ESpoir: plek van rust bij eetstoornissen

Elke week richt onze krant de schijnwerpers op warme projecten voor kanszoekende kinderen en jongeren in onze provincie. Initiatieven die niet altijd de aandacht krijgen die ze verdienen. Deze week: ESpoir uit Kortrijk.

WAT DOET ESPOIR?

Iedereen die in zijn omgeving al te maken had met eetstoornissen, weet dat het een eeuwig gevecht is. Soms win je, maar af en toe is er ook eens een verlies."Dat is niet erg, de echte overwinning ligt in het voortzetten van de strijd. Elke keer je opstaat na een gevecht, vergroot je de kans om de oorlog te winnen."

Aan het woord is Lotte De Clercq. Toen ze zich jaren geleden vestigde als diëtiste merkte ze dat er iets ontbrak in de hulpverlening rond eetstoornissen. En dus startte ze met ESpoir, een open huis, een plek van rust waar mensen onder gelijkgezinden kunnen kiezen voor herstel.

> "Een terugval is niet erg, de echte overwinning ligt in het voortzetten van de strijd"

ESpoir wil het gat opvullen tussen een opname en ambulante hulpverlening. Herstellen van een eetstoornis vergt tijd en vaak ook intensieve begeleiding. Als het zo simpel was als 'eet gewoon wat meer of wat minder', dan zou dit al gebeurd zijn.

Net daarom is er nood aan een permanent vangnet, een plek waar mensen steeds kunnen op terugvallen, waar ze hun verhaal kunnen vertellen als het weer wat moeilijk gaat, waar ze kunnen voelen dat ze er niet alleen voor staan, dat er nog anderen zijn met gelijkaardige problemen.

Zo'n plek wil ESpoir zijn. ESpoir organiseert groepstherapie en retraites of een 'one day healing', een dag waarin jij en je herstel centraal staat. Maar bovenal is het ook een open huis waar je als persoon met een eetstoornis, maar ook als omgeving naar toe kan gaan om hulp te vragen of als je nood hebt aan wat afleiding (zoals een toffe activiteit) of een losse babbel. Zo zijn er tekenmomenten, yogasessies, eet men samen of organiseren ze gewoon babbelmomenten.

WAT KAN DE LEZER DOEN VOOR ESPOIR?

Het team van ESpoir bestaat nu uit een diëtiste, een psycholoog en de toffe therapiehond Gustaaf. Maar gelukkig kan het team ook terugvallen op een heel team van gemotiveerde vrijwilligers. Zin om je aan te sluiten? Graag! Ben jij iemand die graag anderen helpt en een luisterend oor biedt? Als vrijwilliger zorg je mee voor een warme sfeer en begeleid je mensen bij wat ze nodig hebben op dat moment. Dat kan variëren van samen creatief bezig zijn, een spelletje spelen, een goed gesprek voeren, tot hen helpen om tot rust te komen.Maar ESpoir kan natuurlijk ook donaties goed gebruiken.

Alle info:
www.espoir-hulpbijeetstoornissen.be

Initiatieven van ESpoir kwamen mee tot stand met de steun van Een Hart voor West-Vlaanderen, een organisatie van het Streekfonds West-Vlaanderen.
www.streekfonds.be/hart



ESpoir organiseert onder meer groepstherapieën en retraites. (foto ESpoir)