

OPVOEDEN IN CORONATIJDEN:  
HET MILDE OUDERSCHAP VAN **NINA MOUTON**

# ‘Je mag je kind gerust zeggen dat je het ook even niet meer weet’

**H**et is halftien 's ochtends en al voor de derde keer klinkt een stemverheffing.

De oorzaken van de wrevel kunnen niet banaler zijn: ‘Wil je nu in godsnaam stoppen met je afgelikte mes in de cho-co te steken. Straks zit er corona in de pot!’ Oma wil wel huiswerkklas geven via Skype, maar als haar enige leerling zich onzichtbaar maakt door onder tafel te glijden, kan ze niets anders doen dan hem steeds luider tot de orde roepen. De ruis in ons hoofd is oorverdovend, en dan moet het telewerken nog beginnen.

**HUMO Spelen zich ten huize Nina Mouton soortgelijke taferelen af?**

**NINA MOUTON** (vanuit haar bed, de enige plek in huis waar ze ongestoord kan skypen) «Dat valt goed mee. Ook ik zie de artikels passeren: ‘Vijf tips voor ouders om deze coronatijden door te komen.’ Dan denk ik: yès! Maar het enige waar ze het over hebben, is structuur, structuur en nog meer structuur. Sorry, maar dat werkt niet voor ons gezin. Wij zijn geen ochtendmensen. Tijdens de vakanties verandert ons ritme onmiddellijk: de kinderen gaan later slapen en ie-

Het boek van gezinspsychologe Nina Mouton, ‘Mild ouderschap’, ligt nog maar net in de winkelrekken, of de ondertitel – ‘Zelfs tijdens de woedeaanval in de supermarkt’ – is al achterhaald. Sinds warenhuizen verboden terrein zijn voor kinderen, vormen ze geen strijdtoneel meer, wel zijn het oases van rust voor ouders die thuis de muren oplopen. Maar ook tijdens een lockdown zijn er woedebuien en daar kan Nina Mouton ons een aardig handje bij helpen. ‘In een crisis als deze zou spelen vóór het schoolwerk moeten komen.’

HANNE VAN TENDELOO / FOTO'S THOMAS SWEERTVAEGHER

dereen staat later op. Sinds de lockdown is dat vakantieritme er snel in geslopen.»

**HUMO Alleen is het geen vakantie, er moet ook gewerkt en geleerd worden.**

**MOUTON** «Wij deinen mee op wat de dag ons brengt. Elke dag is anders: gisteren moest ik in de namiddag een webinar (een onlineseminarie, red.) geven, dus had ik de kinderen gezegd dat we om 11 uur huiswerk zouden maken. Maar net toen ik ze wilde roepen, waren ze op de trampoline aan het spelen. Moest ik

hen dan uit hun spel halen? Ik vond van niet. We zijn pas om halfdrie aan het huiswerk begonnen.»

**HUMO Hoor je als ouder niet consequent te zijn?**

**MOUTON** «Ik begrijp die gedachte wel: ik heb het gezegd, dus nu moet ik me ook hardmaken. Maar zo beland je in een machtsstrijd. Spelen is zo belangrijk: in hun spel verwerken kinderen de prikkels die ze binnenkrijgen. In deze crisistijden zou spelen vóór het schoolwerk moeten komen. De school is belangrijk,

maar is die nu hét belangrijkste? We moeten aan de langetermijndoelen denken: wat wil ik dat mijn kinderen meenemen uit deze crisis? Kinderen leren door te kijken naar wat hun ouders doen. Hoe pakken zij het aan? En dan kun je maar beter tonen dat je tijdens een crisis ook kunt lachen en plezier maken.»

**HUMO Ook bij kinderen is er onrust over dat rare virus.**

**MOUTON** «Onze ouders hebben ons geleerd bang te zijn van emoties. Ze hebben ons, weliswaar met de beste bedoelingen, geleerd onze gevoelens af te remmen met zinnigjes als ‘Stop nu maar met huilen’ of ‘Wees eens flink!’ Maar een crisis als deze ver-groot al onze emoties net uit. Het is belangrijk dat je je kinderen meegeeft dat je ook verdrietig bent om wat er is gebeurd met dat meisje van 12, dat je ook weleens bang bent, of kwaad omdat je je kot niet uit mag, terwijl je eigenlijk op een terrasje zou willen zitten. Ouders zijn geen robots. Wij zagen onze ouders nooit huilen of worstelen, dus dachten we: als ik straks volwassen ben, word ik ook zo'n Alwetende Ouder. We zijn in het ouderschap gestapt met de gedachte: ik moet mijn emoties ▶



▶ volledig onder controle hebben. Lukt dat niet, dan zien we onszelf al afglijden naar een hysterische moeder die al haar angsten projecteert op haar kinderen, die op hun beurt nooit zullen opgroeien tot stabiele volwassenen. Maar tussen die twee extremen, robots en hysterica's, zit nog een breed spectrum.»

**HUMO Heb jij over het 12-jarige slachtofferje verteld aan je kinderen?**

**MOUTON** «Nog niet. Ik wil hen wel informeren, maar ik ga liever op hun vragen af. Vaak overstelpen we kinderen met informatie waar ze nog niet aan toe zijn. Zij mogen daarin de leiding nemen. Mijn advies is: kijk samen naar 'Karewriet' en laat de vragen dan maar komen.»

**HUMO Ik merk dat veel ouders het volume van hun tv of radio lager zetten als het over coronadoden gaat.**

**MOUTON** «Dat zou ik niet doen. Het is normaal dat je bezorgd bent over wat die informatie doet met je kind, maar je kunt die bezorgdheid beter uiten: wat voel jij hierbij? Dan krijgt de angst een uitlaatklep. De volumeknop naar beneden draaien is de crisis negeren. Die is er nu eenmaal, daar kunnen we niet omheen, en er is geen tienstappenplan om ermee om te gaan. We moeten het zelf uitzoeken. Je mag als ouder gerust zeggen dat je het ook even niet weet.»

**HUMO Wat zeg je als je kind bang is?**

**MOUTON** «Mijn dochter Loa heeft een goeie band met mijn vader. Soms zegt ze: 'Ik ben bang dat opa het coronavirus zal krijgen.' Dat is een reële angst en die moet ik erkennen: 'Ik zie dat je bang bent dat je je opa zult verliezen.' Maar ik zeg mijn kinderen ook altijd dat angst de neiging heeft je mee te sleuren. Bang zijn mag, maar je mag niet onredelijk bang worden. Je

moet de angst een halt toeroepen. Angst gaat over controleverlies. We hebben het virus niet in de hand, ook mama en papa niet, maar we hebben wél middelen om onszelf te beschermen. Samen met mijn dochter overloop ik wat opa en wijzelf kunnen doen om niet ziek te worden: we volgen wat de dokters en de politici ons zeggen. Of je kunt de angst bestrijden met feiten: de kans dat een kind hieraan sterft is heel, héél klein.»

**JUF MAMA**

De man van Nina komt melden dat hij naar de supermarkt vertrekt, een tocht waar hij niet naar uitkijkt.

**MOUTON** «Ik moet eerlijk bekennen dat ik zelf nog niet ben gaan winkelen. Als mijn man achteraf vertelt hoe opgefokt iedereen deed en hoeveel rekken er weer leeg waren, denk ik: ik blijf liever in mijn veilige cocon. Laat hem maar de jager-verzamelaar spelen, ik zorg thuis wel voor de kinderen. Die rolverdeling werkt.»

**HUMO Ouders zitten nu ook op elkaars lip. Zullen er in deze lockdown relaties sneuvelen?**

**MOUTON** «Dat kan. Een crisis brengt de wrevel in koppels naar boven die al lang zat te broeden. Ik ben dan een toevluchtsoord voor vriendinnen (*paniekerig*): 'Nina, ik heb ruzie met mijn man!' Mijn man en ik hebben ook wel eens ruzie. Natuurlijk mag je boos zijn als jij wilt dat de



'Normaal is mijn zus dé persoon met wie ik de slappe lach krijg. Nu moet ik me behelpen met filmpjes op het internet.' (Foto: met Eva Mouton, links.)

kinderen huiswerk maken, terwijl hij ze op de trampoliene laat springen. Maar praat dan over die boosheid, zonder in een opbod van verwijten te verzanden. Die verwijten komen altijd van het kleine, gekwetste kind, dat in elk van ons schuilt. Het kind dat zegt: jij luistert nooit naar mij, jij geeft mij geen erkenning. Dat kind heeft te maken met de kwetsuren uit ons verleden. Die kan onze partner niet voor ons oplossen, daarmee moet je aan de slag bij een therapeut. We mogen dat kind in ons niet negeren of ervan wegblijven, maar we mogen de rekening van die oude kwetsuren ook niet doorschuiven naar onze partner, want die kan ze niet op-

lossen. Je kunt er beter mee aan de slag bij een therapeut. Zolang je van dat kleine, gekwetste kind wegblijft tijdens de ruzies, overleeft je relatie het wel.»

**HUMO Terug naar het milde ouderschap. Wat blijft er van die mildheid over tijdens een lockdown?**

**MOUTON** «Mildheid is nu meer dan ooit aan de orde. Als je meer dan twaalf uur per dag bij elkaar zit, moet je meer dan ooit tot verbinding zien te komen. Dat kun je doen door echt naar het gedrag van je kind te kijken. We hebben de neiging dat gedrag te bestraffen of te belonen, terwijl je je veel beter kunt afvragen: wat bedoelt het eigenlijk met dat gedrag? Kinderen signaleren daarmee hoe ze zich voelen.»

**HUMO Straffen en belonen werkt niet, zeg je in je boek. Wordt er dezer dagen nog altijd niet gestraft bij jullie?**

**MOUTON** (*lacht*) «Mijn kinderen zouden nogal opkijken als ik ze nu opeens in de hoek zou zetten. Maar ook voor mij werkt straffen niet. Er zijn natuurlijk momenten waarop het je te veel wordt. Als je begint te straffen, heb je eigenlijk zuurstof nodig. Mijn tip is



'Als je je kinderen begint te straffen, heb je eigenlijk zuurstof nodig. Mijn tip is dan altijd: ga wandelen, het liefst vóór de boel ontploft.'

dan altijd: ga wandelen, het liefst vóór de boel ontploft. Ik heb nog nooit zoveel mensen zien wandelen. Het is mooi om te zien: iedereen houdt netjes afstand en knikt eens vriendelijk.

»Alle kinderen hebben wel eens een woedeaanval, ook nu ze niet meer in de supermarkt mogen. Toen ik die titel voor mijn boek bedacht, was ik op zoek naar een herkenbaar en tijdloos beeld. Wie had ooit gedacht dat tijdloos zo snel passé zou worden? (*lacht*) Tijdens zo'n woede bui signaleert je kind: ik voel me niet goed, ik ben kwaad – dat is niet abnormaal in deze abnormale tijden. Je kind wil je iets vertellen. Dat lukt niet met woorden, dus doet hij het met woede. Als je gaat straffen, zeg je: jij mag niet voelen wat je voelt. Door woede buien te bestraffen gaan ze ook niet weg: ze zullen alleen maar vaker voorkomen, omdat je kind zich onbegrepen blijft voelen. Of je kind zal zijn kwaadheid en machteloosheid opkropen. Zeker die machteloosheid speelt nu een rol: er wordt zoveel beslist boven de hoofden van onze kinderen. Alles wat ze gewend wa-

ren te doen – spelen met hun vrienden, naar een kind toelopen op straat – mag plots niet meer. Misschien ligt de frustratie daarover wel aan de basis van die woede bui.»

**HUMO Wat als de onderliggende emotie is: 'Ik wil geen huiswerk maken?' Dan is het verleidelijk om te zeggen: 'Ja, maar het moet.'**

**MOUTON** «Dan ga je voorbij aan de emotie. Je kunt beter die emotie erkennen: 'Ik zie dat je geen zin hebt, dat je liever in de zon op de trampoliene wilt springen, en ik snap dat, ik heb daar nu ook zin in.' Als je erin meegaat, dan voelen ze: oef, ze begrijpt me. Soms geeft die erkenning al genoeg zuurstof om toch aan het huiswerk te beginnen. En soms hebben ze het gewoon even nodig om op die trampoliene te springen en daarna pas huiswerk te maken. Dan veer je mee met je kind. Ik heb het ook geprobeerd, hoor, om consequent te zijn en hen toch aan dat huiswerk te laten beginnen. Maar ik merkte dat ik veel meer tijd kwijt was dan wanneer ik even meeging in de emoties van mijn kind. Toen mijn man onze zoon Miro vanoch-

tend vroeg om even wat te lezen, zei hij dat hij eerst nog wilde spelen. 'Oké,' zei mijn man. Miro speelde verder en een kwartier later nam hij zelf zijn boek. Je krijgt vaker wat je wilt door los te laten dan door dictatoriaal de plak te zwaaien. Je kind voelt dan dat je vertrouwen in hem hebt.»

**HUMO We spelen dictator, omdat ons schuldgevoel op de loer ligt. Wat als mijn kind straks een enorme leerachterstand heeft op school, omdat ik hem niet vaak genoeg heb gepusht om te lezen?**

**MOUTON** «Dat is de grote angst van elke ouder. Maar dan moet je je afvragen: is die angst reëel? We zitten nu in de vierde week van de lockdown. In die tijd zal je kind heus geen gigantische achterstand oplopen. Mijn dochter zit in het eerste leerjaar, een erg belangrijk jaar. Ze leren vooral lezen, schrijven en getallen splitsen. Daarop probeer ik me nu te concentreren, al de rest laat ik voor wat het is. Als ik met Loa aan tafel ga zitten om dat splitsen te oefenen, dan werkt het voor geen meter. Ze is afgeleid en kijkt rond. Maar als ik haar intussen toertjes rond de tafel laat fietsen op haar driewieler, dan lukken die sommen wel. We maken het leuk.»

**HUMO Je bootst de schoolse omgeving thuis niet na?**

**MOUTON** «Ik ben hun juf niet, ik ben hun mama. De eerste maandagochtend van de lockdown zei ik voor grap, toen ik beneden kwam: 'Hier is juf Nina!' Je had mijn kinderen met hun ogen moeten zien rollen (*lacht*). Kinderen zullen zich bij hun ouders ook niet gedragen zoals bij de juf. Terwijl ze in de klas hun beste beentje voorzetten, laten ze thuis de emoties de vrije loop. Omdat het kán, omdat ze zich thuis veilig voelen.

»Je kunt voor het huiswerk ook hulp van buitenaf inscha-

kelen. Mijn zus (illustratrice Eva Mouton, red.) oefent nu met Miro zijn maaltafels via WhatsApp. Zo wordt het huiswerk gedaan en ziet hij zijn *meti* nog een keer. Het probleem is dat hij ze nu zo goed kan, dat ik mijn zus de tafel van 17 uur opzeggen (*lacht*).»

**LEKKER VERWENNEN**

**HUMO Je bent erg close met je zus.**

**MOUTON** «Ik mis haar enorm. Ik heb haar vorige week enkele boeken gebracht, maar ik mocht haar niet eens knuffelen. Dat voelde zo tegenna-tuurlijk aan. Ik had niet verwacht dat ik het er zo moeilijk mee zou hebben, want ik ben eigenlijk introvert en kan goed alleen zijn. Nu merk ik opeens hoe belangrijk menselijk contact is. Ik kan nog wel knuffelen met mijn man en mijn kinderen, maar die kleine kring is niet genoeg.

»Normaal is mijn zus dé persoon met wie ik de slappe lach krijg. Nu moet ik me behelpen met filmpjes op het internet. Lachen helpt sowieso. Vorig jaar rond deze tijd zijn mijn zus en ik samen naar Spanje gegaan. Ik balanceerde op het randje van een burn-out en moest er tussenuit. Het was de misera-belste vakantie die je je kunt indenken: ons plan om in de zon te gaan zitten, viel letterlijk in het water. Maar omdat we ons zo verbonden voelden met elkaar in onze cocon van miserie, konden we erom lachen en heeft die vakantie me erdoor gehaald. Had de lockdown zich vorig jaar afgespeeld, dan was ik gegarandeerd in die burn-out gesukkeld.»

**HUMO We zullen andere manieren moeten vinden om contact te leggen.**

**MOUTON** «Mijn kinderen missen hun vrienden heel erg. Zij lossen dat op door te bellen en te whatsappen met elkaar. ▶

« Schermen zijn níét de boeman. Zet je een film op of laat je je kinderen gamen omdat jij een deadline moet halen, dan is dat maar zo »



► Rinkelt mijn telefoon, dan is het nu vaker voor mijn kinderen dan voor mij. De eerste keer dat een vriendinnetje van Loa belde, zag ik hoe die kinderen binnen de kortste keren met elkaar begonnen te spelen. Ik heb gehuild van ontroering. Ik had nooit gedacht dat kinderen dat zo hard nodig hadden. Tijdens vakanties zien ze hun vriendjes ook lange tijd niet, maar ze voelen dat dit anders is.»

**HUMO De speelplaats heeft zich verplaatst naar het scherm, waardoor de schermtijd door het dak gaat.**

**MOUTON** «Vorige week vroeg Telenet me nog een oneliner over schermtijd – ze hadden de fenomenale stijging in hun statistieken opgemerkt. Ik heb 5 minuten volgepraat. Ik kan mijn boodschap makkelijk samenvatten: schermen zijn níet de boeman. Zet je een film op of laat je ze gamen omdat jij een deadline moet halen, dan is dat maar zo. Als het werkt, dan werkt het. We mogen de schermtijd stilaan uit de strafhoek halen. Ik maak ook een onderscheid: videocallen met een vriendje is voor mij geen schermtijd, maar sociaal contact.»

**HUMO Mag schermtijd dan eindeloos duren?**

**MOUTON** «Dat nu ook weer niet. Het moeilijkste moment komt als je zegt: 'Nu gaat het scherm weg.' Dat zorgt voor conflicten. Ik probeer er dan samen met hen afspraken over te maken – dat is opnieuw die verbinding. Worden ze kwaad omdat ze van het scherm moeten, dan is dat maar zo. Soms is de emmer met frustraties vol en moeten de tranen er even uit. Dat is oké. Ontlading hebben we allemaal nodig.»

**HUMO Jij bent dus niet tegen grenzen stellen?**

**MOUTON** «Nee. Dat is het grootste misverstand over mild ouderschap: het zou kinderen grenzeloos laten doen

waar ze zin in hebben. Onzin! Er moeten grenzen zijn, maar het is belangrijk dat het de jouwe zijn, niet de grenzen die de maatschappij je oplegt of waarvan jij denkt dat het zo hoort. Dat noem ik je *inner voices*: de stemmetjes die zeggen dat het bij een andere ouder of in je eigen kindertijd niet waar was geweest. Dan ga je weg van wat je eigen moeder- of vadergevoel je in geeft.»

**HUMO Een ander misverstand is dat mild ouderschap verwende kinderen kweekt. Het verwende kind is een mythe, zegt ook de Amerikaanse gedragswetenschapper Alfie Kohn.**

**MOUTON** «Het is onmogelijk kinderen te verwennen met aandacht. Je verwent ze door hen te overstelpen met materiële cadeaus. Die hebben ze niet nodig, aandacht wel: als baby hebben ze huidhonger en willen ze fysiek aan jou kleven. Pubers hebben ook nood aan aandacht, al uit zich dat op een andere manier – je gaat niet meer in bed knuffelen met je puber. Ik wil ervan af dat nood aan aandacht hebben iets vies of egoïstisch is, iets wat je niet hoort te voelen. Het mag er zijn, en hoe meer je aan die nood tegemoet komt, des te minder je kinderen de aandacht op een onaangename of agressieve manier zullen opeisen.»

**NIKS OM TE MISSEN**

**HUMO Behalve straffen is ook belonen uit den boze. Wat is er mis met: 'Als jij nu flink je huiswerk maakt, dan spelen we straks samen een spel'?**

**MOUTON** «De 'als-dan'-redenering is een lastige. Wat betekent dat ook, flink je huiswerk maken? Je kind kan vinden dat hij het flink heeft gedaan, terwijl jij vindt van niet. Dan kom je weer in die machtsstrijd terecht. Het grote probleem met belonen is dat je de intrinsieke motiva-



'We moeten erkennen dat deze crisis moeilijk is, maar wanneer hebben we anders tijd om op een doordeweekse avond met het hele gezin wafels te bakken?'

tie van een kind wegneemt of kleiner maakt. Eigenlijk ga je ervan uit dat je kind het niet wil doen, dus moet je er wel een beloning aan koppelen. Wie zegt dat? Kinderen willen best wel hun huiswerk maken en in orde zijn met hun schoolwerk, maar soms vinden ze het moeilijk, net zoals wij het in deze situatie ook moeilijk vinden om ons werk te doen.

»Wat ik wel soms doe, is er een gevolg aan koppelen. Tijd, bijvoorbeeld. 'Als jij je huiswerk maakt en er is nog tijd over, dan kunnen we een spel spelen.' Of: 'Als je me niet helpt met opruimen, dan is er straks geen tijd meer om samen een boekje te lezen.' Voor mij is dat niet belonen, maar een logische gevolgtrekking.»

**HUMO Is na het huiswerk een compliment geven – 'Goed gedaan!' – ook een beloning?**

**MOUTON** «Daarin ben ik niet zo strikt. Als je kind een goed rapport heeft en jij reageert spontaan met: 'Wauw!', dan is dat zo. Maar ga ook daarover in gesprek: 'Hoe komt het dat je rapport zo goed is? Misschien kunnen we er iets uit meenemen voor de volgende keer.' Zo stap je uit het belonende en ben je oplossingsgericht bezig. Met straffen en belonen leg je het probleem alleen bij je kind.»

**HUMO Plus: dan ben je met voorwaardelijk ouderschap bezig. Je kind leert dat je hem alleen maar graag ziet, als hij flink zijn huiswerk maakt.**

**MOUTON** «Precies. Als het bij ons niet wil vloten op het

werk, dan worden we streng voor onszelf: waarom kan ik het niet? Die strenge *inner voices* wil je niet meegeven aan je kind. De boodschap die je je kind wilt geven, is: ik zie je nog altijd graag, ook al heb je een woedeaanval en trekt je huiswerk op niks. Is dat makkelijk? Nee, maar dat heeft niemand ooit beweerd over het ouderschap. En straffen en belonen is ook niet makkelijk: ik heb het geprobeerd.

»Natuurlijk zijn er dingen, waarover wij, de ouders, beslissen, zoals veiligheid en gezondheid. Ook al willen de kinderen naar de speeltuin, het mag nu niet, punt. Maar er zijn nog genoeg andere dingen die wél mogen. In de tuin spelen, bijvoorbeeld. Onze kinderen slagen er nu in verstoppertje te spelen met de buurkinderen van twee huizen verder, elk in hun eigen tuin. Geen idee hoe ze het doen, maar ze amuseren zich rot. De lockdown doet hun creativiteit pieken. Daar kunnen we nog iets van leren.»

**HUMO Deze lockdown heeft ook positieve kanten?**

**MOUTON** «Mijn buurvrouw staat helemaal achter het idee van mild ouderschap, maar in de rush van elke dag lukt het haar gewoon niet. Tot nu: deze lockdowntijden maken haar 2-jarige opeens zo rustig. Ze hoeft niet naar school, ze is de hele dag thuis bij mama en papa, en alles lukt beter. We moeten erkennen dat deze crisis moeilijk is, maar wanneer hebben we anders tijd om op een doordeweekse avond met het hele gezin wafels te bakken? Een vriendin van me heeft voor een week een springkasteel gehuurd. Hoe zalig is dat?»

**HUMO Ik merk tussen het geklaag in de WhatsApp-groepen van ouders stilaan ook positieve geluiden op. Ze genieten van de vrijgekomen tijd en leven nu in het tempo van de kinderen.**

**MOUTON** «Ouders vinden nu ook rust, omdat hun drukke sociale agenda opeens leeg is. Van onze *fear of missing out* zijn we verlost: er valt niks meer te missen. Mijn agenda stond vol met lezingen, maar die zijn nu vervangen door webinars. Vorige week hadden duizend mensen zich ingeschreven voor de webinar 'Mild ouderschap, zelfs in tijden van corona'. De nood aan opvoedadvies is groot, maar ik merkte ook hoe ouders, lang nadat ik klaar was met spreken, in de chatroom bleven hangen om ervaringen uit te wisselen.»

**HUMO Met wat geluk komen gezinnen hier straks hechter uit.**

**MOUTON** «Ik heb nog in de bijzondere jeugdzorg gewerkt. Mijn hart breekt als ik denk aan ouders die nu de keuze moeten maken tussen hun kind in de instelling laten of hem neemen naar huis, terwijl ze weten dat ze het eigenlijk niet aankunnen. Kwetsbare gezinnen moeten het nu stellen met onlinehulp en dat is onvoldoende. Maar gezinnen waarin alles min of meer op rolletjes loopt, kunnen hier sterker uit komen. Dan kunnen we onze kinderen straks meegeven: in de veilige cocon van ons gezin komen we door elke crisis.»

**HUMO Haal het zoutdeeg al maar boven.**

**MOUTON (lacht)** «Ja! Ik heb bloem moeten vragen aan de burens – in de winkel waren de hamsteraars met alles weg – maar intussen hebben we hier een hele egelfamilie in zoutdeeg staan. Pure nostalgie!»

Op de website [www.borgerhoff-lamberigts.be](http://www.borgerhoff-lamberigts.be) kunt u een webinar met Nina Mouton volgen.



Nina Mouton, 'Mild ouderschap', Borgerhoff & Lamberigts

BERT SCHRIJFT



KAMAGURKA