

# "Fysiek kan ik dit prima aan"

## John Molenaar start massagepraktijk

Hij had een kantoorbaan, maar hij wou iets anders.

**John Molenaar (37) besloot zijn droom waar te maken. Sinds kort heeft hij een eigen massagepraktijk aan huis. Niets bijzonders, al werkt hij vanuit een rolstoel.**

### interview

"Ik heb een aangeboren afwijking. Als je vanaf je geboorte een handicap hebt dan weet je niet beter, maar een handicap hoeft niet altijd een beperking te vormen voor wat je wilt. Ik ga zoveel mogelijk uit van mijn mogelijkheden. Niet dat ik mijn beperkingen ontken, maar je moet doen wat je leuk vindt."

En dus nam John afscheid van het administratieve werk.

"De eerste vraag was of ik de opleiding tot sportmasseur goed kon doen. Fysiek bleek dat geen probleem. Ik heb die opleiding vorig jaar afgerond en daarna ook nog een opleiding tot stoelmasseur gedaan. Met de diploma's voor sportmassage, stoelmassage en kinesio-taping heb ik voldoende basis om een eigen praktijk te beginnen."

### Kwaliteit

Dat hij op een kruk om de massagetafel rolt, blijkt voor de cliënten van Massagepraktijk Groningen geen probleem. "Er is geen verschil in kwaliteit. Anders is dat ik niet staand maar zittend masseer. Ik gebruik een rijdende kruk waarmee ik om de massagebank heen kan. En misschien kost het mij iets meer kracht. Valide masseurs kunnen hun gewicht gebruiken, maar dat kan ik compenseren door met mijn armen meer kracht te zetten."

Stoelmassage worden niet in de praktijkruimte van Massagepraktijk Groningen gegeven, maar alleen op locatie, bijvoorbeeld als werkplek massage bij bedrijven of op beurzen. Stoelmassage (of stoelshiatsu) is een drukpunt-massage van hoofd, nek, schouders, armen, handen en rug, die door de kleding heen wordt gegeven. Stoelmassage wordt vooral ingezet voor het behandelen en voorkomen van RSI-symptomen en pijnklachten bij mensen die langdurig in dezelfde houding werken. "De meeste mensen weten

van tevoren niet dat ik in een rolstoel zit. Als iemand hier voor de eerste keer komt vindt er eerst een kort intakegesprek plaats, waarin wordt besproken of de cliënt klachten/blessures heeft die behandeld moeten worden, of dat het doel ontspanning is. Soms komt de rolstoel in dat gesprek dan wel ter sprake, maar er zijn ook mensen die er helemaal niets over zeggen. Eigenlijk krijg ik alleen maar positieve reacties."

Massagepraktijk Groningen richt zich niet alleen maar op mensen met klachten en blessures. "Massage heeft een positief effect op de doorbloeding, de afvoer van afvalstoffen en werkt ontspannend. Dat heeft niets met blessures te maken. Probleem is dat Nederland geen aanraakkultuur heeft en ook dat massage soms, wat mij betreft ten onrechte, met erotiek wordt geassocieerd. Een klassieke massage is gericht op ontspanning en het soepel houden van de spieren. Ook als je geen klachten hebt is een regelmatige massage zeker geen overbodige luxe en een goede investering in een gezond lichaam."

### Contact

"Ik had best op kantoor kunnen blijven werken, maar dat gaf me geen voldoening meer. Wat ik nu doe is wat ik echt leuk vind. Het contact met mensen is prettig en ook dat je iemand kunt helpen. En ik vind het fijn om de uitdaging op te zoeken. Misschien ben ik daarom in mijn vrije tijd ook wel coach bij een roeivereniging."

Massagepraktijk Groningen, Tuinbouwstraat 166, 9717 JS Groningen, tel. 06-54654770, [www.massagepraktijkgroningen.nl](http://www.massagepraktijkgroningen.nl)  
Voor info of een afspraak kunt u (bij voorkeur) telefonisch contact opnemen. Behandeling op afspraak.

⇒ Jos Jansen op de Haar

