



Een aboriginal speelt op de didgeridoo

*DOWN UNDER* LIGT EEN

# PARADIJS OP AARDE...

TEKST: JAN DOBBE | FOTO'S: SHUTTERSTOCK

'Living in a land down under, where women glow and men plunder. Can't you hear, can't you hear the thunder? You better run, you better take cover!' Zo zong Men at Work in 1981 over Australië. Het klinkt onheilspellend, maar het valt heel erg mee. Australië is juist een land van vriendelijke mensen, ongerepte natuur, onmetelijke ruimte en pure schoonheid.



‘Down under’ is een geuzennaam voor Australië geworden. Oorspronkelijk had het de betekenis van ‘ergens daar beneden’, verwijzend naar het zuidelijk halfrond van de aarde, waar Australië bijna het zuidelijkste continent is. Het werd ontdekt door de Nederlanders in 1605, maar in 1778 gekoloniseerd door de Engelsen. Die gebruikten het hete, droge land als strafkolonie voor dieven, inbrekers en andere misdadigers: de ‘plunderaars’ uit het liedje van Men at Work. De eerste blanke bewoners na de Aboriginals waren dus niet altijd zulke lieverdjes. Maar daar merk je nu niets meer van: de circa 20 miljoen Australiërs zijn vriendelijke mensen die er sinds de onafhankelijkheid in 1901 hard aan hebben gewerkt om van hun land een succes te maken. Er is heel erg veel te zien en te beleven in Australië, we beperken ons hier tot enkele *highlights*.

## Nieuw-Zuid-Wales

Nieuw-Zuid-Wales ligt in het oosten, aan de Tasmanzee. De smalle kuststrook, met een klimaat dat varieert van gematigd aan de uiterste zuidkust tot subtropisch aan de grens van Queensland, is ‘the place to be’. De miljoenenstad Sydney is sinds de Olympische Zomerspelen van 2000 erg in trek. De stad is hip, groen, gastvrij en heeft een van de mooiste havens ter wereld. U kunt er het iconische Sydney Opera House

### Outback

Met de term ‘outback’ worden alle regio’s aangeduid die ver van de bewoonde wereld liggen. De outback beslaat bijna driekwart van Australië en strekt zich uit over het Noordelijk Territorium en West-Australië en delen van de deelstaten Queensland, Nieuw-Zuid-Wales en Zuid-Australië.

van de Deense architect Jørn Utzon bezoeken en de Sydney Harbour Bridge beklimmen: een spannende tocht van circa drieënhalf uur. Uw beloning is een schitterend uitzicht over de stad.

### Blue Mountains

De Blue Mountains liggen ten westen van Sydney. De dichte eucalyptusbossen geven de lucht een blauwe gloed, vandaar de naam. Het uitzicht over dit gebergte met veel inheemse dieren, diepe ravijnen, watervallen en onontgonnen struikgewas is adembenemend. Een schitterende rotsformatie – de Three Sisters (volgens een Aboriginal-legende zijn hier drie zussen versteend) – kunt u zien vanaf Echo Point, een uitkijkpunt nabij de stad Katoomba.



**The Three sisters**

### Wijn drinken of... skiën

Op nog geen twee uur rijden van Sydney ligt de oudste wijnstreek van Australië, Hunter Valley. Volg een rondleiding op een van de ruim honderd wijnhuizen en proef de heerlijke wijnen. Maar er is meer te doen: lekker eten, golfen, fietsen, ballonvaren of paardrijden. En... in de Snowy Mountains, kortweg The Snowies, kunt u skiën! Het is het hoogste gebergte op het vasteland van Australië, met Mount Kosciuszko als hoogste punt (2228 meter). Er valt in juni, juli en augustus sneeuw in dit gebied.

## Noordelijk Territorium

Het Noordelijk Territorium trekt veel avonturiers. Hier bent u daadwerkelijk 'in the middle of nowhere': met maar 200.000 inwoners op een oppervlakte 38 keer zo groot als Nederland...

### Uluru (Ayers Rock)

In het nationaal park Uluru-Kata Tjuta treffen we een van de bekendste symbolen van Australië: *Uluru* (Ayers Rock). Deze grote, rode rots ligt midden in het dorre, rode hart en trekt veel toeristen. De kleurveranderingen door de zonsopkomst en ondergang zijn uitermate spectaculair. U kunt in Yulara verblijven, een nederzetting met een vliegveldje, hotels, restaurants en een camping. Voor de lokale Aboriginals, de *Anangu*, is dit een belangrijke religieuze plaats. Beklimmen van de rots is voor hen taboe, en veel toeristen besluiten uit respect zich niet aan deze zware en gevaarlijke beklimming te wagen. Er is echter een alternatief: een goed gedocumenteerde wandeling om de rots heen.

### Kakadu

In het noorden ligt het tropische, groene Kakadu National Park, een prachtig natuureservaat en rijk aan de Aboriginal-cultuur. Ten oosten daarvan ligt Arnhemland, het geboorteland van de Aboriginals die hier al 20.000 tot 50.000 jaar leven. In Arnhemland zijn er culturele centra die je een kijkje bieden in deze oeroude cultuur. De deelstaat-hoofdstad Darwin en Alice Springs zijn prettige stadjes van waaruit je toegang hebt tot de diverse nationale parken.

## Queensland

Queensland is een prachtige bestemming voor iedereen die van zon, zee, strand en prachtige natuur houdt. In het zuiden aan de Gold Coast vindt u naast een subtropisch regenwoud ook een waar surfparadijs met ideale golven en gouden zandstranden. Hoofdstad Brisbane van deze deelstaat ('Brissie') staat bekend om haar schoonheid, zachte klimaat en relaxte sfeer met vele terrasjes en festivals.

### Great Barrier Reef

Dit 'achtste wereldwonder' bestaat uit bijna 3000 individuele riffen en 900 eilanden uitgestrekt over een gebied van zo'n 334.400 vierkante kilometer. De biodiversiteit is er zeer groot: er leven onder meer haaien, dolfinen, schildpadden en walvissen. Het water is zeer helder, je kunt soms wel zestig meter



Snorkelen in de Great Barrier Reef



De Uluru

diep zien. Duiken en snorkelen zijn de beste manieren om het gebied te verkennen. U zwemt dan langs kleurrijke koraalriffen tussen duizenden verschillende soorten tropische vissen. De combinatie met de aangename temperatuur (nooit onder de 25 graden!) maakt het de grootste toeristische attractie van het land. Bezoekers moeten zich wel aan de regels van het ecotoerisme houden: alleen kijken en niets aanraken, niet op het koraal staan en niets meenemen!

### Cairns

Cairns is de levendige tropenstad in het noorden. Het is dé uitvalsbasis voor vele attracties. Voor een zeiltocht naar de Great Barrier Reef, maar net zo gemakkelijk voor een trip naar een prachtige eeuwenoud regenwoudgebied als Cape Tribulation of Daintree National Park.

## Zuid-Australië

Voor ongerepte natuur, unieke diersoorten, uitgestrekte *outback*, wilde bergketens, intrigerende Aboriginal-cultuur, adembenemende kusten en heerlijk eten en drinken, moet u hier zijn. Adelaide, de hoofdstad van deze deelstaat, is een mooie, rustige stad met fijne parken, brede straten, moderne en klassieke gebouwen, levendige cafés en bijzondere kunstfestivals.



OUDERENGENEESKUNDIGE VERENA BÖTTCHER

## 'AUSTRALIËRS ZIJN HEEL OPEN EN VRIENDELIJK, EN ZEER BEHULPZAAM'

Specialist Ouderengeneeskunde Verena Böttcher (42) uit Arnhem is verbonden aan de Praktijk Ouderengeneeskunde Bertholet in Velp. 'We worden door de huisarts gevraagd bij de behandeling van ouderen met complexe meervoudige problematiek. We doen een volledig geriatrisch *assessment* in de thuissituatie en betrekken zo nodig paramedici, zoals fysiotherapeut of ergotherapeut. Onze bevindingen bespreken we met de oudere en het systeem om hem heen en we coördineren vervolgens de behandeling. Belangrijkste doel is verbetering van de kwaliteit van leven en zelfstandigheid. Hoe kun je met weinig belastende ingrepen het beste effect voor de oudere behalen? Dat is de uitdaging.'

### Zien en ervaren

Verena was in augustus 2016 drie weken met haar kinderen Róan (13) en Léa (11) op bezoek bij haar vriendin Dorit Lesterhuis in Perth, West-Australië. 'Dorit is ook specialist ouderengeneeskunde. We kennen elkaar al van onze studie en zijn goede vriendinnen geworden. Die vriendschap bleef, ook toen zij in 2013 emigreerde naar Australië.' Verena vindt het mooi om haar kinderen iets van de wereld te laten zien: 'Het is belangrijk dat ze in contact komen met andere volkeren en culturen. Laat ze het maar zien en ervaren.' Ze verbleven vooral in de buurt van Perth en maakten van daaruit diverse meerdaagse uitstapjes. 'Hoogtepunt was een weekend op Rottnest Island, met prachtige

witte stranden, azuurblauw water, dolfinen, zeeleeuwen en schattige minikangoeroes: quokka's! We hebben er gewandeld en gezwommen. Heerlijk! Ook konden we er goed eten, waarbij je de lokale mensen ontmoet.'

'De Australiërs zijn heel open en vriendelijk, en zeer behulpzaam. Haha, alleen het accent waarmee ze spreken, is soms niet te verstaan. Daar moest ik heel erg aan wennen.' Met hun vrienden en hun drie kinderen bezochten ze Margaret River, met eveneens prachtige uitzichten over zee, bossen en grotten die je kunt bezoeken. 'We hebben er kangoeroes gezien en overnacht in een gezellige houten cabin met "Bush tv", oftewel een houtkachel. Ook dat was heerlijk!'

### Internationaal

Verena genoot van de havenplaats Fremantle, een voormalig gevangenis kolonie: 'Nu is het een mondaine kustplaats, met een jachthaven en veel boetiekjes. Daar hebben we lekker gewandeld en geshopt.' In een *Food Court* gingen ze opnieuw op avontuur: 'De Food Court is overgewaaid uit Zuidoost-Azië. Het is een soort winkelcentrum met allemaal restaurantjes in een carré. In het midden staan eettafels waar iedereen gezellig zit te smullen van de internationale gerechten. De een eet Thais, de ander Japans enzovoort. Zo merk je ineens dat Australië heel internationaal is en vlak bij Azië ligt. Voor Dorit en haar gezin was deze manier van uit eten gaan inmiddels heel normaal.'



Verena met links dochter Léa en rechts zoon Róan op Rottnest Island



Hallo zeggen tegen een jonge quokka op Rottnest Island



'Bush tv' en marshmallows in de houten cabin

### The Ghan-spoorlijn

Avontuurlijk ingestelde toeristen rijden met de auto dwars door de woestijn van Adelaide naar Alice Springs, langs de beroemde The Ghan-spoorlijn. Onderweg komt u dan in de mijnstad Coober Pedy, waar de bewoners vanwege de extreme hitte ondergronds wonen. Verder komt u bijna niks tegen, op wat tankstations en *caravan parks* na. Juist dat maakt rijden hier zo'n ongekende ervaring.

### Outback

Ten noorden van Adelaide liggen de Flinders Ranges. In dit gebergte vindt u de bekende rode aarde, uitgestrekte

vlakten, sprookjesachtige bergen en dalen, en wilde dieren. 's Avonds kunt u in complete stilte genieten van de sterrenhemel. De Murray River meandert door een groot deel van de staat. U kunt er een cruise maken, woonboten huren of waterskiën.

### Wijn

Zuid-Australië is ook het centrum van de befaamde Australische wijnindustrie. Hier komt zeventig procent van de wijnexport vandaan. De heerlijkste wijnen kunt u in de Barossa Valley proeven, ten oosten van Adelaide. Maar behalve wijn proeven, kunt u er ook heerlijk eten.

### Aboriginals

De geschiedenis van deze oorspronkelijke bewoners van Australië gaat 50.000 jaar terug. Een nomadenvolk dat in kleine groepen rondtrok, en leefde van jacht, visserij en wat de natuur te bieden had. Voor de jacht gebruikten ze de boemerang en de *woomera*, een hulpstuk bij het speerwerpen. De Aboriginals namen weinig of geen gebruiken over van andere volkeren. Zij hadden blijkbaar voldoende aan vis en schaaldieren om van te leven. Landbouw bedreven ze niet. Lange tijd werden zij door de blanke bevolking als 'achterlijk' beschouwd. Tegenwoordig heeft men een minder beperkte kijk en is er veel meer waardering gekomen voor de aborigine kunst en mythologie. Van de hedendaagse Aboriginals leven er nog maar weinig op de traditionele manier. Velen wonen in de steden, anderen in afgelegen nederzettingen of natuurgebieden.

### Tasmanië

Tasmanië staat bekend om zijn wilde en ongerepte natuur. U vindt er koloniale dorpen, prachtige regenwouden, unieke flora en fauna en schone stranden. Het zuidwestelijke deel is een van 's werelds laatste wildernissen, en een vijfde van het eiland staat op de Werelderfgoedlijst.

### Freycinet National Park

Dit schiereiland aan de oostkust, met bergen, lagunes en parelwitte stranden, is een aanrader. U kunt er lange tochten per kajak maken. Of bergen beklimmen: ervaren klimmers wagen zich graag aan The Hazards, roze granieten rotsen van wel driehonderd meter hoog.

Wineglass Bay is een van de mooiste stranden van Australië, en duiken doet u in het helderblauwe water van de Bay of Fires, geheel omzoomd door oranjerode stenen.

### Wandelen of autorijden

Om zo veel mogelijk van het eiland te zien, kunt u een wandeling maken en de Overland Track volgen. Deze beroemde



De Great Ocean Road

wandelroute loopt van Cradle Mountain tot Lake St Clair. Doe dit in de zomer: het weer is dan goed en de dagen zijn lang. Met de auto kan natuurlijk ook. U volgt dan de Heritage Highway die dwars over het eiland loopt. U doorkruist Tasmanië en kunt van Hobart in het zuiden naar Launceston in het noorden rijden, door berglandschappen, traditionele dorpjes, langs wijngaarden, kleurrijke bloemenvelden en oude windmolens.

### Victoria

Het landschap is hier ongelooflijk divers: besneeuwde alpen in het noordoosten, hete steppen in het noordwesten en weelderige plantengroei langs de Murray River. In Victoria liggen kleine afgelegen dorpjes, maar hier ligt ook de miljoenstad Melbourne, bekend om zijn festivals, vele winkelmogelijkheden, lekker eten en drinken, kunst en artistieke sfeer.

### Great Ocean Road

Niet te missen, deze schitterende route langs de zuidkust. De 240 kilometer lange weg van Torquay naar Warrnambool is gewijd aan de slachtoffers van de Eerste Wereldoorlog en is daarmee het grootste oorlogsmonument voor slachtoffers uit die oorlog. Hij biedt adembenemende uitzichten over de oceaan en u komt bovendien door leuke stadjes. De *highlights* langs deze weg zijn The Twelve Apostles: indrukwekkende gesteenten die spectaculair worden uitgelicht bij zonsopkomst en -ondergang.



Wilde pinguïn op Phillip Island

### Pinguïns

In Victoria kunt u zich op heel veel verschillende manieren vermaken. Wat dacht u van een dagje skiën in de Victorian Alps, heerlijk wandelen in Grampians National Park of pinguïns kijken op Phillip Island? Wijn proeven of een zeiltocht maken over de meren van Gippsland in het oosten? Het schitterende kustgebied van Gippsland kan zich meten met de natuurwonderen der aarde. ●