

And now what?

Trouwen

And now what?

Trouwen

And now what? Een invulboek voor iedereen die zich op een fijne manier goed wil voorbereiden op de bruiloft en het huwelijk

door the Pink Sky Collective

And now what?

Uit huis gaan, een carrière starten of eindigen.

Trouwen, kinderen krijgen. Of juist niet.

Een nieuwe stap, een nieuwe fase.

And now what?

Mijlpalen, de mooie en de minder mooie, maken alles anders.

Voor jezelf én voor de mensen om je heen.

Laten we rustig stilstaan bij deze momenten.

En echt goed kijken, terug en vooruit.

Om daarna te beslissen hoe we verder willen.

Laten we deze stappen in het leven samen zetten.

Want we hebben elkaar zo nodig en zoveel te bieden.

Laten we de belangrijke mijlpalen in ons leven goed verkennen.

Goed vieren, vastleggen en voorbereiden.

Zodat we ons leven voluit en bewust kunnen leven.

Kijk op www.andnowwhat.nl voor informatie over al onze producten.

We zijn vereerd dat je dit boek gaat gebruiken.

En we vinden het leuk om van je te horen:

E-mail: info@andnowwhat.nl

Instagram: [@andnowwhat_collection](https://www.instagram.com/andnowwhat_collection)

Website: www.andnowwhat.nl

NUR 450 / PV112301

© 2023 Blossom Books

© 2023 The Pink Sky Collective

Concept, tekst & design: **The Pink Sky Collective | Elsbeth Boes en**

Marije van Regenmortel

Beeld: **Chase Yi, Leighann Blackwood, Mathieu Stern, Sabrianna Y**

Alle rechten voorbehouden, inclusief het recht van reproductie in zijn geheel of in gedeelten, in welke vorm dan ook.

Wil je de uitgever iets vragen of vertellen? Dat kan! Stuur een mailtje

naar info@blossombooks.nl of ga naar blossombooks.nl.

The Pink Sky Collective

Een roze lucht na een warme zomerdag. Je zucht diep. Wat is het leven mooi! Precies dat gevoel willen wij iedereen die onze producten gebruikt meegeven.

The Pink Sky Collective is opgericht door sociaal ondernemer Elsbeth Boes en artdirector Marije van Regenmortel. Wij ontwikkelen betekenisvolle producten die je helpen om belangrijke mijlpalen op een leuke manier goed voor te bereiden. Samen met de mensen om je heen.

Onze producten ontwikkelen we in samenwerking met experts en ervaringsdeskundigen, zijn gebaseerd op wetenschappelijke inzichten en door ons zo mooi mogelijk geschreven en vormgegeven. Want wij geloven in de kracht van schoonheid en sterk design en dromen ervan dat onze producten een waardevol cadeau zijn om te geven, te krijgen en te gebruiken. Soms werken we daarvoor in een collectief samen met kunstenaars, illustratoren, schrijvers, dichters en andere creatieve geesten.

Het leven is best complex en vliegt vaak aan je voorbij. Door af en toe even stil te staan, uit te vinden en vast te leggen wat je belangrijk vindt, kom je bewuster in het leven te staan. We hopen dat onze producten jou daarbij kunnen helpen.

Elsbeth Boes & Marije van Regenmortel

Inleiding 10

Over dit boek | Waar wij in geloven | Hoe gebruik je dit boek

1. Over ons 16

Dit zijn wij

2. Over trouwen 32

Zo kijken wij tegen trouwen aan

3. Terugkijken 46

Onze relatie tot nu toe | Ons verleden

4. Anderen en onze relatie 60

Zo zien vrienden en familie ons

5. Vooruitkijken 72

Onze bruiloft | Onze toekomst samen | Checklist

6. Tot slot 156

Een goed gesprek en een brief | Zo kijken we terug op onze grote dag



Inleiding

'Ja, ik wil.'

Het is nogal wat. Je grote liefde trouw beloven, in goede en slechte tijden, tot de dood jullie scheidt. Misschien wel het mooiste wat je iemand kunt beloven. Maar het is ook spannend. Koudwatervrees is echt niet ongewoon. Want hoe weet je zeker dat iemand de ware voor je is? En wat 'in goede en slechte tijden' voor jullie precies gaat betekenen? Dat weet je niet. Maar je kunt wel allebei geloven en beloven dat je je uiterste best gaat doen om het te laten werken. En je kunt proberen om je zo goed mogelijk voor te bereiden.

Voordat ik ga trouwen

Vroeger was trouwen iets wat er gewoon bij hoorde; deed je het niet, dan had je iets uit te leggen. Tegenwoordig kies je zelf of je wel of niet in het huwelijksbootje wilt stappen, wanneer je dat doet en vooral ook met wie. Je kunt je afvragen of het huwelijk nog wel past in een tijd waarin alles steeds vluchtiger en flexibeler lijkt te worden. Het aantal bruiloften neemt al jaren af en meer dan een derde van de stellen die elkaar het jawoord geeft, gaat uiteindelijk uit elkaar. Waarom willen mensen dan toch trouwen?

Onderzoekers zijn het er wel over eens: wij mensen zijn het gelukkigst wanneer we fijne en lange relaties hebben. Dat geldt in het bijzonder voor liefdesrelaties. Lange relaties zorgen voor een betere gezondheid, een groter gevoel van welzijn en ze verhogen onze levensverwachting. De effecten van goede relaties op onze gezondheid zijn zelfs vergelijkbaar met die van een gezond dieet en voldoende lichaamsbeweging. Hoewel het zeker niet altijd eenvoudig is, lijken wij te zijn gemaakt om lang samen te leven. Wij hebben elkaar nodig. En door te trouwen bevestigen we dit.

Trouwen doe je niet zomaar. Je voorbereiden op het huwelijk is emotioneel, voor sommige mensen religieus of zelfs spiritueel, maar zeker ook praktisch. Hoe kijk je aan tegen het huwelijk en trouw? Hoe kijk je terug op jullie relatie tot nu toe en hoe zien anderen jullie? Hoe zie je jullie toekomst voor je en hoe zorg je ervoor dat het ook op de lange termijn blijft werken? En dan is er ook nog de voorbereiding van de bruiloft, die heel leuk is, maar ook de nodige stress kan geven.

Gebruik dit inspirerende boek om stap voor stap uit te vinden en vast te leggen wat belangrijk en bijzonder is in jullie liefde. En om jullie bruiloft zo vorm te geven dat dit echt de mooiste dag van jullie leven wordt. Het biedt je geen garantie voor een vlekkeloze bruiloft en een huwelijk zonder hobbels, maar het helpt je ongetwijfeld om er met nog meer enthousiasme en vertrouwen aan te beginnen.

Waar wij in geloven

- Wees open en nieuwsgierig. Maak ruimte voor de wensen en ideeën van je partner en voor wat er allemaal mogelijk is.
- Sta stil, neem de tijd. Dit boek is geen quick fix. Tegenwoordig gaat alles snel, maar voor dit boek mag je rustig alle tijd nemen.
- Leer van andere generaties en culturen. Mijlpalen zijn universeel, van iedereen en van alle tijden. Wijsheid en inspiratie over mijlpalen zoals trouwen vind je overal, dichtbij en ver weg, in het verleden en in het heden. Maak daar gebruik van.
- Durf te kiezen voor wat echt bij jullie past. Bij mijlpalen horen tradities en rituelen. Die geven ons houvast en betekenis en creëren soms ook verwachtingen. Maar je bent vrij om je eigen keuzes te maken.
- Het complete plaatje. Het is leuk om na te denken over alles wat positief en feestelijk is aan trouwen. Maar ga de moeilijkheden en verschillen tussen jullie niet uit de weg. Geen enkele relatie is perfect. Geen enkele bruiloft wordt zonder discussies georganiseerd. Praat erover, zelfs of misschien juist, als dat lastig is. Het zal jullie op de langere termijn alleen maar helpen.

Hoe gebruik je dit boek?

- Dit boek is van jou en van je partner. Het is een boek over jullie liefde en leven. Gebruik het dus zoals jullie willen. Schrijf, teken, kras door en pas aan wat jij wilt. Gebruik de extra schrijfruimte achterin voor nieuwe inzichten en ideeën.
- Je kunt dit boek gebruiken als je voor de eerste keer gaat trouwen, maar ook voor een tweede of zoveelste keer. Je kunt het gebruiken als het aanzoek nog moet komen, als jullie al verloofd zijn en zelfs met terugwerkende kracht als jullie al getrouwd zijn. Vul dan in hoe jullie bruiloft was, in plaats van hoe je zou willen dat het wordt.
- Trouwen doe je samen. Vul dit boek dus bij voorkeur ook samen in. Daar hebben we op de pagina's lekker veel ruimte voor gereserveerd. Maak daar gebruik van. Gebruik desnoods twee verschillende kleuren pennen, zodat duidelijk is wie wat heeft ingevuld.
- In dit boek staan vragen die je elkaar waarschijnlijk niet elke dag stelt. Over sommige onderwerpen moet je misschien even goed nadenken. We adviseren je daarom om dit boek in te vullen wanneer je er samen echt de tijd voor hebt. Bijvoorbeeld tijdens een vakantie of een weekendje weg.
- Er is naast dit boek nog veel meer te lezen, beluisteren en bekijken. Doe dat! Maak gebruik van de lijstjes met boeken, podcasts, documentaires en websites over trouwen die we hebben verzameld.
- Goed om te weten: niets van wat je opschrijft in dit boek is automatisch rechtsgeldig. Wil je dat wel, zorg dan dat dit wordt vastgelegd bij een notaris.
- Pak dit boek er af en toe weer eens bij. Misschien wel op een vast moment in het jaar? Staan je partner en jij nog steeds achter jullie antwoorden of is er iets veranderd?

Hoofdstuk één

→ over ons

Dit boek is bedoeld om je voor te bereiden op jullie bruiloft en huwelijk, maar eenmaal ingevuld is het ook een mooi naslagwerk over jullie liefde en relatie. Heerlijk toch, om af en toe terug te kunnen lezen hoe je partner jou ziet en wat je zo in elkaar waardeert? In dit hoofdstuk kun je alles over jullie zelf en jullie relatie kwijt.



Onze gegevens

Naam: _____ Geslacht: _____

Geboortedatum en plaats: _____

Kind(eren): _____

Deze bijnamen/koosnamen heb ik voor mijn partner: _____

Naam: _____ Geslacht: _____

Geboortedatum en plaats: _____

Kind(eren): _____

Deze bijnamen/koosnamen heb ik voor mijn partner: _____

Wij kennen elkaar sinds: _____

Wij hebben een relatie sinds: _____

Wij wonen samen sinds: _____

Wij zijn:

Nog niet verloofd

Verloofd sinds _____ Getrouwd op _____

Persoonlijke waarden

Jouw persoonlijke waarden zeggen veel over wat jij belangrijk vindt. Ze bepalen waardoor jij je laat leiden bij belangrijke keuzes en hoe je in het leven wilt staan. Als je je eigen waarden en die van je partner goed kent, begrijp je elkaar beter en kun je elkaar beter steunen.

Omcirkel allebei, met een andere kleur, de 10 waarden die het meest belangrijk voor je zijn.

Aandacht	Creativiteit	Geduld
Affectie	Daadkracht	Geestkracht
Authenticiteit	Degelijkheid	Geleerdheid
Autonomie	Deugzaamheid	Gelijkheid
Avontuur	Dienstbaarheid	Geloof
Balans	Discipline	Geluk
Barmhartigheid	Doelgerichtheid	Genezing
Bekwaamheid	Doelmatigheid	Genuanceerdheid
Belangenbehartiging	Duidelijkheid	Gezag
Bereidheid	Duurzaamheid	Gezondheid
Bescheidenheid	Eenheid	Gratie
Bescherming	Eenvoud	Harmonie
Betrokkenheid	Eerlijkheid	Heelheid
Betrouwbaarheid	Effectiviteit	Hulpvaardigheid
Bevrijding	Efficiency	Humor
Bewustzijn	Enthousiasme	Inlevingsvermogen
Bezieling/passie	Essentie	Innerlijke vrede
Bloei	Fijnzinnigheid	Innovatie
Communicatie	Flexibiliteit	Inspiratie

Integriteit	Ordelijkheid	Verbeeldingskracht
Inzet	Overgave	Verbinding
Inzicht	Overvloed	Verbondenheid
Kracht	Pionierschap	Verdraagzaamheid
Kunstzinnigheid	Potentieel/talent	Vergeving
Leiderschap	Profijt	Vernieuwing
Leraarschap	Rechtvaardigheid	Vertrouwen
Levenslust	Relatie	Vervulling
Liefde	Respect	Vindingrijkheid
Mededogen	Resultaat	Virtuositeit
Meesterschap	Schoonheid	Vitaliteit
Mildheid	Speelsheid	Volharding
Moed	Spiritualiteit	Volmaaktheid
Mondigheid	Spontaniteit	Vrede
Muzikaliteit	Synergie	Vreugde/plezier
Natuurlijkheid	Tederheid	Vriendschap
Nederigheid	Tevredenheid	Vrijgevigheid
Nuchterheid	Transformatie	Vrijheid
Onbaatzuchtigheid	Troost	Waardering
Ondernemerschap	Trouw	Waardigheid
Onthechting	Uitdaging	Waarheid
Ontwikkeling/groei	Uitmundendheid	Wijsheid
Onvoorwaardelijkheid	Veelzijdigheid	Zorgvuldigheid
Openheid	Veerkracht	Zorgzaam
Optimisme	Verantwoordelijkheid	Zuiverheid

Om te bespreken: op welke punten verschillen jullie het meest?

Lievelings dingen



Vul hieronder allebei je lievelingsdingen in. Of probeer te raden wat de antwoorden van je partner zijn. Hoe goed kennen jullie elkaar? Het is sowieso leuk om van elkaar te weten en wie weet kun je deze informatie nog eens goed gebruiken wanneer je je partner wilt verrassen.

	Mijn favorieten:	Jouw favorieten:
Boek:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Sport:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Vakantie:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Kleur:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Film:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
(Online) tv-programma:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Land:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Stad:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Muziek:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Eten:	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Drankje:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Outfit:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Moment van de dag:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Vrijtijdsbesteding:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Spelletje of game:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Plek in huis:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Seizoen:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Dier:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Feestdag:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Traditie:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Café of restaurant:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Stopwoordje:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Winkel:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Dierbaarste bezit:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Geur:	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Verzameling:	<input type="text"/>	<input type="text"/>

dit of dat

Omcirkel allebei, met een andere kleur, wat het beste bij je past.

Kiezen jullie hetzelfde?

online	-	offline	Nederland	-	buitenland
links	-	rechts	comfort	-	duurzaamheid
lezen	-	film kijken	luxe	-	eenvoud
koken	-	uit eten	thuis	-	eropuit
spiritueel	-	rationeel	huisdier	-	plant
werken	-	weekend	fruit	-	friet
stad	-	platteland	vrijheid	-	zekerheid
koffie	-	thee	zomer	-	winter
langzaam	-	snel	familie	-	vrienden
actief	-	ontspannen	strand	-	bos
altijd op tijd	-	vaak te laat	dag	-	nacht
ochtendmens	-	avondmens	rust	-	reuring
avontuur	-	zekerheid	zoet	-	hartig

vlees	-	vegetarisch	impulsief	-	bedachtzaam
alcohol	-	alcoholvrij	geschiedenis	-	toekomst
fiets	-	auto	bellen	-	sms'en/appen
kamperen	-	hotel	less is more	-	less is less
stampot	-	sushi	optimistisch	-	realistisch
meedoen	-	winnen	gangmaker	-	stille aanwezige
traditie	-	innovatie	praten	-	luisteren
generalist	-	specialist	opstarter	-	afmaker
introvert	-	extravert	nieuw kopen	-	tweedehands
chaotisch	-	georganiseerd	denker	-	doener
op mezelf	-	samen	religieus	-	atheïst
carrière	-	kinderen	zon	-	schaduw
sportief	-	creatief	liever lui	-	liever moe
klassiek	-	modern	voorgond	-	achtergrond
woorden	-	beelden	controle	-	loslaten
geduldig	-	ongeduldig	zee	-	zwembad

Mijn levensmotto:

Ik:

Jij:

Dit is mijn grootste droom, dit wil ik ooit nog eens bereiken of beleven:

Ik:

Jij:

Dit wil ik voor mijn partner zijn:



Ik:

Jij:

‘Het geheim voor een succesvolle relatie? Vraag jezelf af: hoe zou ik mijn ideale partner omschrijven? Wees vervolgens die persoon.’

– ESTHER PEREL, PSYCHOTHERAPEUT

Zo zou ik mijn partner in vijf woorden omschrijven:

1.

2.

3.

4.

5.

1.

2.

3.

4.

5.

Ik voel me het meest tot mijn partner aangetrokken als:

Ik:

Jij:



Is dit inderdaad hoe jij nu bent? Of wil je nog iets veranderen of verbeteren?

‘Hoe weet je dat het ware liefde is? Als je je tegelijkertijd thuis
én vrij voelt bij iemand.’

– YUNG PUEBLO, SCHRIJVER EN DICHTER

Deze eigenschappen van mijn partner vind ik soms moeilijk of irritant:



Ik:

Jij:

Wat mijn partner niet altijd goed begrijpt aan mij:

Ik:

Jij:



Om over na te denken: de zwakke kanten of vervelende
eigenschappen van onze partner zijn vaak de schaduwkant van
eigenschappen waar we in eerste instantie zo voor zijn gevallen.

Romantisch of praktisch?

Lees, bekijk of luister iets over de liefde en het gaat al snel over gevoel.
Vraag mensen waarom ze samen zijn en je krijgt meestal iets terug over
wat ze voelen:

‘Ik voel me zo op mijn gemak.’

‘Het voelt als thuiskomen.’

‘Het voelt gewoon goed.’

‘We voelen elkaar aan.’

Deze gevoelens zijn prachtig en zorgen ervoor dat je, zeker in het begin van je
relatie, helemaal kunt opgaan in de ander. Maar als je besluit te gaan trouwen
en je leven met elkaar te delen, dan worden andere, meer praktische zaken ook
belangrijk. Naast een goed gevoel, kunnen dit dus ook redenen zijn om voor je
partner te kiezen:

‘Zij heeft het financieel gewoon goed voor elkaar.’

‘Hij is heel handig en kan echt heerlijk koken.’

‘Ik vind het fijn dat die zo’n opgeruimd type is.’

‘Tijdens discussies blijft hij rustig en hij kan goed sorry zeggen.’

‘We hebben werk, het huishouden en de zorg voor ons kind samen heel fijn
verdeeld.’

Dit is waarom mijn partner de perfecte persoon is om mijn leven mee te
delen:

Ik:

Jij:

Cause all of me
 Loves all of you
 Love your curves and all your edges
 All your perfect imperfections
 Give your all to me
 I'll give my all to you
 You're my end and my beginning
 Even when I lose, I'm winning
 'Cause I give you all of me
 And you give me all of you
 Give me all of you

UIT: 'ALL OF ME', JOHN LEGEND

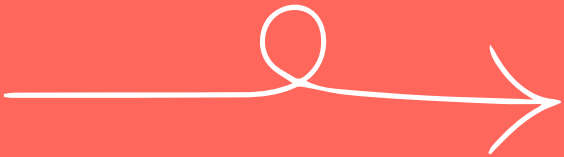
Succesfactoren

Onderzoek toont aan dat onderstaande kenmerken bijdragen aan fijne, duurzame liefdesrelaties. Op welke vijf punten scoren jullie het beste en welke vijf scoren het minste? Denk hier eens samen over na en geef deze een cijfer van 1 (helemaal niet mee eens) tot 5 (volledig mee eens).

1 2 3 4 5

- | | |
|-----------|---|
| 0 0 0 0 0 | We spreken regelmatig onze waardering naar elkaar uit |
| 0 0 0 0 0 | We zijn een goed team |
| 0 0 0 0 0 | We zijn zorgzaam naar elkaar |
| 0 0 0 0 0 | We kunnen goed naar elkaar luisteren |
| 0 0 0 0 0 | We communiceren kalm (ook in discussies) |
| 0 0 0 0 0 | We accepteren elkaar, inclusief de vervelende eigenschappen, en willen elkaar niet veranderen |
| 0 0 0 0 0 | We kunnen geven en delen, zonder iets terug te verwachten |
| 0 0 0 0 0 | We kunnen kwetsbaar zijn bij elkaar |
| 0 0 0 0 0 | We geven elkaar de ruimte om te ontwikkelen |
| 0 0 0 0 0 | We delen dezelfde waarden en dromen en ambities voor de toekomst |
| 0 0 0 0 0 | We zijn eerlijk naar elkaar |
| 0 0 0 0 0 | We vertrouwen elkaar helemaal |
| 0 0 0 0 0 | Knuffelen en seks zijn fijn en vanzelfsprekend |
| 0 0 0 0 0 | We ondernemen en beleven samen regelmatig nieuwe dingen |
| 0 0 0 0 0 | We hebben veel plezier en lachen veel |
| 0 0 0 0 0 | We zijn flexibel als het anders loopt dan we dachten of hoopten |
| 0 0 0 0 0 | Belangrijke beslissingen nemen we samen |
| 0 0 0 0 0 | Ruzies houden we respectvol en praten we altijd uit |
| 0 0 0 0 0 | We hebben duidelijke afspraken en houden ons daar ook aan |
| 0 0 0 0 0 | We zorgen allebei goed voor onszelf |
| 0 0 0 0 0 | We steunen elkaar onvoorwaardelijk en geven niet op als het tegenzit |

Hoofdstuk twee



over trouwen

Heel veel mensen die van elkaar houden, zijn langdurig samen, maar trouwen nooit. Of ze ondertekenen een samenlevingscontract. Trouwen gaat voor veel mensen een stap verder. Waarom zou je met je partner die stap nemen? Welk beeld heb jij van trouwen? En wat betekent het huwelijk verder voor jou?

'Trouw en je zult spijt krijgen.
Trouw niet en je zult spijt krijgen.'

— SØREN KIERKEGAARD, FILOSOOF

Feiten & cijfers over trouwen in Nederland

75

Bij heterostellen neemt nog steeds 75 procent van de vrouwen de naam van haar man aan.

45 1000

In Amsterdam is het aandeel homohuwelijken met 45 per 1000 gehuwd het hoogst, gevolgd door Nijmegen (35 per 1000) en Arnhem (28 per 1000). Op Urk is minder dan één van alle 1000 getrouwde echtparen van hetzelfde geslacht.

35

In de jaren 70 was het scheidingspercentage 15 procent. Tegenwoordig houdt ongeveer 35 procent van de huwelijken geen stand en ongehuwd samenwonenden gaan nog vaker uit elkaar. Opvallend is dat het scheidingspercentage bij stellen met twee vrouwen verreweg het hoogst ligt.

828

In 2021 trouwden 56.400 paren, van wie 1192 stellen van hetzelfde geslacht. 26.100 stellen sloten een geregistreerd partnerschap. 828 van deze stellen waren twee mannen of twee vrouwen.

44

procent

In 2020 was 44 procent van de millennials getrouwd, 53 procent van generatie X, 61 procent van de babyboomers en 81 procent van de generatie die geboren is tussen 1925 en 1940.

60

In 2022 vierden ruim 13.000 echtparen dat ze 60 jaar getrouwd waren. Voor zover bekend duurde het langste huwelijk ooit 92 jaar!

6

Nederlandse koppels zijn gemiddeld ruim 6 jaar samen tot aan de trouwdag.

31,8

jaar

De gemiddelde leeftijd voor mannen die voor het eerst of opnieuw in het huwelijk treden is 38,8 jaar en voor vrouwen 35,9 jaar. Bij het eerste huwelijk is de gemiddelde leeftijd 34,1 jaar voor mannen en 31,8 jaar voor vrouwen.

94,3

procent van de mensen is gelukkig in het jaar van het huwelijk. Oók acht jaar later zorgt het huwelijk bij de meerderheid voor een geluksgevoel.

1998 2014

Steeds meer mensen kiezen voor het geregistreerd partnerschap om hun relatie formeel vast te leggen. Dat kan sinds 1998 en vanaf 2014 is het juridisch ouderschap net zo geregeld als bij een huwelijk. Sindsdien wint het geregistreerd partnerschap aan populariteit.

13,6%

procent van alle mensen die gaan trouwen is eerder getrouwd geweest.

Op het platteland en in dunbevolkte gebieden wordt meer getrouwd dan in steden.

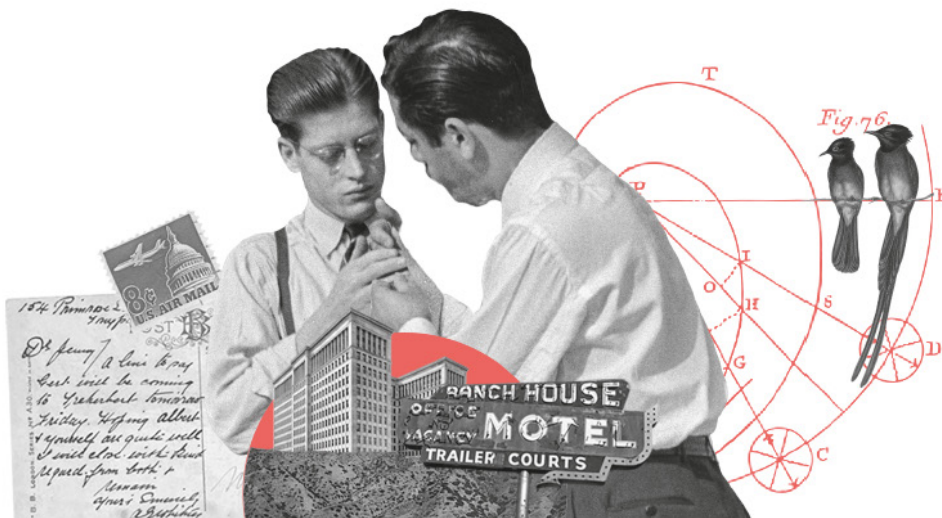
Dit heb ik van huis uit meegekregen over trouwen en het huwelijk:

Ik:

Jij:

'Wij hebben geen kinderen en wij willen ook geen kinderen.
Maar door te trouwen zijn we straks toch één familie met
dezelfde achternaam en bevestigen we onze verbondenheid.
Dat vind ik een mooi idee.'

– NIENKE



Mr(s) & Mr(s)

Wat gebeurt er met je achternaam als je gaat trouwen? Dit is afhankelijk van je nationaliteit en kan dus per land sterk verschillen. Volgens de Nederlandse wet heb je vier mogelijkheden waar je zelf uit mag kiezen:

1. Je houdt je eigen achternaam
2. Je neemt de achternaam van je partner aan
3. Je neemt eerst de achternaam van je partner, gevolgd door je eigen achternaam
4. Je neemt eerst je eigen achternaam, gevolgd door de naam van je partner

Bij heterostellen neemt bijna 75 procent van de vrouwen nog steeds de achternaam van haar man aan. Mannen die de naam van hun vrouw aannemen, komen nauwelijks voor: slechts 1,1 procent van alle heterostellen kiest hiervoor. 16,6 procent van alle stellen kiest ervoor om allebei hun eigen achternaam te houden en 3,6 procent neemt een combinatie van elkaars achternaam aan.

Als het gaat om mijn achternaam na het trouwen, dan wil ik:

- Mijn eigen achternaam houden
- De naam van mijn partner gaan dragen
- Dat alleen ik of alleen mijn partner een combinatie van onze achternamen draagt
- Dat we allebei een combinatie van onze achternamen dragen

Als we getrouwd zijn, dan heten we:

Ik:

Jij:

Wat is trouwen eigenlijk precies?

Je kunt in Nederland trouwen als je allebei minimaal 18 jaar bent en geen rechtstreekse familie. Na de huwelijksvoltrekking door een trouwambtenaar en het jawoord, ondertekenen jullie samen met jullie getuigen de huwelijksakte. Daarna is jullie huwelijk rechtsgeldig. Jullie zijn vanaf dat moment wettelijk gezien elkaars partner en moeten voldoen aan de rechten en plichten die bij het huwelijk horen.

Rechten:

- Jullie mogen elkaars achternaam gebruiken of een samenstelling van jullie namen. De volgorde van de samenstelling mogen jullie zelf bepalen.
- Je bent in een rechtszaak van je partner niet verplicht om een getuigenis af te leggen en je mag namens je partner in een rechtszaak spreken wanneer die dit zelf niet kan.
- Jullie worden automatisch elkaars erfgenaam, tenzij je dit anders vastlegt.
- Als jullie kinderen krijgen, dan zijn jullie beiden automatisch de ouders. Je hoeft niets te regelen om het kind te erkennen of het ouderlijk gezag te krijgen.
- Na het wettelijk huwelijk kun je ervoor kiezen om ook nog voor de kerk te trouwen.

Plichten:

- Onderhoudsplicht: jullie zijn elkaar trouw, onderhoud en hulp verschuldigd.
- Als jullie kinderen krijgen, dan zijn jullie samen verantwoordelijk voor de zorg en opvoeding.
- Jullie worden fiscale partners.
- Jullie delen automatisch de inkomsten en ook de schulden die tijdens jullie huwelijk worden opgebouwd, behalve erfenissen en schenkingen (beperkte gemeenschap van goederen).
- Jullie delen het pensioen dat door jullie beiden is opgebouwd.
- Bij rechtshandelingen, zoals het kopen van een huis, heb je elkaars handtekening nodig.

Een **geregistreerd partnerschap** geeft dezelfde rechten en plichten als het huwelijk, maar er zijn een paar kleine verschillen. Je zet allebei je handtekening, maar je geeft elkaar niet officieel het jawoord. Als je wilt scheiden, dan kan dat buiten de rechter om als je geen minderjarige kinderen hebt en je kunt scheiden van tafel en bed. Je leeft dan apart, maar je hoeft niet officieel te scheiden als dit financieel of vanuit je geloof niet kan. Daarnaast wordt het geregistreerd partnerschap niet overal ter wereld en bij alle kerken erkend, terwijl dat voor het wettelijk huwelijk wel het geval is.

Een **samenlevingscontract** kent grotere verschillen met het huwelijk. Als je gaat samenwonen of een huis koopt, dan kun je in samenlevingscontract vast laten leggen hoe jullie met je gezamenlijke geld en spullen omgaan. Ook word je fiscale partners van elkaar, waardoor je profiteert van belastingvoordelen. Er is geen gemeenschap van goederen, je wordt niet automatisch elkaars erfgenaam en als er kinderen komen, dan moet de vader gezag aanvragen. Maar als jullie samen in een huis wonen en je partner overlijdt, dan mag je wel in jullie huis blijven wonen en je hebt recht op partnerpensioen. Als je toch besluit om niet samen verder te gaan, dan kan dit zonder dat je naar de rechter hoeft.

Deze meerwaarde heeft trouwen boven een geregistreerd partnerschap of samenlevingscontract voor ons:

Want je kunt niets zeker weten
 en alles gaat voorbij
 Maar ik geloof,
 ik geloof,
 ik geloof
 Ik geloof,
 ik geloof in jou en mij

UIT: 'DE AVOND', BOUDEWIJN DE GROOT

Mensen trouwen om heel verschillende redenen. Waarom willen jullie trouwen en waarom kiezen jullie niet voor een samenlevingscontract of een geregistreerd partnerschap? Kruis allebei één of meerdere redenen aan.

Ik Jij

- Ik heb er altijd al van gedroomd om te trouwen.
- Mijn partner wil het heel graag.
- Om ons heen trouwt bijna iedereen. Wij willen niet achterblijven.
- Trouwen en het feest dat erbij hoort, lijken mij gewoon heel leuk en bijzonder.
- Ik trouw omdat dat vanzelfsprekend is vanuit mijn geloof of cultuur.
- Wij willen kinderen en als getrouwd stel ben je echt één familie.
- Wij willen geen kinderen en door te trouwen zijn we toch officieel aan elkaar verbonden.
- Mijn ouders willen het graag.
- Het geeft iets extra's, het is voor mij de kroon op onze relatie.
- Ik geloof dat door te trouwen de kans minder groot is dat je uit elkaar gaat.
- Trouwen geeft financiële stabiliteit.
- Om zakelijke redenen, want trouwen zorgt voor financieel en fiscaal voordeel.
- Om inwonerstatus te kunnen krijgen of te geven.
- Ik heb nog een andere reden, namelijk:

'In voorgaande relaties voelde het alsof je vrij gemakkelijk
 weer bij elkaar weg kon gaan. Als je trouwt, is die
 vrijblijvendheid weg, je kiest dan écht voor iemand. Ik vind het
 mooi om dat eerst naar elkaar uitgesproken te hebben, voordat
 je aan kinderen begint.'

- JOOST

Dit is, in mijn eigen woorden, wat ik beloof als ik mijn partner het jawoord geef:

Ik: _____

Jij: _____

Het leukste aan trouwen lijkt mij:

Ik: _____

Jij: _____

Dit lijkt mij het moeilijkst aan het huwelijk:

Ik: _____

Jij: _____

Dit is de belangrijkste vraag of twijfel die ik nog heb over trouwen:

Ik: _____

Jij: _____

‘Een goed huwelijk betekent niet dat er nooit problemen zijn; in een goed huwelijk worden problemen opgelost met wijsheid en mildheid.’

– SCHOOL OF LIFE

Meer weten over trouwen en het huwelijk?

- Bekijk de Netflix-realityserie *Extreme Engagement over trouwtradities in andere culturen*
- Bekijk de VPRO-documentaire *De prins op het grijze paard van Makers van Morgen*, over het ideaalbeeld dat we hebben over de liefde gebaseerd op social media en films en de realiteit die anders is
- Lees voor een filosofische beschouwing over liefde en romantiek het boek *Het romantisch misverstand* van Jan Drost
- Bekijk de websites notaris.nl en rijksoverheid.nl voor meer informatie over huwelijkse voorwaarden en de rechten en plichten van het huwelijk
- Lees het boek *12 dingen die je moet weten voordat je gaat trouwen* van Gary Chapman
- Lees het boek *Hartstocht*, de psychologie van de liefde van sociaal psycholoog dr. Tila Pronk
- Luister de NPO2 podcast *‘De Slimste Liefde’* van Diederik Jekel en Thomas Cammaert
- Luister de podcast *‘Is trouwen nog wel van deze tijd’* van Kleine meisjes worden groot

Hoofdstuk drie terugkijken



Terugkijken op jullie relatie, op hoe het begon, op de mooie en moeilijke momenten en op relaties uit het verleden kan je veel inzichten geven. Het helpt je om nog scherper te krijgen waarom jullie samen zijn en wat je in de toekomst wel en niet wilt.

Nog steeds ontmoeten de meeste stellen elkaar in hun vrije tijd: op vakantie, tijdens het uitgaan of bij de sportclub.

8,1

Nederlanders beoordelen hun relatie gemiddeld met een 8,1.

26

Vrouwen gaan gemiddeld op hun 26e samenwonen, krijgen hun eerste kind als ze 30 zijn en trouwen op hun 32e. Mannen zijn gemiddeld bijna 3 jaar ouder als ze vader worden, en 2,5 jaar ouder als ze gaan trouwen.

Feiten & cijfers over liefdesrelaties in Nederland

95

Vervuit de meeste mensen (95 procent) zitten in een monogame relatie. Slechts een paar procent heeft een open of polyamoureuze relatie (met meerdere partners tegelijk). Van de mensen in een monogame relatie zou 7 procent liever een open of polyamoureuze relatie proberen.

94

procent van alle singles is van mening dat een liefdesrelatie voor de lange termijn is en 77 procent gaat een relatie aan met als doel om in de toekomst te trouwen.

De meeste mensen worden uiteindelijk verliefd op en partner met dezelfde normen en waarden, sociale en etnische achtergrond en hetzelfde niveau van intelligentie en aantrekkelijkheid.

2.700.000

Van de 2,7 miljoen vrijgezellen in Nederland gebruikt een derde een datingsite of -app. Millennials besteden gemiddeld 10 uur per week aan hun datingapps.

93

procent van de Nederlandse jongeren gelooft niet dat mensen van nature monogaam zijn.

We worden vaker en sneller verliefd als we in een nieuwe fase in ons leven betreden: na een verhuizing bijvoorbeeld of bij de start van een nieuwe baan.

15

Tegenwoordig ontmoet ongeveer 15 procent hun partner online. In de leeftijdscategorie 18-40 jaar is dat zelfs 25 procent.

2/3

Twee derde van alle partnerrelaties begint als vriendschap.

92

Van de Nederlandse volwassenen met een partner voelt 92 procent zich gelukkig, van degenen zonder partner 79 procent.

Stellen die elkaar online hebben ontmoet, gaan net zo snel en vaak samenwonen en trouwen als stellen die elkaar in het gewone leven hebben ontmoet.

Onze relatie

Sommige mensen kennen hun partner al van kinds af aan en groeien samen op. Anderen ontmoeten hun partner op reis, op het werk of via via. Hoe zit dat bij jullie?

Dit is hoe wij elkaar hebben ontmoet:

Zo ontstond onze relatie:

Het eerste wat ik dacht toen ik mijn partner ontmoette:

Ik:

Jij:

'k Voel het heel vaak als jij opstaat,
of na een zomerse bui
Ik word al week bij de gedachte,
jij die loopt in m'n lievelingstrui
't Is mijn hand die jij plots vastpakt,
als ik domweg naast je fiets
't Komt ook, dat is nou het gekke,
zelfs door helemaal niets

UIT: 'IK HEB JE LIEF', PAUL DE LEEUW

Ik ben verliefd geworden op mijn partner, omdat:

Ik:

Jij:

Deze details over de eerste fase van onze relatie zal ik nooit vergeten:

Ik:

Jij:

Het grootste verschil tussen hoe onze relatie in het begin was en nu:

Ik:

Jij:

Als ik terugkijk op onze relatie tot nu toe, dan beoordeel ik die met dit cijfer:

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ik:	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Jij:	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Om over na te denken: waarom geef je dit cijfer? Is dit cijfer in de loop van de tijd veranderd? En wat zou ervoor kunnen zorgen dat je over een jaar of over vijf jaar een hoger cijfer geeft?

Van deze kleine dagelijkse dingen of gewoontes in onze relatie word ik heel blij en gelukkig:

Ik:

Jij:

Het leukste wat wij ooit samen hebben gedaan of meegemaakt:

De leukste reis of vakantie van ons samen:

De mooiste plek waar we samen zijn geweest:

De beste beslissing die we samen hebben gemaakt:

Het moeilijkste wat wij samen hebben meegemaakt:

Daar zijn we doorheen gekomen omdat:

Ik heb in onze relatie het meest spijt van:

Ik:

Jij:

Wat ik wel eens heb gemist in onze relatie:

Ik:

Jij:

Ik ben mijn partner in onze relatie het meest dankbaar voor:

Ik:

Jij:

When the sun shines,
 we'll shine together
 Told you I'll be here forever
 Said I'll always be your friend
 Took an oath,
 I'm a stick it out to the end
 Now it's raining more than ever
 Know that we'll still have each other
 You can stand under my umbrella

UIT: 'UMBRELLA', RIHANNA

Mijn verleden

Hoe je je gedraagt in je relatie, hoe je je liefde uit en waar je behoefte aan hebt, wordt voor een groot deel bepaald door je verleden. Daarom is het zinvol om af en toe eens terug te kijken naar je jeugd en relaties in het verleden. Grote kans dat je jezelf en je partner er beter door gaat begrijpen.

Zo lieten mijn (stief)ouders of verzorgers vroeger aan mij merken dat ze van mij hielden:

Ik:

Jij:

Zo lieten mijn (stief)ouders of verzorgers vroeger zien dat ze van elkaar hielden:

Ik:

Jij:

Het moeilijkste wat ik heb meegemaakt op liefdesgebied:

Ik:

Jij:

De belangrijkste les die ik uit (een) voorgaande relatie(s) heb geleerd:

Ik:

Jij:

‘Dit is het enige wat telt, lieverd, dat iemand meer in je
ziet dan je wist dat er te zien was.’

– ARTHUR JAPIN (VERKOZEN TOT DE MOOISTE NEDERLANDSE LIEFDESZIN)

Als ik terugkijk op onze relatie tot nu toe, de relatie(s) die ik in het verleden had en wat ik heb meegekregen in mijn jeugd, dan wil ik in ons huwelijk deze dingen...

... achter me laten

Ik:

Jij:

... voortzetten

Ik:

Jij:

Hoofdstuk vier



anderen en onze relatie

Het huwelijk is een verbond tussen twee mensen die voor elkaar kiezen, maar het is daarmee geen privéaangelegenheid. Het gaat niet alleen om jullie twee. De familie, vrienden en misschien kinderen of huisdieren van je partner krijg je er gratis bij. Zij zullen jullie relatie hoe dan ook beïnvloeden. Hopelijk in positieve zin, maar misschien ook op een negatieve manier. En andersom zal jullie relatie ook het leven beïnvloeden van de mensen om jullie heen.

De invloed van vrienden en familie

Er worden niet voor niets zoveel grappen over schoonmoeders gemaakt. Schoonfamilies zijn een bron van geluk én van gedoe. Hetzelfde geldt soms voor vrienden. Hoe zit dat bij jullie?

Hier ben ik blij mee bij de familie en/of vrienden van mijn partner:

Ik: _____

Jij: _____

Dit vind ik lastig aan de familie en/of vrienden van mijn partner:

Ik: _____

Jij: _____

Op deze manier beïnvloeden onze familie en/of vrienden onze relatie:

Ik: _____

Jij: _____

De getuigen van onze relatie

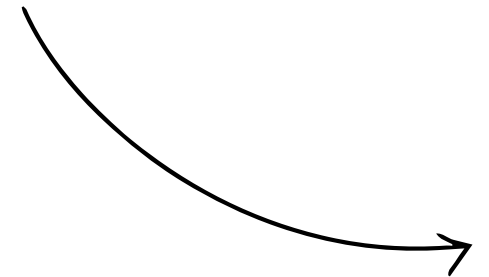


Vrienden, familie en andere mensen die dicht bij je staan, zijn de getuigen van jullie relatie. Ze zien misschien wat jullie niet zien. Jullie bijzonderheden en patronen, dingen die ze bewonderen of zaken waar ze zich soms zorgen over maken. Het kan onwennig zijn, maar het is ook heel waardevol om te vragen hoe zij tegen jullie relatie aankijken. Vraag daarom eens een paar naaste familieleden of vrienden om de vragen op de volgende pagina's in te vullen. Zie het als een soort vriendenboek.

Je kunt de vragen natuurlijk ook op een andere manier met hen delen of op een geschikt moment het gesprek aangaan en deze vragen bespreken. De antwoorden kun je dan zelf noteren.



Vraag vier mensen die jullie goed kennen om de vragen op de volgende pagina's in te vullen.



Naam:

Wat was je eerste reactie toen wij een relatie kregen?

Hoe is het beeld dat je van onze relatie hebt in de loop van de tijd veranderd?

Wat maakt onze relatie in jouw ogen bijzonder? Waarom passen wij zo goed bij elkaar?

Wat zie je als onze valkuil? Is er iets waar je ons voor zou willen waarschuwen?

Hoe zie je ons over 10 jaar?

Welk advies of welke wens heb je verder voor ons?

En tot slot: welk liedje mag zeker niet op de playlist van ons huwelijk ontbreken? En waarom?

Naam:

Wat was je eerste reactie toen wij een relatie kregen?

Hoe is het beeld dat je van onze relatie hebt in de loop van de tijd veranderd?

Wat maakt onze relatie in jouw ogen bijzonder? Waarom passen wij zo goed bij elkaar?

Wat zie je als onze valkuil? Is er iets waar je ons voor zou willen waarschuwen?

Hoe zie je ons over 10 jaar?

Welk advies of welke wens heb je verder voor ons?

En tot slot: welk liedje mag zeker niet op de playlist van ons huwelijk ontbreken? En waarom?

Naam:

Wat was je eerste reactie toen wij een relatie kregen?

Hoe is het beeld dat je van onze relatie hebt in de loop van de tijd veranderd?

Wat maakt onze relatie in jouw ogen bijzonder? Waarom passen wij zo goed bij elkaar?

Wat zie je als onze valkuil? Is er iets waar je ons voor zou willen waarschuwen?

Hoe zie je ons over 10 jaar?

Welk advies of welke wens heb je verder voor ons?

En tot slot: welk liedje mag zeker niet op de playlist van ons huwelijk ontbreken? En waarom?

Naam:

Wat was je eerste reactie toen wij een relatie kregen?

Hoe is het beeld dat je van onze relatie hebt in de loop van de tijd veranderd?

Wat maakt onze relatie in jouw ogen bijzonder? Waarom passen wij zo goed bij elkaar?

Wat zie je als onze valkuil? Is er iets waar je ons voor zou willen waarschuwen?

Hoe zie je ons over 10 jaar?

Welk advies of welke wens heb je verder voor ons?

En tot slot: welk liedje mag zeker niet op de playlist van ons huwelijk ontbreken? En waarom?

Hoofdstuk vijf vooruitkijken

We zijn in onze maatschappij gewend om heel veel tijd en aandacht te besteden aan het voorbereiden van het aanzoek en de bruiloft. Alles moet tot in de puntjes kloppen. Logisch, want het gaat om jullie grote dag. Het moet bijzonder en persoonlijk worden, je wilt het iedereen naar de zin maken en alles moet binnen jullie budget passen. Het is misschien wel een van de leukste, grootste en meest persoonlijke projecten die jullie samen ooit zullen doen.

Al met al is het organiseren van een bruiloft een hele klus. In dit hoofdstuk kunnen jullie van aanzoek tot huwelijksreis uitvinden en vastleggen hoe jullie van jullie trouwen echt iets unieks en persoonlijks gaan maken.

Feiten & cijfers over het aanzoek en de verloving

15

De meeste huwelijksaanzoeken zijn intiem, bij slechts 15 procent van de aanzoeken zijn vrienden of familie aanwezig.

9/10

Maar liefst 9 van de 10 bruidsparen wordt door vrienden voor de bruiloft verrast met een vrijgezellenfeest.

80

procent

Plannen voor een huwelijksaanzoek worden goed geheimgehouden: voor 80 procent van de mensen die ten huwelijk worden gevraagd, was het aanzoek een complete verrassing.

49

Voordat het aanzoek plaatsvindt, vraagt bijna de helft van de mensen (49 procent) om de hand van hun lief bij de schoonouders.

93%

Als het aankomt op het aanzoek zijn we nog steeds vrij traditioneel in Nederland, er gaan namelijk bijna geen vrouwen op één knie (2 procent). In 93 procent van de gevallen vroeg de man de vrouw ten huwelijk. De overige 5 procent besloot samen om in het huwelijksbootje te stappen.

13

Tussen het aanzoek en de trouwdag zitten gemiddeld 13 maanden.

Augustus is de maand waarin de meeste huwelijksaanzoeken plaatsvinden, gevolgd door december en september.

Het aanzoek

Soms is het aanzoek een totale verrassing (inclusief het antwoord) en soms hangt het al tijden in de lucht (inclusief het antwoord). Als je serieuze plannen hebt voor het aanzoek, verklap je die natuurlijk niet, maar wat vind jij belangrijk?

Dit vind ik belangrijk bij een aanzoek en verloving:

Ik Jij

- Ik heb er altijd al van gedroomd om te trouwen.
- dat de hand van je geliefde wordt gevraagd bij de schoonouders
- dat je op je knie gaat als je het aanzoek doet
- dat (bij een heterostel) de man het aanzoek doet
- dat het aanzoek echt een bijzonder moment is
- dat je een mooie verlovingsring of ander bijzonder cadeau koopt voor je geliefde
- dat het groots bekend wordt gemaakt
- dat je uiterlijk een jaar na de verloving trouwt
- dat na de verloving en voor de bruiloft een vrijgezellenfeest wordt georganiseerd
- nog iets anders, namelijk:

Misschien zijn jullie al verloofd. Hoe ging het aanzoek? Wat was er zo bijzonder aan?

Onze bruiloft

Na het aanzoek kan het dromen, fantaseren, uitzoeken en regelen beginnen. Trouwen is van alle tijden en van alle culturen. Het wordt overal ter wereld gezien als een belangrijke mijlpaal. En daarom hechten we met z'n allen nog steeds veel belang aan bepaalde trouwtradities en gebruiken. Het is heel normaal om een vrouw die gaat trouwen te vragen:

'Heb je al een bruidsjurk en een ring uitgezocht?'

'Gaat je vader je weggeven tijdens de ceremonie?'

'Heb je al een vrijgezellenfeest gehad?'

Het kan heel betekenisvol zijn om bepaalde tradities en rituelen die je kent terug te laten komen op jullie trouwdag, maar alleen een huwelijksvoltrekking met een ambtenaar van de burgerlijke stand, het jawoord en de handtekening op de trouwakte van jullie en jullie getuigen zijn verplicht. De rest van jullie dag mag zo traditioneel of vernieuwend, luxe of eenvoudig, intiem of groots en duur of goedkoop of anders dan anders worden als jullie zelf willen. Vier jullie liefde op jullie eigen wijze!

De sfeer

Welke woorden omschrijven het beste wat jullie mooi en belangrijk vinden voor jullie bruiloft? Hoe willen jullie later samen met je gasten terugkijken op deze dag? Omcirkel allebei, met een andere kleur, 5-7 woorden. Zijn jullie het met elkaar eens?

sereen	historisch	verbindend
mystiek	gezellig	luxe
spiritueel	waardig	ontspannen
persoonlijk	religieus	efficiënt
duurzaam	harmonieus	inspirerend
bourgondisch	vreugdevol	hoogstaand
feestelijk	ingetogen	vol schoonheid
kleurrijk	traditioneel	sportief
intiem	innovatief	actief
groots	kunstzinnig	uniek
veelzijdig	futuristisch	grappig
muzikaal	multicultureel	smaakvol
formeel	sprookjesachtig	overzichtelijk
statig	ongepolijst	open-minded
eenvoudig	natuurlijk	spontaan

Nog een andere beschrijving, namelijk:

Ik:

Jij:

Inspiratiebron

Denk samen eens na over welke bruiloften of andere feesten jullie echt geweldig vonden. Wat was er precies zo mooi, leuk of gedenkwaardig aan? Schrijf hieronder voor drie (trouw)feesten in een paar woorden op waarom ze een voorbeeld en inspiratiebron voor jullie bruiloft zijn.

1.

2.

3.

Echt niet

Je bent misschien wel eens thuisgekomen na een bruiloft of ander feest met de gedachte: 'Pfff, zo wil ik het dus niet. Wat een gedoe, zo'n receptie en dat vijfgangen-diner is veel te chic voor mij.' Je helpt jezelf, de leveranciers en andere mensen die jullie gaan helpen enorm als je goed nadenkt en aangeeft wat jullie zeker niet willen. Daarmee vallen er al veel keuzemogelijkheden af.

Als ik aan onze bruiloft denk, dan wil ik dit absoluut niet:

Ik:

Jij:

Stiekem trouwen

Zien jullie een ceremonie, trouwfeest en de drukte van het voorbereiden van een bruiloft helemaal niet zitten? Of vinden jullie het simpelweg te duur? Dan kun je kiezen voor een *elopement*. Je trouwt dan stiekem met z'n tweetjes. Dat kan gewoon aan de balie in het gemeentehuis, maar ook op een bijzondere locatie in het buitenland. Daarna verras je vrienden en familie op een leuke manier met het nieuws dat jullie getrouwd zijn en als je wilt geef je alsnog een feestje.

Eloping wordt steeds populairder. Uit een Engels onderzoek blijkt dat maar liefst 91 procent van de millennials die hun huwelijk aan het voorbereiden zijn hier wel eens over nadenken. En 3 van de 5 getrouwde koppels zou elopement serieus overwegen als ze hun trouwdag over hadden mogen doen. Bedenk wel goed dat je, in principe, maar één keer kunt trouwen. Er is een kans dat je later spijt krijgt, dat je van deze bijzondere dag niet meer hebt gemaakt en misschien je vrienden en familie hebt teleurgesteld. Zoek ook altijd goed uit aan welke regels jullie elopement moet voldoen als je in het buitenland trouwt, zodat jullie huwelijk wel rechtsgeldig is en wordt erkend in Nederland.

Wij zouden stiekem trouwen 0 wel 0 niet overwegen, omdat:

De anti-wedding

Hebben jullie helemaal niets met alle geschreven en ongeschreven regels die bij bruiloften horen? Krijg jij de kriebels van witte trouwjurken, trouwpakken, gouden trouwringen, trouwzalen, trouwauto's, bruidstaarten, bruidsboeketten die moeten worden gegooid en andere tradities en gewoontes? Sluit je dan samen met vele andere bruidsparen aan bij de *anti-wedding movement*.

Dit is geen bestaande beweging, maar wel een duidelijke trend waarbij bruidsparen ervoor kiezen om alle trouwtradities die niet bij hen passen weg te laten. Ze trouwen anders dan anders. Op een verrassende locatie, met een bijzonder programma en in andere outfits. Of ze trouwen niet voor de wet, maar geven wel een superleuk feest om hun liefde te vieren. Waarom niet? Zo iets blijft iedereen bij en het is vaak veel interessanter dan wat we gewend zijn.

Wat willen jullie op jullie bruiloft anders dan anders gaan doen?



Feiten & cijfers over bruiloften in Nederland

52 120

Op een gemiddelde bruiloft in Nederland zijn 52 daggasten en 120 gasten voor het avondfeest.

25

25 procent van alle bruidsparen geeft aan dat ze seks hebben gehad tijdens de huwelijksnacht. Bij wie dat niet het geval was, was de reden: te moe.

We trouwen in Nederland het liefst in een kasteel, landhuis of herenhuis, gevolgd door een boerderij, een hoeve, een restaurant of strandtent.

10%

Ongeveer 10 procent van de Nederlandse bruidsparen huurt een weddingplanner in voor de voorbereiding van hun bruiloft.

9

Gemiddeld beginnen vrouwen meer dan 9 maanden voor de bruiloft met hun zoektocht naar hun trouwjurk. Mannen gaan zo'n 6 maanden voor de grote dag op zoek naar hun outfit.

34

34 procent van alle bruidsparen gebruikt voor hun bruiloft een kleurenthema dat ze laten terugkomen in de uitnodigingen, dresscode en styling.

1

De meeste bruiloften beginnen om 14.00 uur en eindigen om 1.00 uur.

60

procent

Ruim 60 procent van alle bruidsparen geeft zo'n 10 procent meer uit aan hun bruiloft dan ze van tevoren hadden gedacht.

Van alle bruidsparen ervaart twee derde stress tijdens de voorbereidingen van hun bruiloft.

20%

Ongeveer 20 procent van alle bruidsparen kiest ervoor om tradities en rituelen vanuit hun geloof of cultuur terug te laten komen op de bruiloft.

831 113

Trouwen in Amsterdam is 7 keer zo duur als in Emmen: voor een ceremonie in de gemeentelijke trouwzaal in Amsterdam betaal je doordeweeks €831,40 (2023). Maar wie op een doordeweekse ochtend in Emmen trouwt, doet dat al voor €113,10.

90%

van alle bruidsparen vraagt een broer, zus, vriend of vriendin als ceremoniemeester.

Mei, juni en september zijn de populairste maanden om te trouwen. Vrijdag en zaterdag de populairste dagen.

First things first

Een bruiloft voorbereiden is erg leuk, maar ook behoorlijk intensief. Al met al zijn er veel dingen die je moet regelen en waarover je moet beslissen. Om te voorkomen dat je later vastloopt is het handig om als eerste een besluit te nemen over deze punten:

1. **Budget.** Hoeveel mag de bruiloft gaan kosten? Jullie budget bepaalt hoeveel mensen je kunt uitnodigen, waar je kunt trouwen en hoe je de rest van je dag kunt invullen.
2. **Gastenlijst.** Wie zijn erbij? Het aantal gasten bepaalt de sfeer, het bedrag dat je per persoon kunt besteden en welke capaciteit jullie trouwlocatie moet hebben.
3. **Trouwdatum.** In welk seizoen en op welke dag willen jullie trouwen? Het seizoen en de exacte datum zijn bepalend voor de keuze en beschikbaarheid van de locatie, de kosten en of je binnen of buiten kunt trouwen.
4. **Locatie.** Waar gaan jullie trouwen? Jullie trouwlocatie bepaalt de sfeer van jullie dag, de kosten en de mogelijkheden met betrekking tot wat je zelf mag regelen en wat je via de locatie moet doen.

Budget

Gemiddeld kost een bruiloft 18.000 euro, inclusief de huwelijksreis. 3 procent van alle bruidsparen geeft meer dan 30.000 euro uit en 30 procent minder dan 10.000. Wat jullie budget ook is, het is slim om voor de zekerheid 10 procent extra te reserveren omdat de kans groot is dat je je budget zult overschrijden. Vraag jezelf af of jullie willen sparen voor jullie bruiloft of niet, of jullie ouders misschien een deel betalen en waar voor jullie de prioriteiten liggen.

Om je een beeld te geven, de grootste kostenposten bij een bruiloft zijn gemiddeld:

trouwlocatie, incl. catering	€7500	ringen	€1050
huwelijksreis	€3800	band of dj	€1050
trouwjurk	€1750	trouwpak	€1050
fotograaf en videograaf	€1500		

Reken daarnaast op minimaal een paar honderd euro voor de trouwambtenaar en de huwelijksvoltrekking, kosten voor drukwerk en verzending van de uitnodigingen, styling, bloemen, haar en make-up en bedankjes.

Het totale budget voor onze bruiloft is ongeveer:

€

Dit vinden we het belangrijkste om budget voor vrij te maken:

Ik:

Jij:

Budgettips

Bruiloften zijn big business. Als je geen groot budget (over)hebt voor jullie bruiloft, dan moet je op zoek naar creatieve oplossingen en ideeën om de kosten te beperken. Gelukkig zijn er allerlei manieren om je bruiloft betaalbaarder te maken.

1. Locatie

De trouwlocatie is vaak de grootste kostenpost. Overweeg om te trouwen in een mooie achtertuin, een wijkcentrum of bij een sportvereniging. Dat kan net zo leuk zijn als een 'echte' trouwlocatie!

2. Bloemen

Ga voor bloemen uit eigen tuin. Die zijn gratis en ook nog eens veel duurzamer.

3. Trouwvervoer

Wat dacht je van een (bak)fiets? Of misschien heeft iemand uit je kennissenkring een mooie auto of ander leuk vervoermiddel dat je kunt lenen?

4. Trouwkleeding

Huur of leen een jurk of pak! Of ga voor tweedehands. Een mooie outfit die je later ook nog kunt dragen, is natuurlijk ook een optie.

5. Eten en drinken

Kies voor simpel. Schalen of pannen vol met lekkere pasta's en salades, kunnen net zo'n leuk diner opleveren als een chic vijfgangenmenu.

6. Drukwerk

Overweeg een leuke video-uitnodiging in plaats van duur drukwerk.

7. Seizoen

Trouwen in de late herfst, de winter of het vroege voorjaar is veel goedkoper dan in het zomerseizoen. En ook de dag maakt uit: zaterdagen en speciale data zijn het duurst.

8. Decoratie

Hoeft niet nieuw te zijn. Online vind je een groot aanbod aan één dag gebruikte en dus goedkope bruiloftdecoratie. En dat is ook nog eens beter voor de wereld.

9. Huwelijksvoltrekking

Trouwen aan de balie bij het gemeentehuis is goedkoper dan met een trouwambtenaar op locatie. En ook per gemeente verschillen de kosten.

10. Programma

Een bruiloft hoeft niet een hele dag te duren. Overweeg een korter programma of een latere starttijd. En wees strikt over de eindtijd.

Op deze onderdelen kunnen en willen wij kosten besparen:

Gastenlijst

Het is nogal een verschil: een bruiloft voor twintig goede vrienden en familieleden of een knalfeest voor tweehonderd gasten. Gelukkig zijn er geen regels verbonden aan het aantal mensen dat je uitnodigt voor je bruiloft.

Denk samen eens na over onderstaande vragen als jullie je gastenlijst gaan opstellen:

- Welke sfeer hebben we voor ogen? Intiem en persoonlijk? Of een uitbundig knalfeest?
- Willen we onze gasten er allemaal de hele dag bij hebben of maken we een onderscheid?
- Hebben we de gasten die we willen uitnodigen de afgelopen jaren regelmatig gezien en willen we hen na onze bruiloft ook regelmatig blijven zien?
- Kent mijn partner deze persoon die ik wil uitnodigen ook?
- Wie willen we er echt niet bij hebben, en om welke 'moeilijke' gasten (luidruchtige tante) kunnen we echt niet heen?
- Wie kunnen we ook heel goed zonder partner uitnodigen? (Bijvoorbeeld collega's)
- Willen we (veel) kinderen op onze bruiloft? Ja? Dan moeten we nadenken over een goede oppas, leuk programma en apart eten.

Over het algemeen geldt: volg je hart en durf hard te zijn, maar communiceer dit wel op een elegante manier. Met goede en beleefde uitleg kun je prima aangeven waarom jullie sommige mensen of kinderen niet uitnodigen.

Wij willen voor onze bruiloft _____ mensen uitnodigen.

We hebben deze specifieke wensen en ideeën over wie we willen uitnodigen voor de verschillende onderdelen van de dag:

Trouwdatum

Het vinden van een geschikte trouwdatum kan een behoorlijke puzzel zijn. Jullie favoriete locatie moet beschikbaar zijn, net zoals jullie naasten. Misschien willen jullie een bijzondere of 'mooie' datum of jullie budget is leidend, waardoor je buiten de populaire dagen of maanden wilt trouwen. Het belangrijkste advies is daarom: begin op tijd.

Dit lijkt ons een mooie trouwdatum/Dit is onze trouwdatum:

Locatie

Uit onderzoek blijkt dat het proces van het vinden van een trouwlocatie bij bruidsparen gemiddeld 2 maanden duurt. De locatie wordt meestal een klein jaar voor de bruiloft vastgelegd. Dat moet ook wel, want veel trouwlocaties zijn, zeker in de zomer en op weekenddagen, snel volgeboekt. De locatie die je kiest, is de basis van jullie trouwdag. Veel bruidsparen kiezen voor een kasteel, landhuis, restaurant of strandtent. Maar het kan ook origineler: wat dacht je van een museum, de rooftopbar van een hotel, een camping, een dierentuin of een kas? Bedenk dat de trouwlocatie van een gemiddelde bruiloft de grootste kostenpost is en bij jullie ook een flinke hap uit je budget zal nemen, tenzij je kiest voor een mooie achtertuin of een andere gratis of goedkope locatie.

Ons budget voor de locatie is ongeveer:



Wij vieren onze bruiloft het liefst:

op één locatie op meerdere locaties

Deze sfeer en uitstraling zoeken we op onze trouwlocatie:

Dit vinden we belangrijk voor onze trouwlocatie:

goed bereikbaar met: ov fiets boot auto

goede toegankelijkheid voor mindervaliden

voldoende (gratis) parkeergelegenheid

geschikt voor kinderen

overnachtingsmogelijkheden in de buurt

mogelijkheden om binnen en buiten te trouwen

mogelijkheid om bijvoorbeeld catering, styling, inrichting en entertainment zelf te regelen

nog wat anders, namelijk:

Van de eigenaren en het personeel van de locatie verwachten we:

Deze specifieke locaties lijken ons geweldig:

Trouwen in het buitenland

Voor veel bruidsparen is het een droom: een Toscaanse bruiloft, trouwen op het strand van Zuid-Afrika of in de bergen van Oostenrijk. Jullie bruiloft zal zeker onvergetelijk worden, maar er zijn wel een aantal zaken waar je rekening mee moet houden.

- Zoek heel goed uit welke documenten en toestemmingen je nodig hebt om voor de wet in het land van jullie keuze te trouwen, zodat jullie huwelijk ook rechtsgeldig is en overal erkend wordt. De Nederlandse ambassade van het land waar je wilt trouwen is het beste startpunt. Als je al het papierwerk en geregeld niet ziet zitten, dan kun je er ook voor kiezen om voor de wet te trouwen in Nederland en daarna een feest te geven in het buitenland.
- Een bruiloft in het buitenland duurt eigenlijk altijd meerdere dagen. Het is dus extra belangrijk om op tijd te checken of alle mensen die je er echt bij wilt hebben dit zien zitten en of ze erbij kunnen zijn.
- Het ligt eigenlijk wel voor de hand dat jullie een groot deel van de (extra) kosten voor jullie gasten betalen, zoals tickets en overnachtingen. Als jullie trouwlocatie ook met de auto of trein bereikbaar is, kun je er eventueel voor kiezen dat alle gasten hun eigen vervoer regelen. Maar het is wel netjes als jullie in ieder geval de overnachtingen en alle maaltijden rond jullie bruiloft betalen. Jullie kiezen hier immers voor. Houd hier rekening mee in jullie budget.
- Bij een huwelijk in een land en op een locatie die je niet goed kent, kan het een uitdaging zijn om de juiste leveranciers te vinden en alles zo geregeld te krijgen zoals jullie het willen. Overweeg om een weddingplanner in te schakelen met ervaring in het land waar jullie willen trouwen.

Wij willen

niet wel in het buitenland trouwen, namelijk in:

Ik weet niet wat het brengt,
 maar ik zeg 'ja'
 Jouw hand in mijn hand zegt me 'ja'
 Ik weet dat 'ja' je kan verrassen
 Met jou durf ik het aan
 Omdat ik weet dat jij me opvangt,
 zeg ik 'ja'

Van de angst in m'n lijf
 Door dit kleine woord bevrijd
 'k Voel de rust die overblijft
 En de liefde tussen jou en mij

UIT: 'JA', GUUS MEEUWIS

Huwelijkse voorwaarden

Wanneer je in Nederland trouwt voor de wet, zijn er grofweg drie 'smaken' waaruit je kunt kiezen als het gaat om de verdeling van het vermogen dat je vanaf het moment van trouwen als partners deelt:

1. Je trouwt zoals de wet dat aangeeft. Jullie gaan niet naar de notaris en stellen geen huwelijkse voorwaarden op. De wet houdt, sinds 1 januari 2018, in dat je automatisch in beperkte gemeenschap van goederen trouwt. Alles wat voor jullie huwelijk van jou was, blijft van jou. Alles wat jullie tijdens jullie huwelijk opbouwen aan schulden en vermogen is van jullie beiden, behalve erfenissen en schenkingen. Dit geldt ook voor je partner.

2. Jullie willen graag in algehele gemeenschap van goederen trouwen. Jullie delen alle bestaande en toekomstige bezittingen en schulden, inclusief erfenissen en schenkingen. Dit geldt automatisch voor iedereen die vóór 2018 zonder huwelijkse voorwaarden is getrouwd. Tegenwoordig moet je naar de notaris als je in algehele gemeenschap van goederen wilt trouwen, omdat je dit moet opnemen in jullie huwelijkse voorwaarden.

3. Je trouwt niet in een beperkte of algehele gemeenschap van goederen, maar je wilt zelf beslissen hoe jullie het vermogen met elkaar willen verdelen. Wil je alle bezittingen en schulden apart van elkaar houden? Dit noemen we 'koude uitsluiting' en kun je bij de notaris op laten nemen in je huwelijkse voorwaarden. Dit is vaak de keuze van ondernemers, om zo hun bedrijf uit de gezamenlijkheid te houden. Hierbij is het ook mogelijk om specifieke zaken wel te delen, zoals een huis of een gezamenlijke rekening. Ook hiervoor moet je naar de notaris toe om deze huwelijkse voorwaarden op te laten stellen.

Huwelijkse voorwaarden sluit je af om duidelijkheid en zekerheid te krijgen over hoe alles tussen jullie wordt verdeeld in geval van scheiding of overlijden. Maar het biedt voor ondernemers en hun partners ook bescherming wanneer hun bedrijf failliet gaat.

Naar de notaris voor huwelijkse voorwaarden

‘Je verwacht vooraf natuurlijk niet dat je gaat scheiden. Maar het is goed om reëel te zijn, want bij 1 op de 3 stellen gebeurt dit toch. Huwelijkse voorwaarden kun je zien als een soort verzekering. Het kan een vechtscheiding voorkomen, omdat heel duidelijk is hoe alles moet worden verdeeld als het misgaat.’ – Anne-Marie Smelt, notaris bij Het Notarieel

Anne-Marie Smelt is notaris familierecht en krijgt zodoende regelmatig te maken met stellen die huwelijkse voorwaarden willen laten opstellen voordat ze gaan trouwen. Vaak weten mensen van tevoren niet goed wat in hun situatie de beste afspraken zijn en waar je allemaal over na moet denken. Het is aan de notaris om daar een onpartijdig en onafhankelijk advies over te geven, en dat kan soms een hele puzzel zijn. Daarom vindt er altijd eerst een uitgebreid gesprek plaats waarbij de situatie van beide partners in kaart wordt gebracht en ook de wensen bij scenario's zoals een scheiding, overlijden of wilsonbekwaamheid van een partner, of een faillissement van een eigen bedrijf. Op basis van dit gesprek wordt een conceptakte gemaakt of conceptaktes (huwelijkse voorwaarden en bijvoorbeeld testamenten). Wanneer beide partners akkoord zijn, kan de akte bij de notaris worden getekend.

Voor aanstaande bruidsparen heeft Anne-Marie de volgende tips en adviezen:

- Realiseer je dat je zonder huwelijkse voorwaarden automatisch trouwt in beperkte gemeenschap van goederen, zoals de wet sinds januari 2018 voorschrijft. Ondernemers zouden eigenlijk altijd advies moeten inwinnen of er huwelijkse voorwaarden moeten worden opgesteld.
- Het plannen van afspraken en opstellen van de aktes kost tijd en daar wil je liever niet in de laatste week voor jullie bruiloft mee bezig zijn. Begin daarom 6 tot 3 maanden voor jullie bruiloft met het zoeken van een notaris en de procedure om huwelijkse voorwaarden op te laten stellen.
- Zoek een notaris met wie je echt een klik hebt. Bel er gewoon eens een paar op en kijk bij wie je het gevoel hebt dat die jou snapt.

- Online is veel informatie te vinden over huwelijkse voorwaarden, maar je kunt bij notarissen ook goede brochures van de beroepsvereniging opvragen.
- Overweeg om ook een levenstestament op te maken waarmee je volmacht verleent aan je partner of iemand anders die je vertrouwt als jij wilsonbekwaam zou raken.
- Aktes kunnen moeilijke materie zijn. Voel je niet bezwaard om aan de notaris te vragen om in begrijpelijke taal uit te leggen waarvoor je gaat tekenen.
- Huwelijkse voorwaarden kun je altijd aanpassen, maar alleen samen en niet zoals testamenten eenzijdig. Het is zelfs goed om elke 5 tot 10 jaar na te gaan of er iets in jullie huwelijkse voorwaarden of andere familierechtaktes, zoals testamenten, moet worden aangepast.
- Wanneer je hertrouwt met dezelfde partner na een scheiding, dan bepaalt de wet dat alle gevolgen van het (eerste) huwelijk herleven alsof er geen echtscheiding heeft plaatsgevonden. Win dus advies in en laat desnoods zaken aanpassen om niet voor nare verrassingen te komen staan.

Dit zouden we willen regelen in onze huwelijkse voorwaarden:

Deze ideeën hebben we verder over huwelijkse voorwaarden en de notaris bij wie we dat willen regelen:

Save the date, r.s.v.p. & de uitnodiging

Wanneer de trouwdatum bekend is, is het slim om jullie gasten uiterlijk zes maanden voor de bruiloft een save the date-bericht te sturen, zodat ze deze dag of misschien wel dagen kunnen vrijhouden. De officiële uitnodiging wordt doorgaans zo'n twee maanden voor de bruiloft verstuurd. Daarbij zit vaak een r.s.v.p. (répondez s'il vous plaît) waarmee je je gasten vraagt om voor een bepaalde datum te laten weten of ze aanwezig zullen zijn. Op internet vind je voor elke stijl en elk budget talloze voorbeelden van trouwkaarten en r.s.v.p.-berichten. Bij de trouwkaart kun je voor jullie daggasten en avondgasten een brief toevoegen met praktische informatie over de bereikbaarheid, dresscode, cadeaus en stukjes, zodat het voor iedereen duidelijk is wat de bedoeling is. Je kunt er ook voor kiezen om een website te maken voor jullie bruiloft met daarop alle informatie. Na de bruiloft kun je hier ook jullie gasten bedanken en foto's delen.

Dit lijkt ons mooi voor de save the date, trouwkaart en andere communicatie over onze bruiloft:

'Denk niet te veel alleen vanuit jezelf. Je bruiloft is ook een cadeau dat jullie je gasten aanbieden. Zij zijn er in hun mooiste kleren de hele dag voor jullie. Voor hen moet het eigenlijk gewoon een superleuke en relaxte all-inclusive dag zijn. Wij hadden bijvoorbeeld voor gasten die lang hadden gereisd direct wat lekkers te eten en te drinken geregeld. Laat ze niet te veel hoeven nadenken, omkleden en reizen. Ik geloof dat je dan vanzelf een heel leuke sfeer en een goed feest krijgt.'

– MAARTJE

De organisatie

Gemiddeld zitten er zo'n dertien maanden tussen het aanzoek en de dag van de bruiloft. Twee derde van de bruidsparen ervaart stress in deze periode, zeker in de laatste maanden. Maar wanneer jullie een beetje gevoel hebben voor plannen en organiseren, kun je dit echt wel zelf.

Online kun je veel checklists, tools en blogs met tips vinden. Nog handiger is het om een kant-en-klaardraaiboek te vinden van vrienden of familie die op een vergelijkbare manier zijn getrouwd. Als je geen tijd, zin en talent hebt, maar wel budget, dan kun je een event- of weddingplanner inhuren. Het spreekt voor zich om iemand te zoeken met ervaring in het type bruiloft dat jullie voor ogen hebben.

Daarnaast is het niet ongewoon om ook een ceremoniemeester te vragen om jullie te helpen bij de organisatie. Neem het volgende daarbij in overweging:

- Het gaat jullie helpen als je iemand vraagt die gestructureerd kan werken, goed kan communiceren en creatief is. Ervaring in de evenementenorganisatie is een pré.
- Overweeg om twee ceremoniemeesters te vragen. Dat is waarschijnlijk leuker en het werk kan worden gedeeld.
- Als je wilt dat jullie ceremoniemeester jullie echt werk uit handen neemt, zorg dan dat je iemand vraagt die je vertrouwt, die je ruimte kunt geven om mee te denken en die beslissingen voor jullie mag nemen over bijvoorbeeld speeches, stukjes, verrassingen en vragen van gasten.
- Bedenk goed hoeveel werk je bij je ceremoniemeester neerlegt. Een ceremoniemeester is geen weddingplanner! Laat de ceremoniemeesters zelf ook een beetje genieten van de bruiloft.
- Goed om te weten: er bestaan ook ervaren zelfstandige ceremoniemeesters die je tegen betaling kunt inzetten om alle praktische zaken in de laatste dagen voor en tijdens jullie bruiloft te regelen.
- En tot slot: ceremoniemeesters steken meestal meer tijd in bruiloften dan zichzelf en het bruidspaar van tevoren hadden bedacht. Bovendien zijn veel ceremoniemeesters (ongewild) meer dan eens de pineut. Vraag ze op een leuke manier en bedank ze uitgebreid. Vooraf, tijdens en na jullie bruiloft.

Zo willen wij de organisatie en voorbereiding van onze bruiloft regelen:

- helemaal zelf
- met een weddingplanner, namelijk:

- zelf, maar met hulp van een professionele zelfstandige ceremoniemeester, namelijk:

- zelf, maar met hulp van een ceremoniemeester uit onze eigen kring, namelijk:

Deze ideeën hebben we voor het vragen van onze ceremoniemeester(s):

En deze taken willen we aan onze ceremoniemeester(s) overlaten:

- adressen van de bruiloftsgasten verzamelen
- brief met praktische informatie schrijven en versturen
- trouwkaarten en begeleidende brieven versturen
- vragen van gasten over de bruiloft beantwoorden
- de cadeaus coördineren
- speeches en/of stukjes coördineren
- vrijgezellenfeest organiseren
- bezoek aan trouwlocatie(s) ter voorbereiding op de bruiloft
- helpen bij het aankleden van de trouwlocatie
- draaiboek voor de trouwdag maken
- assisteren bij de fotosessies tijdens de bruiloft
- lijst van leveranciers maken en contact met hen houden voor, tijdens en na de bruiloft
- tijdens de trouwdag zorg dragen voor belangrijke zaken zoals de officiële papieren, de ringen, het bruidsboeket, de corsages, etc.
- mensen die een rol hebben op de bruiloft instrueren
- de planning van de dag in de gaten houden
- meedenken over de ceremonie, het feest en andere onderdelen
- het gastenboek regelen
- aanspreekpunt tijdens de trouwdag
- bedankjes uitdelen
- _____
- _____
- _____
- _____

Vrijgezellenfeest

Om het einde van het ongehuwde leven te markeren en te vieren, worden veel aanstaande bruiden en bruidegoms verrast met een vrijgezellenfeest. In niet-westerse culturen gaan deze momenten soms gepaard met officiële overgangsrituelen. In het Westen staan vrijgezellenfeesten vooral voor feest, drank, het vieren van vriendschap en het centraal stellen van de bruid of bruidegom. Wat je gaat doen is meestal een verrassing, maar natuurlijk kun je best aangeven wat je wel en absoluut niet wilt en wie het mag gaan organiseren. Gruwel je van vrijgezellenfeesten? Geef dan bij je vrienden aan dat je er echt niet op zit te wachten.

Voor mijn vrijgezellenfeest wil ik dit absoluut niet:

Ik: _____

Jij: _____

Dit lijkt mij superleuk voor mijn vrijgezellenfeest:

Ik: _____

Jij: _____

Deze persoon/personen lijken mij geschikt voor de organisatie van mijn vrijgezellenfeest:

Ik: _____
 Jij: _____

Getuigen

Wanneer je trouwt voor de wet, moeten er minimaal twee en maximaal vier getuigen fysiek aanwezig zijn en hun handtekening zetten bij de huwelijksvoltrekking. Ook als je op het laatste moment of in het geheim trouwt. In dat geval kunnen ook medewerkers van de gemeente jullie getuigen zijn. Zij ondertekenen dan jullie huwelijksakte. Jullie getuigen moet je uiterlijk twee weken voor de bruiloft aanmelden bij de gemeente waar jullie trouwen.

Verreweg de meeste mensen vragen iemand die ook echt 'getuige' is geweest van hun relatie en door te tekenen niet alleen het huwelijk bevestigt maar ook goedkeurt. Bijna altijd is dit een familielid of vriend. Het mogen ook kinderen zijn, maar alleen als ze meerderjarig zijn. Heb je jongere kinderen en wil je die toch een rol geven, dan kunnen zij in overleg met jullie babs een kinderakte ondertekenen. Deze akte is niet rechtsgeldig, maar kan voor jullie als bruidspaar natuurlijk wel heel speciaal zijn.

Deze mensen willen we vragen als onze getuigen:

Zo willen we hen vragen:



Dé jurk en hét pak

Er is in onze westerse cultuur weinig zo onlosmakelijk verbonden met trouwen als de witte trouwjurk voor vrouwen en een mooi pak voor mannen. En als je er altijd van hebt gedroomd, is het heerlijk om eindelijk eens al die mooie kleding te passen en daar een leuke dag van te maken met een paar familieleden of vrienden. Maar opnieuw: doe vooral waar jullie je goed bij voelen. Hetzelfde geldt voor zaken als haar en make-up. Verzamel vooraf beelden van outfits en styling die je aanspreken. Op internet en in boeken en tijdschriften over trouwen kun je voor elke smaak volop inspiratie en goede adressen vinden.

Ons budget is ongeveer:

€

Ik ga voor:

Ik Jij

- 0 0 kopen
 0 0 huren
 0 0 lenen
 0 0 een kledingstuk dat ik al heb
 0 0 iets zelf maken

Ik wil:

- 0 0 traditionele bruidskleding
 0 0 iets anders, namelijk

Als ik iets koop ga ik voor:

Ik Jij

- 0 0 nieuw
 0 0 tweedehands
 0 0 vintage

Ik wil tijdens onze bruiloft:

- 0 0 één outfit dragen
 0 0 van outfit wisselen, namelijk:

We willen onze trouwkleding vooraf: 0 wel 0 niet aan elkaar laten zien

We willen onze kleding en accessoires: 0 wel 0 niet op elkaar afstemmen

Voor mijn haar en/of make-up wil ik:

Ik:

Jij:

En deze persoon of personen mogen dat verzorgen:



Ik:

Jij:

Met deze mensen wil ik de kleding voor onze bruiloft uitzoeken:

Ik:

Jij:

Zonder alles te verklappen: deze ideeën heb ik verder over de stijl van onze outfits, haar, make-up, bruidsboeket en accessoires voor de bruiloft:

Ik:

Jij:



Let erop dat veel professionals in het trouwseizoen snel vol zitten.
Zoek en boek ze dus op tijd.

En als het hoogste reikt
Weet dat je weer valt
Maar als dat blijkt
Dat dan het leven juist zijn
schoonheid meer verkent
En dat niks dan verder telt
Als je iemand vindt zoals ik
jou gevonden heb

UIT: 'ZOALS IK JOU GEVONDEN HEB', MEAU
NEDERLANDSE VERTALING VAN 'SOMEONE YOU LOVE', DOUWE BOB

Thema's, dresscode, styling en bloemen

Een thema, dresscode of speciale styling zijn hartstikke leuk en kunnen jullie dag iets extra's geven. Maar doe het vooral als het goed bij jullie past en vraag je af hoe ver je wilt gaan en wat je van je gasten kunt vragen. Trouwlocaties werken vaak samen met vaste stylisten die dit voor jullie kunnen verzorgen. Op andere locaties kun je ook een stylist inhuren of besluiten om het zelf te regelen.

Wij kiezen:

- niet voor een kleurenthema, dresscode of specifieke styling
 wel voor een kleurenthema, dresscode of specifieke styling, namelijk:

Het bruiloftsprogramma

90 procent van de bruidsparen viert hun bruiloft op één dag. De meeste bruiloften bestaan uit een aantal vaste onderdelen en worden in Nederland gevierd tussen 14.00 uur en 1.00 uur met een ceremonie, receptie en borrel, diner en een feest. Zo heb je in de ochtend rustig de tijd voor het aankleden, haar en make-up en *the first look* en tussendoor kunnen foto's worden gemaakt. Wil je liever een korter programma? Dan kun je ook kiezen voor een avondceremonie met aansluitend een feest of een ceremonie in de ochtend, gevolgd door een feestelijke lunch.



Denk samen eens na over het programma van jullie bruiloft. Hoe komt dit er ongeveer uit te zien?

Programmaonderdeel/activiteit	Tijd	Locatie
Dag/nacht voor bruiloft		
Dag van de bruiloft		
Dag 2/3		
Dag na de bruiloft		

Trouwtradities en rituelen in andere culturen

Keltisch

Vanuit de Keltische traditie wordt een bruidspaar door middel van *handfasting* letterlijk met elkaar verbonden door een lint om hun handen te knopen.

Hindoestaans

Bij een Hindoestaanse bruiloft lopen de bruid en bruidegom van oudsher zeven rondes om een vuur, wat symbool staat voor de eigenschappen die je moet hebben en ontwikkelen voor een goed huwelijk: integriteit, verantwoordelijkheid, ontwikkeling, vooruitgang en de waarden van het gezinsleven.

Engels

Vanuit de Engelse folklore brengt het geluk als de bruid 'something old, something new, something borrowed, something blue' draagt tijdens de bruiloft. Vaak wordt dit verzorgd door de (schoon)moeder en vriendinnen van de bruid.

Japans

Van oudsher vouwen aanstaande echtparen in Japan samen 1000 kraanvogels voordat ze gaan trouwen. Dit vraagt om veel geduld en begrip, wat goed is voor een gelukkig huwelijk.

Fins

In Finland gaat de bruid voor haar huwelijksdag samen met haar moeder en bruidsmeisjes naar de sauna.

Islamitisch

De dag voor de bruiloft worden de handen van de bruid in het bijzijn van haar familie en vrienden prachtig versierd met henna als teken van voorspoed en geluk.

Afrikaans

In de zuidelijke Afrikaanse landen springen pasgetrouwde stelletjes over een ceremoniële bezem, als symbool voor hun nieuwe leven samen.

Amerikaans

In bijna alle Amerikaanse films waarin mensen trouwen zien we het: de vader-dochterdans, gevolgd door een moment waarop de vader zijn dochter toevertrouwd aan de bruidegom.

Het lijkt ons mooi om deze rituelen of tradities uit onze eigen cultuur of uit andere culturen terug te laten komen op onze bruiloft:

Naaste familieleden en vrienden

Jullie bruiloft kan extra bijzonder en betekenisvol worden als je de mensen van wie je het meest houdt een rol geeft. Dat kan door iemand van hen als ceremoniemeester te vragen, maar er zijn ook kleinere taken. Neefjes, nichtjes of je eigen kinderen kunnen bruidskindjes zijn. Goede vrienden of familieleden kun je vragen om als babs voor een dag jullie ceremonie te leiden, jullie lievelingsliedje te zingen, te helpen met de decoratie, taarten te bakken, te koken of om jullie chauffeur te zijn. Het kan ook heel fijn zijn om op de dag zelf voordat het feest losbarst jullie liefste vrienden en familieleden om je heen te hebben. Je zult er later zeker mooie herinneringen aan bewaren.

Als we samen nadenken over hoe we onze liefste vrienden en familieleden willen betrekken bij de voorbereiding en tijdens onze bruiloft, dan zien we het volgende voor ons:

Naam	Taak
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Op deze manier willen we aandacht schenken aan dierbaren die er niet meer zijn of mensen die om andere redenen niet op onze bruiloft kunnen zijn:

Naam	Hoe
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

'Mijn vader wist dat wij zouden gaan trouwen en hij had mij graag weg willen geven bij de ceremonie, maar hij is een paar jaar geleden helaas overleden. We hebben daar tijdens onze ceremonie stil bij gestaan, mijn man droeg zijn horloge tijdens de bruiloft en we hadden champagneglazen waarin zijn vingerafdruk gegraveerd is. Daarmee hebben we met alle gasten geproost op de liefde en op het leven. Het was heel mooi om hem op die manier een plek te geven op onze dag.'

Fotografie en video

Het is geweldig om mooie foto's of videobeelden van jullie grote dag te hebben. Bedenk wel dat een goede fotograaf of videograaf, inclusief de nabewerking van de foto's en misschien een fotoboek of montage van de beelden aardig wat geld zullen kosten. En vraag op tijd naar hun beschikbaarheid, want ook deze professionals zitten in het trouwseizoen snel vol. Daarnaast is het fijn om een goede voorbereiding te hebben met deze mensen. Je kunt kiezen voor een geregisseerde fotoshoot, maar je kunt een fotograaf of videograaf ook z'n gang laten gaan. Bespreek dan wel goed wie en wat je sowieso graag op beeld wilt hebben.

Verder kun je over foto's en video's die jullie gasten maken het beste heel duidelijk zijn. Bruidsparen kiezen er steeds vaker voor om gasten te vragen hun telefoon niet te gebruiken. En anders is het niet vreemd om te vragen om foto's en video's niet op social media te delen. Wat zijn jullie wensen?

Deze specifieke wensen en ideeën hebben we voor de foto's of videobeelden van onze bruiloft:

Zo willen we omgaan met foto's, video's en social media van onze bruiloftsgasten:

Trouwvervoer

Of je nu de hele bruiloft op één locatie viert of kiest voor meerdere locaties, er is eigenlijk altijd wel een moment dat jullie als bruidspaar vervoer nodig hebben. Dat kan in een mooi witte trouwauto, maar je kunt ook voor originelere opties gaan. Wat te denken van een oude bus, een tractor, een bakfiets, een bootje, een stoere four-wheeldrive of een riksja?

Hierin willen wij vervoerd worden tijdens onze trouwdag:

'Wij zijn gek op het strand en zelf altijd heel casual gekleed. Ons trouwfeest was bij een strandtent en black tie of tenue de ville zagen we daarom echt niet zitten. Wij hebben onze gasten gevraagd om in relaxte beach outfit en op slippers te komen. En dat pakte geweldig uit: de sfeer was heel relaxed en ontspannen en iedereen kon zonder ongemakkelijke kleding en hoge hakken heerlijk dansen.'



Trouwambtenaar of babs

Als je voor de wet wilt trouwen, moet jullie huwelijk worden voltrokken door een beëdigde trouwambtenaar. Dit kan een ambtenaar van de burgerlijke stand (abs) zijn van de gemeente waarin jullie trouwen. Op de website van vrijwel elke gemeente vind je een overzicht van de trouwambtenaren waaruit je kunt kiezen. Je kunt ook gaan voor een buitengewoon ambtenaar van de burgerlijke stand (babs). Deze zelfstandige trouwambtenaren zijn wel verbonden aan, maar niet in dienst van een gemeente. Het zijn mensen die het leuk en bijzonder vinden om een huwelijksceremonie te leiden en daar ervaring mee hebben. Via via, met behulp van Google of via websites en platforms over trouwen, kun je een babs vinden. Ook leuk: met een beetje papierwerk is het mogelijk om een dierbare voor één dag als trouwambtenaar te laten beëdigen, zodat die jullie trouwceremonie kan leiden.

Dit zijn onze wensen als het gaat om de trouwambtenaar die ons huwelijk gaat voltrekken:

- de ambtenaar van de burgerlijke stand van de gemeente waar wij trouwen
- een zelfstandig buitengewoon ambtenaar van de burgerlijke stand (babs)
- iemand die we kennen laten beëdigen als babs

En we weten al wie dat mag gaan doen:

Adviezen van een babs

‘Tijdens de ceremonie schiet je wortels voor de rest van de bruiloft. Het is de start van een bijzondere dag, die kan zorgen voor een extra feestelijke sfeer en een goed feest.’ – Nina de la Croix, babs

Nina de la Croix is cabaretière, dagvoorzitter en presentatrice van zakelijke events, podcasthost én babs verbonden aan de gemeente Edam-Volendam. Ze heeft al meer dan 100 huwelijken voltrokken. ‘Ik vind een ceremonie elke keer weer bijzonder. Ik hoor zoveel prachtige liefdesverhalen. De verhalen van relaties van mensen die al veel hebben meegemaakt, doen me het meest. Maar vergis je niet; ik kom zoals iedere babs ook stellen tegen bij wie je je afvraagt of ze er goed aan doen om te trouwen, maar ik weiger nooit, tenzij ik denk dat het echt niet in orde is.’

Als babs wordt haar beschikbaarheid soms al een jaar voor de trouwdag gevraagd, maar het intakegesprek met het bruidspaar doet ze bij voorkeur een maand voor de grote dag: ‘Met alle stellen ga ik uitgebreid in gesprek. Over hun verleden, hun liefde, hun getuigen, wie de gasten zijn en welke dierbaren er niet meer zijn. Ook vraag ik de getuigen om iets te delen over het bruidspaar. Van de stapel A4’tjes vol met aantekeningen die ik heb verzameld, maak ik een speech. Ik vraag altijd wat ik niet mag zeggen, maar ik deel mijn speech niet met het bruidspaar, want dan is het speciale eraf. Ik zie de ceremonie als een theaterstuk waar een goede opbouw in moet zitten. Het is geen moetje, maar wat mij betreft het belangrijkste moment van de dag. Tijdens de ceremonie schiet je wortels voor de rest van de bruiloft. Het is de start van een bijzondere dag die kan zorgen voor een extra feestelijke sfeer en een goed feest.’

Voor bruidsparen die over hun ceremonie en babs nadenken heeft Nina de volgende tips:

- Het is voor de hand liggend, maar zoek een babs die bij je past. Iemand die in jouw woorden praat. De meeste babsen hebben een website of social media waarop je kunt zien hoe iemand werkt.
- Bereid je samen goed voor op de ceremonie, maar vertrouw daarna op jullie trouwambtenaar. Laat het maar gebeuren. Zie het als een cadeau waarvan je zelf mag genieten.
- Maak de ceremonie niet te lang: 45 minuten is voldoende.
- Durf het persoonlijk te maken. Het gaat over jullie. Niet over de liefde of trouwen in het algemeen. En benoem niet alleen het positieve, maar ook moeilijke momenten.
- Jullie trouwgeloften naar elkaar uitspreken is heel bijzonder. Maar doe dit alleen als het goed voelt en als je er niet te veel stress door krijgt.
- Een fijne flow in de ceremonie is belangrijk: zorg voor wat diepgang, een beetje humor en mooie muziek (en dan niet alleen de standaard nummers). En geef alleen mensen die écht goed kunnen spreken de gelegenheid om wat te zeggen, anders doorbreek je de flow.
- Zorg ervoor dat iedereen lekker zit en alles goed kan zien en horen. Harde zeewind, slecht geluid, jengelende kinderen of hete felle zon, leiden af.
- Laat na de ‘ja’ (die je wel even moet oefenen), de kus en de ringen het feest beginnen. Met een stemmig muziekstuk waar het publiek na het jawoord nog 10 minuten naar moet luisteren, zakt de feeststemming alleen maar in. Dus ontkurk die champagne, snijd de bruidstaart aan en proost met al je gasten!

De huwelijksceremonie

De ceremonie is het onderdeel van de bruiloft waarbij jullie huwelijk officieel wordt voltrokken. Huwelijksceremonies in Nederland en landen om ons heen hebben meestal een redelijk vastomlijnd programma dat je per onderdeel zelf kunt invullen:

1. **Entree bruidspaar.** Daar komt de bruid(egom)! Bij heterostellen werd de bruid van oudsher 'weggegeven' door haar vader bij de entree, maar je kunt ook samen of allebei van verschillende kanten binnenkomen.
2. **Opening en speech.** De trouwambtenaar opent de ceremonie door iedereen welkom te heten en vertelt het liefdesverhaal van het bruidspaar. Vaak gevolgd door muziek en soms met bijdragen van bijvoorbeeld een getuige of een naaste.
3. **Trouwgeloften.** Het bruidspaar of de trouwambtenaar spreken de trouwgeloften van beide partners uit.
4. **Huwelijksvoltrekking.** Wat is daarop uw antwoord? Het bruidspaar geeft elkaar het jawoord, gevolgd door de ring of een ander symbool van verbinding en daarna wordt er natuurlijk gezoend! Ten slotte tekent het bruidspaar de trouwaktes, samen met de getuigen.
5. **Afscheid.** Misschien ken je van vroeger de erehaag, het gooien met rijst, of het oplaten van duiven. Tegenwoordig doen bellenblazers en drumbands het ook heel goed.
6. **Proost!** Laat de borrel, receptie of het feest maar beginnen!

Als alternatief kun je er ook voor kiezen om vóór jullie bruiloft 'aan de balie' te trouwen. Een ambtenaar van de gemeente voltrekt dan ter plekke samen met jullie getuigen jullie huwelijk. Hoe je daarna op jullie huwelijksdag invulling geeft aan de ceremonie is aan jullie.

Denk samen eens na over jullie trouwceremonie. Welke wensen en ideeën hebben jullie om dit moment heel persoonlijk en speciaal te maken?

Onze entree:

Speech van de trouwambtenaar:

Andere mensen die iets voordragen:

Muziek:

Slot van de ceremonie:

Direct na de ceremonie:



Jij bent de orde in mijn chaos
en de liefde in mijn lust
Bent de daadkracht
naast mijn twijfel
en waar nodig
ook mijn rust

Bent waar dromen kunnen dwalen
naar een plek altijd vertrouwd
en waar alles mooi en moeilijk
zich in al haar glorie ontvouwt

Wij zijn vrij – verbonden
Ik vier ons, vier elke dag
en vandaag hang ik
de slingers op
voor wat ik met
jou delen mag

DE MUZE VAN SUZE, EERSTE COUPLET GESCHREVEN VOOR HAAR MAN BRAM,
ALS ONDERDEEL VAN HAAR EIGEN TROUWGELOFTE. AANGEVULD VOOR AND NOW WHAT

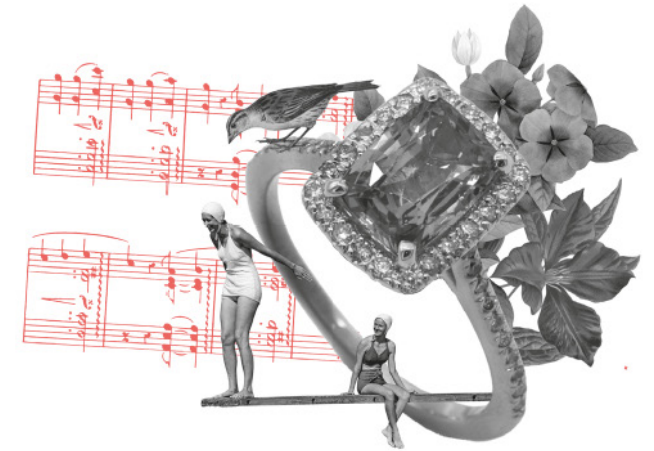
Kerkelijk huwelijk

Tegenwoordig kiezen we veel minder vaak dan vroeger voor een kerkelijk huwelijk naast het burgerlijk huwelijk, maar als je gelovig bent is het bezegelen van jullie liefde voor God en de geloofsgemeenschap iets heel speciaals. Het kerkelijk huwelijk komt altijd na het jawoord bij de trouwambtenaar. Per kerk en geloofsgemeenschap gelden er andere regels en sommige kerken en gemeenschappen bieden cursussen aan om aanstaande bruidsparen voor te bereiden op het huwelijk. Het advies is daarom om altijd het gesprek aan te gaan met het hoofd van de kerk, tempel, moskee of synagoge waar jullie willen trouwen, zoals een pastoor, dominee, priester, imam of rabbijn.

Wij trouwen:

- niet voor de kerk
 voor deze kerk:

Deze wensen en ideeën hebben wij voor ons kerkelijk huwelijk:



Ringen

Ringen zijn al eeuwenlang het symbool van eeuwige liefde. Maar niet iedereen voelt zich goed bij het dragen van een ring. Je kunt dan prima voor iets anders kiezen. Veel bruidsparen gaan voor een ander sieraad, zoals een mooie armband, ketting met een trouwanger of een horloge met daarin een graving. Ook kiezen steeds meer stellen ervoor om allebei een tatoeage te laten zetten als teken van trouw. Het kan ook mooi zijn om samen op een bijzondere plek een boom te planten als herinnering aan jullie trouwdag en geloften. En wil je niets? Dat is ook goed.

Ter herinnering en als symbool voor ons trouwen kiezen wij voor:

- ringen
 een ander sieraad, namelijk:

- een tatoeage, namelijk:

- iets anders, namelijk:

De trouwgeloften

‘Je trouwgeloften uitspreken is zo’n puur en intiem moment. Mooie trouwgeloften kunnen je diep raken en een ceremonie écht memorabel en hoogstpersoonlijk maken.’ – Suzanne van der Eerden, schrijver en dichter bij De Muze van Suze

Suzanne van der Eerden – ook wel: ‘Suzanne van de woorden’ – maakt gevoel tastbaar door er woorden aan te geven. En dat doet ze onder andere door trouwgeloften op maat te schrijven.

Het schrijven en uitspreken van trouwgeloften kan behoorlijk wat stress opleveren. Want je voelt natuurlijk heel veel voor je partner, maar hoe omschrijf je die gevoelens goed? Of misschien heb je al iets geschreven, maar klopt het nog niet helemaal? Of willen jullie je trouwgeloften qua stijl en lengte op elkaar afstemmen? Suzanne helpt je op weg. Als stel, of alleen een van de partners. Na een gesprek van 1-1,5 uur schrijft ze trouwgeloften die helemaal ‘jullie’ zijn. Met jouw input perfectioneert ze ze, en jij kunt naar eigen inzicht en gevoel details toevoegen of wijzigen.

Voor wie, al dan niet met hulp, trouwgeloften wil schrijven, heeft Suzanne de volgende tips:

- Een goede tekst heeft een fijne flow. Voor trouwgeloften betekent dat bijvoorbeeld dat je van luchtig naar verdiepend gaat en weer luchtig eindigt. Er mag ook zeker (hard) gelachen worden.
- Zorg voor balans. Trouwgeloften zijn meer dan alleen een lofzang over je partner. Vertel ook, met een lekker getimed grapje, wat je moeilijk vond of vindt. Dat maakt het jawoord alleen maar specialer.

- Houd een tijdje een app of een notitieboek bij de hand voor flarden van herinneringen, bijzondere momenten en woorden die echt bij jullie passen die je te binnen schieten. Begin hier op tijd mee.
- Wacht niet tot het allerlaatste moment met het schrijven en afmaken van je trouwgeloften. Het schrijven, schrappen en scherper maken vraagt echt om wat tijd.
- Maak je geloften niet te lang. Bij de kern blijven met rake woorden is veel beter dan enorm uitweiden. Een tekst van om en nabij vijf minuten is een mooie lengte.
- Deel de tekst van je geloften voor de ceremonie op in duidelijke alinea's en druk de tekst af, bijvoorbeeld op een paar kaartjes van stevig papier.
- Bereid je goed voor op het uitspreken van je geloften. Spreek ze rustig en met aandacht uit. Als je het spannend vindt, bouw in het begin dan een geruststellend moment in. Iets wat je rustig maakt, zoals een grapje.
- Mooie trouwgeloften verdienen de aandacht, ook na de bruiloft. Druk ze af en lijst ze in, neem ze op in het trouwalbum of deel ze met al jullie bruiloftsgasten.

Dit zou ik willen met onze trouwgeloften:

Ik Jij

ik wil mijn geloften zelf schrijven

ik wil de geloften laten schrijven

ik wil geen trouwgeloften

ik wil onze geloften tijdens de ceremonie zelf uitspreken

ik wil dit niet zelf doen, maar onze geloften laten voorlezen

Borrel of receptie

Na jullie jawoord willen alle gasten jullie natuurlijk feliciteren! Bij een drukbezochte bruiloft levert dit soms lange wachtrijen op. Je kunt dit voorkomen met een korte speech tijdens een gezamenlijk proostmoment waarbij je aangeeft dat je je als bruidspaar gezellig mengt tussen de gasten. De rest van de dag is er genoeg tijd om iedereen even te spreken, bedanken of om cadeaus in ontvangst te nemen. Jullie kunnen je borrel of receptie nog leuker maken met lekkere hapjes, bijzondere drankjes, een bruidstaart, livemuziek, een fotowand met allemaal foto's van jullie samen of spelletjes die jullie gasten kunnen spelen.

Dit lijkt ons het leukst voor de borrel of receptie op onze bruiloft:

- een bruidstaart, die we samen aansnijden
- een champagnetoren
- onze gasten toespreken en mensen bedanken
- een gezamenlijk proostmoment
- alle gasten de mogelijkheid geven om ons te feliciteren en eventueel een cadeau te geven
- we mengen ons gezellig tussen de gasten en zien wel wie we spreken
- bijzondere drankjes en originele hapjes
- live muziek
- een groepsfoto met alle gasten of groepjes gasten
- een photobooth
- een gastenboek waarin alle aanwezigen iets schrijven
- spelletjes voor onze gasten
- nog wat anders, namelijk:

**She may be the reason I survive
The why and wherefore I'm alive
The one I'll care for through the rough
and ready years
Me, I'll take her laughter and her tears
And make them all my souvenirs
For where she goes I've got to be
The meaning of my life is she**

UIT: 'SHE', ELVIS COSTELLO

Het eten

Lekker eten met jullie bruiloftsgasten kan een heel feestelijk of juist een intiem en rustiger moment van jullie grote dag zijn. Bedenk of je met alle gasten wilt dineren of met een kleiner gezelschap. Het verschilt per trouwlocatie wat er qua catering mogelijk is. Veel trouwlocaties vereisen dat je gebruikmaakt van hun keuken, koks en menu-opties, maar er zijn ook locaties waar je meer vrijheid hebt. Dan kun je de chef van jullie favoriete restaurant, een leuke foodtruck of misschien zelfs bekenden vragen om het eten te verzorgen.

Zo zien wij het eten tijdens onze bruiloft voor ons:

Settings:

- Barbecue/pizza-oven:** waarbij gasten zelf helpen met de bereiding.
- Buffet of foodtruck**
- Walking dinner:** er worden kleine gerechtjes geserveerd, terwijl jullie gasten gezellig aan het borrelen zijn.
- Sharing dinner:** terwijl iedereen aan tafel zit, wordt het eten in schalen op tafel gezet, zodat jullie gasten kunnen pakken wat ze willen.
- Menu aan tafel**
- Picknick**

Aantal dinergasten: _____

Aantal kinderen: _____

Tafelschikking: ja nee

Onze cateraar of kok:

Het menu en het drinken:

Voor de aanwezige kinderen:

En verder:

Speeches en stukjes

De ene bruiloft kent een ongecensureerd avondvullend programma vol met speeches en hilarische stukjes en bij de andere bruiloft is het bruidspaar extreem kieskeurig over wie er wat mag voordragen. Wees heel duidelijk over wat je wel en niet wilt en laat het dan los. Speeches en stukjes zijn immers ook bedoeld om jullie te verrassen.

Een paar tips:

- Als er speeches of stukjes zijn: zorg dat de performers het kort houden.
- Houd het leuk: de extreem gênante gebeurtenissen waar verder niemand bij was zijn misschien geschikter voor het vrijgezellenfeest dan voor de bruiloft.
- Laat bij voorkeur alleen gasten iets voordragen die dat ook echt kunnen.
- Het geluid moet in orde zijn, anders verlies je gegarandeerd de aandacht.
- Zorg ervoor dat speeches en stukjes qua timing niet een feest onderbreken dat net lekker op gang is.
- Bruiloftsgasten die dronken iets voordragen zijn doorgaans niet zo'n succes. Probeer dat dus zeker te voorkomen.
- Het kan ook heel leuk en bijzonder zijn om als bruidspaar zelf te speechen voor jullie gasten.

Dit willen wij wel en niet als het gaat om speeches en stukjes:

Cadeaus

Nog een vraag die je als bruidspaar zeker zult krijgen: wat zijn jullie cadeauwensen? De belangrijkste tip: wees hier heel helder over. Anders loop je het risico om met 40 flessen wijn, 15 kamerplanten en 5 sets lelijke Mr(s) & Mr(s)-mokken opgescheept te zitten. Wil je het liefst geld om een deel van jullie bruiloft te bekostigen? Dat kun je prima vragen. Sparen jullie voor een mooi schilderij of iets anders groots? Laat iedereen een bijdrage doen. Als jullie heel specifieke ideeën hebben voor cadeaus, dan kun je ook overwegen om een online cadeaulijst aan te maken waarop jullie gasten kunnen afstrepelen wat ze gaan geven. Wil je helemaal geen cadeaus? Dan is een donatie aan een goed doel dat bijzonder is voor jullie, misschien een mooie optie. Het helpt je enorm als je ook dit gedeelte aan jullie ceremoniemeester uitbesteedt.

Dit zijn onze cadeauwensen voor de bruiloft:



Het feest

Als het jawoord gegeven is, is het tijd voor feest! Wil je een goed feest waar lekker gedanst wordt?

Dan volgen hieronder een aantal tips:

- Zorg voor een sfeervol verlichte, niet te grote ruimte.
- Open het feest op een onverwachte manier. Wist je dat er dansscholen en choreografen zijn die jullie kunnen helpen om een onvergetelijke openingsdans te maken en in te studeren?
- Ga als bruidspaar sowieso zelf de dansvloer op met een knaller van een danshit.
- Vraag je gasten om hun hoge hakken en nette schoenen om te wisselen voor fijne sneakers.
- Boek een dj of band die ervaring heeft met bruiloften of zorg in ieder geval voor een steengoede playlist met dansbare hits.
- Denk na over jullie afscheid en afsluiting. Knippen jullie er stilletjes tussenuit? Of gaan jullie voor een afscheidsdans of -speech?

Maak er het feest van dat echt bij jullie past. En zijn jullie helemaal niet zulke feestgangers? Een bruiloft kan ook prima eindigen na een feestelijke borrel, diner of lunch.

Het feest tijdens onze bruiloft in een paar woorden:

Deze muziek mag niet ontbreken:

Dit lijkt ons een toffe opening:

Dit is een mooie afsluiting van ons feest:

En verder:



Onze huwelijksnacht

Misschien kijk je er nu al naar uit om je na jullie bruiloft helemaal in de watten te laten leggen in de bruidssuite van het chicste hotel in de buurt van jullie trouwlocatie. Maar trouw je op een boerderij of hoeve dan is kamperen op het terrein samen met al jullie gasten wellicht ook een optie. Ook bij meerdaagse bruiloften slaapt het bruidspaar vaak samen met hun gasten op één locatie. Slaap je het lekkerste thuis? Ga daar dan gerust voor.

Dit lijkt ons het leukst en fijnst voor onze huwelijksnacht:

Nagenieten, bedanken en terugkijken

Na een hectische voorbereiding en indrukwekkende dag kunnen jullie eindelijk ontspannen, alle cadeaus openen, het gastenboek en de kaartjes lezen en nagenieten. En dan is het ook goed om samen na te denken wie er een bedankje verdient en wat jullie willen bewaren van jullie bruiloft.

Na onze bruiloft willen wij:

- een deel van de foto's of videobeelden delen met al onze bruiloftsgasten
- een mooi fotoalbum en/of een videocompilatie van alle beelden (laten) maken voor onszelf
- een herinneringsbox van onze bruiloft samenstellen, met daarin kleine bijzondere dingen van onze grote dag, zoals je parfum, de menukaart, trouwgeloften, decoratie, bedankje voor de gasten en leuke kaarten of brieven
- in een notitieboek of dagboek alle herinneringen aan de bruiloft opschrijven
- iets speciaals doen met het bruidsboeket (drogen, laten inlijsten of in epoxy gieten)
- een bericht of berichten plaatsen op social media, namelijk:

alle gasten een bedankje geven of sturen, namelijk:

onze getuigen en ceremoniemeesters op een bijzondere manier bedanken, namelijk:

Verder willen we vlak na onze bruiloft:

Wittebroodsweken

De eerste vier tot zes weken na de bruiloft waren traditioneel bedoeld om elkaar als partners beter te leren kennen. Het bruidspaar werd zo veel mogelijk met rust gelaten en at, in plaats van het goedkopere roggebrood, luxer licht (wit)brood dat van tarwe was gemaakt. Tegenwoordig neemt bijna niemand meer zes weken vrij en speciaal brood eten we ook niet, maar veel pasgetrouwde stellen gaan wel op huwelijksreis en gebruiken die periode om na te genieten, iedereen te bedanken en veel tijd met elkaar door te brengen.

Er zijn ook een aantal praktische zaken die je moet regelen:

- je trouwkleding laten stomen of misschien verkopen, weggeven of laten vermaken tot iets anders
- alle rekeningen van leveranciers betalen
- als je een andere achternaam gaat dragen, dan moet je dit online aanpassen bij de gemeente
- pas eventueel ook je naam aan in je profielen op social media en bij andere accounts
- open een gezamenlijke rekening, als je die nog niet had
- pas je burgerlijke staat aan bij de Belastingdienst
- pas verzekeringen aan zodat ze bij jullie nieuwe situatie aansluiten
- check op je werk of je iets moet aanpassen nu jullie getrouwd zijn zoals je e-mailadres, visitekaartjes, etc.

Dit willen wij tijdens onze 'wittebroodsweken':

Huwelijksreis

Het voorbereiden en toelevens naar een bruiloft is voor de meeste bruidsparen enorm intensief. En ook de bruiloft zelf is indrukwekkend. Het is fijn om na jullie grote dag niet je dagelijkse leven direct weer op te pakken, maar goed uit te rusten en na te genieten. Dat kan natuurlijk met een huwelijksreis naar een luxe oord zoals Mauritius of de Seychellen. Maar er zijn veel andere leuke vakanties te bedenken, die bovendien vaak goedkoper en ook duurzamer zijn.

Dit lijkt ons geweldig voor onze huwelijksreis:

Meer weten over (het voorbereiden van) bruiloften?

- Voor heel veel trouwlocatie-inspiratie, bezoek je de website van toptrouwlocaties.nl of doe mee met hun open trouwlocatieroute
- Bekijk websites en platforms zoals bartsbruiloft.nl, bruiloftinspiratie.nl, girlsofhonour.nl of theprecfectwedding.nl voor checklists en heel veel inspiratie over trouwkleding, de ceremonie, de receptie, de catering, het trouwfeest en de huwelijksreis
- Bekijk de websites van rijksoverheid.nl en van jouw gemeente voor alle praktische informatie over de huwelijksvoltrekking
- Kijk op de website van jouw gemeente of op allegrouwambtenaren.nl om een (b)abs te vinden en te weten te komen hoe je babs voor één dag wordt
- Lees het boek Dagboek van een weddingplanner van weddingplanner Lotte Groosman, met daarin tips en praktijkverhalen
- Lees Trouwboekje van Aaf Brandt Corstius, een handig en heel grappig boekje vol met praktische tips, inspiratie en anekdotes over het voorbereiden van je bruiloft
- Bekijk de YouTube-video en lees het (werk)boek: How to get married van The School of Life voor inspiratie over hoe je een waardevolle trouwceremonie vorm kunt geven
- Luister de LINDA-podcast 'Wat is daarop uw antwoord' waarin Richard Kemper bekende Nederlanders interviewt over hun bruiloft



‘Liever een goed huwelijk, dan een perfecte bruiloft.’

– JAY SHETTY, PODCASTHOST, AUTEUR EN LEVENSCOACH

En ze leefden nog lang en gelukkig?

Wedding blues en twijfels

Het oppakken van je dagelijks leven kan na de drukke periode rond jullie bruiloft best een uitdaging zijn. Wist je dat onderzoekers hebben ontdekt dat er echt zoiets bestaat als *wedding blues*? Je kunt zó intensief vol spanning en adrenaline met je bruiloft bezig zijn en ernaar toeleven dat je na jullie grote dag gevoelens van leegte en somberheid kunt ervaren. Dit komt vooral voor bij vrouwen en met name bij bruiden die hun bruiloft als een eindpunt van een belangrijke periode zien en niet als een mooie start van een fijn huwelijk.

Ook na de eerste weken ervaren veel getrouwde stellen een dip of gevoelens van twijfel. Want hoewel trouwen natuurlijk niets aan je partner verandert, blijkt dat partners toch meer van elkaar verwachten zodra ze getrouwd zijn. Alsof trouwen vanzelfsprekend zorgt voor extra passie, plezier en begrip in jullie relatie en leven samen. Helaas werkt het niet zo. Trouwen maakt gelukkig, maar trouwen biedt geen harde garanties voor een lang en gelukkig leven met je grote liefde. Langdurige, laat staan levenslange relaties zijn en blijven complex en hét geheim voor een levenslange fijne relatie bestaat helaas niet.

Liefde op de lange termijn

We praten er (te) weinig over, maar elke relatie kent zo zijn issues, zeker als de jaren verstrijken. Daarom eindigt dit hoofdstuk met een aantal inzichten en adviezen uit de wetenschap en uit praktijkervaring van relatietherapeuten over hoe je je relatie met je partner op de langere termijn goed houdt.

Waar het op neerkomt is dat je binnen de verbondenheid met je partner je autonomie, dus je individualiteit weet te behouden. Dat beide partners stevig op eigen benen staan in de relatie. Dat we intimiteit kunnen ervaren en onze partner kunnen steunen zonder dat onze eigen wensen en behoeftes in het gedrang komen. Als dat zo is, kun je doen wat goed is voor een relatie: je emoties reguleren, imperfecties van je partner niet op jezelf betrekken en liefde, steun en zorg bieden.'

– ESTHER KLUWER, BIJZONDER HOGLERAAR DUURZAME RELATIES EN WELZIJN

Verbinding en autonomie

Langlopende onderzoeken naar liefdesrelaties laten zien dat stellen het gelukkigst zijn in relaties waar tegelijkertijd sprake is van verbinding en van autonomie. Dit betekent dat je aan de ene kant dagelijks momenten hebt waarbij je je gezien, gehoord, begrepen en gesteund voelt door je partner. En aan de andere kant dat je vrijheid ervaart en zelfstandig keuzes maakt voor dat wat jij zelf wilt en belangrijk vindt. Daarbij gaat het om de balans. Te veel verbinding kan zorgen voor verstikking. Te veel autonomie kan ervoor zorgen dat je elkaar kwijtraakt. Hoe zit dat bij jullie?

In onze relatie is er eerder sprake van:

0 te veel verbinding tussen ons tweeën

0 te veel autonomie bij ons beiden

Dit kunnen wij doen in onze relatie om verbinding en autonomie in balans te houden:

Een lang en gelukkig seksleven

Over het algemeen kun je zeggen: hoe langer een relatie duurt hoe minder spectaculair de seks zal zijn. Liefde zorgt namelijk niet automatisch voor lust.

Het is goed om je te realiseren dat de kwaliteit van de seks belangrijker is dan de kwantiteit. En problemen in jullie seksleven betekenen niet per se dat jullie relatie niet goed is. Seks en werkstress, seks en vermoeidheid en seks en blèrende baby's zijn bijvoorbeeld slechte combinaties. Ook kunnen bij het ouder worden het verval van je lichaam en gezondheidsklachten een libidokiller zijn. Esther Perel, een beroemde psychotherapeut die jarenlang relatietherapie gaf aan honderden stellen, geeft de volgende tips:

- Vermijd dat wat je seksdrive uitblust: vermoeidheid, sleur, stress en negativiteit. Zorg goed voor jezelf, blijf samen nieuwe avonturen aangaan en bijzondere ervaringen opdoen en creëer momenten van ontspanning en plezier.
- Creëer af en toe een beetje afstand, en daarmee verlangen.
- Flirt eens met een ander. Het kan je seksualiteit nieuw leven inblazen. Maak hierover wel duidelijke afspraken met je partner.
- Plan dates en ook de seks. Het klinkt gek, maar het werkt vaak goed als je van tevoren al weet wat er gaat gebeuren.
- Communiceer minder verbaal en meer lichamelijk.

Dit kunnen wij doen om ons seksleven fijn te houden en te verbeteren:





Gaat het je te ver om het antwoord hier op te schrijven? Zorg dan dat jullie dit onderwerp op een geschikt moment eens rustig bespreken.

Liefdestalen

'Blijven communiceren', wordt er vaak geantwoord als stellen wordt gevraagd hoe het komt dat ze al zo lang gelukkig samen zijn. Volgens Gary Chapman moet je dan wel elkaars liefdestaal spreken. Er zijn 5 talen om je liefde te uiten en ieder mens heeft 1 of 2 voorkeuren voor het uiten en ontvangen van liefde.

De 5 liefdestalen zijn:

1. Je partner verrassen en cadeautjes geven
2. Onverdeelde aandacht en tijd voor je partner hebben
3. Hulpvaardig en verzorgend zijn
4. Intimiteit en fysiek contact met je partner
5. Met positieve woorden je liefde en waardering uitspreken

De manier waarop jij meestal je liefde uit richting je partner is waarschijnlijk ook de liefdestaal waaraan jij zelf behoefte hebt. Online kun je ook verschillende tests vinden waarmee je kunt onderzoeken wat jouw liefdestaal is.

Dit is mijn liefdestaal:

Ik: _____

Jij: _____

Dit kan ik vaker of beter doen, zodat mijn partner zich nog meer geliefd voelt:

Ik: _____

Jij: _____

Ruzie soms om niets, soms om van alles

De beroemde Amerikaanse relatietherapeut Sue Johnson beschrijft in haar boeken dat de meeste ruzies tussen stellen helemaal niet gaan over het rondslingerende tandpastadopje of het te laat aanschuiven bij het eten zonder te waarschuwen. Een klein incident is vaak de trigger voor een ruzie omdat er grotere frustraties of onbevredigde behoeftes over een van deze drie thema's onder liggen:

1. **Controle.** Wie is er de baas? Wie beslist? En word ik wel betrokken?
2. **Nabijheid en vertrouwen.** Krijg ik voldoende aandacht?
3. **Respect en erkenning.** Ziet de ander mij echt en word ik begrepen?

Daarnaast geeft ze aan dat er drie patronen van ruziemaken zijn waar veel stellen in blijven hangen, zonder dat er een oplossing wordt gevonden:

1. **Zoek de boef.** 'Ja maar jij...' Partners maken elkaar om en om verwijten en vallen elkaar aan, zonder op zoek te gaan naar een oplossing.
2. **De protestpolka.** De ene partner is emotioneel over iets kleins en wordt steeds emotioneler, omdat er een grotere frustratie onder ligt. De ander reageert alsmaar killer en neemt steeds meer afstand.
3. **Verstijf & vlucht.** Beide partners zijn gericht op zelfbescherming en willen de rust niet verstoren. Ze uiten hun behoeftes dus niet, terwijl er wel frustraties en onvervulde behoeftes zijn.

Het is de kunst om ruzies niet te laten escaleren. Hoe lastig ook: wil je een punt maken, kies dan je moment en je woorden zorgvuldig, leer op tijd je excuses aan te bieden én je partner te vergeven. Zoek hulp als jullie heel vaak conflicten hebben die escaleren en waar geen oplossingen uit komen. Stellen met relatieproblemen trekken vaak te laat aan de bel, terwijl relaties echt kunnen verbeteren met hulp van een goede relatietherapeut of coach.

Goed ruziemaken

Wij mensen veranderen voortdurend, dus conflicten zijn onvermijdelijk. En ze hebben een functie: door ruzie te maken leer je elkaar beter kennen en beter op elkaar af te stemmen. Voorwaarde is wel dat conflicten respectvol verlopen én worden opgelost.

Dit zijn bij ons onderwerpen waar we (te) vaak discussies over hebben:

En wat daar waarschijnlijk aan frustratie of behoefte onder zit:

Dit kunnen wij in onze relatie doen om beter ruzie te maken:

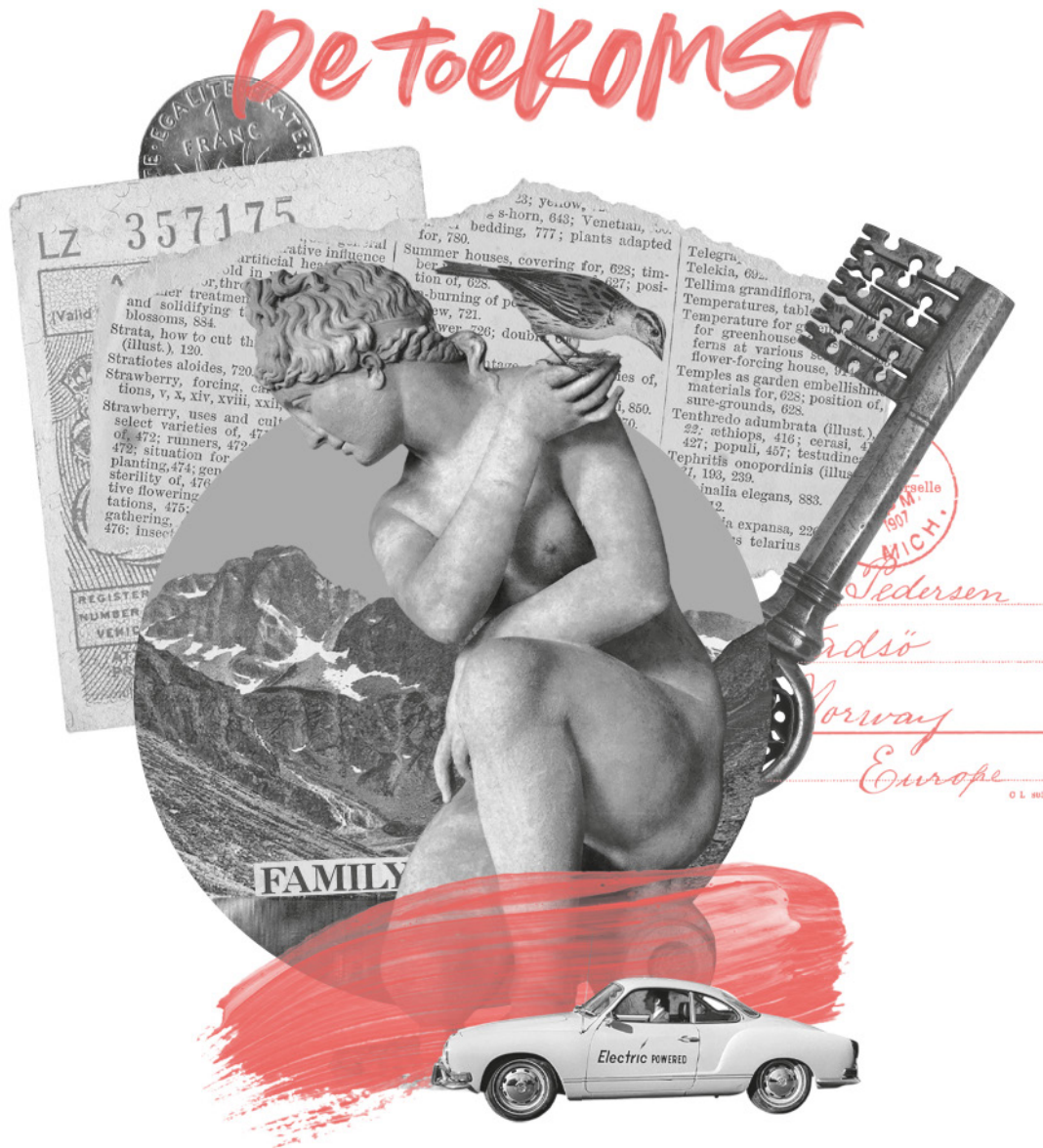
‘De grootste fout die je kunt maken, is denken dat je de ander kent. Dat je, omdat je samenwoont, trouwt, misschien kinderen hebt, denkt te weten hoe de ander is en wat de ander nodig heeft. De waarheid is dat we continu veranderen. Allemaal. En daarom moet je nieuwsgierig blijven en je blijven verdiepen, zodat je je partner steeds opnieuw leert kennen.’

– JAY SHETTY, PODCASTHOST, AUTEUR EN LEVENSCOACH

mijne

ik noem jou een sukkel
 en jij mij een mongool
 wij zijn samen opgeteld
 niet eens één halve zool
 ik noem jou soms kutkind
 en jij mij vaak idioot
 ik kan moeilijk met jou leven
 maar ook zonder ga ik dood
 ik wens je nare dingen toe
 maar ik wil jou niet kwijt
 woorden zijn maar woorden
 en zeggen niets van tijd tot tijd
 als ik jou zeg op te rotten
 hoef jij niet te verdwijnen
 want ook al ben je soms een flapdrol
 je bent wel áltijd de mijne.

MIJNE – RENÉ OSKAM, DICHTER



Conflicten, ontrouw en problemen rond seks en intimiteit zijn de belangrijkste redenen waarop huwelijken stuklopen. Maar er zijn ook meer praktische issues die voor relatieproblemen kunnen zorgen. En dat kun je dus maar beter voor proberen te zijn. Hoe zit het in jullie relatie als het gaat om de volgende onderwerpen?

Geef allebei met een cijfer 1 t/m 5 aan in hoeverre jullie het eens zijn met de volgende stellingen (1 = totaal niet, 5 = volledig).

Geld

- Ik ben het eens met hoeveel wij sparen
- Ik ben het eens over hoe we ons geld uitgeven
- Ik kan me vinden in hoe mijn partner met geld omgaat
- We hebben geen grote schulden en/of gaan goed om met onze schulden
- Het is duidelijk wie van ons het financieel overzicht heeft en bewaart
- We zijn allebei financieel onafhankelijk

Werk

- Ik kan in onze relatie en ons leven samen mijn ambities op werkgebied waarmaken
- We zijn het eens over hoeveel we allebei (in de toekomst) willen werken
- Ik zou best ver of naar het buitenland willen verhuizen voor mijn werk
- Ik zou best ver of naar het buitenland willen verhuizen voor het werk van mijn partner
- Ik ben het eens met hoeveel mijn partner opoffert voor het werk

Wonen

- We hebben dezelfde wensen en dromen over hoe we willen wonen
- Het is duidelijk waar we (in de toekomst) willen wonen
- We zijn het eens over hoeveel we aan woonlasten willen uitgeven

Kinderen en opvoeding

- ___ ___ We zijn het eens over of en hoeveel kinderen we zouden willen
- ___ ___ Als kinderen krijgen niet zou lukken, dan overwegen we dezelfde alternatieven
- ___ ___ We zijn het eens over hoe we de opvoeding van onze kinderen willen invullen
- ___ ___ We hebben dezelfde voorkeuren en wensen over het type onderwijs voor onze kinderen

Rolverdeling en huishouden

- ___ ___ Ik ben tevreden over hoe we de taken in huis hebben verdeeld
- ___ ___ We communiceren op een goede manier over de verdeling van werk, zorg en huishouden
- ___ ___ Ik verwacht in de toekomst geen issues in de onderlinge verdeling van werk, zorg en huishouden

Geloof, spiritualiteit en tradities

- ___ ___ We zitten op één lijn over hoe belangrijk geloof, spiritualiteit en tradities uit onze cultuur zijn
- ___ ___ Ik kan mijn geloof en/of tradities uit mijn cultuur met mijn partner delen zoals ik voor ogen heb

Vrienden en familie

- ___ ___ Ik kan het goed vinden met de familie van mijn partner
- ___ ___ Ik kan het goed vinden met vrienden van mijn partner
- ___ ___ We zijn het eens over hoe we omgaan met onze familie en vrienden

Vrije tijd

- ___ ___ We hebben eigenlijk nooit discussies over hoe we vrije dagen, avonden of weekenden in willen vullen
- ___ ___ We hebben dezelfde ideeën over hoe je vakanties het leukst kunt invullen
- ___ ___ We zijn het eens over wat we in onze vrije tijd samen doen en wat we zelf doen

Waar hopen jullie op voor de komende 10 jaar? Welke belangrijke punten zouden jullie nog willen verbeteren of veranderen? En hoe ziet jullie leven samen er dan uit?

Ik:

Jij:

Meer weten over liefdesrelaties en samen leven:

- Kijk op nibud.nl en geldenrelatie.nibud.nl voor meer informatie over wat er verandert in je financiën als je gaat trouwen
- Lees het boek *Echte vrouwen krijgen een kind* van Liesbeth Smith, over bewust kindvrij leven
- Bekijk de website womeninc.nl voor informatie, tips en tools over het combineren van werk en ouderschap
- Lees het boek *In voor- en tegenspoed* (maar alleen als jij de afwas doet): Handboek voor een nieuwe rolverdeling en Werkboek voor de ideale rolverdeling van Ragna Heidweiller
- Lees het boek *Erotische intelligentie* van Esther Perel over seksualiteit in lange relaties en luister haar podcast 'Where should we begin?' over haar relatietherapiepraktijk
- Lees het boek *Houd me vast: zeven gesprekken voor een hechte(re) en veilige relatie* van psychotherapeut Sue Johnson
- Lees het boek *De relatie-apk* van Nynke Nijman
- Luister de podcast 'Een geil en gelukkig huwelijk' met Jort Kelder en bijzonder hoogleraar Esther Kluwer, over wetenschappelijke inzichten die ons meer leren over lange liefdesrelaties
- Luister de podcast 'Over de liefde' van Debby Gerritsen
- Luister de podcast 'Werken aan je liefdesrelatie' van Zorgen voor je Ziel, over conflicten in liefdesrelaties en het oplossen of voorkomen van relatieproblemen

Checklist

In hoofdstuk vijf heb je met je partner kunnen bespreken en vastleggen hoe jullie je bruiloft willen invullen. Al die onderwerpen staan in dit hoofdstuk in een checklist op een rij, inclusief de termijn die je ongeveer moet aanhouden voor het regelen ervan.

Goed om te weten: dit overzicht is een checklist voor een gemiddelde bruiloft. Streep gerust punten weg of vul het overzicht aan als jullie situatie vanuit je eigen voorkeuren, religie of cultuur daar om vraagt. In een draaiboek kun je daarna een specifieke en gedetailleerde planning voor de dagen rond jullie bruiloft maken.

1. +/- 1 jaar voor de bruiloft

- budget bepalen
- gastenlijst maken
- trouwdatum prikken
- trouwlocatie(s) zoeken en vastleggen
- planning en kostenraming maken

Aanvullingen vanuit onze situatie:

2. 10-8 maanden voor de bruiloft

- ceremoniemeester, getuigen en organisatie van het vrijgezellenfeest vragen
- trouwambtenaar zoeken
- voorlopig dagprogramma maken
- gesprek met jullie kerk, synagoge, moskee of tempel als je voor de kerk wilt trouwen

Aanvullingen vanuit onze situatie:

3. 6 maanden voor de bruiloft

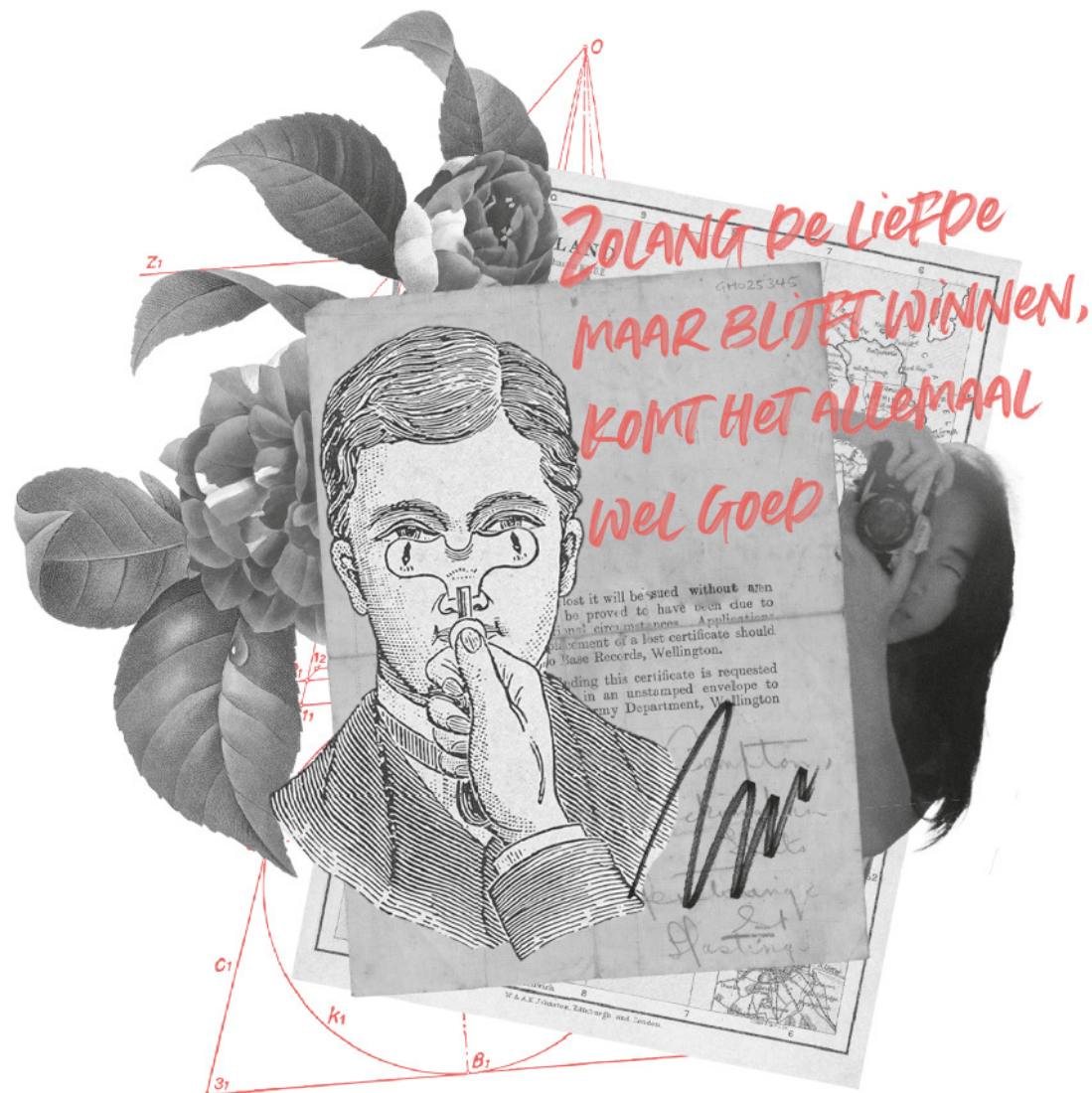
- nadenken over wie jullie tijdens je bruiloft een rol willen geven
- kleding voor de bruiloft uitzoeken
- save the date versturen
- trouwringen of ander trouwsymbool uitzoeken
- kapper en visagist zoeken
- fotograaf/videograaf zoeken en vastleggen
- notaris zoeken en huwelijkse voorwaarden regelen
- muziek (band, dj, artiest en geluid) regelen
- nadenken over cadeauwensen
- bepalen welke styling, kleurenthema of dresscode jullie willen aanhouden
- cateraar zoeken en menu en ander eten uitkiezen
- bruidssuite reserveren
- huwelijksreis boeken

Aanvullingen vanuit onze situatie:

Hoofdstuk zes tot slot



Dit boek is bedoeld om iets teweeg te brengen. Om rust, helderheid en vertrouwen te creëren, voordat jullie gaan trouwen. Hopelijk heb je na het invullen van dit boek extra veel zin om te gaan trouwen en wordt een deel van de stress, chaos en discussies die dit met zich mee kan brengen voorkomen. Daarbij hebben jullie elkaar echt nodig en heel veel te bieden. Daarom eindigt dit boek met een oproep: maak deze stap op alle fronten samen. Bespreek wat je moet bespreken, deel je dromen, voer de discussie en spreek uit of schrijf op wat je kwijt wilt.



Opdracht 1: een goed gesprek

Niet altijd gemakkelijk, wel belangrijk: een eerlijk gesprek met je partner over jullie bruiloft en huwelijk. Wat je hebt ingevuld in dit boek kun je als leidraad gebruiken. De volgende vragen kunnen na het invullen interessant zijn om samen te bespreken:

- Is dit écht wat wij willen? Of is het wat anderen van ons verwachten?
- Zijn onze wensen en ideeën realistisch of moeten we deze bijstellen?
- Zitten we op één lijn? Voor welke issues moet er een oplossing komen?
- Wat is er nog niet helder of waar twijfelen we nog over?
Hoe kunnen we helderheid krijgen?
- Wat staat er nu bovenaan op onze actielijst?

Jullie bruiloft voorbereiden, doe je hopelijk maar één keer. Maar een gesprek over je huwelijk voer je het liefst vaker. Spreek bijvoorbeeld af dat jullie in ieder geval één keer per jaar tijdens een lekker etentje of een weekend weg alles evalueren en bespreken wat er goed gaat in jullie huwelijk en wat er beter kan.

Opdracht 2: een brief aan je lief voor in moeilijke tijden



Het perfecte huwelijk bestaat niet. Je wilt er nu misschien nog niet aan denken, maar jullie zullen net zoals alle andere koppels momenten en fases krijgen dat het allemaal wat minder lekker gaat. Dat kan komen door vervelende gebeurtenissen, zoals een ernstige ziekte, het overlijden van een dierbare of verlies van een baan of bedrijf. Maar ook veranderingen door de komst van kinderen, een verhuizing en jullie eigen persoonlijke ontwikkeling kunnen ervoor zorgen dat er fases komen waarin je twijfelt aan jezelf, jullie relatie of over jullie toekomst. Op dat soort momenten is het fijn dat je kunt terugvallen op iets wat je weer vertrouwen kan geven. Daarom vragen we jullie aan het einde van dit boek om elkaar een brief te schrijven voor in moeilijke tijden.



Lastig om aan zo'n brief te beginnen? Op de volgende pagina vind je een opzet die je kunt invullen of als leidraad kunt gebruiken.

Datum: _____

Lieve _____

Als het tegenzit, als je twijfelt, verdriet hebt of het allemaal niet meer weet, wil ik dat je het volgende nooit vergeet:

Ik zal altijd mijn best doen om:

En ik geloof dat wij samen echt heel veel kunnen overwinnen, omdat

Voor jouw toekomst gun ik je:

Deze herinnering van ons samen geeft me altijd een goed gevoel:

Tot slot wil ik dat je weet

Liefs,

Datum: _____

Lieve _____

Als het tegenzit, als je twijfelt, verdriet hebt of het allemaal niet meer weet, wil ik dat je het volgende nooit vergeet:

Ik zal altijd mijn best doen om:

En ik geloof dat wij samen echt heel veel kunnen overwinnen, omdat

Voor jouw toekomst gun ik je:

Deze herinnering van ons samen geeft me altijd een goed gevoel:

Tot slot wil ik dat je weet

Liefs,

Achteraf

Hopelijk heeft dit boek jullie geholpen om je op een fijne manier goed voor te bereiden op jullie bruiloft en ook jullie huwelijk. Maar heeft het zo uitgepakt zoals jullie hoopten en dachten? In dit hoofdstuk kun je opschrijven hoe je terugkijkt op jullie grote dag.

Onze bruiloft zou ik in drie woorden omschrijven als:

- | | |
|----------|----------|
| 1. _____ | 1. _____ |
| 2. _____ | 2. _____ |
| 3. _____ | 3. _____ |

Het allerleukste aan onze bruiloft:

Ik: _____

Jij: _____

Dit vond ik een beetje tegenvallen:

Ik: _____

Jij: _____

Dit liep anders dan we hadden bedacht en gepland:

Ik: _____

Jij: _____

De grootste verrassing tijdens onze bruiloft:

Ik: _____

Jij: _____

Dit hadden we wel wat anders of beter kunnen doen:

Ik: _____

Jij: _____

Wat ik echt nooit zal vergeten:

Ik: _____

Jij: _____

Bronnenlijst

E. Alexander. (2021). *Elolements are on the rise: why modern couples are running away from lavish weddings*. Harper's BAZAAR. Via <https://www.harpersbazaar.com>

A. Brandt Corstius. (2018). *Trouwboekje, zo maak je van de mooiste dag van je leven, de mooiste dag van je leven*. J.M. Meulenhoff.

CBS. (2022). *Trouwen*. Via <https://www.cbs.nl/nl-nl/visualisaties/dashboard-bevolking/levensloop/trouwen>

G. Chapman. (2014). *De vijf talen van de liefde*. Medema.

G. Chapman. (2020). *Twaalf dingen die je moet weten voor je gaat trouwen*. Ark Media.

Effectmeting & Toptrouwlocaties.nl. (2019). *Trouwonderzoek Nederland – Trouwonderzoek*. Via <http://magazine.toptrouwlocaties.nl/trouwonderzoek-nederland/trouwonderzoek/>

A.M. Gordon. (2012). *Wedding Bell Blues: Dealing with Post-Wedding Depression*. Via <https://www.psychologytoday.com>

S. Johnson. (2012). *Houd me vast: zeven gesprekken voor een hechte(re) en veilige relatie*. Kosmos Uitgevers.

E.S. Kluwer. (2018). *Autonomie in verbondenheid, het hoe en waarom van duurzame relaties*. De Psycholoog, 2, 11-19.

N. Kooiman. (2022). *Trends in (echt)scheidingen*. Centraal Bureau voor de Statistiek. Via: <https://www.cbs.nl>

London Real. (2015). *How To Have A Great Marriage*. Esther Perel. Via <https://www.youtube.com/>

Ministerie van Algemene Zaken. (2022). *Wat is het verschil tussen een huwelijk, geregistreerd partnerschap en samenlevingscontract?* Via [Rijksoverheid.nl](https://rijksoverheid.nl)

B. van Osch. (2022). *Esther Kluwer over het geheim van een duurzame relatie*. Psychologie Magazine.

E. Perel. (2019). *Erotische Intelligentie*, Lev. boeken.

T. Pronk. (2022). *Hoe saboteert Tinder de liefde?* Via: <https://www.universiteitvan-nederland.nl>

T. Schroder & T. Schroder. (2022). *Huidige relaties in Nederland krijgen gemiddeld een 8,1*. I&O Research. Via: <https://ioresearch.nl>

The Perfect Wedding. (2020, 6 maart). *Happily ever after: wat is het verband tussen trouwen, bevolkingsdichtheid en geluk?* Via: <https://www.theperfectwedding.nl>

M. Traa. (2022). *Quest-onderzoek: in 1 op de 4 relaties wordt amper nog gesekst*. Via: <https://www.quest.nl>

M. Zevenhuizen. (2022). *John Gottman: Blijf vooral veel verwachten van de liefde*. Psychologie Magazine.

