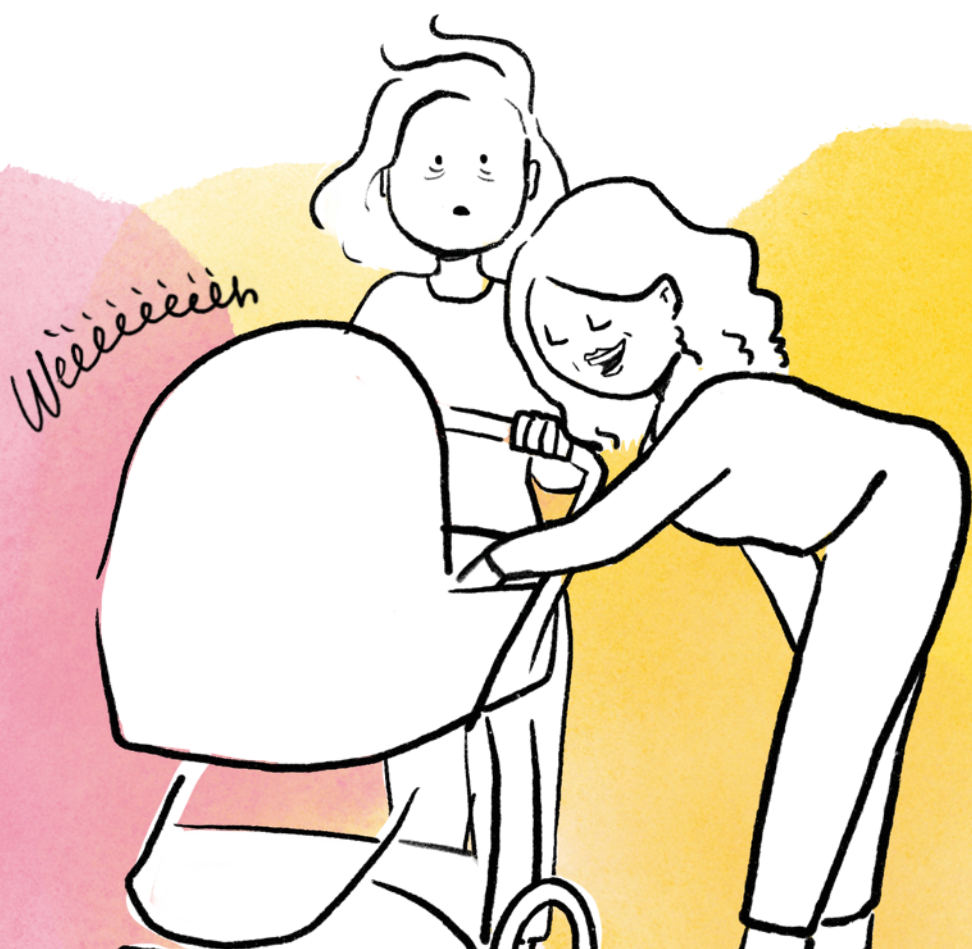


Lieneke Post - de Vree

# Geniet ervan hè

De herkenbare momenten  
voor jonge moeders



# VOORWOORD

Dertig kilo aankomen in negen maanden, volledig onder de tijgerstrepen en een verloskundige aan je bed die vol ontzag naar je buik kijkt en zegt: 'meid, je hebt het wel getroffen.' Lienekes tekeningen brengen me direct terug.

Natuurlijk wilde ik *organic* zwanger zijn en is cola niet gezond, maar toevallig wel het enige dat helpt tegen die ellendige misselijkheid. Een baby tussen ons in, in plaats van in haar wieg. Op een plastic verschoonmatje, lekker luchtig. Een dagje pauze willen, maar nee, het moet 'geniet ervan' zijn. Het moederschap is oprecht het mooiste wat me overkwam, maar het bracht ook een bak zware gevoelens naar de oppervlakte.

Ik ben blij dat ook Lieneke laat zien dat we daarin heus niet de enige zijn. Dat is nodig en helend, maar bovenal fijn om te zien. En als je dan die schattige snottebellen op je rug tegenkomt na een fietstochtje is het eigenlijk ook gewoon weer helemaal feest, die peuter die net nog een baby was. Zelfs met maar vier uur slaap. Alhoewel...

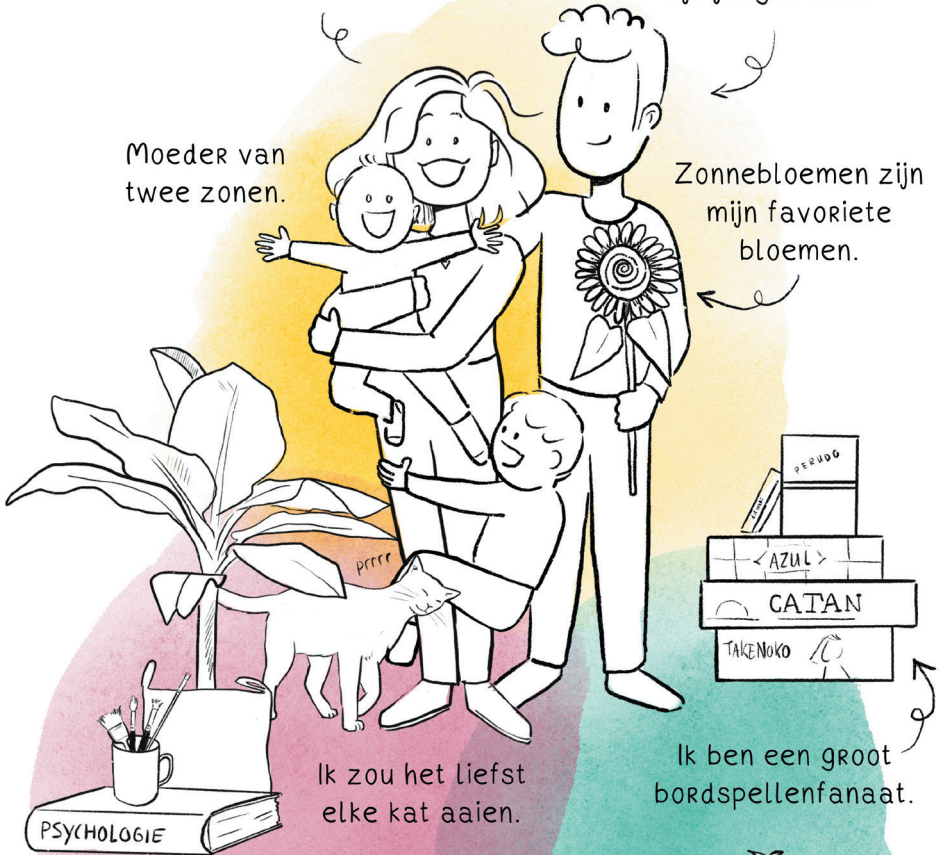
Lotte Laan, bekend van haar Instagramaccount @mama.lotje

Hoi! Ik ben  
Lieneke!

Getrouwd met  
mijn jeugdliefde.

Moeder van  
twee zonen.

Zonnebloemen zijn  
mijn favoriete  
bloemen.



Ik zou het liefst  
elke kat aaien.

Ik ben een groot  
bordspellenfanaat.

Ik werk sinds 2015 als illustrator, al  
heb ik eigenlijk psychologie gestudeerd.



Ik heb een eigen  
moestuin.

In 2018 werd mijn oudste zoon geboren. Het moederschap zette mijn leven behoorlijk op zijn kop. Wat blijkt: dat hebben alle nieuwe ouders. De komst van zo'n mini mens beïnvloedt alle aspecten van je leven.

Het eerste jaar vond ik eigenlijk niet leuk. Vaderschapsverlof bestond toen nog niet (oké twee dagen). Mijn baby was echt lief en schattig, maar het slaaptekort was heftig, alles was nieuw voor me en ik miste mijn oude leven.

In die tijd maakte ik mijn eerste cartoons over het ouderschap. De zwangerschap en daarna de babytijd, maar ik durfde alleen de mooie of luchtige momenten te delen op sociale media.

Toen ik drie jaar later in verwachting was van mijn tweede zoon, merkte ik dat ik nog veel moest verwerken uit het eerste jaar van het moederschap. Ik vulde schetsboeken met tekeningen. Ik tekende hoe ik het de tweede keer ervaarde en alle herinneringen die bovenkwamen van de eerste keer moeder worden. Al tekenend zag ik ook de humor in de moeilijke momenten. Soms niet, dan mag het ook gewoon zo bestaan.

Het was helend om alles opnieuw mee te maken. Dit keer was mijn man acht weken thuis en waren we al ervaren.

Het boek volgt een chronologische volgorde, van de eerste zwangerschap tot aan een gezin met twee jonge kinderen. 'Herkenbaar!' was het sleutelwoord dat ik terugkreeg van proeflezers. Maar het verschilt wel per persoon wát precies herkenbaar is. Ik ben benieuwd welke vakjes uit de bingokaart hieronder jij zou afstrepen! Het één sluit het ander niet uit, het kan elkaar soms snel afwisselen.



Laat je niet wijs maken dat je overal van moet genieten. Dat mag wel natuurlijk, hou je vooral niet in! En als het zwaar is, onthou: alles is een fase en het wordt (weer) leuker!

Weet dat je niet alleen bent in je baby- / peuter- / kleuterstruggels. Ik hoop dat je je herkent in dit boek en om jezelf kan lachen.



Ik



Ik ga WEINIG  
aankomen tijdens de  
zwangerschap!

Ook ik



WAT?

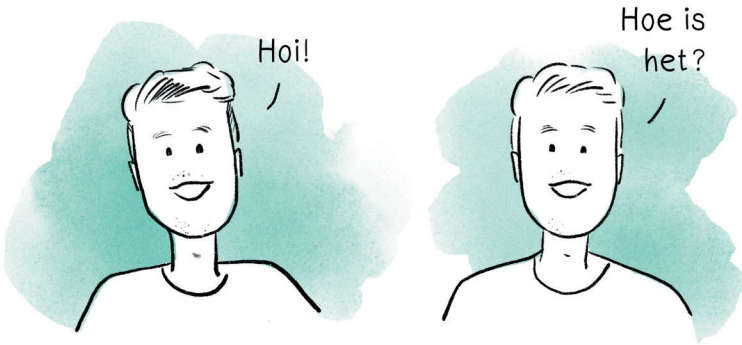
Dit helpt tegen de  
misselijkheid!





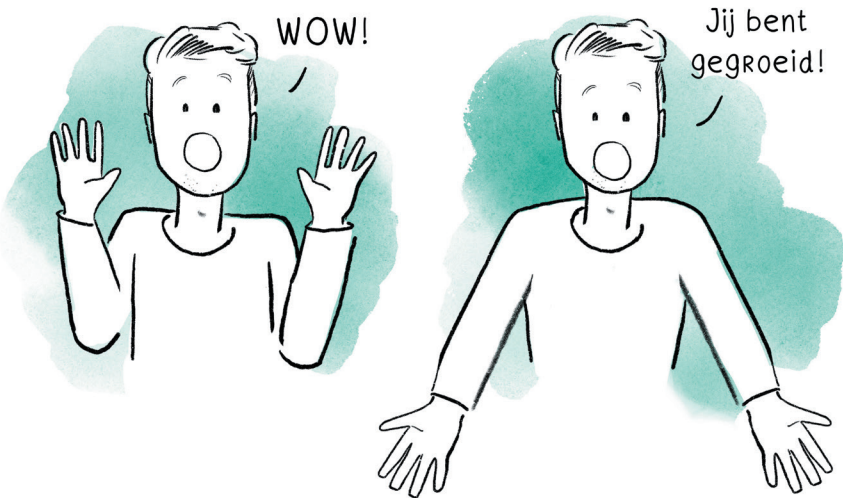
Hoe mijn jongste broer mij  
vroeger begroette.

---



Hoe hij mij nu begroet.

---



Uh... WAT  
doe je?

AFVALLEN!

Ik laat het vocht uit  
mijn handen en  
voeten zakken.



## VOORNEMEN



## PRAKTIJK



Ik werk nu 40 uur,  
maar als we  
straks een  
kindje hebben  
ga ik naar  
32 uur.



Relaxed  
zeg!

Ik ga ook  
4 dagen  
werken.



Hoevéél moet  
het kind dan  
wel niet naar  
de opvang?



Waarom voel IK  
me nu schuldig?!



Zoals een zoet drankje wespen aantrekt...



...TREKT EEN HOOGZWANGERE DE AANDACHT!

Kijk! Die mevrouw heeft een baby in haar buik!

Hoelang moet je nog?

Toen ik zwanger was...



Er is niets mooier dan een zwangere vrouw.

ping! Al bevallen?

ping! Hoi! Is er al een kleine?

Zo, al bijna  
uitgerekend?



Ja, eergisteren.





Zo, dat was  
weer een wee. Ik  
ben hier een  
PRO in joh.

Vele uren later...

IK KAN  
DIT NIET!

Je kan dit wel!  
Sterker nog, je doet  
het GEWELDIG!





**Geniet ervan hè** gaat over het ontdekken van het moederschap, vanaf de zwangerschap tot het hebben van jonge kinderen. Alles komt aan bod: ongevraagde 'adviezen', borstvoedingsperikelen, slapeloze nachten, wijze peuteruitspraken over poep, en meer. Een grappig en luchtig cartoonboek vol herkenbare situaties, al schuwt het de rauwe momenten niet. Heerlijk herkenbaar voor elke (aanstaande) moeder, die in alle chaos op zoek is naar die geheimzinnige 'balans'. Geen perfecte plaatjes, roze wolk of een klaagzang, maar gewoon zoals het is én met humor.

**Lieneke Post-de Vree** is illustrator en moeder van twee zoontjes van 1 en 5 jaar. *Geniet ervan hè* is haar debuut.

- Anne-Maria, moeder van  
Sophie (5) en Julia (2)

'Ik heb een bladzijde naar m'n  
zusje gestuurd, omdat ik vreselijk  
moest lachen.'

- Janine, moeder van Tom (1)  
'Een feestje van herkenning!'

- @mama.lotje

'Ik meen het, dit zouden we veel en  
veel meer moeten zien en lezen.'

