

# Duik in je levensgeschiedenis

“Iedereen heeft een unieke levensgeschiedenis”, zegt levensverhalencoach Frederiek Eggink. “Er zijn een heleboel manieren om naar je eigen geschiedenis te kijken.” Ze helpt mensen met het optekenen van hun levensverhaal.

Hanny Wieles

**HOUTEN** - Frederiek geeft tips over hoe mensen hun levensverhaal kunnen vormgeven. “We kijken naar welke invalshoeken je gekozen hebt, waar je accenten hebt gelegd en waarom. Dat reflecteren is erg belangrijk, juist om wijzer van je eigen levensgeschiedenis te worden.” Frederiek is historica, informatiespecialist en gecertificeerd coach. Vroeger werkte ze in de bibliotheek van Icode, een organisatie gespecialiseerd in de gevolgen van oorlog en geweld. Veel bezoekers hadden oorlogservaringen, wilden geen therapie meer, maar hadden wel een grote behoefte om hun levensverhaal te vertellen. Frederiek dacht met hen mee en zocht informatie op die hen hielp de gebeurtenissen in hun leven een plaats te geven. Tegenwoordig interviewt Frederiek mensen die hun



Frederiek Eggink helpt mensen met het optekenen van hun levensverhaal. “In feite heeft iedereen een unieke levensgeschiedenis. Ook als je niet hele aangrijpende dingen hebt meegemaakt.”  
Hanny Wieles

levensverhaal op papier willen zetten: “In de eerste plaats voor hun eigen kinderen en kleinkinderen, ook omdat ze beseffen: in feite heeft iedereen een unieke levensgeschiedenis.” Voor een mevrouw die in Namibië geboren is, maakte ze een heel levensboek met foto's en documenten. Ze interviewde

haar, hielp bij het ordenen van haar levensgeschiedenis in thematische hoofdstukken, zocht informatie op het internet en zette alles in de computer. Trots toont ze het resultaat. Ook voor Houtenaren is het interessant hun levensverhaal te laten optekenen: “Ik kan me voorstellen dat

iemand bijna zijn hele leven lang in Houten heeft gewoond, maar wel alle veranderingen in Houten heeft meegemaakt in zijn leven, bijvoorbeeld zijn jeugd heeft doorgebracht in een van de winkels. Je kunt ook zeggen wat voor werk heb ik gedaan, wat hebben mijn vrienden in mijn leven betekend, mis-

schien heb je wel bijzonder vrijwilligerswerk gedaan wat veel invloed op je leven gehad heeft. Misschien heb je niet hele aangrijpende dingen meegemaakt, maar dat is toch ook een verhaal om op te stellen.” Meer informatie: Frederiek Eggink, [www.muze-f.nl](http://www.muze-f.nl), telefoon: 030-6373752.

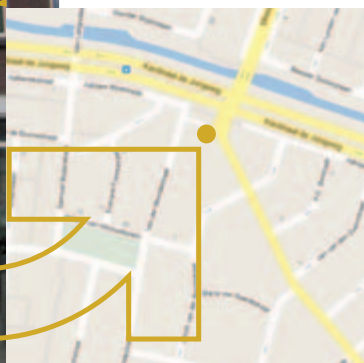
## KORT NIEUWS

### Oskam Taurus zoekt versterking

**HOUTEN** - Oskam Taurus Dames 1 werd afgelopen seizoen vierde in de Topdivisie. Enkele speelsters van het team zullen volgend jaar op lager niveau gaan spelen en daarom zijn wij op zoek naar versterking. Vind je het leuk om met ambitieuze trainers en speelsters je volleybalcapaciteiten (verder) te ontwikkelen? Stuur dan een e-mail naar [stichtingtaurusdames1@volley.nl](mailto:stichtingtaurusdames1@volley.nl).

### Voorlezen over muisje Lizzie

**HOUTEN** - Elke derde woensdag in de maand van 15.00 tot 15.30 uur kunnen kinderen van vier tot en met zes jaar komen luisteren naar een voorleesverhaal in Bibliotheek Houten-Schoneveld, Zonnehout 36. Na afloop krijgen de kinderen materiaal mee naar huis voor een knutsel over het thema. Op woensdag 15 mei is het voorleesboek ‘De wonderbaarlijke goocheltruc’ van Tracey Corderoy. Muisje Lizzie doet alles wat haar grote broer doet. Omdat hij daar een beetje genoeg van krijgt, probeert hij haar weg te toveren. Maar als dat lijkt te lukken, schrikt hij. Wat nu?



## Goudwisselkantoor

Adriaen Beyerkade 32  
(kruising Kardinaal de Jongweg/Antonius Matthaeslaan)  
3515 XV Utrecht  
T 030-2731740

[utrecht@goudwisselkantoor.nl](mailto:utrecht@goudwisselkantoor.nl)  
[www.goudwisselkantoor.nl](http://www.goudwisselkantoor.nl)

**Openingstijden:**  
Dinsdag t/m zaterdag van 9.30 - 17.00 uur

## Verzilver uw goud

De goudprijs en zilverprijs waren nog nooit zo hoog. En dus kan het interessant zijn juist nu uw gouden sieraden, munten en zilver te verkopen. Maar dan wel aan een vertrouwd adres: het Goudwisselkantoor.

Goudwisselkantoor is eigendom van familie De Ruiter, al ruim 25 jaar een begrip in de wereld van de goudhandel. Vanzelfsprekend is Goudwisselkantoor lid van de diverse vakverenigingen. Goudwisselkantoor is geen winkel, maar koopt uitsluitend goud, zilver en munten in. Door onze jarenlange ervaring weten we waar het om gaat in de goudwereld. U krijgt dus een reële taxatie en een goede prijs.

Zonder een afspraak te maken kunt u dus met uw sieraden, horloges, baren, munten, zilver bestek, zilveren schalen en verzamelingen langskomen.

Wacht niet langer, profiteer van de huidige hoge goudprijs en kom bij ons langs voor een vrijblijvende taxatie.

Let op: **verplichte legitimatie bij binnenkomst!**

### Goudwisselkantoor

- ruim 25 jaar ervaring in goud, zilver en munten
- een deskundige en vrijblijvende taxatie
- contante betaling of indien gewenst per bank
- discrete ruimte voor de taxatie
- advies in het beleggen van goud en zilver
- meer dan 50 locaties door heel Nederland

