



Ruth

INTEGRATIEF COACH &
ERVARINGSDESKUNDIGE

PRESSKIT

Hoi, ik ben Ruth

INTEGRATIEF COACH & ERVARINGSDESKUNDIGE

Synopsis

Ooit genoot Ruth Doetjes (1986) van een dynamisch leven vol sport, vrienden en betekenisvol werk. Sinds de geboorte van haar dochter in 2016 leeft Ruth met chronische pijn en speelt haar leven zich voornamelijk af op de bank.

Na vele doorgemaakte medische en emotionele rollercoasters heeft ze een bevrijdende levensbalans gevonden, ook al is haar pijn nog altijd aanwezig. Ruth verlangt ernaar haar ervaringen te delen met anderen, onder meer via haar coachpraktijk, 'Morgen dans je weer'.

Wie ben ik?

Ik ben Ruth ('86), getrouwd, en moeder van een dochter waar we met veel plezier voor zorgen en van genieten. Mijn hart gaat uit naar mensen. Ik ben een rustige, oprechte en inlevende vrouw. Praten over koetjes en kalfjes is niet zo aan mij besteed, ik houd van goede gesprekken, van de natuur en had voorheen een dynamisch en sportief leven.

Op mijn 18e begon ik aan de opleiding HBO-v. Daarna werkte ik 10 jaar met veel passie als verpleegkundige op verlos- en gynaecologie-afdelingen.

Lange tijd was ik ongewenst kinderloos. Na 9 jaar huwelijk en na vele vruchteloze fertiliteitstrajecten werd ik alsnog zwanger. De bevalling trok een zware wissel op mijn lichaam en leverde -naast een schitterende dochter- chronische pijn op. Hierdoor speelt mijn leven zich grotendeels af op de bank. Dit heeft mijn leven op de kop gezet. ([Ik maakte hierover een podcast](#))

Hoi, ik ben Ruth

INTEGRATIEF COACH & ERVARINGSDESKUNDIGE

Op zoek naar een nieuwe balans

Door mijn beperkte belastbaarheid moest ik mijn leven opnieuw inrichten. Wie ben ik? Wie wil ik zijn? En hoe vind ik nieuw perspectief voor mijn levensloop? Het vinden van antwoorden op deze vragen was een pijnlijke, maar ook leerzame worsteling.

Door de ervaring van ongewenste kinderloosheid, mijn hooggevoelige aard en de chronische pijn die ik voel, heb ik keuzes leren maken die niet altijd de norm zijn. Soms gaan mijn keuzes in tegen de sociaal wenselijke norm, omdat mijn lichaam iets anders nodig heeft.

Ik geloof dat we rijker en voller leven wanneer we onszelf kennen, inclusief onze bagage, overtuigingen en patronen. Door me bewust te worden van wie ik werkelijk ben, ervaar ik innerlijke vrijheid, los van mijn omstandigheden.

We zijn niet alleen

Wat heb ik het fijn gevonden dat er coaches waren om mee te praten! Mensen die mij een spiegel voorhielden en waarvan ik kon leren. Ook heb ik veel kennis opgedaan door coachopleidingen, therapieën en pijnbehandelingen. Nu vind ik het een voorrecht om met anderen op te lopen tijdens hun ontdekkingsreis naar meer vrijheid en vertrouwen in zichzelf.

PODCAST

Ik heb een podcast (**Morgen dans je weer**) die nu bestaat uit 3 afleveringen. Deze podcast is te beluisteren op Apple Podcast & Spotify.



PUBLICATIE

In maart 2023 verscheen mijn verhaal in het EVA magazine. Dit artikel is online te vinden op de website van de EO.



BEELDMATERIAAL

Ik heb verschillende beelden beschikbaar in mijn presskit. Deze worden op aanvraag met jou gedeeld.



HUISSTIJL ELEMENTEN

Ook heb ik verschillende logo's beschikbaar in diverse formaten. Deze worden op aanvraag met jou gedeeld.



Contactgegevens

PERSOONLIJK

Ruth Doetjes - Wijnen

Mail: ruth@morgendansjeweer.nl

Telefoon: 06 16 46 70 10

INFORMATIE

www.morgendansjeweer.nl

blog.morgendansjeweer.nl

