

Snel in beweging

Zelf oefenen na een beroerte



'Zoek liefdevolle mensen om je heen'

Annelies heeft jaren geleden een herseninfarct en een hersenbloeding gehad en was er zeer slecht aan toe. Ze is desondanks wonderbaarlijk goed hersteld. Annelies heeft positieve, liefdevolle mensen om zich heen gezocht, die haar begrijpen. Ze vertelt: 'Het klopt dat je je echte vrienden leert kennen als je ziek bent.' Annelies heeft veel aan de vereniging Hersenletsel.nl. 'Bij lotgenoten vind ik herkenning. De buitenwereld begrijpt het toch niet helemaal. Ze zien niks aan je en denken dan dat je niks mankeert.' Inmiddels kan Annelies weer echt genieten en voelt zich sterk. Haar eigen ervaringen kan ze goed gebruiken bij haar werk als paragnost en verlies- en rouwtherapeute voor kinderen en volwassenen. Toch heeft de beroerte nog steeds gevolgen: 'Het moeilijkste vind ik dat ik zelfstandigheid heb moeten inleveren. Ook mijn energie is niet wat het was. Ik heb mijn leven moeten aanpassen.' Annelies baalt soms nog erg van haar beperkingen: 'Maar dat mag toch? Ik ben ontzettend veel boos geweest. Maar mijn advies is: blijf het wel proberen. Steeds opnieuw.'

Annelies Laurier-Kuus, lid van de vereniging Hersenletsel.nl.