

Verwonder je over de wereld om je heen

Gezond zijn, opvoeden: we zijn er dagelijks mee bezig. Welke lessen leerde u van het leven en wilt u aan anderen overdragen? Vandaag: Ellen Wissink en Stijn van Langen en hun kinderen Teun (7) en Tessel (3) uit Nijmegen.

Lisette Wouters

Blijf het avontuur opzoeken, ook met kinderen

Ellen: „Voordat we kinderen kregen, reisden we al veel. Een jaar door Australië, Nieuw-Zeeland en Zuidoost-Azië en een halfjaar door Zuid-Amerika. We vinden het heerlijk om mensen te ontmoeten en ons te verwonderen over nieuwe plekken. Toen de kinderen kwamen, was het vanzelfsprekend dat het reizen door zou gaan, al zijn de tripjes nu minder lang en worden ze veel beter voorbereid.”

Stijn: „Voordat Ellen zwanger werd, heb ik haar een plechtige belofte moeten doen: nooit een Landal- of Center Parcshuisje met de kids.”

Ellen: „Zo'n park geeft mij zo'n verstikkend gevoel, alsof ik op slot zit achter die slagboom. Alles ligt vast en alle spontaniteit en creativiteit ebbten weg.”

Stijn: „We blijven het avontuur opzoeken, ook met de kinderen. Toen Teun nog geen jaar oud was, zijn we met een camper door Zuid-Amerika gaan reizen. Later gingen we met hem naar onder andere Zuid-Afrika en Cuba. Ook na Tessels komst in 2012 zijn we blijven reizen. We zijn naar IJsland, Japan, Noorwegen en Canada gegaan bijvoorbeeld. In totaal zijn we zo'n zes tot zeven weken per jaar weg. Twee schoolvakanties en dan vaak nog een paar keer per jaar een weekendje.”

Ellen: „Onze verwondering werkt aanstekelijk op de kinderen. Toen Tessel 2 of 3 jaar was, reden we ergens in Noorwegen met de auto een hoek om toen ze ineens enthousiast riep: 'Kijk, een uitzicht!' Heerlijk, zo zijn wij ook.”

Alles is fascinerend als je je erin verdiept

Ellen: „Voor elke reis of vakantie kijken we samen met de kinderen waar een land ligt op de kaart, welke taal de mensen er spreken en wat ze er eten en drinken. We oefenen woorden in die taal of koken een lokaal gerecht. Zo bereiden we hen voor op wat komen gaat en leren we ze dat het leuk is om je ergens in te verdiepen.”

Stijn: „Ik las onlangs een citaat van de Amerikaanse reisboekenschrijver Bill Bryson waar ik mezelf in herken. Hij zei: 'Alles is fascinerend, als je je er maar in verdiept.' Dat geloof ik ook.”

Ellen: „Stijn en ik zijn allebei heel nieuwsgierig. Er ligt altijd een iPad op tafel bij ons. Als iemand een vraag heeft, gaan we meteen op zoek naar het antwoord. Dat gebeurt bijna dagelijks. We hebben ook allebei veel hobby's. Ik fotografeer en Stijn is de laatste tijd veel met koken bezig, in het bijzonder met het fermenteren van eten.”

Stijn: „Teun ziet dat en pikt dat op, hij wil helpen en meedenken. Toen hij een kookprogramma op televisie voorbij zag komen, zei hij: 'Laten we dat kijken, misschien vertellen



Ik heb een belofte gedaan: nooit naar een Center Parcshuisje met de kids

— Stijn van Langen

ZO DOEN WIJ DAT



DE FAMILIE



▲ Ellen Wissink (42) is arbeidshygiënist bij AAJ advies en hobbyfotograaf



▲ Stijn van Langen (45) is manager bij Essent



▲ Teun (7), groep 3



▲ Tessel (3) gaat naar groep 1

ze iets over fermenteren.”

Ellen: „We vinden het leuk om nieuwe dingen uit te proberen en dat zie ik terug bij de kinderen. Teun eet bijvoorbeeld bijna alles, van zalm tot inktvis en zeewier. Hij heeft zelfs een keer gefermenteerde haai geprobeerd. 'Lekker stukje vis', zei hij. Oesters vind hij ook heerlijk, op reis bestelde hij er een keer tien.”

Teun: „Ik vind ze lekker glibberig en zout.”

Stijn: „Op weg naar IJsland in 2014 complimenteerde Teun de stewardess met haar kookkunsten.”

Respecteer andermans waarden en normen

Ellen: „Onze kinderen krijgen veel vrijheid, maar ze mogen zeker niet alles. Ik denk zelfs dat wij strenger zijn dan andere ouders. De grondregeles zijn: niet schreeuwen, geen ruziemaken en als je iets wilt, dan vraag je dat netjes.”

Teun: „Ik vind ze meestal niet heel streng.”

Ellen: „Tijdens het reizen worden normen en waarden als het ware uitgevergroot. We logeren bijvoorbeeld vaak via Airbnb in een huis van andere. Dat betekent dat je altijd omringd bent door de spullen van een ander. Dat kun je zien als een risico-vooral met de dunne rijstpapieren wandjes in Japan is dat af en toe best spannend. Maar het is ook de ultieme kans om je kinderen bij te brengen dat de spullen van anderen kostbaar

▲ Ellen (r.): 'Als iemand een vraag heeft, gaan we meteen op zoek naar het antwoord.'

FOTOS: EVELINE VAN ELK

zijn en dat je ze onder geen beding kapot mag maken.”

Stijn: „In Japan gelden sowieso andere normen en waarden dan als we thuis zijn, het is daar bijvoorbeeld heel ongebruikelijk om te rennen of te schreeuwen op straat. Dat weten de kinderen heel goed, want dat hebben we van tevoren samen met hen opgezocht. Ook in een vliegtuig en restaurant gelden normen en waarden meer dan thuis. De kinderen mogen daar van ons niet rennen, schreeuwen of op de iPad spelen met het geluid hard aan. Omdat de regels voor hen duidelijk zijn, gaan lange vluchten vaak goed.”

Teun: „Ik vind vliegen altijd heel leuk. Je mag er slapen, krijgt lekker eten en kunt heel mooi naar beneden kijken.”

Ellen: „Natuurlijk zijn er minder fijne momenten. Als Teun moet overgeven of Tessel tijdens het opstijgen ineens alles onderplast, denk je wel even: waar ben ik aan begonnen. Maar dat zijn uitzonderingen.”

Ervaringen zijn belangrijker dan spullen

Ellen: „We kunnen niet op deze manier leven en ook in een mooi huis wonen met dure gadgets en twee auto's voor de deur. Dat is ook helemaal niet wat we willen. Ervaringen opdoen vinden we veel belangrijker, ook als we in Nederland zijn. We gaan liever een dag met de kinderen op stap dan dat we nieuwe

schoenen of kleren kopen.”

Stijn: „Die hang naar materialisme hebben we allebei nooit gehad. Een nieuwe auto heeft voor ons geen meerwaarde. Een nieuwe ervaring wel.”

Ellen: „Daar word je een completer mens van. Ik verheug me er nu alweer op om nieuwe dingen te zien of me ergens over te verwonderen. Daar worden wij gelukkig van. Het zou een enorme verarming zijn om een dure Prius voor de deur te hebben staan, maar minder te kunnen ondernemen.”

De verschillen maken het team goed

Ellen: „Stijn en ik zijn heel verschillend, dat maakt ons een sterk team. Natuurlijk clast dat weleens in een slechte bui, want onbegrip ligt op de loer. We kunnen ons soms enorm ergeren aan hoe de ander iets doet. Dan staat de keuken ineens vol met bakjes gefermenteerd eten en is het een grote puinhoop.”

Stijn: „Of we zijn op pad en Ellen neemt uitgebreid de tijd om een foto te maken, terwijl de kinderen en ik door willen lopen.”

Ellen: „Achteraf kunnen we daar dan wel om lachen, ook omdat we het mooi vinden om te zien dat de ander zo met zijn passie bezig is.”

Stijn: „De kinderen zijn ook heel verschillend. Teun is nogal bedachtzaam en Tessel is juist heel direct. Dat mag. Ze mogen van ons zijn wie ze zijn, we willen ze niet vormen.”

WINNAAR ZOMERFOTO



Kleinkinderen in de boot genomen

In de haven van Ter-schelling ontspannen kinderen op het schip van hun vader.

De winnende zomerfoto is gemaakt door hun opa Jan Schakenraad (70) uit Win-

terswijk. Hij fotografeerde zijn kleinkinderen op de zeilboot van hun vader. Hij zegt zelf: „Met deze foto ben ik blij, ik vind het een mooi sfeerplaatje. Fotograferen is een hobby

van me. Gelukkig heb ik er veel tijd voor en met de nieuwe camera zal ik ongetwijfeld nog meer op pad gaan.” Zijn foto is gekozen uit 873 inzendingen.

Hulplijn

Jongeren hebben vaker een vluchtwezel nodig

Arnoud Kluiters

Een groeiend aantal jongvolwassenen belde de afgelopen maanden naar de landelijke hulplijn Sensor. Mede een gevolg van de bezuinigen in de geestelijke gezondheidszorg (ggz), vermoedt directeur Willemieke Ottevanger. „Bij ons kunnen jongeren hun verhaal kwijt.”

Van liefdesverdriet tot een paniekaanval: 1.154 mensen van 18 tot 30 jaar belden in juli naar Sensor om over hun problemen te praten. In februari waren dat er nog 300 minder.

Wat verklaart die stijging bij de jonge bellers?

„Dat is gissen. Er zijn flinke bezuinigingen doorgevoerd in de ggz. Als gevolg daarvan kunnen jongeren minder goed met hun problemen terecht bij een professional. Of ze weten niet goed waar en bij wie ze moeten aankloppen. We hebben ook vaker de media hebben opgezocht, waardoor jongeren ons wellicht makkelijker weten te vinden.”

Welke hulp geven jullie de mensen die bellen?

„We hebben niet alleen bellers, maar ook chatters en



▲ Willemieke Ottevanger, directeur van Sensor.

mailers, van alle leeftijden. Zij kunnen via de hulplijn op elk uur van de dag in contact komen met een van onze getrainde, anonieme vrijwilligers, dus niet met een professional. Onze vrijwilligers luisteren vooral naar hun verhaal en kijken samen met de beller waaraan behoefte is.”

Wat betekent de hulplijn voor de maatschappij? „Begin dit jaar is onze registratie verbeterd en daarmee ook onze toegevoegde waarde. Constateert het Centraal Bureau voor de Statistiek bijvoorbeeld een toename in het aantal zelfmoorden, dan kunnen we anoniem en gericht terugkoppelen waarover mensen ons bellen en in welke situaties ze zich bevinden.”

Met wat voor problemen bellen jongeren jullie?

„Een voorbeeld is een 23-jarig meisje dat ons 's nachts belde. Ze had haar vriend verlaten en had enkele zelfmoordpogingen ondernomen. Over twee maanden kon ze pas terecht bij een hulpverlener. Ze had pillen bij zich en hoorde stemmen in haar hoofd die zeiden dat ze zelfmoord moest plegen.”

Wat doen jullie dan?

„We geven aandacht aan het verhaal en gaan in op de suicidale gevoelens. We kijken hoe urgent de situatie is en of er zaken zijn die toch enige hoop en houvast kunnen bieden. Kan het meisje die nacht misschien bij een vriendin of bij familie slapen? Vaak lucht het gesprek al enorm op. En mensen kunnen ons ook altijd terugbellen.”