

## DIT KOESTER IK



# Mijn wandel- schoenen

Ze koestert voornamelijk herinneringen, maar wat ze echt niet zou willen missen, zijn haar wandelschoenen. Irene van Wel-Paquay (49) woont in het Limburgse Weert en krijgt veel energie van wandelen. Haar wandelschoenen brachten Irene al veel goeds.

Tekst & foto's: Daphne Doemges-Engelen

„Een tijd geleden vatte ik met een paar vriendinnen het idee op om iedere woensdagochtend een uur te gaan wandelen. Ondanks onze drukke levens houden we dat uur als het even kan vrij. Al gauw sloten andere mensen zich bij ons groepje aan. Zo heb ik leuke nieuwe contacten opgedaan. En ik voel me er goed door: in de buitenlucht bezig zijn, geeft veel energie. Ook met andere vriendinnen wandel ik liever dan dat we samen koffie drinken. Waarom zou je gaan zitten, als je er ook op uit kunt gaan? Nadat de man van mijn vriendin stierf bijvoorbeeld, ging ik veel met haar wandelen. Al lopend praat je vaak makkelijker dan wanneer je tegenover iemand zit. Er komen ideeën naar boven, de gesprekken gaan dieper. Maar er is ook ruimte om te genieten van de natuur om je heen. Mijn woonplaats Weert is uitgeroepen tot de groenste regio ter wereld. **Je hoeft vaak niet ver van huis te gaan: dichtbij kan de natuur al zó mooi en verrassend zijn.** Tijdens het wandelen beleef je de seizoenen optimaal. Ik kan echt genieten van details zoals licht dat mooi op een blad valt. Bij veel gelegenheden in mijn leven heb ik mijn wandelschoenen aan. Bijvoorbeeld in mijn rol als bestuurslid van de Stichting Feest- & Gedenkbos. In dit bos kunnen mensen tijdens een jaarlijkse boomplantdag een feest- of gedenkboom plaatsen, bijvoorbeeld bij de geboorte van een kind of het overlijden van een dierbare. Ook voor mijn werk als fotografe trek ik regelmatig mijn wandelschoenen aan. Als ik door ruig terrein, het bos of op het strand loop, weet ik dat mijn schoenen me warm en droog houden en kan ik me volledig concentreren op mijn werk. Inmiddels heb ik mijn man aangestoken met het wandelvirus. Hij wandelt nu op zondagochtend met een groepje mannen. En is het heerlijk weer, dan trekken we er 's middags soms nog eens samen op uit. Laatst kocht ik een boekje met allemaal wandelkaarten van de regio Weert: we hebben nu 150 kilometer nieuw wandelplezier voor de boeg!”



Heb jij ook een bijzonder voorwerp in huis waar je een mooie herinnering aan hebt die je graag wilt delen met de lezers van LandIdee? Laat het ons weten via [redactie.landidee@vipmedia.nl](mailto:redactie.landidee@vipmedia.nl)