

Karin de Zoete

# AFVALLEN IS OPBLOEIEN

Een frêle vrouw met een ijzersterke wil om goed te doen. Knap, blond met een beetje bling in haar kledingstijl. Met humor, inlevingsvermogen en een tikkeltje chaotisch. Pas tegen haar veertigste bedacht Karin de Zoete dat ze eindelijk haar jeugdwens - goed te doen voor mens of dier - zou gaan verwezenlijken. Nu is ze eigenares van een tweetal succesvolle gewichtsklinieken, een internationale webwinkel en haar imperium blijft zich uitbreiden.

Natuurlijk draait het gesprek om haar klinieken. Maar al pratend komt naar voren dat ze echt, vanuit haarzelf, de drang heeft om mensen te helpen. En dat ze dat meteen goed aanpakt heeft óók een reden, die voortkomt uit onzekerheid. 'Ik ben best streng opgevoed en ben er lang van overtuigd geweest dat ik niets waard was, terwijl ik heel veel opleidingen heb gedaan en op een gegeven moment pr-manager was bij Dior, een wereld van glitter en glamour. Ik ging op kamers op mijn twintigste en ontdekte heel langzaam dat ik wel wat voorstelde, dat ik wel leuk was. Maar het heeft me vaak ontbroken aan zelfvertrouwen. Vandaar misschien die drang. Ik moet altijd meer, ik moet altijd beter.'

Daarom kan ze het ook zo goed begrijpen dat mensen echt verdrietig en onzeker worden door hun overgewicht. Dat ze maar blijven vechten maar dat het niet, of maar tijdelijk lukt. 'Iedereen heeft zijn of haar kwaliteiten. Maar de buitenwereld kijkt niet door overgewicht heen, ziet niet de mens en de persoonlijkheid daarachter. Men denkt alleen maar, hoe hebben ze het zo ver laten komen? Zal wel geen doorzettingsvermogen hebben en is dus niets waard. Maar vergeet niet dat mensen ook aankomen door medicijngebruik, een trage of verstoorde stofwisseling, de overgang... En dat die mensen dan door mijn methode afvallen en zich zelfverzekerder voelen, gezonder en fitter. Dat ze complimenten krijgen, dat ze blij zijn. Dat geeft me zo'n energie, dat maakt mij dan weer zo blij.'

## Leed

'Daarbij komt nog dat er zoveel leed is in afvallend. Veel mensen hebben een naar verleden en verbergen zich achter hun gewicht, willen of kunnen niet aantrekkelijk gevonden worden. Vinden zichzelf niets waard en vinden zichzelf niet belangrijk genoeg om voor zichzelf en hun gezondheid te zorgen. Daarom besteden we ook veel zorg aan de geestelijke begeleiding. Want we beseffen heel goed dat je niet het innerlijk van een klant verandert. Ze blijven dezelfde, of ze nou te zwaar zijn of maat 38 hebben. Wat verandert is hun

leven, de manier waarop ze benaderd worden. Daar moeten ze wel mee kunnen omgaan. Dat moeten ze wel leren. We huilen soms mee met de klant. Maar als diezelfde vrouw dan later binnenkomt en zegt dat ze zo veel zelfvertrouwen heeft gekregen dat ze ruzie heeft kunnen maken met haar baas, dat ze eindelijk voor zichzelf op durfde komen, dan ben ik echt zo blij. Dat we dat samen hebben kunnen bereiken. Soms gaat het ook te snel, houdt de geest het lichaam niet bij. Dan nemen we gewoon een time-out.'

## Redelijk chaotisch

Karin is van nature geen superzakelijk type, dat is echt iets wat ze heeft moeten leren. Hoewel ze redelijk chaotisch zegt te zijn, blijkt ze zich wel goed te kunnen focussen. Maar ze kan ook heel makkelijk daarna alles loslaten. Met haar dieren, een paard, een hond en twee ezels en met haar vrienden en familie. Wat ze heel goed kan is haar passie en haar enthousiasme overbrengen. Niet alleen aan haar klanten maar ook aan haar vijftien medewerkers. Iedere klant heeft zijn eigen verhaal en vraagt een andere benadering. Voor dat meisje dat 10 kilo wil afvallen om in haar trouwjurk te passen wordt een andere aanpak gebruikt dan voor de vrouw met het incestverleden die zich verbergt achter haar vet.

De zakenman vergt weer een andere behandeling, al was het alleen maar op praktisch vlak. Heel zorgvuldig wordt omgegaan met mensen met eetstoornissen zoals anorexia of boulimia. De behandelwijze heeft ook een gunstig effect op gezondheidsklachten die gerelateerd zijn aan overgewicht. In overleg met de behandelend arts is het in veel gevallen mogelijk om medicijngebruik af te bouwen en zelfs te stoppen. Het gewichtsverlies is blijvend en voor iedereen haalbaar. Het dieet, dat suiker- en vetvrij is, wordt ondersteund door voedingssupplementen. Het is allemaal begonnen toen de vriend van Karin moest gaan lijnen. Ze ging mee naar de kliniek en raakte al gauw geïntrigeerd. 'Toeval bestaat niet', zegt Karin hierover. Zij liet zich omscholen, kreeg een baan aangeboden bij die kliniek en

‘UITEINDELIJK ZIJN  
WE ALLEMAAL  
EMOTIE-ETERS’

deed heel veel ervaring op. Franchisenemer van die kliniek wilde ze niet worden want: het moest beter kunnen. Snel afvallen maar wel op een medisch verantwoorde manier. Wat vooral voorkomen moest worden was het zogenaamde jo-jo effect, de resultaten moesten blijvend zijn. Ze ontwikkelde haar eigen formule die natuurlijk helemaal medisch onderzocht en getest is. ‘Het gaat vaak om de exacte combinatie van grammetjes van bepaalde stoffen. Zo zijn de ondersteunende basissupplementen Redulon, Amitron en Drainage Tonicum tot stand gekomen. Ook plaatselijk gewichtsverlies is heel goed mogelijk. Eindelijk afvallen op de plekken die je zelf wilt.

‘Veel mensen zijn eigenlijk prima op gewicht maar hebben toch een buikje, lovehandles, iets te veel heup of dij. Met onze methode kun je dus echte figuurcorrecties bewerkstelligen. Inmiddels hebben we omdat mensen vaak van ver moeten komen naast de injectables ook een krachtige Lipolyse crème en gel. De webwinkel is ook zo’n succes. We krijgen bestellingen uit Peru, China, Nepal en Kameroen, het moet niet gekker worden. Elke klant krijgt persoonlijke begeleiding via mail of telefoon. Sommige mensen geloven dat niet, maar het is echt waar. Ik beantwoord alles zelf. Dat kan omdat ik zo’n fantastisch team heb. Ik vind het begeleiden van de klanten nou eenmaal heel belangrijk en eerlijk gezegd ook verschrikkelijk leuk.’

#### **Geen loser**

Eindelijk doet Karin (43) datgene wat ze altijd voor ogen had. Ze helpt mensen. ‘Uiteindelijk zijn we allemaal emotie-eters. Je bent ook geen loser als je eens een keer zondigt en een zak patat leeg eet. Het is hier geen strafkamp. Mensen moeten wel gewoon kunnen blijven leven en genieten. Het mooiste vind ik dat mensen hun zelfvertrouwen terugkrijgen. Of zelfs voor de eerste keer zien dat ze wat waard zijn, dat ze wat betekenen. Ze gaan weer stralen en dat is niet alleen omdat ze gezonder leven.’ ■