

Jennifer Rikkers: Onbreekbaar - De binnenwereld van anorexia

Boekscout, Soest, 2026 ISBN: 9789465445403

Anorexia nervosa, eetstoornis, informatief, begrip; Perspectief patiënt

Over het boek:

Hoe is het om anorexia te ervaren? Dit is een bijzonder verhaal, doordat mensen zich beter kunnen inleven en snappen hoe het echt zit en voelt om anorexia te hebben. Duizenden mensen kampen met een eetstoornis en het begrip is minimaal. Er moet op dat gebied meer compassie en kennis tot ontwikkeling komen, een andere kijk. Dit boek is helpend voor mensen in omgeving, hulpverleners, naasten, maar ook voor mensen die zelf zijn getroffen. Duik mee in de wereld van anorexia, want alleen door in te leven kan je een eetstoornis zo goed mogelijk gaan begrijpen.

In dit boek lees je ook nog verdere uitleg over anorexia en de nodige tips die velen hebben geholpen. Het kan je dichterbij jezelf en elkaar brengen. Met alle liefde en ervaring die hierin is verwerkt, kunnen mensen groeien. Ze mogen leren gelukkig en zichzelf te zijn.

Over de auteur:

Jennifer Rikkers (2008), uit Harderwijk, is op jonge leeftijd door veel heftige dingen heengegaan. Het kan je kapot maken, maar ook sterker. Het leven is nou eenmaal iets ingewikkelds, vol pieken en dalen. Ze moest dit boek schrijven om haar ervaringen en deskundigheid te delen, mensen te helpen. Elkaar kunnen helpen is volgens Jennifer het waardevolste wat je kunt bereiken in het leven. Er is altijd hoop, kracht en waarde te vinden. Jennifer hoopt je hand vast te kunnen houden tijdens de reis naar zelfgeluk. Met alle liefde, hulp en steun, want je bent absoluut niet alleen.

Inzien:

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