

IN GESPREK MET . . .

Romana Switzer - Health & Lifestyle coach

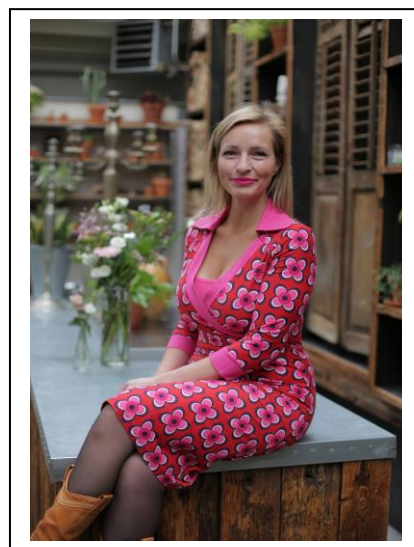
(Interview maart 2019)

1. Kunt u zichzelf en uw onderneming in één zin aan ons voorstellen?

Ik ben Romana Switzer, orthomoleculair therapeut in mijn praktijk in Oegstgeest waar ik ambitieuze vrouwen coach naar een healthy en happy lifestyle.

2. Hoe zou u ondernemen in het Leidse omschrijven?

Leiden is een heerlijke stad, toen ik hier als student kwam wist ik al snel dat ik hier nooit meer ver vandaan wilde wonen. De liefde bracht me naar Oegstgeest, maar ik voel me net zo goed een Leidse ondernemer. Ik spar graag met andere ambitieuze vrouwen over onze business. Super inspirerend en motiverend. Ik zie dat onderling er veel wordt gegund en dat vind ik mooi.



3. Waarom bent u lid geworden van het RMBB?

Bouwiena Boer van Fit20 Leiden nam mij een keer mee. Ik geloof in de kracht van netwerken, sinds kort ben ik coördinator van vrouwen netwerk Bites&Bunsiness, maar de mix met mannen bij RMBB spreekt me ook aan. Weer een geheel andere dynamiek. Dat aan deze netwerkclub zo'n mooi doel verbonden is maakt het extra bijzonder. Binnenkort loop ik de halve marathon in Leiden voor het Ronald McDonald Huis. Een mooie manier om dit goede doel extra onder de aandacht te brengen.

4. Wat eet u het liefst tijdens het ontbijt?

Niets! Haha, een lekkere kop koffie of verse gember- of muntthee. Ik ben voorstander van Intermittent Fasting. Dat werkt voor mij fantastisch. Hierdoor kan ik met mijn lief (Wouter van Leeuwen) regelmatig lekker bij Lot of Tabu eten met een wijntje erbij en toch slank en fit blijven!

5. In april wordt het wat "lekkerder" weer. Ben jij een winter- of zomermens?

Ik ben echt een zomermens en hou van warmte en licht. De lange dagen maken me blij en zou daarom prima in een warm klimaat kunnen wonen. De winter was dit keer prima om keihard aan mijn boek te werken dat vanaf april verkrijgbaar is: "La Dolce Vitaal, Gezond genieten van het leven". Maar nu ik meer tijd heb en met het mooie weer op komst, verheug ik me op de lange avonden op de terrassen en varen door de Leidse grachten.



Ronald **Business**
McDonald **Breakfast**
Leiden

Stichting
Ronald McDonald **Business Breakfast** Leiden
Postbus 557
2300 AN LEIDEN
071 - 5191016
rmbb@qualitycs.nl

6. Wie van de RMBB-leden zou jij willen aandragen om in de volgende uitnodiging extra belicht te worden?

Ik geef mijn stokje graag door aan Jolanda Touw van Linea Directa Ontspannen werken.