



Gepubliceerd op Kijk op Koo 14-11-2019 23:19 (<https://www.kijkopkoo.nl>)

[Koo](#) > Ik voel me blijer en gezonder



Vroeger leidde Sharmila een luxeleventje. Ze zat er warmpjes bij. Helaas kwam ze in de schulden terecht toen ze haar baan verloor en ging scheiden.

Sharmila vertelt: “In die tijd kwamen ook onverwerkte ervaringen uit mijn jeugd naar boven. Door alle zorgen kon ik niet meer goed nadenken. Mijn financiële situatie werd alleen maar slechter. Ik sloot me af voor anderen en het ging bergafwaarts met mijn gezondheid.”

De juiste ondersteuning

Uiteindelijk vond Sharmila de weg naar hulp en ging het langzaam beter. “Ik leerde mijn administratie te ordenen en kreeg inzicht in mijn financiële situatie. Ook vond ik hulp bij mijn psychische problemen.”

Leven weer op de rit

Langzaam maar zeker kreeg Sharmila haar leven weer op de rit. Ze vond zichzelf terug en kwam lekkerder in haar vel te zitten. Toen ze eraan toe was, ging Sharmila als vrijwilliger aan de slag bij een wijkplein. “Het was het beste dat me in tijden overkwam! Ik heb er hele fijne mensen ontmoet (collega’s én klanten) en zoveel geleerd. Ik weet nu ook precies welke regelingen er zijn voor mensen met een laag inkomen”.

Fulltime aan het werk

Inmiddels heeft Sharmila een betaalde, fulltime baan gevonden. “Het duurt nog wel even voor ik helemaal uit de schulden ben. Vroeger had ik in materiële zin alles. Nu heb ik weinig, maar ik heb ook niet veel nodig. Ik voel me blijer en gezonder dan ooit. Sharmila coacht als vrijwilliger mensen die in dezelfde situatie zitten. Mijn belangrijkste advies: blijf niet aanmodderen en vraag om hulp.”

[Over deze website](#)
