

Mijn ervaringsverhaal met NAH



Mirjam van Kreel

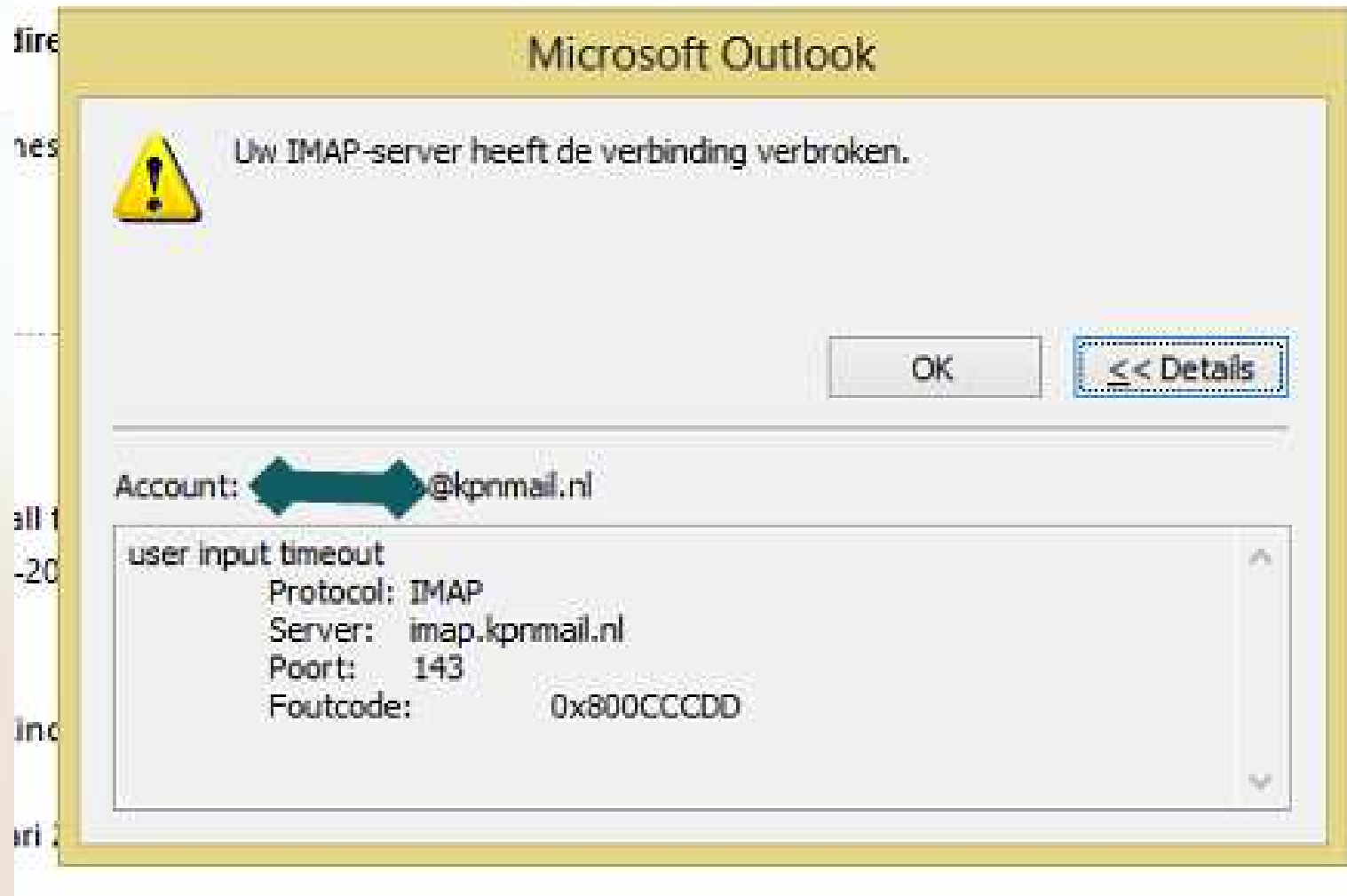
Terugblikje naar een ander leven...



*21 januari 2013:
Een “gewone” dag?*



Verbinding verbroken ...



Tsja.....



Revalideren en opnieuw beginnen



Revalideren en opnieuw beginnen



Al met al een warm bad



Doel in zicht!



En dan.... Kortsluiting!



Verloren jaar?



***Verdwaald in mijn eigen brein ...
Wie ben ik en wat wil ik (nog)?***

Identiteit?

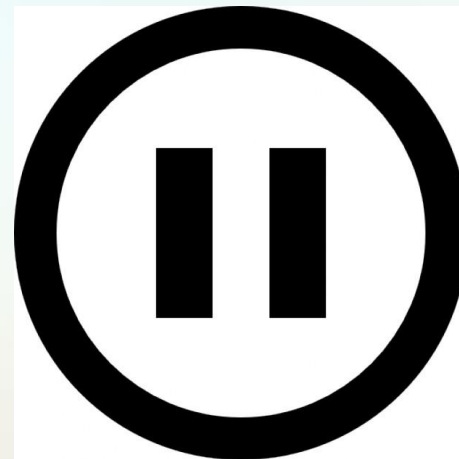
Eigenwaarde?

Zelfvertrouwen?

Doelen?



Wat kan ik nog?



Moeilijke fase ...



- Heimwee naar mijn “vorige leven”
- Rouwverwerking/verlies van wat er niet meer is
- Vertekend beeld/verborgen “gebrek”
- Niet nuttig en waardevol meer zijn
- Mobiliteit/onafhankelijkheid/vrijheid
- Bagatelliseren

Nieuwe fase

- **Vrijwilliger W&S bij het Rode Kruis in Bussum**
- **Kunstcolleges met vriendinnen**
- **Klankbordgroep Utrecht/het Gooi**
- **Presentaties geven aan professionals**
- **Training “Mijn eigen verhaal met NAH” ism Boogh**
- **Sport & hond**
- **En gewoon gezellige dingen doen (maar wel met mate ...)**

Een nieuw evenwicht



Doseren – Ontspannen – Energie – Loslaten

➔ **DOEL**



Vragen?