



In de mix

TANJA SPAANDER

Journalist Tanja: “In deze editie vieren we het bourgondische leven. Wat is uw ultieme geheime genoeg, qua eten? Behalve veel snoepen ‘móet’ ik op z’n tijd even een boterham met daarop in kerrie gebakken aardappeltjes en veel mayonaise. Is dat raar?”

Stapelen!

Dé hit op onze verjaardagsfeestjes vroeger: stapelbroodjes. Daarvoor werd alle mogelijke beleg op tafel gezet: van kaas en knakworstjes tot kokosbrood, vruchtenhagel, chocospinkles en allerlei sauzen: mayo, ketchup, mosterd... We mochten alles gebruiken, maar moesten het wél opeten. Misschien niet meer zo van deze tijd vol bewust eten, maar wij vonden het hilarisch. Kleine tip: een emmertje gereedhouden in geval van plotselinge misselijkheid.



Vrolijk poetsduo

Louisa en Rowan waren al het bekendste transgenderkoppel van ons land, maar bewezen ook echte schoonmaakwonders te zijn in hun eigen TLC-programma *Louisa & Rowan: Eerste hulp bij poetsen*. Vanaf 3 maart kunnen we elke donderdagavond om 20.30 uur weer genieten van een gloednieuw seizoen, waarin het duo gewapend met schoonmaakhandschoenen, afwasborstels, schuursponsjes én hun LGBTQ+ hulptroepen zorgt voor kraakschone huizen. Deze keer leert Louisa onder meer Patricia Paay de kunst van het professioneel bed opmaken... Dat moeten we zien!



De favoriete zaterdag van... Eveline Stallaart

Ochtend

“De hele week moet ik extreem veel luisteren en praten, ik vind het heerlijk als ik dat even niet – zo veel – hoef in m’n weekend. Dus rustig opstaan met een lekker bakje thee, radio aan en dan voor het ontbijt even joggen. Als ik geluk heb, komt er een zonnetje kijken. Daar ga ik harder van rennen!”

Middag

“Iets leuks doen met mijn zontjes, favoriet is wel naar het strand. Lekker schelpen zoeken, wandelen, samen dollen in het zand en dan een beschut plekje opzoeken in de duinen om te pauzeren met een lekkere latte macchiato.”

Avond

“Ik kan optimaal genieten als er tijd en rust is voor een boek of tijdschrift. Die momenten zijn goud waard! Open haard aan, wijntje of theetje erbij en me dan lekker laten meevoeren met mooie verhalen of interessante artikelen.”

Psycholoog/seksuoloog Eveline is elke dinsdagavond te zien als een van de deskundigen in *Married At First Sight* op RTL4.



FOTOGRAFIE GETTY IMAGES, JULIE BLIK, RTL, TLC, IRIS PLANTING

Document voor mama

Waarom heb jij dit boek gemaakt?

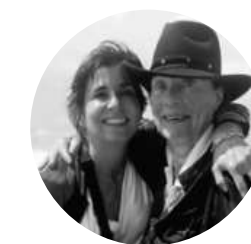
“Toen mijn moeder naar een huis met zorg zou gaan, ruimden we samen haar huis op. We vonden veel foto’s en filmmateriaal van mijn vader, Jaap van Praag, waarvan ik een documentaire kon maken. Dat verdiende mijn moeder ook, alleen was er van haar geen beeldmateriaal. Toen dacht ik: ik schrijf een boek.”

Maar niet meteen met het plan om dat uit te geven?

“Nee, omdat ik merkte dat ze steeds meer vergat, zoals een heel huis waar we woonden. Dus besloot ik: voordat alles is uitgegumd, ga ik de belangrijkste dingen van haar leven opschrijven en elke dag aan haar voorlezen. Omdat ik wil dat ze blijft onthouden wie ze is, want ik heb een bijzondere moeder.”

Hoe kwam het dat het nu toch te koop is?

“Mensen die ik erover vertelde,



Beryl van Praag (51) kennen we vooral als actrice. Voor haar moeder schreef ze haar boekje *Omdat je hersenen worden uitgegumd*, waarvan de opbrengst naar Alzheimer-onderzoek gaat.

zeiden dat ze het wilden lezen. Mijn moeder zei ook toen ik haar voorlas: ‘Ligt het al in de boekhandel? Dit moet iedereen lezen,’ haha. Ik ben geen auteur; het is ook geen roman, meer een lange brief aan mijn moeder. Maar nu dus met een extra doel.”

En dat is..?

“Alle opbrengsten doneer ik aan het onderzoek dat haar arts doet naar Alzheimer. Maar ik hoop ook andere mensen op hetzelfde idee te brengen. Want als je mensen met Alzheimer blijft vertellen over hun leven, blijft hun identiteit langer bestaan. En als je niet kunt schrijven: maak een fotoboek!”

Omdat je hersenen worden uitgegumd is te koop via www.berylvanpraag/mijnboek



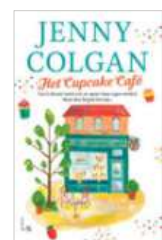
Lekker leesvoer

Natuurlijk gaat er niets boven heerlijk eten en drinken, maar van deze smakelijke boeken loopt het water ons ook al een beetje in de mond:

De Valerie Lane-serie van **Manuela Inusa** gaat steeds over een andere winkel in een Londen straatje. Draait het eerste deel om een theezaakje, deel 2 heet *De chocolaterie van je dromen* en speelt zich af tussen het bruine goud. (Boekerij, € 16,99)



Schrijfster **Jenny Colgan** mengt in haar boeken romantiek met fijne recepten. In *Het Cupcake Café* leerde Issy van haar opa heerlijke taarten bakken. Als ze haar baan kwijtraakt, waagt ze de sprong en opent haar eigen café. (*Luitingh-Sijthoff*, € 20,99)



De chocoladevilla is het begin van een historische serie van **Maria Nikolai**. In het Stuttgart van 1903 ontwikkelt Judith, de dochter van een chocoladefabrikant, graag nieuwe recepten. Dan besluit haar vader dat ze moet trouwen. (Boekerij, € 20,99)



Gezocht: u?

Voor de rubriek *Dit ben ik!* zoeken wij vrouwen die willen vertellen over de relatie met hun lichaam. Vrouwen die misschien niet voldoen aan het ‘stereotype schoonheidsideaal’, maar wel zeggen: dit ben ik en daar doe je het maar mee. Lijkt dit u leuk of wilt u meer weten? Stuur dan een mailtje naar m.wisse@telegraaf.nl met ‘Dit ben ik’ in de onderwerpregel.