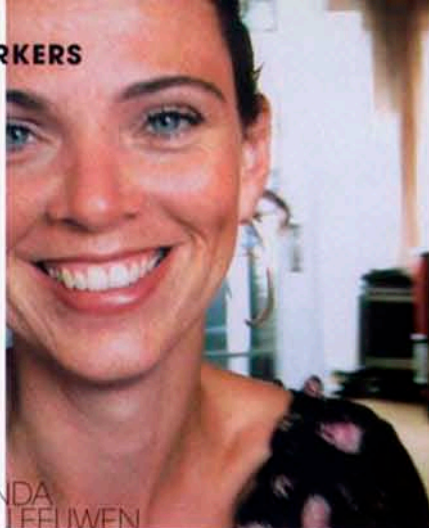


MEDEWERKERS



BRENDA VAN LEEUWEN

reportagefotografe, maakte de foto's bij het verhaal van Jacqueline, de JAN-redactrice die haar kind verloor omdat ze struikelde over een stoep-tegel. Brenda: 'Mijn werkwijze is observeren; ik maak me zo onzichtbaar mogelijk en wacht tot een bepaalde emotie in beeld komt.' Bladzijde 62



MARJOLEIN VAN DER MOLEN

coach en therapeute, adviseerde JAN over flirten en vreemdgaan: 'In mijn praktijk heb ik dagelijks te maken met uit de hand gelopen flirts. Vrouwen van eind dertig worden verliefd omdat ze nú anders zijn dan toen ze hun partner ontmoetten. Maar geen nood: verliefdheid is ook een prachtige kans op zelfontwikkeling.' Bladzijde 42



SANNE WALLIS DE VRIES

is naast cabaretière ook publiciste. Onlangs verscheen haar boek *Aan de rekstok*, een bundel interviews met bekende mannen. Voor JAN maakte ze het interview met Tsjitske Reidinga: 'We bleken veel overeenkomsten te hebben. We hebben er in tweeënhalve uur het hele leven doorheen gejanst. De passages over luiers en voedingen heb ik zoveel mogelijk uit het artikel gelaten.' Bladzijde 10



CYN FERDINANDUS

Cyn Ferdinandus deed de styling van de weekendkeuken: 'Eten is lekkerder als het er mooi uitziet. Daarom gebruik ik, zelfs bij stampot, altijd een timbaaltje om het gerecht op de borden te doen. Als culistyliste moet ik tegenwoordig wel meer moeite doen. Alles is echt. Ijs dat smelt, grillig gesneden frietjes – de pure keuken.' Bladzijde 130

JAN

HOOFDREDACTIE
Marie Nanette Schoepman

ART DIRECTION
Brenda Bakker

CHEF REDACTIE
Esther Goedegebuure

CHEF EINDREDACTIE
Anniemiske van Twuijver

VORMGEVING
Karen Freen, Majel van der Meulen, Lotte Peters,
Rick Visser

CHEF MODE EN BEAUTY
Linda Gerritsen

BUREAU REDACTIE
Jacqueline Cleton

REDACTIE-ASSISTENTIE
Eveline van Wijk, Nienke Schutte

MEDEWERKERS

Bram Bakker, Paulien Barn, Dennis Brandsma, Frank Brandwijk, Brigitte Buissink, Geraldine Caraballo, Roxane Catz, Cindy/House of Orange, Alida Dijk (coördinatie), Greet Dol, Elleke van Duin, Elite Model Management Amsterdam, Eric van den Elsen, Deirdre Enthoven, Cyn Ferdinandus, William Garrett, René Gonkel, Annemarie van Groezen, Margriet de Groot, Manon Hansen, Véronique Hazelzet, Marjan Hageslag, Daphne Huineman (concept-ontwikkeling), Wim de Jong, Bas Kinsbergen, Zamarra Kok, Hans de Kort, Ingrid van Kuringen, Brenda van Leeuwen, Dana van Leeuwen, Francois Levôgèle, Deborah Ligtnerberg, Manique Lubbers, Claudia Mason, Marieke Meijer, Dennis Michael, Marjolein van der Molen, Siska Mulder, Roger Neve, Tische Neve, Harold Pereira, Renske van der Ploeg, Linda Ris (coördinatie), Helen Siegel, Bart Stuart, Bonny Thomassen, Anis de Vree, Sanne Wallis de Vries, Rein van der Werf, Anja van Wijgerden, Natasja van Wijk, Dorine van de Wind, Wink Management, Sylvia Witterman, Tarina Young, Renate van der Zee

UITGEVER

Bloom Publishing in samenwerking met Telegraaf
Tijschriften Groep
Keizersgracht 182-1015 AM Amsterdam 020 530 54 30

CREATIVE DIRECTOR
Marie Nanette Schoepman

MANAGING DIRECTOR
Margreet Nanning

MARKETINGASSISTENTIE
Barbara van Wijngaarden

SALES MANAGER
Emile Zandhuis

copyright JAN is een uitgave van TTG/BLOOM VOF. Niets uit deze uitgave mag, op welke wijze dan ook, worden vervoerd of verspreid zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Het is niet toegestaan JAN zonder schriftelijke goedkeuring op te nemen in een leesportefeuille. JAN is niet wettelijk aansprakelijk voor eventuele onjuistheden in deze uitgave. JAN is niet verantwoordelijk voor handelingen van derden welke mogelijk voortvloeien uit het lezen van deze uitgave. JAN behoudt zich het recht voor ingezonden materiaal zonder kennisgeving vooraf geheel of gedeeltelijk te publiceren. Over uitslagen van prijsvragen en/of speciale acties kan niet worden gecorrespondeerd.

bloom
PUBLISHING

TTG
DE TELEGRAAF TIJDSCHRIFTEN GROEP BV



flirtgevaar

KANS OP VERLIEFD WORDEN
EN VREEMDGAAN

Op het schoolplein wordt enthousiast geflirt. Door de ouders.
Boys will be boys and girls will be girls. Maar wanneer wordt flirten versieren?
En wanneer verandert versieren in verliefdheid? En wat dan?

TEKST ANNEMIEKE VAN TWIJVER

'De sms was afkomstig van Ad. Hij had mijn 06-nummer gevraagd aan de crècheleidster'

Hoe kan het anders. Zijn singles jaloers op de mensen met een vaste relatie; ja hoor, koesteren de mensen met een vaste relatie weer afgunstige gevoelens voor singles. Want het leven van een single is tegenwoordig zoveel avontuurlijker dan het gezapige bestaan van een echtgenote slash moeder. Wat te denken van al die spannende datingscènes? Feesten, *fun*, flirten, *fun*, websites, *fun*, singlesreizen naar droomeilanden, *fun*. Dat willen niet-singles ook. En dus heeft de website www.eenander.nl afgelopen juli het levenslicht gezien, bedoeld voor gebonden of getrouwde mensen die 'geaccepteerd' willen schuinsmarcheren via internet. Initiatiefnemer Jouke Bijlsma vindt dat we niet kinderachtig moeten doen over vreemdgaan: 'Een op de drie mensen bezondigt zich aan een buitenechtelijke of op zijn minst buitenrelationele uitspatting. Op www.eenander.nl kun je gezellig chatten en e-mailen met vreemden en voelen hoe het ook alweer was ongecompliceerd aandacht van anderen te krijgen.'

De website is niet bedoeld voor platte seks, benadrukt Bijlsma. Daarom heeft de site een vriendelijke, aabare vormgeving. En dit alles kan leiden tot 'een heuse ontmoeting, misschien wel een romance puntje puntje puntje', belooft de openingstekst. Wacht even. Worden hier niet twee dingen door elkaar gehaald? Flirten is één ding. Leuke nieuwe contacten opdoen ook. Maar overspel is iets anders. Helemaal overspel met voorbedachte rade, zoals www.eenander.nl dat voorstelt. Daar is niks ongecompliceerd aan. Overspel betekent een wirwar aan emoties, verlangens, gevoelens van schuld en schaamte, wurgend plichtsbef en hartverscheurende vrijheidszin. Moet je dat bewust opzoeken? Moet je je gezinsleven op het spel zetten voor een vérgaande flirt?

Het flirtparadijs

Marjolein van der Molen, coach en (relatie)therapeute, constateert dat de laatste jaren een nieuwe trend lijkt te zijn ingezet: dertigplussers die al jaren een vaste relatie hebben, plus een gezin, een woonhuis en een carrière, worden steeds vaker verliefd op iemand anders. Na een poosje doormodderen wordt het nest opgebroken en vliegen de partners uit, op zoek naar nieuw liefdesgeluk. Bedreigend idee? Best wel. Heb je daarvoor samen een leven opgebouwd? En het gevaar ligt niet alleen bij je man, maar ook bij jezelf. Tenslotte kom je heel wat leuke mannen tegen – op kantoor, bij de school van je kinderen, in de straat.

Monique (41), sinds anderhalf jaar moeder van Luna, ondervindt hoe makkelijk het is een andere man 'nader te leren kennen' op het schoolplein. Bij de crèche, in haar geval: 'Luna zit op de crèche bij Meike. Meike is de dochter van Ad. Ad blijkt mijn buurman te zijn. We wonen schijnbaar al jaren naast elkaar. Ad en ik raakten vaak aan de praat. Best gezellig en altijd lachen. Op een dag kreeg ik een sms van een onbekend nummer. Het bericht was afkomstig van Ad. Hij had mijn 06 gevraagd aan een crècheleidster. De sms had een onschuldige strekking. "Meike vraagt of Luna vandaag komt spelen." Ik voelde me er toch wat ongemakkelijk bij. Ik bedacht hoe moeiteloos zoiets kan gaan. Donderdagmorgen is Ads zorgochtend, ik heb dan vrij. Kwaad gedacht: we zouden zó bij elkaar kunnen binnenwippen voor een genoeglijk samenzijn. Ik ben twaalf jaar single geweest en houd veel van mijn echtgenoot, met wie ik nu vijf jaar ben getrouwd. Geen haat op mijn hoofd die deze relatie op het spel wil zetten voor een flirt met de buurman. Ik heb niet terug gesms't en ga Ad uit de weg.'

Monique zegt dat ze talloze huwelijken heeft zien stranden omdat één van de partners verliefd was geworden op een ander - iemand die zij hadden ontmoet bij de uitgang van de school. 'Het schoolplein ligt aan Divorce Boulevard.'

Flirten is heerlijk

Of is het Flirt Street? Maurice (45) vindt dat laatste. Hij zegt handenwrijvend: 'Ik heb de eeuwige jachtvelden ontdekt.' Maurice, in zijn dertiger jaren een berucht rokenjager en nu alweer jaren een trouwe echtgenoot en brave huisvader, gaat met veel plezier naar het schoolplein, waar ouders tweemaal daags hun kinderen brengen dan wel halen. 'Ik heb nog nooit ergens zó goed in de markt gelegen als daar.' Aldus vrouwenliefhebber Maurice. Mise-en-scène: de kleintjes graven genoeglijk in de zandbak, terwijl de ouders lonkend, knipogend en subtiel glimlachend een ongedwongen praatje maken met die ene leuke, aantrekkelijke moeder/vader. 'Mama, ik wil naar huis, ik heb honger.' 'Mama komt zo, ik ben nu aan het praten. Ga nog maar even spelen.' Parenting never felt better!

Niets fijner dan een goede flirt. Het voelt spannend en *young at heart*. Het geeft je een fantastisch humeur. Het is onversneden levensvreugde: lol hebben in het bestaan omdat je mensen leuk vindt en zij jou. Jezelf gezien en gewaardeerd weten; ontdekken dat je nog 'in de markt' ligt, dat 'ze' je bestempelen als aantrekkelijk, bekoorlijk en onnoemelijk geestig. Een fijn idee voor elke dertigplusser die mistroostig de prille tekenen van ouderdom in de spiegel ziet verschijnen. Wat melkzuur doet voor Connie Breukhoven, doet flirten voor de oudere jongeren op het schoolplein. En de kick van flirten is minstens zo verslavend.

Maar er schuilt een gevaar in flirten; flirten kan uitmonden in ongezouten versieren. En van versieren kun je verliefd worden. Coach Marjolein van der Molen onderstreept het belang van flirten, maar waarschuwt voor de risico's: 'Dertigplussers willen het onderste uit de kan, ze streven naar een bijzonder leven waarin ze veel gelukzaligheid kennen. Flirten hoort daarbij. Maar als je veel flirt, sta je misschien meer open voor verliefdheid. Dat kans dat je iemand tegenkomt en door die persoon diep wordt geraakt, is groot. En niemand is onverschillig voor de speciale belangstelling van iemand die als aantrekkelijk kan worden aangemerkt. Verliefdheid op zich is prima. Het probleem is dat je voor moeilijke keuzes komt te staan.'

Verliefd op het leven

Emma (36), moeder van twee, vindt dat haar levenslustige vriendin Ans (37), moeder van één, te ver gaat met flirten: 'Ans is een verbeterlijke superflirt. Ik ken haar al vijftientig jaar en ik heb haar nooit anders zien doen dan breeduit lachen naar elke man die ze leuk vindt. Zo ook bij de school van haar zoon Mesie. Mijn dochter Sophie zit bij hem in de klas. Je moet haar eens in de weer zien met al die mannen. En daar zitten echt een paar leukerds tussen. Ze speelt met vuur, vind ik, en moet haar grenzen in de gaten houden. Straks gaat zo'n vent in op haar geflirt, wat hij mogelijk aanmerkt als avances, en dan? Is hij misschien verliefd, wordt zij misschien verliefd. Dan belandt ze in een ontwrichtende situatie waar partner en kind mee zijn gemoeid. Ik weet zeker dat ze dat niet wil, want ze houdt veel van haar man Jack.'

Marjolein van der Molen denkt dat verliefd worden op iemand met wie je vaak flirt niet veel met de persoon in kwestie te maken heeft: 'De vreugde komt niet van hem, maar vanuit je eigen innerlijk. Wie verliefd is, ontsluit het zalige, ongeremde, creatieve, onbezorgde en speelse gevoel dat stamt uit het allerdiepste hart van onze persoonlijkheid – hetzelfde ongecompliceerde plezier dat we kenden als kind – en projecteert dat vervolgens op een bepaald persoon. Dat gevoel kun je net zo goed projecteren op het leven als zodanig. Hoe moeilijk dat ook is: als je relatie je lief is, kun je proberen de verliefdheid voor een persoon om te buigen naar een passie of liefhebberij, zoals schilderen of net wat je leuk vindt, of de vertrouwde mensen in je omgeving. Tenzij de verliefdheid serieuzer van aard is. Of wanneer je, al dan niet bewust, besluit de verliefdheid te laten ontwaarden in overspel.'

Oppassen geblazen

Waar ligt de grens? Wanneer wordt flirten verliefdheid en wanneer wordt verliefdheid overspel? De grenzen lijken moeilijk te

HANDLEIDING VOOR VEILIG FLIRTEN

- Flirten geeft je zelfvertrouwen: mensen vinden je leuk en je geniet van het leven. Flirt daarom zo vaak mogelijk. Heeft de Heer zelf niet gezegd: hebt uw naasten lief gelijk u zelve?
- Flirten hoeft niet noodzakelijk te gebeuren met iemand die je seksueel aantrekkelijk vindt. Tracey Cox, schrijfster van het boek *Superflirt* (Uitgeverij House of Books), bekend: 'Ik flirt met mannen, vrouwen, honden, katten, baby's en lieveheersbeestjes, desnoods met een lantaarnpaal.'
- Zie de humor ervan in. Flirten is luchtig en schept *never* nooit niet verplichtingen.
- Alle aandacht die verdergaat van vrijblijvend flirten (denk aan expliciete toespelingen of foute opmerkingen) valt onder de noemer versieren of, in het zeldzame geval, seksuele intimidatie. Daar is niemand van gediend.
- Houd het gespreksonderwerp neutraal. Praten over persoonlijke problemen doe je met intimi en vrienden.
- Het is normaal mensen attractief te vinden en dat ook te laten merken. Merk je dat je iemand méér dan attractief begint te vinden, neem dan afstand. Spontaan flirten gaat dan sowieso niet meer, omdat je er van tevoren op anticipeert.
- Zodra je jezelf ongemakkelijk gaat voelen – die vijftien sms'jes per dag zijn toch iets teveel van het goede – is er maar één advies: kappen. Dat kan zonder uitleg: je bent niets aan een flirt verschuldigd.

bepalen, maar zijn toch heel simpel aan te wijzen. Zodra gevoelens worden uitgesproken, gaat het over verliefdheid. Flirten is bij uitstek iets waar je niet over communiceert. Je zegt niet tegen iemand: wat ben jij leuk om mee te flirten, zeg. Het blijft bij een lach, een oogopslag en een grapje. Wanneer gevoelens worden geopenbaard, opgebiecht en hardop gezegd, dan is er geen sprake meer van vrijblijvend flirten. Wanneer je vervolgens daarnaar handelt, zonder je partner te laten merken wat je ware intenties zijn, beland je in het heimelijke verbond dat overspel heet. Intenties zijn belangrijk, hier. Je kunt luchtig tegen je partner zeggen dat je met collega Hein gaat koffiedrinken om een en ander te bespreken. Maar als je er niet bij zegt dat ►

de bespreking over alles zal gaan behalve zakelijke thema's, dan misleid je je partner op dezelfde manier zoals mannen vroeger hun thuiszittende vrouw om de tuin leidden: 'Schat, het wordt wat later vandaag.' Flirten is onschuldig. Verliefdheid kan al stukken gevaarlijker zijn. Maar overspel, een buitenechtelijke relatie aangaan, is van een geheel andere orde. Alles is ineens anders. Je moet wellicht grote beslissingen gaan nemen. Of je gaat stiekem handelen, wat in alle gevallen een bom legt onder je relatie. Of je doet iets drastisch en belandt in een geïsoleerde situatie. Marjolein van der Molen kent een aantal vrouwen die door vrienden, familie en soms (oudere) kinderen met de nek worden aangekeken omdat zij zijn vreemdgegaan: 'Geloof me, dat is geen benijdenswaardige positie.'

Een flirt te ver

Emma vindt dat het gevaar niet zozeer schuilt in het vreemdgaan van je partner, 'hoewel je dat niet kunt uitsluiten', maar in de onstuimigheid van je eigen geflirt. 'Ans, mijn all time flirting friend, is verslaafd aan aandacht. Het idiote is: we hebben een gezamenlijke vriendin, Mirjam. Zij is ons schrikbeeld. Ook Mirjam is een superflirt – we noemden haar vroeger de "femme fatale" van ons groepje. Mirjam heeft onlangs haar echtgenoot ijskoud de deur gewezen. Waarom? Ze heeft een andere man ontmoet. De liefde van haar leven? Nee, een onopgeleide ober uit het restaurant waar ze vaak komt, amper twintig jaar oud, met meer spieren dan hersens. Ze is nu zwanger van haar toy boy. Misschien zit Mirjam in een midlifecrisis, maar ze maakt op deze manier meer kapot dan iedereen lief is. Ik hoop stiekem dat Ans er lering uit trekt. Je kunt nu eenmaal een flirt te ver gaan.'

Meestal schuilt de tragedie in een andere hoek, denkt Marjolein van der Molen, namelijk dat de overspelige vrouw bedrogen uit komt met haar nieuwe geliefde: 'Het is plezierig met een andere man wat onschuldige knipogen uit te wisselen. Maar je moet je er niet op verkijken. Flirten werkt vertekend. Je hanteert bij zo'n man niet dezelfde maatstaven die je zou gebruiken bij een eventuele levenspartner. Dan ben je veel kritischer. Een flirt is maar een flirt. Ik ken vrouwen die zich hadden verloren in een flirt en vervol-

WANNEER BEN JE VATBAAR VOOR VERLIEFDHEID?

- Je bent blijven steken in je persoonlijke ontwikkeling en laat bepaalde talenten of verlangens liggen omdat je in een vastgeroest rollenpatroon zit. En dan ontmoet je iemand die je passies in je wakker roept.
- Je bent met je man een bedrijf geworden, jullie praten alleen nog over de kinderen en het huishouden. En dan ontmoet je iemand die je weer die speciale aandacht geeft.
- Je kunt zó slecht met je man communiceren en zit zó vast in een onbevredigende relatie, dat vreemdgaan de enige manier is om verandering te forceren.
- Je relatie is versleten. Jullie zijn wederzijds van mening dat ieder zijns weegs moet gaan, maar geen van beiden durft degene te zijn die er een punt achter zet. En dan ontmoet je iemand met wie je iets nieuws kunt beginnen.
- Je bent getrouwd met iemand die je destijds leuk vond, maar die nooit je Grote Liefde was. En nu ben je je Grote Liefde tegengekomen.

Wat melkzuur doet voor Connie Breukhoven, doet flirten voor de oudere jongere. En het is minstens zo verslavend

gens kozen voor hun nieuwe liefde. Al na enkele maanden kwamen ze erachter dat deze man ook maar een normaal mens is, die net zo goed urenlang voor de televisie zit met zijn vingers op de knoppen van de afstandsbediening. Maar intussen was wél hun oude leven voorbij, hun oorspronkelijke relatie kapot, hun sociale vangnet aangetast en hun zelfbeeld behoorlijk beschadigd - want van de weeromstuit voelden ze zich nog een ontaarde moeder ook.' ■

marjoleinvandermolen@hetnet.nl