

fabulous

# mama

Nummer 2 | 2020 | www.fabmama.nl | € 5,95

'IK KREEG EEN  
KIND VAN DE  
KLUSMAN'

'OP DIE STEIGER  
WAS HIJ NET EEN  
JEANS-MODEL'



**WADHOPPEN**  
5 EILANDEN IN 2 WEKEN  
– MET EEN BABY  
EN EEN PEUTER!



**ZO OVERLEEF  
JE DE INDOOR-  
SPEELTUIN**

TIP 1: GA  
NIETALS HET  
REGENT



**NYNCKE BEEKHUYZEN**

**'HET WAS PITTIG,  
MAAR IK BEN ER WEER!'**

★ **KELLY VERDOOFDE HAAR GEESTELIJKE PIJN 'IK WAS PAS 7 EN BESCHADIGDE MEZELF'** ★ **MODERN WONEN IN EEN ANTIK PANDJE** ★ **MET DE HANDEN IN HET HAAR? OPLOSSINGEN VOOR HAARPROBLEMEN** ★ **LENTEMODE IN 4 TRENDKLEUREN** ★ **H2000H WATERTJES MET IETS EXTRA'S** ★ **'IK SLIK DE RITALIN VAN MIJN ZON'**



Jas (H&M). Trui (Selected  
Femme). Broek (Cos).  
Schoenen (Vagabond).





## **NYNCKE BEEKHUYZEN**

# ‘IK BEN ER *WEEER!*’

Actrice Nyncke Beekhuizen (40) maakt na de bevalling van Moos (2) een zware kraamperiode door. Twee jaar later blikt ze terug op die periode en vertelt ze over haar huidige leven met haar zoontje en verloofde Bart Rijnink. “Moos wil alles weten. Of iets ergens vanaf kan vallen bijvoorbeeld, of stuk.”

tekst Katja Brokke | fotografie Fiona Ruhe @smanagement.co.uk | styling & productie Tamara Botter



“Ik heb een tijdje geen interviews gegeven omdat ik nog aan het bijkomen was, maar ik ben nu precies op het punt aangekomen dat ik denk: ik heb er zin in, ik heb weer dezelfde energie als voordat ik Moos kreeg. De ene moeder hervindt zich wat sneller dan de andere, ik had wat langer nodig, maar ik ben er weer. Wellicht met wat extra bagage, maar dat maakt je, zeker als actrice, alleen maar rijper.”

**Nyncke Beekhuizen zit op een comfortabele bank in het kantoor van haar agentschap. Met een warme trui aan en een kop koffie op tafel.**

Dat ze een zware tijd achter de rug heeft, is niet te zien. Ze oogt in balans, zelfs uitgerust. Jong, met fijne gelaatstrekken. Nyncke heeft inmiddels een behoorlijke staat van dienst in de televisie-, film- en toneelwereld. Je kent haar misschien van producties als *Verborgen gebreken*, *Danni Lowinski*, *Süskind* en *De eetclub*. Eigenlijk heeft ze nooit zonder werk gezeten, maar op een zwangere actrice zit het merendeel van producenten en regisseurs niet te wachten. “Daar zitten inderdaad nogal wat haken en ogen aan,” beaamt Nyncke. “Toen ik zwanger raakte, stond ik net aan het begin van een nieuw project: de serie *Zomer in Zeeland*. Ik moest het de producent dan ook al heel snel vertellen. Met twee collega’s – drie mannen! – besloot hij toen dat we het gewoon gingen doen. Echt heel leuk, dat gebeurt niet zo vaak. Tot zes maanden ging het nog wel, maar op een gegeven moment word je echt zichtbaar dikker, dat hou je niet tegen. Ik heb planten en tassen voor mijn buik gedragen, wijde kleren aangedaan. En ik heb nog lang gesport om fit te blijven. Taartjes eten zat er voor mij niet in, extra kilo’s kon ik er niet bij hebben! Degenen die mij kennen zagen het wel hoor, maar we hebben er goed omheen gewerkt. Ik vond het

vooral heel leuk: ik mag gewoon draaien! Het werd wel zwaar op een gegeven moment, we filmde veel op het strand en moesten duinen op en af. Tijdens de laatste draaidagen had ik een stretcher nodig. We maakten dagen van twaalf uur, dus ik moest tussendoor echt kunnen liggen.” Nyncke werkt door totdat ze 8,5 maand zwanger is. Daarna heeft ze nog héél even om zich in alle rust voor te bereiden op de bevalling.

**“Mijn moeder deed over mij drie uur en over mijn broertje vier uur. Ik dacht: de kans is groot dat dat bij mij ook zo iets wordt.”** Nyncke volgt braaf een pufcursus en kijkt met alle vertrouwen uit naar de geboorte van Moos. En? Ging het lekker snel? “Nee, dat ging niet zo vlot,” lacht Nyncke. “Ik kwam al snel in een weeënstorm terecht en daar kun je elke cursus op loslaten, maar het maakt niks uit. Na drie uur weeënstorm kwam Moos pas na zeventien uur ter wereld, door middel van een keizersnee.”

Ze denkt even na als ik haar vraag of ze op de bevalling terugkijkt als op iets moois of vooral als op iets heftigs. “Jeetje... Nou nee, ik kijk er niet op terug als iets moois, al had ik dat graag zo gewild. Je kunt dat verdrietig vinden, maar ik ben vooral blij dat we er allebei nog zijn. Dat was in een ander tijdperk niet zo geweest.”

Na de lange en zware bevalling blijkt dat Moos niet genoeg drinkt, maar dat wordt pas later duidelijk. Hij huult veel en kersverse vader Bart Rijnink moet na drie dagen al weer aan het werk. “Dat was best pittig ja, en ik zou dat een volgende keer ook echt anders doen. Het overkwam ons. Op een gegeven moment zijn we met Moos naar een osteopaat gegaan, we voelden dat er iets niet goed zat. Die heeft echt wonderen verricht, want binnen een week was Moos rustig. Ik denk dat hij in dat hongerhuilen is blijven hangen, ook toen hij wél genoeg binnenkreeg. Het was een heel gespannen jongetje. Na een week of zes vonden we eindelijk de rust; Moos sliep vanaf toen – in zijn eigen kamertje – als ➤

**‘Taartjes eten zat er voor mij niet in’**



**Nyncke:** jurk (Forte Forte).  
Laarzen (vintage Noordermarkt).  
Riem (Patrizia Pepe).  
Brass armband (Mimi et Toi).  
**Moos:** trui (Zara). Broek  
en schoenen (Adidas). Drie-  
wieler (Radio flyer classic red).





**‘Ik ben vooral  
blij dat we er allebei  
nog zijn’**

een roosje en dat was nodig, want ik was aan het eind van mijn latijn.”

**“Ik heb ondervonden hoe veerkrachtig een mens is.** Toen Moos een maand oud was, moest ik aanwezig zijn op een perspresentatie en als ik nu die foto’s terugzie, denk ik: Nynck, dat had je niet moeten doen. Ik was helemaal bleek, had veel te veel make-up op om dat te verdoezelen en leek in paniek. Ik zie op die foto’s heel erg waar ik toen was. Drie maanden later, in maart, zat ik met een wijntje op een terrasje in de eerste zonnestralen. Het is bijna niet voor te stellen dat dat kan.”

Van een slapeloze, stressvolle *twilight zone* naar het genieten op een terrasje in de lente. Nyncke zal niet de eerste moeder zijn van een winterkind die de zon met open armen verwelkomt. Na een maand of vier heeft ze dan ook het idee dat ze weer op aarde is geland. “Ik kreeg het besef: jij bent mijn zoon, ik ben jouw moeder. Je vindt het fijn bij mij. We kunnen lachen en we hebben het goed.

Ik bleef wel een beetje op mijn tenen lopen omdat ik wilde dat Moos zich goed voelde, misschien omdat dat de eerste week niet zo was. Heeft hij het koud? Moet ik hem een jasje aandoen? Oh, in de winkel is het wel heel warm, moet ik zijn jasje opendoen? Hij slaapt, toch maar niet. Er zit nog berg op zijn hoofd, is dat normaal? Moet ik het eraf halen?

Ik ben ook helemaal niet zo van de olietjes en zo en ik vond het aandoen van een rompertje een hele opgave, met van die kleine mouwtjes voor die kleine armpjes. Ik snap dat dat voor heel veel vrouwen niks is, maar ik zat alleen maar te priegelen. Ik was blij toen dat fragiele eraf was.”

Een gebrek aan slaap en stress hebben enorme impact. Op alles. Toch weten Nyncke en Bart hun relatie goed te houden. Ze zagen namelijk om hen heen dat dat ook anders kan aflopen. “Ik heb toen ik

zwanger was tegen Bart gezegd: één ding, wij moeten zo snel mogelijk een avond in de week inbouwen waarin we samen zijn, zonder Moos, zodat we ook met z’n tweeën herinneringen kunnen maken. Moos is vanaf de vierde maand elk weekend een nachtje bij een van zijn grootouders en dat is echt een uitkomst. Zo kunnen Bart en ik iets leuks doen. Sámen. Het is de ellende dat je elkaar anders steeds alleen maar afwisselt, dus ik kan het iedereen aanraden. Gooi het balletje gerust eens op bij de toekomstige grootouders!” tipt Nyncke lachend.

**Nyncke, actrice, en Bart, acteur en zanger, leerden elkaar in 2008 kennen tijdens de theaterproductie *De gebroeders Leeuwenhart*.**

Nyncke heeft op dat moment al heel wat jaren ervaring opgedaan sinds het moment dat ze in 2003 de toneelschool in Amsterdam verliet. “Hier kun je in een café met een glas rode wijn filosoferen. Hier zitten de kunstenaars.” Nyncke herinnert zich nog wat ze dacht toen ze voor het eerst het treinstation van Amsterdam uitstapte. Ze is achttien jaar en op weg naar haar eerste auditie voor de kleinkunstacademie. “Ik liep vanaf het Centraal Station via de Nieuwmarkt naar de Jodenbreestraat. Het waren de jaren negentig en het was een beetje schimmig overal, een beetje raar. Ik was vooral overdonderd door het feit dat de academie in die buurt stond.” De kleinkunstacademie zit op dat moment in hetzelfde gebouw als de toneelschool (deze twee zullen later worden samengevoegd), aan de rand van het Wallengebied. “Het was schimmig, maar ook lekker ongepolijst, in tegenstelling tot Nieuwegein, waar ik vandaan kwam. Ik dacht: hier kun je kunst maken. Dat trok mij heel erg. Meer dan economie studeren. Niet dat ik per se kunst wilde ➤

**‘De osteopaat heeft wonderen verricht, binnen een week was Moos rustig’**





**Nyncke:** jurk (H&M). Panty: (Oroblu). Laarzen (vintage Noordermarkt). **Moos:** trui: (Donsje). Romper (Hema). Broek (Little Hedonist). Schoenen (Adidas). Stoelen (H&M Home).



maken; ik was op aanraden van mijn dramaleraar auditie gaan doen, zonder het idee te hebben dat er wat uit zou komen. Als ik echt alleen een goede actrice had willen worden, was ik naar Maastricht gegaan. Maar ik wilde niet naar Maastricht, ik wilde naar Amsterdam." Nyncke wordt na drie auditierondes aangenomen en na achttien jaar en drie maanden kan ze het leven gaan leiden waarvan ze droomde: al filosoferend in een café met een glas rode wijn. "Ik vond het echt fantastisch! We konden heel diep gegrond iets vinden van een kunstwerk of een stuk dat we hadden gezien." Ze lacht als ze aan die jaren terugdenkt. "Ik heb daar ontdekt dat dat in mij zat. Ik ontdekte er wie ik was en dat ik dingen mag vinden."

**"Volgens mij hebben veel mensen een raar beeld van de toneelschool, zeker na #metoo.**

Alsof het een zweverig gebeuren is waarbij leraren veel te veel macht uitoefenen en leerlingen er als gedweë eendjes achteraan lopen. Dat is niet zo. Misschien vroeger, maar niet toen ik er zat. Je hebt gewoon lesblokken, heel concreet. Wat wel zo is, is dat het er heel veel over jezelf gaat, met name over hoe je in elkaar zit. Dat is soms zwaar als je jong bent, het heeft me veel tranen gekost. Maar het heeft me ook sterker gemaakt. Het voordeel van jong naar de toneelschool gaan, is dat je nog makkelijk te vormen bent: wie ben je, wat doe je, wat vind je, wat zijn je overlevingsmechanismen, hoe presenteer je jezelf naar anderen? Het is heftig, maar je bent ook flexibel. Leerlingen van 27 hadden het in het eerste jaar veel moeilijker. Zij hadden dat al gehad, zij wisten wie ze waren. Als er dan aan de onderkant wordt gezaagd, wordt dat gevoeld. Je zaagt een boom om in plaats van dat je een takje buigt. Soms had ik wel ouder willen zijn om meer tegenwicht te kunnen bieden. Leraren zeiden af en toe dingen om je uit de tent te lokken en ik heb altijd alles opgezogen en aangenomen als belangrijk, terwijl ik nu denk: had ik het maar wat vaker gewoon gelaten. Door de opleiding heb ik vooral geleerd dat het niks uitmaakt hóe je bent, maar wel dat je ervoor moet staan. Je moet je bewust worden van jezelf. Van je kracht, maar ook van je zwaktes. Acteren gaat over gedrag en als je je niet bewust bent van je eigen gedrag, is het bijna onmogelijk om het gedrag

## 'Moos is elk weekend een nachtje bij een van zijn grootouders. Zo kunnen Bart en ik iets leuks doen.

van een personage op te bouwen. Het is goed om te weten dat je bijvoorbeeld met veel handgebaren praat, of hard of zacht, of hoog of laag. Je moet het namelijk kunnen loslaten om te acteren. Anders kijk je altijd naar Nyncke Beekhuizen."

**Al tijdens haar laatste jaar in 2003 heeft Nyncke haar eerste rol te pakken.**

"Iedereen ging ineens ziekenhuisseries maken, zoals dat gaat in Nederland. Het waren er drie en ik kreeg een rol in *IC*. Daar heb ik alles geleerd op filmgebied, want de studie was vooral gericht op toneel. Ik merkte dat ik de dynamiek op een set heel leuk vond en ik ben audities blijven doen. Zo rolde ik erin."

Nyncke speelt in series, films en toneelstukken, zo ook in *De gebroeders Leeuwenhart* van Koen van Dijk. Daar ontmoet ze Bart, die ook in het stuk speelt. Het is meteen raak, alleen heeft Nyncke op dat moment nog een relatie. "Het was verwarrend, ik snapte er niks van. Maar er was op een gegeven moment geen ontkomen meer aan en dan weet je ook dat je iemand anders ontzettend pijn gaat doen. Daarom was het begin van onze relatie ook een beetje triest, we hebben elkaar zo lang mogelijk proberen te ontlopen, wat natuurlijk heel moeilijk gaat als je samenwerkt." Nyncke beëindigt haar relatie en kiest voor Bart. "Zonder mijn exen tekort te willen doen, maar ik weet nog dat ik op de toneelschool grote moeite had met *Romeo & Juliet*. Ik vond het zo overdreven. Pff, ik bedoel, je gaat jezelf toch niet doodmaken uit naam van de liefde? Verder prima, ieder zijn ding... Maar het gekke was dat ik, toen ik iets met Bart kreeg, dacht: oh verschrikkelijk, dit is het! Ik snap ineens dat als

iemand zegt dat hij niet meer van je houdt, je aan zijn voeten gaat hangen. Vóór Bart had ik gezegd: nou, daar is de deur. Het zegt iets over mijn idee van liefde. Misschien vind ik het vanzelfsprekend omdat liefde er bij mijn ouders altijd moeiteloos was, en nog steeds is.”

**“Bart is heel eigen. Outgoing, ontzettend eigenzinnig, hij staat positief in het leven, is een optimist, heel intelligent, creatief, muzikaal, chaotisch en lief.”** Het duurt even voordat Nyncke losgaat als ik haar vraag wat voor man Bart is. Net als zij is hij een harde werker en als ze gaan samenwonen leiden ze een vrij en onregelmatig leven met een fijn sociaal netwerk. Aan kinderen heeft Nyncke eigenlijk nooit gedacht. “Ik was niet anti, maar het was gewoon nooit aan de orde geweest. Ik had ook niks met baby’s. Een van de eerste dingen die Bart aan mij liet weten, was dat hij graag kinderen wilde, maar dat onderwerp is daarna een beetje weggeëbd.” Totdat blijkt dat Nyncke aan de auto-immuunziekte Graves lijdt, waardoor haar lichaam haar eigen schildklier aanvalt. “Ik viel in een maand tien kilo af en kreeg medicijnen waarbij je niet tegelijkertijd zwanger mocht worden. Tegen de tijd dat ik een balans had gevonden en van de medicijnen af kon, was ik 35. En als het me met iemand leuk leek om een kindje te krijgen, was het

**‘In Amsterdam kun je in een café met een glas wijn filosoferen. Hier zitten de kunstenaars’**

met Bart. Het was eigenlijk vanzelfsprekend dat we het gingen proberen. De ziekte is nu onder controle, al kan die elk moment terugkomen. Ik laat het maar op me afkomen.”

**Nyncke was als kind vrolijk, enigszins afwachtend, had veel vriendjes, maar kon ook heel goed alleen spelen.**

“Mijn moeder zegt altijd dat ik heel makkelijk en meegaand was. Als je tegen mij zei ‘Niet doen’, dan dacht ik: oké, dat mag ik dus niet doen. En dan deed ik het ook niet meer.” Wat dat betreft heeft ze aan Moos een hele klui. “Ik denk dat hij van mij het kat-uit-de-boom-kijken heeft. Alleen onderneemt hij direct daarna actie, dat deed ik niet. Hij schat de situatie in en gaat er dan vol voor. Echt vól. Hij is even stil, maar als hij eenmaal gaat, wil hij het niet gewoon gezellig hebben, dan wil hij dat er met hem gespeeld en om hem gelachen wordt. Moos is ook heel onderzoekend, hij bevraagt alles en wil alles weten. Of iets ergens vanaf kan vallen bijvoorbeeld, of stuk.”

Met een zoontje dat alles onderzoekt en de eigenzinnige en uitgelaten eigenschappen van zijn vader, ligt het voor de hand dat je op een dag alleen maar nee aan het zeggen bent. Daar past Nyncke voor. “Ik ben heel makkelijk, maar ook heel duidelijk. Als iets niet mag, mag het niet. Ook straks niet. Ik wil die strijd niet aangaan. Ik hoef mijn gezag ook niet per se te laten gelden, want ik zit niet te wachten op duizend discussies met mijn zoon. Ik leid liever af: ‘Dat mag niet, maar weet je wat leuk is...?’ Hij heeft ontzettend veel energie, ik kan niet van hem verwachten dat hij rustig aan een tafeltje gaat zitten kleien. Daarbij vraagt hij zich alleen maar af waar hij die klei in kan stoppen. Favoriet zijn zijn stiften. Ik heb uitwasbare gekocht, maar dat werkt natuurlijk niet bij je houten vloer. Ach, we leven ook niet heel erg geordend. De ene ochtend gaat het zus en de andere ochtend weer zo; naar school gaan wordt waarschijnlijk voor Bart en mij het heftigst!”

**Een ongeordend leven is met het werk van het acteurskoppel onvermijdelijk.**

Ze hebben te maken met onregelmatige werktijden en dagen die bovendien last-minute kunnen veranderen. Het brak ze na de geboorte op, maar inmiddels hebben ze beiden weer hun draai gevonden. “Dat Bart na drie dagen al weer moest werken, doen we echt nooit meer. We wisten dat het niet ideaal was, maar dachten dat het wel *doable* zou zijn. Hij heeft het zelf ➤



# ‘Ik heb het allemaal niet zo uitgestippeld. Dat maakt het makkelijk. Ik hoef niet zo nodig iets’

ook onderschat, het was verschrikkelijk en voor niemand goed. Inmiddels passen onze ouders vaak op Moos en gaat hij twee dagen per week naar de crèche, ook als ik niet hoef te werken. Dan doe ik achterstallige klusjes of wat leuks buiten de deur.” Nyncke draait vaak lange dagen. Iets wat nu is in te passen, maar zo’n anderhalf jaar geleden sloeg ze nog een grote opdracht af. “Het ging net weer goed met me en ik zou het in eerste instantie ook gaan

doen, maar ik wilde het niet! Ik heb gebeld, gezegd dat het me speet, maar ik kon niet vijf dagen per week mijn kind niet in bed leggen. Op dat soort momenten, onder druk, was ik voordat ik Moos kreeg op mijn best. Ik had nooit gedacht dat ik zoiets zou afzeggen, maar het heeft me drie maanden extra rust opgeleverd. Ik had die tijd echt nodig. Na zeven maanden ging ik weer aan het werk. Op mijn 27ste had ik die rust waarschijnlijk niet gehad, was ik bang geweest om iets te missen. Nu had ik het vertrouwen dat er wel weer wat langs zou komen. De keuze ging ook niet over mijn werk, maar over mijn kind. Het is trouwens niet zo dat ik met Moos in een soort ambitieuze put ben gevallen hoor, het kwam snel weer terug, maar dit had ik echt even nodig.”

Net zoals ze niet echt bezig was met het krijgen van een eerste kindje, denkt ze vooralsnog ook niet na over een tweede. “Ik snap dat je niet eeuwig de tijd hebt, maar ik weet niet of we dat wel willen. Ik vind het nu heel gezellig. We zijn twee ouders met een kind, als je meer kinderen hebt, ben je echt een gezin. Als ik er morgen anders over denk, doen we misschien een poging, maar ik heb het allemaal niet zo uitgestippeld. Dat maakt het makkelijk. Ik hoef niet zo nodig iets.” 



Blouse (Mango).

## MEER NYNCKE

**Geboortedatum** 24 januari 1980

**Geboorteplaats** Nieuwegein

**Ouders** Haar vader is audiojournalist, haar moeder is secretaresse

**Broers en/of zussen**

Een jongere broer

**Opleiding**

Kleinkunstacademie en toneelschool

**Zoon** Moos (2)

**Laatste project** De film *De piraten van hiernaast*, die vanaf deze lente in de bioscopen draait

**Sport** Power pilates en barre

**Hoe ontspan je?** “Door te lezen. Ik zit sinds een jaar met vrienden bij een boekenclub. Is niet suf, hoor!”

★  
**DE  
WEEK  
VAN...**

Nyncke hield voor ons een fotodagboek bij. Zo geeft ze ons een uniek kijkje in haar *family life*.



"Klaar voor een avondje boekenclub."



"Voice-overs inspreken in de studio."



"Op de set van *De piraten van hiernaast*."



"Drankje drinken met mijn mannen."



"Samen een avondje uit."



"Wandelen door de duinen."