

Hansje Loo: Ga leuke dingen doen... Of yoga - Mantelzorgen in het hart van een burn-out

Boekscout, Soest, 2025 ISBN: 9789465282923

Mantelzorg, burn-out, humor, veerkracht; Perspectief Naasten, perspectief patiënt

Over het boek:

Hansje struikelt door het leven, tot ze op een kwaai dag de overtreffende trap van uitputting afdondert en niet meer op staat. Maar al voelt ze zich nog zo beroerd, ze weigert toe te geven of los te laten. Ze (mantel)zorgt, piekert en blundert stug door. Grenzeloos, mateloos en net zo vaak doelloos, doet ze maar wat en is ze meer tijd kwijt aan het ruimen van puin, dan echt iets voor elkaar te krijgen.

Gelukkig staat ze er in dit verhaal niet alleen voor, en is er naast alle drama, ook een hoop lol en reden tot optimisme.

Over de auteur:

Hansje Loo is moeder, laatbloeier en rasoptimist. Ze probeert altijd alles nét effe leuker, mooier en spannender te maken.

Geboren in 1967 heeft ze meer tijd achter de rug dan nog tegoed, en dat is helemaal oké. 'Het leven is één groot feest', is niet de slogan die zij bedacht zou hebben, maar ondertussen wordt het wel steeds makkelijker, en dus leuker!

En nu is er haar tweede boek. Met onderwerpen die op zich misschien wat zwaar op de maag liggen, maar waar Hansje met haar hier en daar ietwat donkere humor toch een vrolijke draai aan weet te geven.

Inzien:

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

Extra en recensies:

Je kunt [hier](#) recensies lezen