

Sinds februari 2010 ben ik als vrijwilligster verbonden aan Stichting JIJ en draai nog steeds met enorm veel plezier en voldoening mee in ons mooie JIJ-huis.

Mijn naam is Ute Schlicher, ik ben inmiddels 60+ en woon alleen in Leidschendam. Van oorsprong kom ik uit Duitsland, maar ben al in 1981 voor de liefde naar Nederland verhuisd. Na mijn echtscheiding in 1995 ben ik blijven wonen in Nederland en vertoef hier dus nog steeds, overigens met veel plezier. Ik geniet m.n. in de zomer van strand en zee, fietsen in de natuur, uitstapjes met vriend(inn)en, en veel lezen. Na mijn opleiding tot medisch analiste heb ik in diverse Duitse en Nederlandse ziekenhuis-laboratoria gewerkt, tot ik in 1989 volledig afgekeurd werd door een ernstige eetstoornis en bijkomende psychische problemen. In de jaren die volgden heb ik altijd vrijwilligerswerk gedaan, van Vluchtelingenwerk via Patiëntenvoorlichting in een Haags ziekenhuis en het geven van gastlessen ter preventie van eetstoornissen. Daarnaast heb ik me door trainingen en bijscholingen steeds verder ontwikkeld als ervaringsdeskundige op het gebied van eetstoornissen door me in te zetten bij de toenmalige patiëntenorganisatie SABN, de zelfhulporganisatie ZieZo te Zutphen (nu IxtaNoa) en de Ursula-Kliniek.

Eten heeft altijd al een grote rol gespeeld in mijn leven. Waar de maaltijden voor mij als kind nog stonden voor gezelligheid, genieten en vreugde, werd eten rond mijn pubertijd steeds meer troost, willen vergeten, niet durven voelen en de realiteit willen ontvluchten. Al mijn gevoelens van onzekerheid, perfectionisme, aardig gevonden willen worden en enorme faalangst verdoofde ik met eten om daarna weer driftig aan de lijn te gaan doen. Op mijn 23<sup>ste</sup> ontwikkelde zich de echte eetstoornis, in eerste instantie Bed, later overgaand in BN met alle bijkomende ellende. Destijds was er nog weinig bekend over juist deze 2 vormen van eetstoornissen en zodoende kreeg mijn 'probleem' ook pas na jaren een naam. Een op eetproblematiek gespecialiseerde behandeling was er toen nog niet, die kreeg ik pas in 1992, toen ik eindelijk (!) met 35 jaar een half jaar in de Ursula-Kliniek werd opgenomen. Wat mij in al die jaren het meest heeft geholpen was lotgenotencontact, eerst binnen de kliniek, vervolgens in de allereerste nazorg-zelfhulpgroep en daarna door deelname aan een Begeleidingsgroep voor mensen met een langdurige eetstoornis en natuurlijk door al mijn contacten bij de SABN. Ik denk dan ook dat (h)erkenning van jezelf als uniek en waardevol persoon ongelooflijk belangrijk is om de stap naar verandering en loslaten van een verstoord eetpatroon te durven zetten. Heel graag wil ik naast mijn eigen(wijs)heid mijn eigen

ervaring met een eetstoornis binnen Stichting JIJ blijven inzetten en jou helpen om te groeien naar een vrijer leven in harmonie met jezelf en je omgeving.