

In bedrijf



Kathleen Paal  
MoveDis

## Starter legt gewicht in de schaal

Kranten berichten er al enige tijd over: de bruine boterham heeft plaatsgemaakt voor een handvol snoep en aardappels met groente voor een bak patat. Het gevolg? Kinderen worden dikker. Daarbij bewegen ze minder. Deze trend wees Kathleen Paal op de behoefte aan een voedings- en bewegingspraktijk.

De Rotterdamse diëtiste bedacht zich niet en stelde een ondernemersplan op. Via ondernemerscentrum Ondernemend Charlois en organisatiebureau K+V kwam ze in contact met Gerrit Hakkesteegt, consultant bij Ondernemersklankbord. Hij was meteen enthousiast. “Kathleen kwam op een gunstige tijd met haar idee en schreef een uitgewerkt ondernemersplan. Na wat kleine aanpassingen deed Fortis haar een mooi aanbod.” Maar daarmee was Kathleen er nog niet. Samen met Gerrit bedacht ze een plan om meer bekendheid te kweken, terwijl ze tegelijkertijd druk in de weer bleef met de voorbereidingen voor de opening van de praktijk. Op 19 maart 2003 was het zover. Kathleen: “Die dag zat ik precies 10 jaar in het vak. Een mooi moment om een nieuwe weg in te slaan.” En ze hield woord. Want MoveDis is niet het zoveelste diëtistencentrumpje. Kathleen: “Mijn praktijk is gevestigd in een wijk waar 50 procent allochtoon is. Zij hebben andere eetgewoonten en komen via andere kanalen bij medische instellingen terecht. Daarom was het belangrijk dat ik zo snel mogelijk erkend werd door het College voor Zorgverzekeringen.” Na het sturen van een aantal brieven en het afleggen van bezoeken aan huisartsen in de omgeving lukte het. Op 1 augustus werd MoveDis officieel erkend als instelling voor dieetadvisering. Kathleen: “Naast de voedingsgesprekken die ik verzorg, leer ik cliënten op een verantwoorde manier te bewegen. Tevens geef ik les aan verpleegkundigen in opleiding en verzorg ik samen met onder meer de GGD een cursus voor allochtone meisjes over gezond bewegen.” Kathleen’s aanpak werkt. Maandelijks kan ze gemiddeld 40 nieuwe cliënten op haar conto schrijven. Haar consultant is tevreden. Gerrit: “Kathleen belt me soms om een idee voor te leggen. Vaak wil ze gewoon checken of ze niets vergeten is. Dat vind ik prettig. Mijn tip was immers: onderscheid je van de rest. En dat doet ze.”