

Luna Gielens: De nacht die voor altijd blijft - Gedichten over PTSS en depressie, en hoe ik mijn kracht terug vond

Boekscout, Soest, 2024 ISBN: 9789464899801

PTSS, depressie, coping, veerkracht; Perspectief patiënt

Over het boek:

Met deze gedichten neemt Luna je mee in haar gedachten die ze nooit durfde uit te spreken, en laat ze zien hoe ze hier mee omging.

"Ook als het maar blijft regenen, zal er ooit zon komen."

Zo bespreekt ze lastige momenten, maar ook momenten waar ze dankbaar voor is. De gedichten laten zien dat elk lastig moment overwonnen kan worden. En hoe je je eigen kracht weer terug kan vinden.

Over de auteur:

Luna Gielens (2005) komt uit een klein dorpje in Drenthe. Op haar zestiende is ze verhuisd naar Den Haag, en ze is nu verpleegkundige in opleiding. Luna heeft altijd veel moeite gehad met het uiten van haar emoties. Dit zorgde ervoor dat ze al sinds haar vijftiende bij de GGZ zit. Het leven leek niet voor haar gemaakt te zijn, en zo ging ze van de ene therapie naar de andere. Een van Luna haar manieren om de opgestapelde gevoelens te uiten was door te schrijven. Schrijven is haar medicijn, en zo hoopt ze ook anderen te kunnen helpen.

Inzien:

Het boek kun je [hier](#) inzien.