

Kerststress met rust en orde te lijf

ALPHEN • De vraag 'wat doen we dit jaar met kerst?' jaagt jaarlijks vele gezinnen de gordijnen in. Eerste kerstdag bij jouw ouders en tweede bij die van mij' zal velen bekend in de oren klinken.

De Alphense Organizers, die mensen doorgegaan via de drie o's leren ordenen, opruimen en organiseren hebben tal van tips om een zorgeloze kerst door te komen. „Vraag jezelf eerst eens af hoe je het wilt vieren”, zegt Yvonne van Putten. „Vaak wordt je dat opgelegd door de commissie. Daar kun je op twee manieren mee omgaan. Je zou eens moeten loslaten wat je denkt dat hoort. Laat je niet leiden door spullen, kijk eens goed in je keuken of op zolder. Eet de voorraadkast eens leeg. *Organizers* is een levenshouding, en

keuze maken, onafhankelijk en niet trendgevoelig zijn.”

Voor het kerstdiner gelden dezelfde regels, vindt collega-organizer Gemma Hillebrand. „Kerststress komt bij veel mensen voor. Een advies is om iedereen erbij te betrekken. Ook de kinderen. Doe het niet allemaal alleen. Geef de kinderen een budget mee om het menu te kopen en samen te stellen. Dat kan voor vier personen best voor 20 euro. Ik heb zelf een keer een kinderkerstmenu gemaakt van zes gangen. Begonnen we met een visstick. Het is belangrijk om elkaar vrij te laten. Heb je een huis vol mensen? Laat iedereen dan een gerecht maken, maar verlap het menu niet. Met die onvoorspelbaarheid moet je leren omgaan.”

De eeuwigheid gebiedt Hillebrand



De Alphense Organizers adviseren iedereen te betrekken bij de voorbereidingen, ook de kinderen. ARCHIEFFOTO FRANK JANSSEN

te zeggen dat het voor dit jaar een beetje aan de late kant is als je nu nog je kerst moet indelen. „Je moet je plan eigenlijk al klaar hebben en er wel even voor gaan zitten.”

Die les vormt ook de basis van hulp die ze biedt aan mensen die zich bij haar melden. Behalve professioneel organizer is Hillebrand

ook gerontoloog en helpt ze ouden en alleenstaanden met het opruimen van huizen of het verhuizen. „Er is vaak een verband tussen een vol huis en een vol hoofd. Mensen weten vaak zelf het antwoord al op de vragen die ze me stellen. Het moet alleen wel worden geactiveerd.”

AD - Groene Hart 20-12-2010