

Jonge moeder Karla (37) is op zoek naar meer evenwicht in haar leven, professor in de psychologie Anton van der Geld helpt haar op weg

Karla: 'Vijf maanden geleden werd mijn zoontje Daan geboren, en sindsdien zit mijn leven overvol. Ik werk fulltime en mijn weinige vrije tijd wijd ik aan mijn zoon. Er blijft bijna geen tijd meer over voor mezelf. Sporten, shoppen, met vrienden afspreken,... het lukt niet meer. Ik probeer daarom uit te zoeken hoe ik alles het beste kan combineren. Hoe kan ik de combinatie werk-gezin makkelijker maken zonder dat ik mijn zoontje daarmee tekort doe, hoe regel ik het dat ik toch kan sporten? Ik wil zo snel mogelijk een oplossing, want door die onbalans voel ik een voortdurende gejaagdheid. Ik wil de rust in mezelf terugvinden, die heb ik nodig om goed te functioneren.'

Coach Anton van der Geld:

'Het is mooi hoe Karla die onbalans opmerkt, er over nadenkt en ook op zoek gaat naar mogelijkheden om dat onevenwicht ongedaan te maken. Ze heeft al allerlei plannetjes in haar hoofd om toch weer te sporten of om naast moeder ook carrièrevrouw te zijn, en dat is fantastisch. Alleen is ze ongeduldig. Haar leven is de voorbije veertien maanden drastisch veranderd, ze mag niet verwachten dat alles na een paar maanden alweer in de plooi valt. Het is ook logisch dat ze op dit moment wat uit balans is, het zou veel vreemder zijn mocht ze dat bij zo'n levensgebeurtenis niet zijn. Maar ik merk dat ze dat onevenwicht positief aanpakt. In haar gedachten is ze daarmee bezig en mijn '10 stappen' zullen haar daarbij effectief helpen.'

■ DOOR **LIEVE CLAEYS** / FOTO'S **CATHY** VOOR I&C / MAKE-UP **ISOLDE** VOOR MODEL'S OFFICE

MET DANK AAN MAASMECHELEN VILLAGE. JE VINDT ER HET HELE JAAR TOPMERKEN AAN KORTINGEN VAN 30 TOT 60%. (OOK OPEN OP ZONDAG!) DE KLEDINGMERKEN IN DEZE REPORTAGE ZIJN BCBG, BELLEROSE, BENETTON, LIU JO, NIKE, BJÖRN BORG, ESSENTIEL, GEOX, FURLA, IC COMPANYS, MANDARINA MINT, MER DU NORD, OLIVIER STRELLI, PUMA, SCAPA, SHOP SHOES EN TALKING FRENCH. MEER INFO: WWW.MAASMECHELENVILLAGE.COM.

MET DANK AAN JBC, FALKE EN BOETIEK ZANDELEE IN SCHILDE (KLEDIJ SONJA KIMPEN).

