

# Haptotherapeut Laura Twigt: 'Bewust in het leven staan'

Laura Twigt is haptotherapeut. Zij vertelt boeiend en beeldend over haar werk als therapeute en dat doet zij op een idyllische plek, namelijk midden in de Soesterduinen waar zij een bescheiden woning in een inspirerende omgeving heeft. Tijdens ons gesprek wil zij duidelijk maken waar haar oefeningen toe leiden.

„Kom maar mee”, en ze wenkt de verslaggever naar een aanpalend kamertje waar hij moet plaatsnemen op een soort skippybal. „Juist de niet alledaagse zit kan veel over jou vertellen”, legt Laura uit. „Ben je op zoek naar controle, wat doet dit met jou. Het is een eenvoudige oefening om al veel te weten te komen.”



Laura is een energieke vrouw die een evenwichtige en empathische indruk maakt. Zelf is zij ooit met haptonomie in aanraking gekomen omdat zij letterlijk vast kwam te zitten. „Ik zat overspannen thuis. Met behulp van een psycholoog en haptotherapeut, koos ik voor een andere weg.”

„Pas later heb ik interesse gekregen in dit vak. Sinds het afronden van mijn studie begeleid ik nu inmiddels meer dan tien jaar volwassenen, (hoogbegaafde) kinderen en hun ouders. Tijdens deze sessies ontdekte ik dat het bewust worden van ons voelende vermogen niet alleen gaat over ons lichaam, maar ook over hoe we in het leven staan en welke keuzes we maken. Wat je belangrijk vindt en met wie je wilt omgaan. Naast individuele begeleidingen geef ik ook lezingen, workshops en cursussen. Daarnaast ben ik als (gast) docent, supervisor en intervisie-begeleider verbonden aan Synergos, de Nederlandse vakopleiding Haptonomie in Amersfoort.”

#### CREATIEVE, SNELLE DENKERS

Zeker als je een creatieve, snelle denker bent, kun je baat hebben bij haptonomie, legt Laura uit. „Snelle denkers zijn druk in hun hoofd en onrustig in hun lijf. Zij kunnen hun hoofd en gedachten

niet uitzetten, waardoor bijvoorbeeld piekeren en slapeloosheid ontstaan. Dat heeft weer tot gevolg dat je vast komt te zitten, met pijn in nek, hoofd, schouders of buik waar je maar niet vanaf komt. Een andere klacht: snel geïrriteerd en boos zijn, jezelf onbegrepen voelen.”

De hulp van Laura gaat natuurlijk verder dan de skippybal. „Dat is een instrument om gevoelens en gedachten te analyseren waarmee ik aan de slag kan gaan. Dat eerste gesprek is belangrijk. Door contact te maken met je lichaam weet je wat er in jou huist en waarvan je opknapt en waar je energie van krijgt. Mijn behandelingen zijn een combinatie van gesprekken, oefeningen en aanraakvormen. Zo leer je luisteren naar de signalen van je lichaam en krijg je meer zelfvertrouwen, rust in je hoofd en verdwijnt de knoop in je maag. Haptonomie is een wetenschap van gevoel.”

#### DE NATUUR ALS SPIEGEL

„Ik gebruik de natuur om te spiegelen en ik ervaar zelf veel plezier bij de behandelingen, omdat ik zie dat mensen opknappen en omdat ik ook leer van elke cliënt. Het is een wisselwerking tussen mij en de cliënt waar we beide van leren. Dit werk is een voorrecht om te mogen doen.”



In de herfstmaanden oktober, november en december geeft Laura twee gratis online coachings-sessies per maand. „Ik noem het: een tip voor je herfst-dip. Meld je nu aan en wie weet zit jij bij een van de twee gratis sessies. Na een haptonomie-behandeling luister je beter naar de signalen van je lichaam en weet je ermee om te gaan. Ik bied je alvast de handvaten.”

[www.lauratwigt.nl](http://www.lauratwigt.nl)  
Soesterbergsestraat 133  
3768 MB Soest  
[contact@lauratwigt.nl](mailto:contact@lauratwigt.nl)

## SOESTNETWERKT

Elkaar inspireren, in een ongedwongen sfeer. Daar draait het om binnen SoestNetwerkt, opgericht in 2013.

SoestNetwerkt is er door en voor zelfstandig professionals uit Soest en omgeving. Als vriend kun je gratis deelnemen aan workshops, lezingen en bedrijfsbezoeken die maandelijks georganiseerd worden. De bijeenkomsten gaan over thema's als persoonlijke ontwikkeling, pitch, verzekeringen, pensioenregelingen, social media en andere onderwerpen die ondernemers bezighouden. Natuurlijk is er elke keer volop gelegenheid tot netwerken.

## AGENDA 2022

Een overzicht van de eerstvolgende bijeenkomsten:

### DONDERDAG 13 OKTOBER

## Van ploeteren naar een plezier

Een wervelende presentatie van motivational speaker Lorraine Vesterink, oprichter van het snelgroeiende Infirnyg.

### DINSDAG 8 NOVEMBER

## Leren en profileren

Met interactieve workshops door stem- en presentatiecoach Maroesjka Vermolen, en leefstijlcoaches Lisette de Jong en Susan Gerritsen.

### WOENSDAG 14 DECEMBER

## Werelds kerstdiner

Wereldse kookworkshop met aansluitend een feestelijk kerstdiner.

#### Meer weten?

Meer weten over wat SoestNetwerkt kan betekenen voor jou als zelfstandig professional? Kom langs op een van onze bijeenkomsten voor een vrijblijvende kennismaking, of neem contact met ons op via [info@soestnetwerkt.nl](mailto:info@soestnetwerkt.nl).

[WWW.SOESTNETWERKT.NL](http://WWW.SOESTNETWERKT.NL)

# Harold van Bourgondiën: 'Sparring-partner voor onze klant'



Harold van Bourgondiën startte twintig jaar geleden zijn accountancy-onderneming. Van Bourgondiën Advies (VBA) is een partner die optreedt als coach, controleur, adviseur en klankbord voor de (kleine) ondernemer. „Wij zijn niet bang om verantwoordelijkheid te dragen, met oog voor kansen en risico's.”

„Elke accountant is een boekhou-

der, maar niet elke boekhouder is een accountant.” Harold geeft direct een oneliner die tot nadenken stemt. Hij legt uit: „De rol van de accountant is de afgelopen jaren veranderd. Het cliché dat accountants bezig zijn met het rapporteren van cijfers gaat allang niet meer op. Door talloze ontwikkelingen, zoals wijzigingen in wet- en regelgeving, nemen accountants steeds vaker de rol

#### ROL IN MAATSCHAPPELIJK VERKEER

„We hebben als accountant een bepaalde rol in het maatschappelijke verkeer. Als er geen controle op de jaarrekening is, dan weet je niet hoe je bedrijf ervoor staat. Daarnaast beoordelen wij of de cijfers waarheidsgetrouw zijn. Als een bedrijf winst presenteert en een goed eigen vermogen heeft moet daar ook een handtekening van een accountant onder.”

#### ADVISEUR

De accountant als adviseur. Hoe moeten wij ons dat voorstellen? Harold: „Sinds een paar jaar werkt VBA samen met de collega's van KIK in Groenekan. Over beide vestigingen zijn twintig mensen actief die een meerwaarde zijn voor ondernemers. Wij bieden een advies: hoe kunnen we het bedrijfsproces verbeteren en hoe kan er beter en efficiënter gewerkt worden? Bij dergelijke advisering is kennis van het bedrijf essentieel. Deze kennis kunnen we alleen vergaren door veelvuldig met onze klanten in gesprek te gaan. Bijhouden waar het meeste aan verdiend wordt, niet de omzet maar de winst vergroten en op de inkomsten - én

de uitgavenkant - letten. Dat kan alleen met een betrouwbare administratie die jaar tot jaar consistent wordt bijgehouden. Dat overzicht gebruik je om je toekomst in te richten.

#### CONTROLE

Het is niet alleen adviseren wat de accountant doet. De rol van controleur ligt ook op zijn takenbordje vertelt Harold. „Wij geven bijvoorbeeld subsidieverklaringen af. Wanneer een onderneming of organisatie subsidie ontvangt, dan moet er een verklaring afgelegd worden dat de verkregen gelden ook besteed zijn aan het subsidiedoel. Eigenlijk nemen we dan de controletaak van de overheid over. Zoals we met het beoordelen van de jaarstukken de controlefunctie van de bank overnemen.”

#### COACH

De accountant als coach, zo ziet Harold de dienstverlening van VBA. „Zie ons als de externe boekhouder voor zzp'ers, mkb'ers en horeca. Wij zijn de sparring-partner die een spiegel voorhoudt, de confrontatie niet schuwt, verstand van zaken heeft en ervaren is. Jaarcijfers opmaken en de belastingaangifte doen is dienstverlening op basis van het verleden. Wij kijken samen met onze klant ook vooruit.”

[harold@bourgondienadvies.nl](mailto:harold@bourgondienadvies.nl)  
[www.bourgondienadvies.nl](http://www.bourgondienadvies.nl)  
Oostergracht 13-15 Soest  
tel: 035-6017065