

Lea Bouwmeester

Functie/organisatie: directeur Nederlandse Diabetes Federatie (tot 1 okt), en senior adviseur e-health bij ECP | Platform voor de InformatieSamenleving

Sport: hardlopen

Opvallendste prestatie: "Samen mijn dochter van vier de Haagse City-Pier-City. Anderhalve kilometer in de stromende regen."

1. Waarom hardlopen?

"Ik heb altijd heel veel in teamverband gedaan en zocht iets dat helemaal van mezelf was en dat ik op elk moment kon doen. Met judo, atletiek, handbal, bergbeklimmen, body boarden moet je spullen en plekken en tijden organiseren. Met hardlopen trek je je schoenen aan en je gaat. Sinds mijn vijftiende is dat mijn favoriete sport én uitlaatklep."

2. Wat is de aantrekkingskracht?

"Die totale vrijheid, ook in mijn hoofd. Allerlei zaken waar je mee bezig bent worden door elkaar geschud en vervolgens geordend. Dingen worden echt opgelost. Dat ik ineens zie: ja, zó moet het. Dat ervaar ik als iets magisch. En het is gewoon lekker om te voelen dat je echt wat hebt gedaan met je lijf."

3. Lessen naar het werk?

"Zeker. Die ruimte in mijn hoofd waardoor oplossingen vanzelf naar me toe komen, probeer ik in mijn werk ook te creëren. Daardoor hoef je niet per se op die ene manier naar het doel. Door de modder kom je er ook. En: als ik me te zeer concentreer op het lopen, zie ik de zee niet, het bos, het duin. Als bestuurder moet je ook goed om je heen kijken, anders mis je dingen."

4. En andersom?

"Goeie vraag, maar ik heb er niet echt een antwoord op. In de bestuurskamer geldt: alleen ga je sneller, samen kom je verder. Maar ik loop altijd alleen en ik hoef niet per se sneller. Daar gaat het me helemaal niet om."

5. Hoe belangrijk is het hardlopen?

"Heel belangrijk. Ik heb het echt nodig om met positieve energie weer aan de slag te gaan. Het is ook fijn om tijdens het lopen mijn eigen doctrines los te laten, heel eerlijk naar mezelf te kijken en open te staan voor mijn eigen fouten. Daar leer ik van."

