

## Revalidant Tanja vertelt

Tanja heeft de chronische neurologische aandoening multiple sclerose, beter bekend als MS. Dat is een aandoening waarbij je eigen immuunsysteem je zenuwbanen aanvalt. Tanja werd gevraagd om mee te doen aan het project en zei volop ja door haar liefde voor dieren. Voor haar was het revalidatietraject een schot in de roos.



*Ik kan het zeker aanraden, revalideren op een herstelboerderij. Het is echt een hele belevenis. Bijvoorbeeld de ongelijke ondergronden op de boerderij waren voor mij een goede oefening om mijn evenwicht te behouden. In revalidatiecentra wordt dat nagedaan met matten, maar daar staan de begeleiders ook echt naast je. Op de boerderij was er wel steeds begeleiding dicht in de buurt, maar **wou je toch extra je best doen** zodat je geen hulp moest roepen. Dus dat maakte mij wel zelfstandiger.*

Elke keer wanneer ik het stro bij de schapen ging verversen, was dat **echt een uitdaging** om stabiel te blijven staan. Soms vreesde ik er wel voor dat de schapen me dan omver gingen lopen. Het is soms wel zwaarder dan in het centrum, maar dat is net het goede aan helpen op zo'n herstelboerderij. Je denkt dat je dingen niet kan, maar daar ga je ze toch gewoon proberen en dan blijkt dat je het eigenlijk wel kan. Zo **verleg je je grenzen** weer. Thuis probeer ik nu ook vaker te stappen in plaats van de rolstoel te gebruiken omdat ik nu weet dat ik meer kan dan ik denk.

Ook op sociaal vlak heeft het werken op de herstelboerderij mij geholpen. Ik ben vrij stil normaal, maar daar kwam ik in contact met nieuwe mensen die oprecht interesse in mij toonden en nu stel ik me veel opener op. Ik voel me echt **beter in mijn vel** en durf meer te vertellen.

Bovendien wordt je werk ook echt **geapprecieerd**. Zowel door de boer als door de dieren. Dat zorgt ervoor dat

mijn motivatie groter is. Wanneer ik vroeger een slechte

dag had, belde ik al gemakkelijker af, terwijl je dat nu niet doet, want er wordt op jou gerekend.

Je merkt dat die beestjes ook blij zijn om jou te zien en dat doet deugd.

Ik hoop dat ik snel weer opnieuw kan gaan!

