



## Angélique van der Zijden ziet het goud in de ander

In iedereen zit goud. En dat kunnen zien – dat is dan weer haar goud. Angélique heeft een groot hart voor de ander, oprechte liefde voor de mens en liefde voor dat wat met liefde gemaakt is. Een bijzonder bordje in de kringloopwinkel vangt haar blik en ze dekt de tafel graag met het mooie servies van oma. Dat met het gouden randje.

### Spullen die met liefde gemaakt zijn

Ze groeit met haar oudere broer op in een ondernemersgezin in Den Haag. Gaat op zaterdag naar de scouting en als ze een keer met de buurtkinderen in een tent op het grasveld slapen, is Angélique degene die ervoor zorgt dat iedereen het gezellig heeft.

Een voorzichtig meisje is ze, kijkt eerst even de kat uit de boom. Ook haar ouders voelen voorzichtigheid, na een overval en verschillende inbraken in de zaak – het maakt veiligheid een thema in het gezin van toen en in het leven van nu. Evengoed is Angélique een blij kind, wat op spitzten in de balletles staat en graag met haar vader mee naar de veiling gaat. Hij is taxateur en ze leert op kijkdagen antiek waarderen – meubels en spullen die met liefde zijn gemaakt. Het zingt nog altijd in haar hoofd rond: 'later als ik groot ben, dan heb ik mijn eigen antiekwinkel'.

### Mensen verder helpen in hun ontwikkeling

Na het VWO volgt de studie rechten in Leiden en het is daar dat ze voor het eerst in aanraking komt met de rol van trainer. Voor Moot Court (de afdeling waar studenten in een nagebootste rechtszaal leren hoe ze moeten pleiten) wordt ze videotrainer en geeft studenten feedback en tips over hoe ze zich presenteren, hoe ze krachtig staan en hoe ze zorgen dat hun boodschap helder overkomt.

Ook gaat ze voor Scouting Nederland de trainers opleiden en daar voelt ze aan alles dat ze hier verder mee wil. Het geeft haar voldoening mensen te kunnen ondersteunen en mensen verder te helpen in hun ontwikkeling. Ook voor haarzelf is persoonlijke ontwikkeling tot de dag van vandaag superbelangrijk, ze leest er tientallen boeken over en is eigenlijk altijd wel een opleiding aan het doen.

### Als het goud gaat glinsteren

In 1994 haalt ze haar bul en komt na een aantal andere banen in aanraking met de wereld van ondernemingsraden. Uiteindelijk komt ze terecht bij Odyssee, een landelijke organisatie die (onder andere) ondernemingsraden ondersteunt. Angélique traint en begeleidt de OR bij bedrijven, liefst in de zakelijke dienstverlening: supermarkten, in de beveiliging of bij een groot verpakkingsbedrijf.

De vrouwelijke heftruckbestuurder die aarzelend en onzeker binnenkomt bij een OR zal ze nooit vergeten. Deze vrouw durft in het begin niets te zeggen, maar Angélique ziet haar goud en gaandeweg gaat dat goud prachtig glinsteren: uiteindelijk wordt ze zelfs de voorzitter van deze OR. Die ontwikkeling kunnen begeleiden en iemand zien ontplooiën geeft haar eindeloze voldoening.

SK

## **Een vurige missie**

In 2011 maakt ze de overstap naar het zelfstandig ondernemerschap en gaat naast OR trainingen ook individuele coaching en later systemisch- en lichaamswerk aanbieden. Tegelijkertijd breekt er een periode aan waarin ze vage klachten begint te krijgen. Ze voelt moeheid, verdriet, is neerslachtig en komt maar moeilijk van de bank. Nadat mogelijke oorzaken als burn-out en rouw het toch niet lijken te zijn, ontdekt ze dat haar klachten komen door de overgang. Een onderwerp waar zo weinig over gesproken wordt en wat zoveel meer inhoudt dan die opvliegers die altijd genoemd worden.

De kennis die ze vervolgens opdoet over de overgang, maakt dat ze haar gezondheid weer in balans krijgt en er ontstaat een vurige missie om ook andere vrouwen hierover te gaan informeren. Ze wordt een van de gezichten van het Kenniscentrum Overgang en wil via workshops zoveel mogelijk vrouwen bereiken. Uitgeput op de bank zitten en niet weten wat er aan de hand is – dat gunt ze niemand.

## **Verder kijken dan de buitenkant**

Het drijft haar om op het gebied van gezondheid vooral ook buiten de gebaande paden te kijken, niet zomaar te volgen waarvan iedereen denkt dat het klopt. Ze is zestien als haar moeder kanker krijgt en maakt haar zoektocht naar de invloed van gezonde voeding en leefstijl van dichtbij mee. Uiteindelijk leeft haar moeder nog hele lange tijd en het maakt dat Angélique een kritische houding ontwikkelt op 'wat is waarheid' en daar haar eigen afwegingen in maakt. Waarde hecht aan eeuwenoude inzichten over gezondheid en alles wat de natuur en de aarde ons te bieden hebben.

Angélique van der Zijden staat aan je zijde en kijkt verder dan de buitenkant. Voelt mensen aan, stemt gemakkelijk af op de energie in een groep en faciliteert met liefde de ontplooiing van de ander. 'Ik gun elk mens dat hij of zij iets doet aan persoonlijke ontwikkeling en zo terugkeert naar de eigen gouden kern'.