

Een 'gevecht met eten' loopt als een rode draad door mijn leven. Zeker 25 jaar heb ik er mee geworsteld en even zo lang gezocht naar de juiste hulp want in mijn jonge jaren waren de termen BED en BN nog onbekend.

Rond mijn veertigste was ik er 'klaar mee' en ben ik met mijzelf aan de slag gegaan. Ik besloot om opnieuw te gaan studeren. De studie psychotherapie bracht mij nieuwe inzichten en het besluit mij te gaan richten tot mensen met een eetstoornis.

In 2015 ontmoette ik iemand die, na het horen van mijn verhaal, mij in aanraking bracht met stichting JIJ. Zoveel jaar had ik mensen begeleid en nog nooit had ik van stichting JIJ gehoord. Ik kwam terecht in een warm bad, hoefde niet na te denken om direct als vrijwilliger aan de slag te gaan. Ik ben gestart als inloopbegeleider en kort daarna ben ik ook groepen en mensen persoonlijk gaan begeleiden en 1 maal per week kook ik samen met leden en vrijwilligers een heerlijke maaltijd.

Brigitta kun je bereiken via [Brigitta.Breevaart@stichting-jij.nl](mailto:Brigitta.Breevaart@stichting-jij.nl)