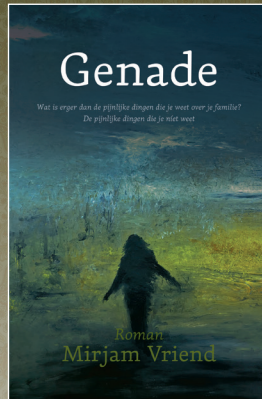


Vanaf 7 oktober

Boeklezing *Genade* over depressies binnen een gezin

door auteur, professioneel actrice en ervaringsdeskundige
Mirjam Vriend met muzikale begeleiding

Vanaf 7 oktober is Mirjam Vriend beschikbaar voor lezingen, tegelijk met de release van haar nieuwe psychologische roman Genade. Deze roman, met autobiografische elementen, speelt zich af in de wereld van de klassieke muziek en gaat over een jonge vrouw die zich probeert te ontworstelen aan de ballast van haar familie. Een verhaal over de impact van depressie binnen een gezin, knellen de familiebanden, én de kracht en schaduwzijde van de band tussen moeder en dochter.



Is depressie een biologisch defect of een noodrem van de ziel? En is depressie erfelijk? In haar lezing gaat Mirjam Vriend als ervaringsdeskundige uitgebreid in op deze vragen. Ze groeit op met een moeder die aan depressies lijdt en ook Mirjam zelf maakte kennis met vijftig tinten zwart. Maar ze is er ook van overtuigd dat het accepteren van ballast in je leven essentieel is, en het doorbreken van je karma noodzakelijk. Om het heelproces op gang te brengen. Dat heeft Mirjam gedaan, inmiddels gaat het al heel lang goed met haar.

In Nederland krijg 1 op de 5 mensen ooit in het leven last van een depressie. Onderzoek laat zien dat depressiepreventie zowel effectief als kostenbesparend is. Nadat Mirjam zelf werd overvallen door depressies, heeft ze als moeder van twee kinderen de statistieken onderzocht op erfelijkheid. Ze ontdekte

in wetenschappelijk onderzoek dat de kans op een depressie bij een kind verdubbelt met een depressieve ouder. Een depressieve grootouder erbij verdriedubbelt de kans op depressie bij een kind. Ze vertelt in de lezing over de impact hiervan en hoe ze hiermee in het dagelijks leven omgaat.

Vanaf 7 oktober

Wordt zelf geïnspireerd door een lezing van *Mirjam Vriend*!

Voor de lezingen van auteur en actrice Mirjam Vriend is i.s.m. Productiehuis Plezant een speciaal muzikaal-literair programma ontwikkeld. Met een belangrijke rol voor cellisten Eva Van de Poll of Tjakina Oosting, die de lezing muzikaal omlijsten.

Onderdeel van de boeklezing is de monoloog *Vrouw smacht Moeder*, die zowel over de moederpersonage in de roman *Genade* gaat als over haar eigen persoonlijke ervaringen.

De lezing van Mirjam Vriend kan worden geboekt voor optredens in literaire cafés, boekhandels, bibliotheken en leesclubs. Maar deze lezing is ook zeer geschikt ter inspiratie en reflectie voor opleidingen op het gebied van psychologie, sociaal maatschappelijk werk, groepswerk, GGZ en ter teambuilding.

Wilt u een muzikaal-literaire lezing van Mirjam Vriend boeken of zelf bijwonen?

Voor meer informatie, prijzen en data kunt u contact opnemen met:
Alexia van Wijk | telefoon 06-11533438 | e-mail alexia.vanwijk@plezant.nl
Kijk ook op <https://mirjam-vriend.nl/voordrachten>

