

# 'Ik wandel voor het goede doel en als therapie'

8 oktober 2024

Collega Steven Terlaeken werkt bij het Vlaams Centrum voor Agro- en Visserijmarketing. Wandelen is voor hem veel meer dan een hobby: hij verkende alle gemeentes, op 1 na. 'Door te marcheren en te genieten van de kleine dingen maak ik mijn eigen zwaar gevulde rugzak beetje bij beetje lichter.'



## **Hoe ben je aan de wandelmicrobe gekomen?**

Steven Terlaeken: 'In 2020, in volle covid-periode, begonnen mijn vrouw en ik, net als heel Vlaanderen, rond de kerktoren te wandelen. Eerst in de buurt en daarna steeds verder. Toen is het idee ontstaan om elke gemeente in Vlaanderen al wandelend aan te doen. Ik had toen al een paar keer de Dodentocht in Bornem uitgelopen, maar dit leek mij een nog grotere uitdaging.'

'Ik besloot wandelingen van 5 tot 20 km te maken die in elke Vlaamse hoofdgemeente passeerden. In eerste instantie was het de bedoeling na te gaan hoe het gesteld was met de fauna en flora, de biodiversiteit en de watertoestand in Vlaanderen. In mei 2023 kreeg ik te

horen dat mijn beste vriendin opnieuw zwaar ziek was geworden. De kanker die al eerder een deel van haar leven beheerst had, was terug, veel ernstiger nu. Omdat ze haar immuuntherapie nooit zelf zou kunnen betalen, besloot ik geld in te zamelen voor haar behandeling. Helaas overleed ze in september van dat jaar.'

'Ik bleef verder wandelen en besepte steeds meer dat de schoonheid van de natuur ook op mij een bijzonder helend effect had. Het maakte dingen los die ik anders nooit had ervaren. Door te marcheren en te genieten van de kleine dingen werd mijn eigen zwaar gevulde rugzak beetje bij beetje lichter.'

### **Vanwaar de bijnaam Stoof?**

Steven Terlaeken: 'Al sinds mijn tienerjaren sta ik bekend als een warme persoonlijkheid die graag iets doet voor anderen. Vandaar de bijnaam 'Stoof', en de naam [Stoof Stapt](#), de naam van mijn blog.'

### **Je gaat ook wandelen met collega's?**

Steven Terlaeken: 'Ik organiseer [lunchwandelingen](#) van ongeveer 45 minuten in de omgeving van het Belpairegebouw in Brussel. Alle collega's kunnen hiervoor inschrijven. Wie meewandelt, is doorgaans aangenaam verrast door de groene omgeving zo onverwacht dicht bij het station.'

### **Kan je ons wat meer vertellen over de Warmste Wandeling op 27 oktober in Ronse?**

Steven Terlaeken: 'Van de 300 Vlaamse gemeenten is Ronse de enige die nog op mijn to-dolijst staat. Op 27 oktober doe ik mijn laatste bewegwijzerde wandeling in Vlaanderen - en een stukje in Wallonië - om geld te 'ronselen' tegen de eenzaamheid in Vlaanderen. Nog tot en met 13 oktober kan je [zelf inschrijven](#) om mee te wandelen in de prachtige, glooiende omgeving van de taalgrens. Ook na die datum zijn alle sponsors natuurlijk nog steeds meer dan welkom!'