

12



**05 CHRISTINA SEDERQVIST**  
'Brok dig konstruktivt'

**16 MODE**  
Feminine festrober

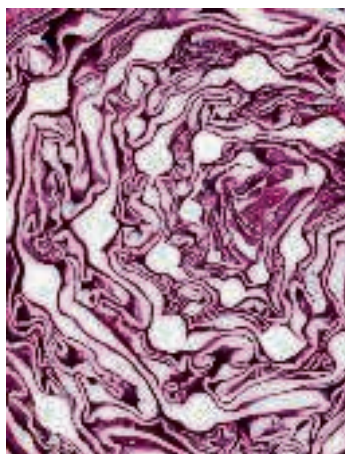
**20 MADPLANEN**  
Lækre opskrifter til hele ugen

**22 TANJA HULTENGREN LARSSON**  
Træn styrke og balance hjemme i stuen

**24 KLAR TIL JUL**  
Sådan steger du den perfekte juleand

**26 SUNDHED**  
Træf de sundeste julevalg

16



26



## Når traditioner brydes

'Nej, ved I hvad!?', udbød min ældste søns kæreste den anden aften. Indignationen var tydelig. Ingen tvivl om, at hun havde oplevet noget urimeligt. Det viste sig at være et julesvigt ... For hendes fætter har fået en ny kæreste og vil – for første gang – holde jul uden sin familie. Så vidt vides er han o.k. med valget, men min søns kæreste (der er tilhænger af en fast tradition, som han bryder med) var chokeret. Det er der ikke noget at sige til, siger psykolog Jørgen Rønsholdt. I denne uge forklarer han, hvorfor familier kan rage uklar over spørgsmålet: 'And eller flæsk'. Hvorfor uddeling af pakker, og mængden af sang og dans om træet, kan så splid mellem mennesker, der elsker hinanden. Det handler hverken om mad, gaver eller salmer. Det handler om kærlighed. Julen med alle sine traditioner er en måde hvorpå, familier bekræfter deres kærlighed. Når traditionerne brydes, føles det som tabt kærlighed – derfor reagerer vi voldsomt. Havde jeg vidst dét, ville jeg have trøstet og tilbudt te og en skulder. I stedet pegede jeg anklagende på min søns kæreste og råbte: 'Hvor er du dobbeltmoralisk...' Men det er jo alt sammen bare følelser – af tabt kærlighed ... Fordi hun i år for første gang skal holde jul med MIN søn.

**Helle Lho Hansen**  
Redaktør BT Weekend

2 | **BT** Weekend - 10.12.2016



**Berlingske Media**  
Pilestræde 34  
1147 København K  
Tlf: 33757533

**Chefredaktion**  
Olav Skaaning Andersen  
(ansv.)

**Redaktør:**  
Helle Lho// hlho@bt.dk

**Layout:**  
Birgitte Elkær

**Annoncer:**  
Tlf: 33757500

**Tryk:**  
Berlingske Avistryk A/S

**BT**

Forsidefoto:  
Sarah Christine Nørgaard