

## Katja Staartjes

*‘Eten is voor mij een echt sociaal gebeuren.’*

‘De afgelopen weekenden ben ik bijna alleen maar bezig geweest met mijn boek *Topteams. Samen bergen verzetten*’, zegt Katja Staartjes. ‘Het is mooi geworden, met teksten en foto’s van expedities in relatie tot teamwork. Eigenlijk ben ik sowieso een workaholic, normaal gesproken werk ik twee dagdelen in het weekend.’

Katja ging na haar studie levensmiddelentechnologie in Wageningen werken bij Campina als manager. Ze zegde haar baan op om te gaan bergbeklimmen. Na haar beklimming van de Mount Everest gaf ze hierover lezingen en ging als interim-manager aan de slag. Dit was goed te combineren met haar klimexpedities. De laatste jaren combineert ze haar werk als spreker met team- en individuele coaching. ‘Vaak krijg ik door een lezing de vraag of ik verder wil werken met een team of de teamleider wil helpen te ontwikkelen. Sinds kort heb ik licenties als coach voor de methode van Management Drives, hier ga ik me vol op richten.’

‘De vrijdagavond is de ideale avond voor sociale afspraken.’ Lekker samen eten of uit eten gaan, geven Katja een echt weekendgevoel. ‘Ik ben een onrustig persoon, maar uitgebreid eten met vrienden en persoonlijke gesprekken voeren, vind ik heel fijn. Eten is voor mij een echt sociaal gebeuren, dat is het vanuit de gezinssituatie uit mijn jeugd. Ook als student kon ik urenlang bomen tijdens het eten.’

*‘Ik ben elke dag wel vier tot vijf uur met de bergen bezig.’*

Zaterdag is de dag om de krant te lezen, klusjes te doen en langs boeren uit de buurt te gaan voor groenten. Katja woont met haar man Henk op het Sallandse platteland aan een zandpad. ‘Omdat ik druk ben in mijn hoofd, werkt de rust van het platteland voor mij goed.’

Katja beklom als eerste Nederlandse vrouw de Mount Everest en onderneemt regelmatig grote expedities. De voorbereidingen daarvoor gaan vaak ook in het weekend door. ‘Dat is een beetje werk. Sponsors zoeken, vragen over tochten beantwoorden, interviews met kinderen voor hun spreekbeurt en bijhouden wat er in de bergsport gebeurt.’ Media benaderen haar dan ook regelmatig. ‘Ook door mijn lezingen en teamtrainingen ben ik elke dag wel vier tot vijf uur met de bergen bezig.’

Sporten is een belangrijk onderdeel van Katja’s weekend. Sowieso sport zij bijna elke dag en in het weekend nemen zij en haar man er de tijd voor om wat langer te gaan hardlopen, een mountainbiketocht te maken, te klimmen in de klimhal of een loopdag te hebben. ‘We wandelen dan zo’n 25 tot 35 kilometer, bewegen lekker, kletsen samen. Tijdens het lopen kan ik het beste aarden en reflecteren, dat vind ik heerlijk. Voor mij komt alles samen met wandelen.’ Het echtpaar heeft al veel gelopen in Nederland en Duitsland, ook regelmatig met vrienden. ‘Vanuit Salland hoeven we niet ver te rijden naar prachtige natuurgebieden; de Veluwe, Drenthe, Limburg, Brabant. We genieten ook van het platte Nederland.’ (NvO)

