

Outfit Kristel: OBJECT vest € 59,95 | BERSCHKA top privébezit | H&M broek privébezit



Kristel van Eijk

‘IK WIL GRAAG EEN RELAXTE MAMA WORDEN, MAAR OF DAT LUKT...’

WNL-presentatrice en radio-dj Kristel van Eijk zocht aan het begin van haar zwangerschap even naar de goede modus. Ze was misselijk en moest voor Vandaag de Dag om 3.30 uur opstaan. Inmiddels is ze in haar derde trimester beland en voelt ze zich alsof ze de hele wereld aan kan.



Hoe verloopt je zwangerschap?

“Ik was in het begin iedere dag misselijk en moest vaak overgeven. Een keer terwijl ik met mijn hond in het bos aan het wandelen was, een keer in de auto op een parkeerplaats. Dat begon bij zes weken en heeft tot en met de vierde maand geduurd. Ik stond drie dagen in de week om 3.30 uur op omdat ik Vandaag de Dag presenteerde. Ik las in zwangerschapstijdschriften de tip: ‘vraag aan je baas of je misschien een uurtje later kunt beginnen, zodat je rustig op kunt starten en minder misselijk bent.’ Dat zat er bij mij niet in, we werken met een strakke deadline en ik word op een bepaald moment op tv verwacht. Soms dacht ik angstig:

als ik maar niet tijdens de opnames moet spugen. Mijn moeder durfde soms niet eens te kijken omdat ze bang was dat er zoiets zou gebeuren. Ach, het hoort er allemaal bij. Zolang ik voldoende bleef eten, hield ik het wel redelijk onder controle. En na vier maanden was het gelukkig voorbij. Verder heb ik geen kwaaltjes, dus ik mag absoluut niet klagen.”

Wanneer wist je dat je er klaar voor was om zwanger te worden?

“Ik heb er natuurlijk een beetje de leeftijd voor om erover na te denken. En tussen mij en mijn vriend Jaap zit het ook al twee jaar helemaal goed. Op een bepaald moment voelde ik

die rammelende eierstokken, waar iedereen het over heeft, ik voelde dat ik er aan toe was. Ik kon ook meteen geen reclamefilmpje met baby's meer kijken of ik smolt helemaal."

Jaap werkt achter de schermen bij de radio, jij presenteert er onder meer een muziekprogramma. Heeft de baby ook al iets met muziek?

"Dat wil ik graag geloven natuurlijk! Jaap en ik hebben altijd muziek aan staan, zo was het vroeger bij ons thuis ook. Pas lag ik op bed en draaide ik een heel mooi liedje, Looking too Closely van Fink en toen voelde ik hem wel schoppen. We maken wel eens grappen, zo van: wij gaan geen K3 draaien straks hoor! Maar of we dat in stand kunnen houden, durf ik niet te zeggen."

Hem? Is het een jongetje?

"Dat willen we graag voor onszelf houden. We weten het wel, maar voor anderen blijft dat nog even een verrassing."

Is je huis al helemaal babyproof? Is het kamertje af?

"Ja, we hebben het hele baby-uitzetlijstje afgevinkt. En het babykamertje is helemaal af. Het is een fantastisch retro kamertje geworden, met jaren zeventig behang met rode appeltjes. Ik vind inrichten heel leuk om te doen, maar ik wilde het ook graag echt op tijd af hebben. Want ik wil op het laatste moment geen stress."

Hoe probeer je Jaap bij de zwangerschap te betrekken?

"Dat hoef ik niet te doen, dat doet hij zelf. Hij is heel betrokken en leeft helemaal mee. Hij is heel lief voor me en we doen alles samen. In het begin toen ik zo misselijk was, maakte hij altijd beschuitjes voor me, zodat ik 's ochtends alvast wat in mijn maag had. En hij houdt me een beetje in de gaten. Ik heb de neiging om nog steeds veel te veel op een dag te plannen. Hij houdt me dan tegen en zegt: ga nou tussendoor ook eventjes liggen, dat is goed voor je. Vaak als de baby trapt, roep ik hem even en houdt hij zijn hand op mijn buik."

Zie je op tegen de bevalling?

"Dat valt wel mee. Ik laat het allemaal maar een beetje over me heen komen, ik denk dat dat het beste is. Je weet toch niet

hoe het loopt. Ik wil in principe kijken hoe ver ik kan komen zonder pijnbestrijding. Maar als het echt niet meer gaat, vraag ik om pijnbestrijding. Dat heb ik ook in mijn geboorteplan zo opgeschreven."

Waar wil je bevallen?

"In het ziekenhuis. Dat geeft me een veilig gevoel. Mocht er iets misgaan, ben ik in veilige handen."

Hoe bereid jij je voor op de bevalling?

"Ik heb een aantal zwangerschapsboeken gelezen. Ik vond bijvoorbeeld *Het Grote Wonder* erg mooi, omdat daar allemaal foto's in staan die laten zien hoe de baby zich ontwikkelt. Maar ik ben inmiddels gestopt met het lezen van alle nare verhalen die erin staan. Die sla ik over. Ik ben van mezelf al een behoorlijke hypochonder, dus als ik dat allemaal lees, ga ik me alleen maar zorgen maken. Ik ben laatst wel bij een informatieavond van de verloskundige geweest. Dat vond ik lekker praktisch, maar ook daar heb ik geprobeerd alle nare dingen niet teveel tot me te laten doordringen. En ik doe zwangerschapsgym waar ik in zeven lessen leer hoe ik moet puffen."

Je twitterde laatst: als er nog één iemand in de supermarkt tegen mijn buik botst, dan ga ik huilen/gillen of slaan. Het klonk als een hormoonkreet. Was dat het ook?

"Nou, ik zal niet ontkennen dat mijn hormonen af en toe opspelen. Ik ben emotioneler dan voordat ik zwanger was. Ik moet voor mijn werk het nieuws volgen, maar vind dat nu moeilijk. Toen bijvoorbeeld het vliegtuig MH17 was neergestort, heb ik zo gehuild. Ook toen ik onlangs tompoezen wilde ontdoeien in de magnetron en dat totaal niet lukte, raakte ik volledig overstuur. Tien minuten later kon ik hartelijk om mezelf lachen."

Maar dit voorval in de supermarkt was gewoon asociaal. Ik liep heel rustig met mijn mandje langs de schappen. Iedereen leek enorme haast te hebben. Je kunt goed aan me zien dat ik zwanger ben, dan ga je toch niet met je karretje tegen me opbotsen! Ik werd er verdrietig van. Op zo'n moment komt er nu al een dierlijk gevoel in me naar boven dat ik mijn ongeboren kind wil beschermen."

'IK HEB HET BOEK VAN GINA FORD GELEZEN, DAAR VOEL IK WEL WAT VOOR'



In 't kort

Kristel van Eijk (31)

Kristel van Eijk (12 november 1982) werd geboren in het Brabantse Heesch. Kristel begon haar carrière als presentatrice bij Veronica TV, maar stapte al snel over naar de radio. In december 2005 startte ze als producer en sidekick bij SLAM!FM. Niet veel later schoof ze iedere dag aan tijdens de ochtendshow. Sinds oktober 2006 is ze zelf radio-dj. Eerst nog bij SLAM!FM, later bij 3FM en Q-music. In 2010 won Kristel de RadioBitch Award voor beste radiovrouw en in 2012 de Zilveren Radioster. Inmiddels werkt Kristel voor WNL, op radio en televisie. Ze presenteert op tv het programma Vandaag de Dag. Kristel woont samen met Jaap en verwacht eind oktober haar eerste kindje.

Hoe denk je dat jij straks als moeder zult zijn?

"Ik vind het moeilijk om daar nu al iets over te zeggen. Ik denk dat ik best streng zal zijn. Dat waren mijn ouders vroeger ook, vooral bij mijn vader wist ik dat als hij 'nee' zei het ook echt 'nee' was en ik het niet nog een keer hoefde te proberen. Soms zie ik al voorbeelden van andere ouders zoals ik het niet zou doen. Laatst bij het water bijvoorbeeld. Jaap en ik hebben een boot en zijn veel op het water te vinden. Ik zag kinderen hard rennen op de gladde steigers. Ik zei toen tegen Jaap: dat zouden mijn kinderen nooit zo mogen. Veel te gevaarlijk! Ook Jaap had wel duidelijke regels in zijn opvoeding, om een kleine regel te noemen: hij mocht tijdens de lunch altijd eerst een boterham met hartig en daarna pas met zoet beleg eten. Dat vind ik ook een goede, die hou ik erin!"

Hoe ga je je werk en de baby combineren?

"In principe ga ik straks weer aan de slag voor WNL, zowel voor radio als televisie. Ik denk dat het goed te combineren valt, juist omdat ik zo vroeg in de ochtend begin. Dan begin ik wel vroeg, maar ben ik ook rond tien uur 's ochtends alweer thuis. We kijken nu naar een gastouder, zodat ik na de uitzending nog een paar uur terug kan naar bed en zij kan oppassen. Hoeveel uren ik precies ga werken, weet ik nog niet. Mijn baas en ik gaan straks samen de puzzel leggen en kijken wat er mogelijk is. Hij reageerde in ieder geval heel lief en enthousiast toen ik vertelde dat ik zwanger was, dus dat is hartstikke fijn!"

Wat wil je je kindje meegeven?

"Dat het altijd bij ons terecht kan. Met alles. Dat vind ik heel belangrijk. Ik had zelf ook het gevoel dat ik altijd bij mijn ouders terecht kon en zo gaan Jaap en ik ook met elkaar om. Van een andere orde, maar ik wil straks ook graag mijn kindje discipline en regelmaat meegeven. Ik heb het gevoel dat dat voor een baby en voor ons het beste werkt. Ik heb het boek van Gina Ford (*De Tevreden Baby*, red.) gelezen, daar voel ik wel wat voor, ik haal de dingen eruit die voor ons bruikbaar zijn."

Waar verheug je je het meest op?

"Om met ons kind straks te gaan varen. Zwemvestje om en gaan. Ook lijkt het me heerlijk om met zo'n kleintje lekker te dansen en te springen in de woonkamer. Ik verheug me er ook op om Jaap als vader te zien, dat lijkt me heel bijzonder."

Zijn er ook dingen waar je tegenop kijkt?

"Het slaaptkort. Ik weet niet wat dat met me gaat doen, want ik hou juist van slapen. En ik ben bang dat ik te zorgelijk ben. Dat heb ik nu al met mijn hondje, een Franse bull. Als het warm is maak ik me zo'n zorgen dat hij oververhit kan raken. Ik ben benieuwd hoe dat straks met een kind is. Ik wil een relaxte mama zijn, maar of dat me gaat lukken durf ik nog niet te zeggen." 🐾