

Beste Inge, Eline en Aukelies,

Middels deze motivatiebrief licht ik graag toe waarom ik deel zou willen nemen aan het Honourslab revalideren = leren.

In een revalidatiecentrum kom je mensen tegen die soms heel heftige dingen hebben meegemaakt, maar het mooie is dat je in een revalidatiecentrum mensen kunt begeleiden/coachen om weer terug te keren naar hun oude of hernieuwde leven, zodat ze weer (zoveel mogelijk) zelfstandig kunnen leven, ze hun leven weer kunnen oppakken en ze weer zoveel als mogelijk deel kunnen nemen aan de maatschappij.

Als het gaat om revalidatie zijn er nog veel dingen die ik niet weet en waar ik nog veel over zou willen leren. Waar ik heel benieuwd naar ben is hoe de behandeling van een cliënt eruit ziet. Hoe werken verschillende professionals samen om de doelen van de cliënt te behalen en de behandeling aan te passen aan persoonlijke voorkeuren, de cliënt staat tenslotte centraal. Hoe verwerken professionals de indrukken die ze op hun werk opdoen? Hoe gaan ze hiermee om? Wat als de revalidatie minder slaagt dan gehoopt en zou het iets voor mij zijn om in de revalidatiesector te gaan werken?

Zelf denk ik dat de diëtist een grote rol kan spelen binnen een revalidatiecentrum. Voeding is als het ware de brandstof voor je lichaam. Zeker voor mensen die in een revalidatie zitten. Voornamelijk aan het begin van de revalidatie is voeding één van de weinige dingen die misschien redelijk snel resultaat zouden kunnen geven. De juiste voeding zou van invloed kunnen zijn om het herstel mogelijk te bevorderen.

Naast voeding denk ik dat er nog veel meer factoren meespelen voor de revalidant, zoals bewegen, slaap, ontspanning, zingeving en sociale factoren. Als deze factoren allemaal positief uitpakken kan er een hele gezonde leefstijl en vooral een gelukkig leven uit ontstaan. Revalidatiepatiënten hebben soms noodgedwongen een ander leven gekregen. Het lijkt me een uitdaging om de revalidatiepatiënt te helpen naar een terugkeer naar het oude of naar een hernieuwd leven, waarin de patiënt gelukkig kan zijn en waar de patiënt weer zoveel als mogelijk mee kan doen in de maatschappij.

Zelf zou ik het liefst de hele wereld verbeteren, maar helaas gaat dat niet. Dit vind ik soms best lastig, de wereld verandert de laatste tijd heel erg, positief maar ook negatief. Ik denk dat we allemaal de wereld een stukje beter zouden kunnen maken, maar dat begint bij jezelf. Alleen door eerst zelf een goede leefstijl aan te nemen, kun je dit overdragen aan anderen.

In mijn vrije tijd geef ik turntrainingen. Dit vind ik super leuk om te doen, omdat ik veel met kinderen werk en ik turnen erg leuk vind. Maar vooral, omdat ik mijn kennis over turnen kan overdragen aan anderen en anderen kan stimuleren om te bewegen, want regelmatig bewegen is erg belangrijk. Zo zou ik het later ook graag willen zien in mijn beroep: Aan andere mensen kennis over voeding en leefstijl overbrengen om ze vervolgens te helpen om de juiste keuzes te maken, maar ook om te helpen om dingen weer op te kunnen pakken, gezond te leven en bovenal gelukkig te zijn.

Graag zou ik mijn motivatiebrief in een persoonlijk gesprek verder willen toelichten.

Met vriendelijke groet,

Lotte Bredewoud



Slapen



Bewegen



Ontspanning



Voeding



Revalidatie



Zingeving



Sociaal