

Ook ik kan me ervaringsdeskundige op het gebied van eetstoornissen noemen. Voordat ik verder ga met het voorstellen van mezelf, wil ik heel graag zeggen dat ik het onwijs goed vind dat je deze site bezoekt. Het geeft aan dat je op een bepaalde manier op zoek bent naar een vorm van hulp bij het overwinnen van je eetstoornis en dus kiest voor jezelf en je leven.

Uit eigen ervaring kan ik zeggen dat het waanzinnig moeilijk, zwaar en vaak ook een lange weg is om je eetstoornis aan te pakken en te overwinnen. Maar HET IS MEER DAN DE MOEITE WAARD.

Uiteraard is het belangrijk te weten wie de personen zijn achter Stichting JIJ en daarom stel ik me graag aan je voor. Na mijn HAVO opleiding heb ik de opleiding directiesecretaresse gedaan en vervolgens Management assistent, Middle Management, Nima-A Communicatie, Bouwkunde A en Coaching&Counselling. In 1996 ben ik gaan werken in de projectontwikkelings-/bouwbranche (tot medio 2015). Inmiddels ben ik ontzettend blij dat ik sinds augustus 2015 naast mijn werkzaamheden als vrijwilliger bij Stichting JIJ ook in dienst ben getreden bij JIJ als coördinator Oudedijk en IAS (informatieve advies en steunpunt). Als vrijwilliger begeleid ik groepen, doe individuele gesprekken en ben actief voor naasten van mensen met een eetstoornis. Ik maak verder graag tijd vrij om leuke dingen te ondernemen, zoals vakanties, stedentrips, motorrijden, gedichten schrijven, koken, toneel spelen, duiken, skaten, strandwandelingen, bioscoop, muziek luisteren, boetseren en met vrienden afspreken.

Ook ik weet veel van eetstoornissen. Ja, zomaar een weekje lijnen, dacht ik, dat werd helaas vervolgens zo'n ruim 11 jaar. Het werd een obsessie en het ging mijn leven beheersen, beïnvloeden en uiteindelijk geheel bepalen en het ontnam mijn vrijheid en vreugde. In het begin dacht ik: "niets aan de hand" en later "dat kan ik zelf wel weer op de rit krijgen".

Na jaren van "tobben" en uiteindelijk gesprekken met een individuele therapeut, kwam ik op een punt dat ik inzag dat het zo verder niet lukte en dat ik "op" was. Mijn lichaam was totaal uitgeput. Op 'De Dag van de Eetstoornissen' ben ik naar een bijeenkomst geweest in de bibliotheek in Rotterdam. Ik wilde toch eens luisteren wat zij te zeggen hadden, want had ik wel een probleem?...was het echt zo erg? Ik wilde eigenlijk maar even blijven, maar bij toeval ging ik in het midden van een rij zitten en naast me kwamen mensen. Ik dacht: "nu durf ik niet meer halverwege weg"...! Door de verhalen van de mensen, die hun eetstoornis hadden overwonnen, werd ik geraakt en herkende ik zoveel! Ik was het zat en zo moe! Uiteindelijk heeft dit me geholpen om een hele moeilijke knoop door te hakken. Ik besloot me klinisch op te laten nemen in de Ursula in Leidschendam. Het voelde alsof "ik uit mijn leven stapte", maar ik wilde zo graag weer de "oude" Simone terug en weer genieten van het leven en lol kunnen hebben. Ondanks het feit dat dit een hele moeilijke en lastige periode is geweest, heb ik daar heel veel geleerd en ben ik heel blij dat ik dit heb gedaan en alle therapeuten en begeleiders erg dankbaar.

Hierna ben ik weer fulltime gaan werken, heb een studie gedaan, gestart met een andere baan en samen met Saskia de stichting opgezet. Maar ondanks alles wat ik had geleerd, kreeg ik te maken met een terugval. Na verwoede pogingen om zelf de draad weer op te pakken, heb ik ingezien dat dit niet lukte. Het "boek" was nog niet gesloten en ik wilde geen leven meer dat "als een film aan me voorbij trok" en waar ik

slechts aan de zijlijn stond. Ik wilde weer de hoofdrol in mijn leven. Ik voelde me rot en schuldig over de hele situatie en had het idee dat ik gefaald had. Maar ondanks dat wilde ik enorm graag weer de gezonde Simone terug! Ik besloot me voor de 2e keer op te laten nemen in de Ursula. Mijn conditie was nog slechter dan de eerste keer en hierdoor was de weg erg lang. Vanaf het begin had ik een enorme oerkracht en *drive*, die me heeft geholpen door deze tweede keer van 9 maanden opname. Hierdoor kon ik tot de wortel gaan en heb ik de kracht gehad om bepaalde keuzes te maken in mijn leven. Lastige, moeilijke en pijnlijke ingrijpende keuzes. Dankzij deze enorme wilskracht heb ik de hoofdrol terug in mijn leven en hoe!! Ik straal, leef, geniet en ik ben dankbaar en trots. Nog iedere dag ben ik blij, opgelucht en gelukkig dat ik deze weg heb afgelegd. Het leven is namelijk de moeite waard!!

Genieten mag en moet zelfs, je bent het waard!! Ik vertel je graag nog veel meer over mijn ervaringen en wat mij de kracht heeft gegeven en hoe ik mijn weg ben gelopen. Ik hoop dat mijn verhaal jou ook kan motiveren om je eetstoornis aan te pakken.

Nu pas weet ik dat je echt je eetstoornis kan overwinnen en dat voelt super....! HET KAN!!