

Jan Meijerink

bestuurslid met portefeuille buitendienst / lotgenotencontact

Wat is jouw achtergrond?

'Ik werkte 45 jaar als tekenaar, constructeur en later als projectleider en toezichthouder bij infrastructuurprojecten in Zwolle.'

Waarom zet je je in voor MMV?

'Na het overlijden van mijn vrouw in 2007 wilde ik doorgaan met de gezonde leefwijze onder het motto: 'Gezond Leven, Gezonde Voeding'. Die leefstijl draag ik actief uit en via de MMV voel ik mij daarin verbonden en gesteund door anderen.'

Hoe lang ben je al lid van het bestuur?

'Bestuurslid sinds 2008. Betrokken bij het realiseren van kookboeken (in 2012 en 2015). Sinds 2016 ben ik bezig met het intensiveren van contact tussen de leden via werkgroepen in de regio. Sinds 2018 betrokken bij de ontwikkeling van de keuzehulp en het onderzoekslab.'

Wat zijn de speerpunten van je eigen gezonde leefstijl?

'Ik eet nagenoeg vegetarisch, bij hoge uitzondering soms kip. Vooral onbewerkt en vers voedsel, grotendeels van biologische en/of biologisch/dynamische teelt. Ik heb een moestuin bij huis, ben graag in beweging. Ik loop graag meerdaagse wandeltochten en pelgrimages. Verder neem ik op tijd mijn rust en sta positief in het leven. Al met al ben ik erg dankbaar voor de mogelijkheden en gezondheid die ik ervaar!'

