

IN BALANS

WERK THUIS

WERK Work hard, play hard, is het motto van gynaecoloog Mark van der Laan (48) uit het St. Antonius Ziekenhuis. Dus zijn alle dagen gevuld, met werken en wandelen (of wielrennen, hardlopen, zwemmen, klimmen), al dan niet in gezinsverband. Deze dynamische afwisseling vindt hij ook in zijn werk als gynaecoloog, met aandachtsgebieden oncologie en endometriose. 'Het mooiste vak ter wereld', vanwege de mix van acute geneeskunde (verloskunde) en chronische geneeskunde. Net als huisartsen ziet hij patiënten een heel leven lang, sommigen kent hij al vijftien jaar. Telt zijn week acht dagen? Nee, maar hij is een tijdsoptimist én heeft veel energie. Uurtje over? Dan kan hij ook nog wel een beetje besturen. Het artsenvak combineert hij met bestuursfuncties zoals duaal manager of voorzitter medische staf. Weekendje over? Dan loop je naar Nice.



PRIVÉ Als je dit leest, heeft Mark inmiddels de Hardangervidda in Noorwegen – de grootste hoogvlakte van Europa – overgestoken. Met een Noorse kennis van 22 die er ook toevallig zin in had. Daarnaast loopt hij, met gezin/collega/vriend of alleen, in etappes de GR5-wandelroute van Hoek van Holland naar Nice. Lengte: 2.150 km. Start: april 2024. In juni tikte hij Metz aan. Iedere etappe is een cadeautje: van de eerste bakstenen vuurtoren van Nederland bij Brielle tot ontmoetingen met medewandelaars. Op de wishlist: Selvaggio Blu. Deze wandelhonger is ontstaan op zijn achtste toen hij vanuit het platte Groningen de bergen ontdekte. De rust, de ruimte, de stilte... wandelen is zijn, kijken en voelen. Vuurtje maken, zonsopgang bewonderen en nietigheid ervaren.