden gewoon blijken te zijn. Soms rollen ze een slaapzakje uit, dan weer bibberen ze onder de lakens in kamers vol opgezette ridders. Zo ontmoeten ze in Spanje de zelfbenoemde koning van de liefde Manolo Gozala, werden ze met een tractor ontzet uit een Noors ravijn en overleefden ze met meer pijn dan moeite een sessie vuurlopen in een Hollands bos. Ze schoten per ongeluk op Stalin in een Russisch politiebureau en ontkwamen aan een gedwongen huwelijk met een stierenfokker. Hun droom is nog eens een wellnessvakantie te houden. Tot die tijd zijn hun berichten uit Absurdistan te volgen op www.nomadandvillager.com.

Chantal Visser

'Het eindpunt kan nooit zo interessant zijn als de weg ernaartoe.' Deze quote spreekt mij erg aan. Die 'weg' begint bij mij al bij het zoeken naar een vakantiebestemming. Uren kan ik bezig zijn met pagina's van hotels bekijken, bed & breakfasts zoeken en uiteindelijk de beste optie kiezen voor onze vakantie. Mijn bucketlist met authentieke, sfeervolle hotels en vakantiehuizen was op een gegeven moment zo groot, dat ik besloot mijn hotspots te delen in een blog. Inmiddels staan er ruim 130 accommodaties verspreid over de hele wereld op mijn Your Future Postcard. Sommige heb ik zelf bezocht, anderen wil ik graag nog bezoeken. En het aantal groeit natuurlijk, want er is zo veel moois te ontdekken! Mijn favoriet? Swasti Eco Cottage in Bali!
www.yourfuturepostcard.nl

Debby van Boxtel

Reizen, wat is dat nou eigenlijk? Als reiziger doe je andere dingen dan wanneer je vakantieganger bent. Dat begon bij mij al op jonge leeftijd: taal was nooit de grens bij het vriendjes maken op de camping. Sterker nog, Nederlandse vriendjes maakte ik maar zelden. Culturen en talen zijn een spiegel, ze bewegen me en verlichten me in mijn zijn. Niet voor niets studeerde ik Spaans en interculturele communicatie om mijn passies reizen, schrijven, taal en cultuur te combineren. Dat draag ik maar al te graag over aan mijn lezers, ik vertrek bijna op reis.
www.bohemiandreams.nl

Ineke van Huuksloot

Mijn passie voor Afrika begon in 2005 toen ik een safari maakte door Kenia en daarnaast kennis maakte met een goed doel ter plaatse. In 2006 ging ik terug om vrijwilligerswerk te doen bij een weeshuis en een straatkinderencentrum. Sindsdien kwam ik elk jaar meerdere malen terug naar 'mijn' continent en inmiddels woon ik in Oeganda. Mijn passie is uitgegroeid tot een sociale onderneming: Doingood. Tijdens een Social Safari Experience kunnen reizigers zowel het land van de toeristische kant bekijken als kennismaken met de lokale bevolking en een handje helpen bij een lokaal goed doel. Een unieke combinatie waar vele reizigers heel enthousiast over zijn! Ineke is getrouwd en moeder van Benjamin (2011). Ineke woont en werkt in Oeganda en is initiatiefnemer van Doingood.

www.vrijwilligerswerk-afrika.nl



Sabine De Witte

Als working nomad kwam ik in aanraking met reizen; voor mijn werk als copywriter en consultant kreeg ik de kans om regelmatig in het buitenland te vertoeven. Naast de reizen schreef ik op mijn eigen website over mijn ontdekkingen en avonturen. Het reizen zet me weer op scherp, een nieuwe omgeving, andere taal, cultuur en dagindeling. Inmiddels neemt mijn werk als travel journalist de overhand en ben ik zo'n twee weken per maand de hort op. De reizen zijn heel verschillend, van citytrip tot het ontdekken van een staat in Canada inclusief helikoptervlucht over de Niagara Falls. 'Travel is the only thing you buy that makes you richer' is absoluut waar; iedere reis verrijk ik me met bijzondere ontmoetingen, onvergetelijke ervaringen en opmerkelijke levenslessen. Je leert jezelf nergens beter kennen dan in een andere omgeving!

De nieuwsgierigheid die ik van kinds af aan al had, komt nu goed van pas; nu kan ik 'legaal' iedereen lastig vallen met de 'why' vraag waar vroeger iedereen gek van werd!



Renate Nathalie Rigters

Het is half zeven in de morgen en de haan van de burens functioneert als mijn wekker. De gezellige trompetmuziek van de winkel aan de overkant galmt al door het appartement en ik besef me dat ik weer wakker ben geworden in Mexico. "Buenos dias Wera", roept mijn buurjongen. Het is heerlijk om tussen de lokale cultuur mijn dag te mogen beginnen. Ik koop drie taco's op straat als ontbijt en loop richting de bushalte. Uiteindelijk deel ik toch een taxi, met maar liefst zes personen en een kip op mijn schoot. Elk land dat ik bezoek laat met zijn cultuur een denkbeeldige tatoeage achter op mijn hart en ik neem mijn nieuwe ervaringen weer mee naar de volgende bestemming. Volg Renate's ontdekkingstocht door Latijns-Amerika op thatwanderlust.com of via Twitter @thatwanderlust.



Remco Dijkstra

Hoe weet je als psychiater wat doodsangsten zijn en wat ongekende euforie is? Tijdens mijn wereldreis van een jaar bezocht ik in totaal achttien landen. Ik bevond me in een hogedrukpan van emoties. De meest indrukwekkende ervaring was de beklimming van een bijna 6000 meter hoge besneeuwde berg in Peru. Hoogteziekte maakte mij beroerd, maar ik genoot zoals ik dat nooit eerder deed.

Reizen biedt je de mogelijkheid om (mentale) grenzen te verleggen. In het Amazoneregenwoud was ik deelnemer van een sjamanistisch ritueel en proefde ik van een hallucinogene plant. Bizar.

Mijn favoriete land? Japan! De schoonheid, culturele rijkdommen en vriendelijkheid van de bevolking maakten mij zelfs een beetje 'manisch'.

Remco is psychiater, wereldreiziger en schrijver van het boek 'Te Gek! Wereldtrip van een jonge psychiater'.

Chantal Schram

Als kind was ik alleen te vinden op Franse campings. Maar zodra ik mijn eerste stappen in een vliegtuig zette, raakte ik verkocht aan de rest van de wereld. Nu ben ik dagelijks met reizen bezig. Ik werk in de reisbranche en heb mijn eigen reisblog, waar ik schrijf over praktische tips. Het mooiste aan reizen vind ik de lokale bevolking. Zo mocht ik in Nepal meehelpen met rijst planten. Alle kinderen uit het dorp kwamen kijken naar dat onhandige blanke meisje dat plat in de modder viel en er plantjes uittrok in plaats van plantte. In plaats van heel hard lachen, begonnen ze een eigen moddergevecht. Voor ik het wist waren we allemaal van top tot teen zeiknat van de blubber. Onvergetelijk!

www.reisdoc.nl



Zelf aan het woord over gezondheid?

Stuur jouw voorstel door naar lander@spaonline.com