

INDONÉSIE • INDIA • BOTSWANA • ZWITSERLAND

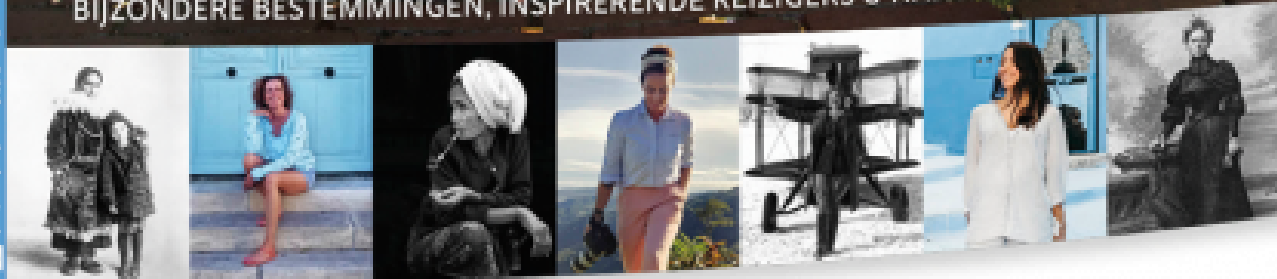
# Columbus

TRAVEL

MET GASTHOOFDREDACTEUR FLOORTJE DESSING

## VROUWELIJKE REISPIONIERERS

BIJZONDERE BESTEMMINGEN, INSPIRERENDE REIZIGERS & HANDIGE TIPS





# DE REISVROUWEN VAN COLUMBUS TRAVEL

Laat je inspireren door hun reisverhalen en -tips

**1 MALOU VAN BREEVOORT** zag als Columbus-fotograaf zo'n beetje alle uithoeken van de wereld, van Noorwegen tot Zuid-Afrika en Costa Rica tot Australië. Maar er is slechts één bestemming die haar heeft gevormd tot de reiziger die ze nu is: Indonesië. Zie pagina 86.

**2 SABRINA GAUDIO** reisde als Columbus-fotograaf af naar Italië en Spanje, maar verloor haar hart aan India. Zie pagina 28.

**3 SIMONE WITTGEN** reisde als Columbus-fotograaf af naar Frankrijk, maar kwam pas echt tot rust in Zwitserland. Zie pagina 48.

**4 BRIGITTE ARS** interviewde als Columbus-redacteur en podcastmaker al tientallen reizigers over hun avontuurlijke levens. Speciaal voor deze editie klom ze in de pen en schreef ze handige tips waarmee ook jij je (reis)leven avontuurlijker inricht. Zie pagina 100.

# 9 TIPS VOOR EEN AVONTUURLIJKER LEVEN

Hoe maak je een avontuurlijke reismindset onderdeel van je dagelijks leven? Columbus-redacteur en podcastmaker Brigitte Ars helpt je op weg.



## 1 Zoek het échte avontuur

Avontuur betekent dat je iets onbekends en uitdagends doet, waarvan je niet weet hoe het afloopt. Het is dus anders dan bijvoorbeeld een stuk wandelen, zeker als dat hetzelfde rondje is dat je altijd loopt. Dat reizen zo met avontuur wordt geassocieerd is niet vreemd – juist daar komt het nieuwe, onbekende en uitdagende vaak samen. Zeker als je een reis maakt die buiten de gebaande paden ligt. Maar je kunt avontuur ook in je dagelijks leven zoeken, of in je werk – als je bijvoorbeeld een eigen bedrijf opzet is dat ook een avontuur.

## 2 Zoek de uitdaging

Ga op zoek naar uitdagingen en hobbels, hoe klein ook. Dat vraagt om moed en levert je veel op. Uit een onderzoek van AliceGoesWild.nl onder meer dan 500 vrouwen bleek dat bijna iedereen zich na avontuur in de buitenlucht gelukkig, vrij, vrolijk en tevreden voelt, en dat avontuur zorgt voor een betere fysieke en mentale gezondheid, zoals meer veerkracht en zelfvertrouwen.

## 3 Volg het kruimelpad van je nieuwsgierigheid

Volg je intuïtie en kijk waar jij naar toe getrokken wordt. Wat maakt jou nieuwsgierig, wat wil je nog ontdekken? Dat kan van alles zijn: van de architectuur van Noorwegen tot de eetcultuur van Baskenland.

## 4 Avontuurlijk leven is een mindset

Wil je meer avontuur in je leven? Dat vergt vooral dat je uit comfortzone durft te gaan, dat je met een open, nieuwsgierige blik in het leven staat, en dingen anders durft te bekijken, ook ter plekke. Je kunt de Waddeneilanden op de standaardmanier beleven, of je zoekt je eigen weg en vraagt bijvoorbeeld de inwoners om tips.

## 5 Coddiwomple

Ken je de kunst van het coddiwompelen? Dit Engelse woord betekent zoveel als 'reizen met een doel naar een nog onbekende bestemming'. Het staat voor zoeken naar avontuur, zonder verwachting, maar het ter plekke op je afkomen: de mensen die je ontmoet, de dingen die je gaat doen. Kijk wat er op je pad komt, speel en improviseer. Laat het verhaal zichzelf ontvouwen. Bovendien creëren onverwachte momenten onvergetelijke herinneringen.

*Ga elke dag een beetje uit je comfortzone. Zoek een kleine uitdaging waarbij je iets nieuws ontdekt*

## 6 Plan je avontuur

Je avontuur plannen in je agenda, dat klinkt dubbel. Een avontuur hoort je toch te overkomen? Deels klopt dat wel. Maar tijd, en dan vooral ons drukke leven, is een van de grootste vijanden van avontuur, blijkt uit het eerdergenoemde onderzoek. Iedereen droomt van avonturen, maar de eerste stap is tijd maken, een weekend, een week, een sabbatical. Dus plan je 'stap-uitjes' – je stapt immers uit het normale leven. Dat kan voor een microavontuur zijn, maar ook iets episch. Wat je precies gaat doen, kun je later beslissen.

## 7 Je bent je eigen maat

Voor de een is een reis naar Noorwegen een avontuur, voor de ander een tocht naar de volgende stad. Waar ligt jouw uitdaging? Soloreizen, een trektocht, wildwaterzwemmen in IJsland of een verblijf in dat bijzondere dorp in de Spaanse Pyreneeën? Kies iets wat je niet supereng vindt, maar jouw volgende stap. Een beetje angst is niet erg, laat deze meereizen als een goede vriend die je af en toe de weg wijst.

## 8 Maak avontuur iets van elke dag

Ga elke dag een beetje uit je comfortzone. Zoek een kleine uitdaging waarbij je iets nieuws ontdekt. Dat kan een Japanse animefilm zijn, maar ook een bijzonder gerecht of een nieuwe route naar je werk. Ik vergelijk deze challenges met dagelijks naar de sportschool gaan, terwijl een episch avontuur een marathon is. Kijk ook of je werk met avontuur kunt combineren door een workation.

## 9 Doe iets voor de wereld

Avonturiers zijn vaak grensverleggende wereldverbeteraars. Dat is niet vreemd: ze geloven door hun reiservaring in het goede van mensen, maar weten ook dat er nog veel kan verbeteren in de wereld. Avontuurlijk reizen opent je blik. Zoek niet alleen naar jezelf, maar verbind je aan je omgeving, hoe klein ook. Door bewuster te reizen, maar ook bijvoorbeeld door lokale initiatieven te steunen.



**Brigitte Ars** is host van de podcast Avontuurlijk Leven en heeft een eigen online platform, Alice Goes Wild, waarmee ze mensen inspireert een avontuurlijker leven te leiden. In mei verschijnt haar boek *Waar is het avontuur?* Zoektocht naar een avontuurlijker leven bij Uitgeverij Querido, een persoonlijke zoektocht naar avontuur en de avonturier in onszelf, [alicegoeswild.nl](http://alicegoeswild.nl)