

Boekentip: 'Energiek leven – anders kijken naar vermoeidheid bij chronische aandoeningen'

Vorige week is het boek 'Energiek leven – anders kijken naar vermoeidheid bij chronische aandoeningen' verschenen, van Lottie van Starckenburg. "Vermoeidheid is misschien wel de meest onzichtbare en ongrijpbare klacht van mensen met chronische aandoeningen. In mijn boek maak ik van vermoeidheid een precies probleem met maatwerk aanpak", vertelt Lottie. "Met onder meer elf strategieën voor energiek leven waar iedereen direct mee aan de slag kan!"

"Als gevolg van chronische aandoeningen kampen honderdduizenden mensen met vermoeidheid", weet ze. "Dit heeft grote impact op hun leven. Het huidige zorgaanbod, regulier en alternatief, heeft hiervoor geen goede aanpak. Nieuwe oplossingen laten op zich wachten. Dit boek springt in dat gat. Het biedt een andere kijk op vermoeidheid waardoor nieuwe oplossingen in zicht komen."



Lottie van Starckenburg (1978) heeft meer dan twintig jaar ervaring met energiek leven met verschillende aandoeningen. Ze is gepromoveerd sterrenkundige, moeder van twee kinderen en werkt als adviseur en toezichthouder in de zorg onder het motto 'gids in eigen-zinnig leven'.

Meer informatie over het boek staat op www.lottievanstarkenburg.nl/energiekleven.