

# Chantal & Tina

## AHA-erlebnissen

Net als in  
de podcast, maar  
dan anders



*Met details  
waar je niet  
per se om hebt  
gevraagd!*

**Openhartige verhalen, luchtige levenslessen,  
struikelpartijen en een heleboel vriendschap**

## Aha-erlebnis

*(de; zelfstandig naamwoord; vrouwelijk;  
meervoud: aha-erlebnissen)*

Een aha-erlebnis, letterlijk vertaald aha-ervaring, is een situatie waarin men plotseling een nieuw inzicht verkrijgt en iets volledig begrijpt. Vaak heeft dat betrekking op een probleem dat tot dan toe onoplosbaar bleek. Op zo'n moment is men geneigd 'aha, dus dat zit zo' of 'aha, zo kan het dus ook' te denken.

De term is Duits, maar is in het Nederlands ingeburgerd. Hij werd geïntroduceerd door de Duitse psycholoog Karl Bühler. De term is verwant aan het 'eureka' van Archimedes.



*Als ze tijdens voorstellingen haar bril moest afdoen, zag Chantal 'geen moer'.*

– bijvoorbeeld omdat de zenuwen toeslaan of iets inderdaad te hoog gegrepen was – het publiek het vaak niet eens opmerkt. Oké, als je zingt, ben je kwetsbaar en horen mensen het als je een valse toon aanslaat. Maar als je acteert, kun je veel hebben. Nu ik erover nadenk, misschien geldt dat voor de meeste vakgebieden wel. Je valt echt niet meteen door de mand.'

**Chantal:** 'Ik maakte er als kind al geen probleem van om te bluffen. Tijdens dansvoorstellingen moest ik altijd mijn brillette afdoen, met als gevolg dat ik geen moer meer zag. Vervolgens danste ik met het verkeerde jongetje dat een hele kop kleiner was dan ik en dus ineens een heel groot meisje op moest tillen. Ook ben ik als blinde blauwe

fee weleens met één been in de orkestbak beland, met toverstaf en al, omdat ik niet zag dat daar de rand van het podium was. Van schrik gooide ik mijn andere been erbij en deed ik alsof het de normaalste zaak van de wereld was dat ik koorddanste op die rand. Mijn vader en moeder kregen een rolberoerte, mijn balletdocente siste vanuit de coulissen: "Doorgaan, doorgaan!" Barrie Stevens was er niks bij.

Van elke blunder schrok ik me helemaal het leplazarus, maar ik liet me niet uit het veld slaan. Geen flauw idee waar die kracht vandaan kwam, trouwens. Op dat soort momenten dacht ik alleen maar: ik moet door, blijven lachen, het is een voorstelling. Natuurlijk schaamde ik me en zat ik thuis te huilen, te kijken naar mijn blauwe feeënjurk en mijn gebroken toverstaf. Stiekem hè, want dat mocht niemand zien. De volgende dag verscheen ik weer met een glimlach in de les. In mijn derde jaar van de Amsterdamse Hogeschool voor de Kunsten, deed ik mijn eerste bluftruc op het professionele vlak. Het stagejaar kwam eraan en er waren audities voor de musical *42nd Street*, een musical waarvoor tapdansen de belangrijkste vaardigheid was. Zingen en spelen had ik inmiddels aardig onder de knie, tappen was niet mijn sterkste punt. "Doe jij maar geen auditie," zei mijn docente. Ik ging toch. Als ik hoor: dit kun jij niet, dan komt de toverfee in mij weer naar boven, met een gerepareerde staf, gaffertape en al.

Dag en nacht oefende ik op die kleppers van schoenen. Ik keek films met Fred Astaire en Ginger Rogers als ik het even niet meer



**Tina:** 'Daarin verschillen we: ik ben geneigd om overal ja op te zeggen. Vraag je mij: hé Tien, zou jij over anderhalf uur een hele kudde olifanten in balletpakjes kunnen bezorgen? Dan zeg ik: maar natuurlijk! Ik ga met man en macht olifanten proberen aan te kleden om vervolgens met drie geiten met een slurf van papier-maché aan te komen zetten. Maar goed, ik geef alles. Altijd. Ik moet echt leren om wat vaker nee te zeggen, want ik beland in de gekste situaties. Dan zat ik weer in een commercial naast een paard of met een kat of pekinees op schoot terwijl ik daar kneiter allergisch voor ben, waarna ik 's avonds met dikke ogen op de bank hing.'

Altijd anti-histamine in de tas dus. Maar de vraag blijft: hoe geef je op een goede manier je grenzen aan?

We vroegen het niemand minder dan mister musical & media himself.

**TIP VAN TINA:** |  
'ANTI-HISTAMINE.' |

## Trouw Aan Jezelf Blijven met Joop van den Ende

**Joop:** 'Het is ontzettend belangrijk om bij jezelf te blijven. Mij lukte dat dankzij mijn opvoeding, die eenvoudig was, in een arm katholiek gezin. Ik heb altijd beseft dat succes en welvaart niet vanzelfsprekend zijn. Ik werd in de Tweede Wereldoorlog geboren en daarna volgden de jaren van de wederopbouw. Die periode heeft mij gevormd. Het gaat in het leven om aanpakken, eerlijk zijn en nakomen wat je belooft. Je moet altijd je uiterste best doen.'

Natuurlijk ben ik mezelf weleens voorbijgelopen. Als je een uitgebreide carrière hebt, is dat onvermijdelijk. Ik heb op mijn achtenvijftigste zelfs een grote burn-out gehad. Die heeft me een jaar gekost. Ik ben er weer uitgekomen dankzij een sterk thuisfront, dankzij therapie bij een goede psycholoog en door het geloof te behouden dat ik weer de positiviteit zou vinden om verder te gaan.

Als ik mijn jongere zelf een advies zou mogen geven, zou ik zeggen: breng meer focus aan en baken beter af wat je doelen zijn. Ik ben daar slordig in geweest, vrees ik. Het is belangrijk om te bedenken wat je wilt en waar je naartoe wilt.'

### Alle nepchocolade

**Tina:** 'Het is nogal een bekenenis, maar ik vind echte chocolade veel minder lekker dan troepchocolade. Och, die Koetjesrepen.'

### Ontbijten met een chocoladecroissant met kaas

**Chantal:** 'Ik leg de plak er niet bovenop, maar ik eet het tegelijkertijd. Dat wil ik wel even gezegd hebben.'



# Guilty pleasures

Nog wat volledig willekeurige *guilty pleasures* waar Chantal en Tina zich per direct ook niet meer voor schamen?  
We hebben er nog wel een paar.

### Nog nooit *Wie is de Mol?* hebben gekeken

**Chantal:** 'Het is een soort *reverse guilty pleasure*, maar het voelt wel alsof ik me hier moet schamen. Maar: niet meer.'

### Homevideo's

**Chantal:** 'Mensen die aan het schrikken worden gemaakt, mensen die vallen, dat soort domme dingen. Ik kan ermaar blijven kijken.'

### Realityprogramma's

**Tina:** 'Als het ook maar enige vorm van reallife is, dan kijk ik het. Vooral de eerste seizoenen, van jaren geleden.'

### Ordinair eten

**Tina:** 'Gevulde eieren, blokjes kaas met ui erop of augurk in boterhamworst. Héérlijk.'

### Gesprekken afluisteren

**Tina:** 'Zinnen opvangen. Mensen kijken. Heerlijk.'

### Een pot witte bonen in tomatensaus

**Chantal:** 'Geen uitleg nodig.'

### Padvinder Jos

De ware aard van tweeën-  
vijftigjarige acteur Vincent  
Croiset, beter bekend als  
de man van Tina de Bruin.

Hij dankt zijn naam aan de  
overdreven hoeveelheid houthak-  
kersblouses in zijn bezit, het hoedje  
waarmee hij die regelmatig combineert en  
het onhebbelijk gedrag dat hij op vakantie  
vertoont. Denk daarbij aan rood aangelopen  
voor de troepen uit sprinten op vliegvelden,  
tijdslots reserveren bij de douane en te allen  
tijde willen weten wat zijn precieze locatie  
en de juiste route is. Verder te herkennen  
aan zijn kinderlijke enthousiasme, zijn  
wandelhobby – waarschijnlijk is hij aan het  
wandelen als je hem tegenkomt – de extreme  
liefde voor zijn auto en dat hij toch best lief  
is voor Tina.



### Marco Kondo

Het werkelijke karakter van de drieën-  
vijftigjarige Marco Geeratz, beter bekend  
als de man van Chantal Janzen. De naam  
is geïnspireerd op, je raadt het al, opruim-  
goeroe Marie Kondo, die bekend werd met  
haar *does it spark joy?*-methode. Wat Marco  
betreft *sparken* bepaalde kledingstukken  
van Chantal helemaal geen *joy*, die gooit  
hij het liefst rechtstreeks de prullenbak in.  
Zijn favoriete items om weg te gooien: haar  
Nel Veerkamp-achtige kleding. Verder te  
herkennen aan diezelfde liefde voor auto's,  
zijn opvallende kennis van Legopoppetjes  
en hun exacte benaming en dat hij  
stiekem een heel leuke echtgenoot is.

Zo, hebben we dat gedeut. Weet je  
ook weer met wie je te maken hebt.



# Nog meer crushes van vroeger

Op wie was je voor het eerst écht verliefd?  
Welke koosnamen voor je partner zul jij nooit gebruiken?

Chantal ↘

## Deel 3

- Christiaan van een paar balletklassen hoger
- Dat je erma denkt: Ik ga nooit meer poepen  
(oh sorry deze gaat over → Wat niemand je vertelt na een bevalling!)  
verkeerde  
lyfje →
- hubby, mannetje, ventje
- idioot en koe
- ik wil alles van m'n partner horen
- dat zal altijd een geheim blijven..

Ik had en heb ook  
wel een crush  
op de gehele cast  
van Friends

Telegram Tina ↗

*Kelly Huijsman, de vrouw achter elke goede look van Chantal en Tina.*



### Haar en make-up is een vak

**Chantal:** 'Ik heb mijn portie modemissers wel gehad, en geloof me: dat zijn niet mijn enige blunders. Qua kleding speel ik liever op safe, maar gek genoeg kan het me bij mijn haar allemaal wat minder schelen. Als het niet mooi is, kleur ik het toch weer terug, denk ik dan. Ik kan me nog herinneren dat ik vroeger een Turks vriendinnetje had, die zwart haar met zo'n aubergine gloed had. Dat wilde ik ook. Mislukte natuurlijk finaal, want ik ben allesbehalve aubergine. "Waarom liet je me dat in godsnaam doen?" heb ik mijn moeder later nog gevraagd. "Je had het toch wel gedaan," antwoordde ze. Wel waar. Uiteindelijk heb ik aubergine, zwart, donkerbruin, rood, geel en gedeeltelijk roze haar gehad. Ik kan ook totaal impulsief mijn haar afknippen. Of vroeger mijn haar met een

nagelschaartje knippen. Beide praktijken houdt Leco inmiddels tegen, want hij weet: daarna zit ik te zeiken. Een pony. Nog zoiets. Ik heb al honderd keer een pony geknipt, maar als je geen dik, sluk haar hebt, werkt een pony gewoon niet. Dan gaat het alle kanten op staan. Moet je niet willen.'

**Tina:** 'Ik ben qua haar juist heel saai. Sinds kort heb ik op aanraden van kapper Bettie van Kinki Kappers een coupe soleil, maar dat is héél gedurfd voor mijn doen. Met mijn haar en mijn gezicht moet ik werken, denk ik altijd, dat moet alle kanten op kunnen shapeshiften. Kort haar kun je niet lang maken, maar lang haar wel kort, dus dan hou ik het maar bij lang. Als het op make-up aankomt, durf ik iets meer. Soms werk ik met een visagist, maar meestal doe ik het zelf en dat gaat nog goed ook. Tuurlijk, bij tijd en wijle maak ik een misser. Zo ging ik een keer voor roze oogschaduw. Gezellig, dacht ik toen ik het opsmeerde, maar achteraf leek het net alsof mijn ogen dichtgeslagen waren. Ach ja, *I tried*. Die pak ik er dan maar bij.'

### Laat het aan Leco over

Dat doet Chantal niet voor niets. Hairstylist en visagist Leco van Zadelhoff weet wat-ie doet. En wat jij vooral niet moet doen.

**Leco:** 'Nu ik dit werk dertig jaar doe, durf ik



# K

Er zijn twee soorten mensen op deze aardkloot:

1. Mensen die eten als iets doelmatigs zien. Voor hen is het een middel om honger te stillen, het lichaam te laten werken en de dag door te komen. Misschien proeven ze het verschil tussen pastasaus uit een pot en die van de Italiaan om de hoek wel, maar hun credo blijft: eten is eten. Niet te moeilijk over doen.

2. Mensen voor wie eten een onuitputtelijke bron van geluk is. Voor hen is het een middel om het leven mee door te komen, zou je kunnen zeggen. Ze kunnen weken uitkijken naar een etentje in hun lievelingsrestaurant en beschouwen een goede snack min of meer als kunstvorm.

Je voelt 'm misschien al aankomen, maar Chantal en Tina behoren tot de tweede groep. Of zoals Tina zelf zegt: 'Of ik van snoepen hou? Is de paus katholiek?' Eten is geluk, en geluk is eten. En dus moeten we het even over eten hebben. En over balans. Dat (helaas) ook.

**Chantal:** 'Als je opgroeit in Limburg, en al helemaal als je in mijn familie geboren wordt, dan zit er niets anders op: eten. In Limburg is niet van eten houden net zo erg als niet van schaatsen houden in Friesland. Mijn opa was bakker en mijn vader maakt de lekkerste wafels van de hele provincie, dus er was altijd lekkers in overvloed. Als ik als kind zei: "Ik hoef geen vlaai," kreeg ik terug: "Ben je ziek? Wat heb je?" Dat was not done.

Toen ik aan de balletopleiding begon, merkte ik meteen: hier moet je slank zijn. Dat werd niet uitgesproken, maar in de klassieke balletwereld is iedereen dun. Ik was wat voller dan de rest, kreeg als eerste heupen en ook nog borsten. Ik kan me nog herinneren dat ik aan mijn moeder vroeg: "Hoe oud moet je zijn om je borsten te verkleinen?" Het had heel goed anders kunnen lopen, maar godzijdank bleef mijn relatie met eten goed. Ik heb heus weleens een dieet gevolgd, maar ik heb nooit mijn eten laten staan. Dan was mijn moeder in opstand gekomen, want die bleef hameren: normaal doen met eten. Dan heb je van nature maar geen superslank lijf,

Het leven. Ga d'r maar eens aanstaan. Vriendinnen Chantal Janzen en Tina de Bruin doen het al een tijdje en delen graag hun opgedane wijsheden, maar dan wel op z'n *Chantal & Tina's*: met een flinke dosis zelfspot en details waar je niet per se om gevraagd had.

*AHA-erlebnissen* zit vol openhartige verhalen over hun jeugd, carrière, relaties, ouderschap, vrouw zijn en nog veel meer levenskwesaties. Bereid je voor op unieke anekdotes, struikelblokken en zat blunders, passend bij de lijfspreuk die centraal staat in alles wat het duo doet: 'Straucheln kann man immer, nur am Boden bleiben darf man nicht.' Vertaald: 'Struikelen kun je altijd, maar je mag niet op de grond blijven liggen.'

Op de vlakken waar Chantal en Tina tekortschieten – óf waar gewoon wat extra wijsheid welkom is – worden hulplijnen ingeschakeld. Zo laten onder anderen Joop van den Ende, Huub Stapel, Will Koopman, Igone de Jongh, Tijn Beckand, Leco van Zadelhoff, Soundos El Ahmadi en Lykele Muus van zich horen. Oh, en natuurlijk mannen Marco Geeratz en Vincent Croiset, beter bekend als Marco Kondo en Padvinder Jos.

Aha. Weet je ook weer wat te verwachten.