PERSBERICHT

Wassenaar, oktober 2026

Moeder en dochter maken depressie bij jongeren bespreekbaar

Marlies van der Hout met het project ; (Puntkomma) finalist BWNL Award 2026

Over depressie bij jongeren hoor je vooral verhalen die slecht aflopen. Marlies van der Hout (1971) en haar dochter Tess (2006) uit Wassenaar laten de andere kant zien. In het boek ; (Puntkomma) vertellen vijf jongvolwassen vrouwen hoe zij in hun puberteit depressief waren en een nieuw toekomstperspectief vonden. Marlies van der Hout is met het project ; (Puntkomma) genomineerd als finalist voor de BWNL Award 2026, de prijs voor vrouwelijke ondernemers met maatschappelijke impact.

Van eigen ervaring naar boek

In september 2020 vertelde Tess haar ouders hoe het echt met haar ging. Er volgden ruim twee jaar strijd tegen een depressie. Marlies ervoer hoe eenzaam die strijd ook voor ouders is. Ze nam zich voor om, als het goed zou komen, de wereld dat andere, hoopvolle verhaal te laten zien. Eind 2024 legde ze haar goedlopende praktijk stil om zich volledig op het boek te richten.

Tess interviewde de meiden, Marlies tekende hun verhalen op en sprak ook met hun ouders. Elk verhaal eindigt met tips van de jongere voor andere jongeren en van de ouders voor andere ouders. Het slothoofdstuk kwam tot stand in samenwerking met prof. dr. Bernet Elzinga, hoogleraar stressgerelateerde psychopathologie aan de Universiteit Leiden. De illustraties zijn van Nina van Putten, een van de meiden uit het boek.

Impact

Het boek werd op 20 maart 2026 gelanceerd met een theatervoorstelling. Die was binnen 48 uur uitverkocht en trok in totaal 275 bezoekers, in het theater en via de livestream. Inmiddels heeft het boek meer dan 650 lezers en wordt het gebruikt op scholen en door GGZ-teams. Het project kreeg aandacht in onder meer het AD, het Leidsch Dagblad, het Haarlems Dagblad en BWNL Magazine, en in diverse podcasts.

Meer dan een boek

- Lezingen: Marlies spreekt, alleen of samen met Tess, op scholen en bij organisaties. Ook is zij ervaringsdeskundige spreker in de trainingen van Stichting Samen Sterk voor GGZ Rivierduinen.

- Uitwaaimoment;: een strandwandeling voor moeders van een puber met depressie. De eerstvolgende is op zaterdag 31 oktober in Wassenaar.

"Ik wil tegen zowel jongeren als ouders zeggen: je bent niet alleen, en het kan goed komen. Elke dag eerder praten over hoe het echt met je gaat, is een dag eerder de juiste hulp." - Marlies van der Hout

"Het is echt heel belangrijk om het iemand te vertellen als het niet goed met je gaat, maakt niet uit wie. Blijf er niet in je eentje mee rondlopen." - Tess van der Hout

---

Noot voor de redactie (niet voor publicatie)

Voor interviews, persfoto's of een recensie-exemplaar: Marlies van der Hout, info@marliesvanderhout.nl, +31 (0)6 43 40 86 81. Mediakit, persfoto's en eerdere publicaties: marliesvanderhout.nl/mediakit

Boek ; (Puntkomma) - Echte verhalen over depressie, hoop en perspectief. Marlies en Tess van der Hout. ISBN 9789465332826. Verkrijgbaar via de boekhandel en via marliesvanderhout.nl/boek (gesigneerd).

Hulp nodig? Denk je aan zelfmoord? Bel 113 of 0800-0113 (gratis), of chat via 113.nl.