

Anne-fleur van Haren- Waar licht is, is hoop - Zoeken naar lichtpunten in de hel van anorexia en depressie, Uitgeverij Boekscout, Soest, 2019, ISBN: 9789463896351 (Anorexia Nervosa, Depressie, Coping, Emoties, Humor, Multi ziek zijn, Positief Denken, Veerkracht)

Soort boek/Ziekte/Stijl:

Welkom in de hel van mentale stoornissen. In dit boek lees je hoe die hel langzaam maar zeker het leven van de zeventien jarige Anne-fleur overneemt. Wanhopig probeert ze iedereen te beschermen voor pijn, maar pijn van anderen kun je niet dragen zonder op den duur in te storten. Anne-fleur is deze levensles op een harde manier aan het leren. In haar verhaal neemt ze de lezer mee in de keiharde werkelijkheid van leven met mentale problemen. Met een grote dosis aan zelfspot vertelt Anne-fleur hoe ze in de hel van anorexia, depressie en onzekerheid terecht is gekomen. En belangrijker: hoe ze weer uit die hel probeert te komen.

Over de auteur:

Anne-fleur van Haren (2002) is een danser in hart en nieren. Dansen is haar met de paplepel ingegoten en is daarom ook uitgegroeid tot haar grootste passie. Naast dansen, is ook schrijven altijd een hele grote hobby geweest. Dat ze een boek wilde schrijven, wist Anne-fleur dan op zevenjarige leeftijd ook al. Ze heeft altijd voor iedereen klaargestaan en wilde iedereen altijd helpen. Dat is ook haar valkuil. Op dit moment leidt ze haar hondje Kodo op tot psychiatrische hulphond.

“Depressie, anorexia, zelfverminking, misofonie en suïciderisico. Anne-Fleur van Haren is tegen wil en dank ervaringsdeskundige in mentale aandoeningen.” Lees [hier](#) het hele artikel.

Inzien:

<https://www.boekscout.nl/shop2/boek.php?bid=9932> → inkijk

Extra/recensies:

[Zevenaarpost: ‘Het taboe rond anorexia doorbreken’](#)

[Youtube video: MIND young studio met Anne-fleur van Haren](#)