



## In

‘Vier jaar geleden werkte ik in de IT en stroomde het geld binnen. Maar terwijl ik achter mijn computer zat en naar buiten keek, dacht ik: daar wil ik eigenlijk zijn. Ik had een leuke bankrekening, maar kwam moe en onvoldaan thuis. Ik stelde mezelf steeds vaker de vraag: kies ik voor dat geld, of volg ik mijn hart?’

„Het werd dat laatste. In 2017 heb ik mijn baan opgezegd en ben ik na een tijdje in de zorg begonnen. Ik werk nu 22 uur per week als begeleider van mensen met een lichte verstandelijke beperking. Het werk is elke dag anders en dat vind ik heerlijk. Ik ben nu veel meer in beweging en voel me van betekenis.

„Twee jaar geleden richtte ik daarnaast mijn eigen bedrijf op: Naturefulness. Twee keer per week ga ik met een groep volwassenen de natuur in om ‘buiten te spelen’. We doen bijvoorbeeld tikkertje, springen over takken en doen andere actieve spelletjes. Ik wil mensen zo op een laagdrempelige manier in beweging krijgen en ze het plezier van spelen laten ervaren. Het helpt ze om hun hoofd even leeg te maken in dit drukke bestaan. We eindigen de training altijd met een ontspanningsoefening, bijvoorbeeld een meditatie.

„Mijn baan in de zorg brengt genoeg op om de vaste lasten te betalen. Alles wat ik extra verdien, is leuk meegenomen. Sinds corona zijn er maanden dat ik geen winst maak met mijn eigen bedrijf. Ik stel mezelf weleens de vraag: waarom doe ik dit eigenlijk? Het antwoord is: ik doe het ook voor mezelf. Ik haal hier voldoening uit. En of ik dan twee of tien klanten heb, maakt me eigenlijk niet zoveel uit.”

## Uit

‘Ik ben niet heel bewust bezig met wat er maandelijks uit gaat. Het belangrijkste is dat er genoeg op mijn rekening staat om van te leven. Een paar keer per jaar kijk ik wel opnieuw naar mijn vaste lasten: kunnen de energierekening en de zorgverzekering voordeliger?’

„Bij grote uitgaven doe ik onderzoek naar de beste prijs-kwaliteitverhouding. Voor een goede spijkerbroek betaal ik graag een paar tientjes extra. Als ik een nieuwe koelkast koop, ga ik op internet na wat de beste koop is. Over dat soort grote uitgaven slaap ik wel een nachtje.

„Toen ik mijn IT-baan opzegde, heb ik financieel wel wat concessies moeten doen. Ik reisde voorheen naar Indonesië of de Filipijnen, vorig jaar werd het een groepsreis in de Alpen. Ik woon in een huurhuis. Als ik mijn vorige baan vijf jaar langer had aangehouden, had ik nu kunnen kopen.

„Door te ondernemen, ben ik anders naar geld gaan kijken. Bij een vaste baan krijg je elke maand geld op je rekening en kun je daar van leven. Maar toen ik na de eerste training met Naturefulness van klanten een fysiek tientje voor de les in mijn handen gedrukt kreeg, besepte ik voor het eerst: wauw, ik doe nu iets wat ik gaaf vind en krijg er daadwerkelijk geld voor.”

‘Soms vraag ik mezelf: waarom doe ik dit?’

**Twan Helmons** (42) uit Berkel-Enschot had een goedbetaalde baan in de IT, maar werd er niet gelukkig van. Nu werkt hij in de zorg en geeft 'Naturefulness'-training. „Hier haal ik voldoening uit.”

Door **Boris Lemereis** Foto **Bob van der Vlist**