

Masseur en acupuncturist  
Roxanna Snapper:  
**'Ik werk holistisch,  
op lichaam en geest'**

**Goed ondernemen  
betekent vooral goed  
voor jezelf zorgen**

**Van masseur naar  
mindful ondernemer:  
5 stappen om je  
massagepraktijk naar een  
hoger niveau te tillen**

# MASSAGE

*magazine voor wellness & therapie*

Ondernemen:  
**Wat leidt tot succes:  
geven of nemen?**

Tekst Saskia Petit



Roxanna Snapper is eigenaar van praktijk Double Balanced in Huizen.

## Masseur en acupuncturist Roxanna Snapper: 'Ik werk holistisch, op lichaam en geest'

Na een burn-out wist Roxanna Snapper (35) dat ze het anders aan moest pakken. *Haar administratieve baan bracht haar niet de voldoening waar ze naar zocht.* **Toen ze een acupuncturist bezocht die haar van haar klachten afhielp, wist ze dat ze hiermee verder wilde.** Ze liet zich omscholen tot acupuncturist en professioneel masseur. Inmiddels heeft ze haar eigen acupunctuur- en massagepraktijk in Huizen.

‘Cliënten die komen voor een massage attendeer ik erop dat **acupunctuur** ook goed kan helpen’



Met acupunctuur kan Roxanna verschillende klachten behandelen.



‘Ik wil van **toegevoegde waarde** zijn voor andere mensen’

ik gelezen dat acupunctuur burn-outklachten zou kunnen verhelpen. Ik ben naar een goede acupuncturist bij mij in de buurt gegaan en was zeer verrast over de resultaten die hij bereikte! Al na een paar behandelingen merkte ik dat ik meer energie kreeg en dat mijn lichaam zich herstelde. Een heel bijzondere ervaring. Hier is mijn interesse voor complementaire geneeswijzen ontstaan. Deze acupuncturist stimuleerde mij om me hier verder in te verdiepen. Ik ben in 2019 de opleiding Medische Basiskennis gaan doen en aansluitend de driejarige acupunctuur-opleiding bij de TCMA. Dat is best een pittige opleiding, maar ik vond het geweldig. Er ging een hele nieuwe wereld voor mij open!”

#### **Zwanger en corona**

Toen Roxanna startte met de opleiding acupunctuur bleek dat ze zwanger was, maar gelukkig was dat geen probleem. “De school gaf aan dat ik zeker niet de eerste was die zwanger aan de opleiding begon! Door corona kon ik een groot deel van de opleiding online doen en dat is denk ik wel mijn redding geweest. Daardoor kon ik mijn werk, studie en de zorg

In praktijk Double Balanced geeft Roxanna Snapper massages en acupunctuurbehandelingen of een combinatie daarvan. “Acupunctuur en massage vullen elkaar heel mooi aan. Met zowel acupunctuur als massage kun je specifieke lichamelijke klachten aanpakken, maar met acupunctuur ga je ook naar de bron van de klacht kijken en kun je ook de oorzaak aanpakken. Dat is bijzonder effectief.”

#### **Burn-out**

Zeven jaar geleden maakte Roxanna een pittige tijd door. “Op verschillende vlakken, waaronder mijn werk, liep ik vast en ik kreeg langdurige gezondheidsklachten. Na een jaar van alles geprobeerd te hebben, bleef ik hangen in een burn-out. Online had



Roxanna is naast masseur ook acupuncturist.



Behandelruimte Double Balanced.

voor mijn zoon goed combineren. Tijdens mijn tweede jaar acupunctuur heb ik ook de opleiding sportmassage bij Myos gevolgd. Ik vond dat de beide opleidingen elkaar deels mooi overlappen. De meridianen lopen over je lijf en doordat ik bezig was met de anatomie kon ik daar heel makkelijk de acupunctuurpunten aan koppelen. Daardoor vulden de opleidingen elkaar mooi aan."

Na haar zwangerschapsverlof keerde Roxanna niet meer terug naar kantoor. "Dat voelde voor mij niet goed. Ik heb me volledig gefocust op deze twee opleidingen en het moederschap. Daarnaast ben ik in 2021 als zzp'er met mijn praktijk gestart. Heel spannend vond ik dat! Ik koos voor de naam Double Balanced omdat ik holistisch werk: lichaam én geest, massage én acupunctuur."

### Effectief

Double Balanced is sinds 2023 gevestigd op de Achterbaan in Huizen. Roxanna huurt daar een praktijkruimte samen met een andere masseur/acupuncturist. "We delen de wachtruimte, maar hebben allebei onze eigen praktijkruimte en onze eigen klanten. Voordeel is dat we met elkaar kunnen sparren en dat we elkaars praktijk kunnen waarnemen bij ziekte of als een van ons op vakantie is. En

het is natuurlijk fijn om een collega te hebben! We zijn heel verschillend. Ik ben meer yin en Winni is meer yang, waardoor we elkaar perfect aanvullen. Winni is naast masseur ook acupuncturist dus onze visies sluiten heel erg op elkaar aan." Cliënten komen met wisselende klachten bij Roxanna, waaronder stress- of pijnklachten, slaapproblematiek, opvliegers, duizeligheid, hoofdpijn menstruatieproblemen. "Wanneer cliënten bijvoorbeeld met rugklachten bij mij komen voor een massage, attendeer ik ze er op dat acupunctuur ook goed kan helpen. Vaak spelen er meerdere zaken die ik dan op dat moment of later ook behandel."

### Aanbod

Roxanna biedt verschillende massages aan, waaronder sportmassage, ontspanningsmassage, cupping, stoelmassage en hot stone-massage. "Meestal combineer ik verschillende technieken, afhankelijk van wat ik tegenkom. Bij verklevingen of triggerpoints bijvoorbeeld, plekken op de spieren die slecht zijn doorbloed, kan ik met cupping de doorbloeding en lymfeafvoer weer goed op gang brengen. Aanraking werkt helend, iedereen heeft dat nodig. Het is mooi om dat aan anderen te kunnen geven. En voor mij als masseur helpt

het me om uit mijn hoofd en meer in mijn lijf te komen. Het mes snijdt dus aan twee kanten! Als blijkt dat er een onderliggende oorzaak is, zoals bijvoorbeeld chronische stress, bied ik aan om ook met acupunctuur te behandelen. Bij veel cliënten kan dat heel effectief zijn, dat heb ik zelf ook ervaren. We doen dan een uitgebreide intake en ik neem een anamnese af. Die anamnese bestaat uit een reeks vragen over iemands gezondheid en een pols- en tongdiagnose, waarmee ik inzicht krijg in de energiehuishouding. Op basis daarvan maak ik een behandelplan en geef ik indien nodig ook een voedingsadvies."

### Professioneel

Als acupuncturist is Roxanna aangesloten bij de NVA (Nederlandse Beroepsvereniging voor Acupuncturisten). "Professionaliteit is voor mij heel belangrijk. Als aangesloten acupuncturist moet je aan een aantal strenge voorwaarden voldoen die de kwaliteit moeten garanderen. Cliënten kunnen een deel van het consult vergoed krijgen vanuit het aanvullende pakket (alternatieve geneeswijzen) van de zorgverzekering. De kosten van een consult vallen niet onder het eigen risico en een verwijzing van de huisarts is niet nodig. Scholing vind ik belangrijk. Voor het effectief kunnen behandelen van pijn heb ik mij geschoold in de Balans Methode. In 2023 heb ik me gespecialiseerd in acupunctuur bij oncologie, zodat ik cliënten kan ondersteunen in hun traject tijdens en na kanker. Acupunctuur kan bijwerkingen verminderen, denk hierbij aan misselijkheid, braken, pijn, vermoeidheid, opvliegers, droge mond, somber- of gespannenheid en natuurlijk slaapproblemen. Ik sta ook vermeld op de verwijsgidskanker.nl van het IKNL (integraal kankercentrum Nederland)."

### Toegevoegde waarde

Roxanna geniet iedere dag van haar werk, de afwisseling ervan en het bijzondere contact met al die verschillende cliënten. De carrière-switch is heel goed geweest voor haar. "Na mijn burn-out kwam ik erachter dat ik van toegevoegde waarde wil zijn voor andere mensen. Daar liep ik in mijn oude baan helemaal op stuk. Als masseur en acupuncturist kun je echt wat voor anderen betekenen. Daar word ik heel gelukkig en blij van. Ik krijg zulke positieve reacties van cliënten! Voor mij is het echt een verrijking geweest dat dit op mijn pad kwam en dat ik het heb aangedurfd om dit pad te volgen." ❀