

Die Autorin Katrien Jacobi



„Oasen im Alltag“ ist das erste Buch von Katrien Jacobi. Schon als Kind hatte Katrien Jacobi immer ein Buch dabei und bereits als Jugendliche träumte sie davon, selbst eines zu schreiben. Mit Mitte fünfzig hat sie sich diesen Traum nun endlich verwirklicht.

Wenn man sie fragt, warum sie dieses Buch geschrieben hat, lautet ihre Antwort:

„Ich möchte etwas verändern, etwas bewegen. Dieses Buch hätte ich mit zwanzig noch nicht schreiben können. Aber jetzt konnte ich es – also war für mich klar: Mach es!“

Katrien Jacobis Wissensschatz ist nicht gerade klein. Außerdem kann sie manchmal Dinge erkennen, die anderen Menschen nicht so schnell auffallen. Analytisches und strukturelles Denken stehen bei ihr dicht neben der Intuition. Das spiegelt sich auch in ihrem Debüt-Ratgeber wieder.

Katrien Jacobi hat sich immer schon mit Menschen umgeben, von denen sie lernen konnte. Aufgewachsen ist sie in Belgien, Deutschland und der heutigen Republik Kongo. Mit sechzehn entdeckte sie ihre Begeisterung dafür, Menschen zu helfen, und studierte wenig später Medizin in ihrer Geburtsstadt Gent. Die Fragen der Psyche und der Ernährung waren von Anfang an zentrale Themen für sie.

Sie war Mitte zwanzig, als sie ihr erstes Kind bekam und als wissenschaftliche Mitarbeiterin am Universitätsklinikum Gent arbeitete. Der Spagat zwischen Job und Kind machte ihr zu schaffen. Auch bei den folgenden Kindern wechselte sie zwischen Erziehungszeiten und freiberuflichen, wissenschaftlichen Tätigkeiten hin und her. Der Spagat zwischen Job und Kindern machte ihr zu schaffen.

Als ihr jüngstes Kind sieben Jahre alt war, legte sie mit Mitte vierzig noch einmal beruflich los und baute aus vielen kleinen bestehenden Elementen ein Gesamtprojekt auf: das Adipositaszentrum in Wesseling. Dort entwickelte sie in Zusammenarbeit mit ihrem Mann und zahlreichen Mitstreitern das multimodale Abnehmprogramm Smart XL®. Sie koordinierte und leitete das Zentrum viele Jahre lang mit jeder Menge Herzblut.

Heute lebt Katrien Jacobi mit Mann und Hund in Bonn, hat drei erwachsene Töchter und bereits Ideen für ihr nächstes Buch.