

Transcript video Opvliegers op Safari 2026

Een gesprek tussen Rick Engelkes (theaterproducent), Linda Wagenmakers (actrice) en interviewer Jolet Moolenaar.

Jolet:

Rick, Jij hebt een theatershow gemaakt over het thema De Overgang. Waarom heb jij gekozen voor dit thema?

Rick:

Voorheen maakte ik ook veel producties waar ik ook nog zelf in speelde. En dan kwam ik er altijd achter dat het altijd vaak wel een soort thema in mijn leven.

En toen ben ik er ook over gaan lezen. En toen las je dat er iets van 1,6 of 1,8 miljoen vrouwen zijn die daarmee te maken hebben.

Jolet:

En wat zijn jouw eigen ervaringen met de overgang van vrouwen in jouw omgeving?

Rick:

Nou, in zoverre dat ik daar ook gewoon mee te maken heb met mijn eigen vrouw, zeg maar, die dat ook heeft er ervaren. En mijn eigen zus, daar kwam het eigenlijk toen mee. Die zat er toen nog middenin en elk keer als we een gesprek hadden moest die weer naar buiten, want dat was het weer 'warm warm'. En daar kwam ook wel een beetje toen dat idee vandaan van, oh ja, ik moet er eigenlijk iets mee doen. Dus als mannen moeten wij daar dan eens ook rekening mee gaan houden. Dat er echt wel iets aan de hand is. Ik realiseer me heel goed dat je het niet kunt bagatelliseren.

Jolet:

Linda, wat sprak jou het meeste aan in deze rol?

Linda:

Nou ja, Loes, de rol die ik speel, is een dame. Ik denk een beetje van mijn leeftijd. En ze gaat eigenlijk altijd voor de jongens, ook een beetje om het leven erin te houden. Ze is een heel levendig persoon, ADHD type pur sang. Dus heel leuk om te spelen, heel veel humor ook. In fysieke humor, in mijn stem, in het huilen, in het lachen en alles. Het is heel leuk om die rol te doen.

Jolet:

Wat betekent de overgang voor jou?

Linda:

Oeh, de overgang betekent denk ik dat je minder in staat bent om andermans bullshit te laten gebeuren ten koste van jezelf. En dat je dus eerder de vrijheid neemt om je grenzen op te trekken, denk ik.

Jolet:

En wat betekent het om onderdeel te zijn van een voorstelling die een levensfase centraal stelt, waar nog niet altijd open overgesproken wordt?

Linda:

Ik heb vorig jaar meegedaan aan Girls on Fire. Dus dat was een soort van, toen was ik het jonkie van het stel en werd ik een beetje ingeleid in van, wat betekent het nou als je in de overgang gaat? Want toen was ik nog niet in de overgang. Nu inmiddels wel, ik heb net echt wel een heerlijke opvlieger gehad weer. En het is heel belangrijk dat we er met z'n allen over praten. Want het is gewoon bizar dat sommige mensen ook nog niet weten dat ze in de perimenopauze zitten en allerlei verschijnselen krijgen. Van pijnlijke gewrichten tot depressies of wat dan ook. Terwijl ze gewoon eigenlijk zouden moeten weten dat dat er ook mee te maken heeft. En dat je er ook natuurlijk wat mee kan. Dus het is heel belangrijk dat deze voorstelling er is. Dat het gewoon ook iets is waar mensen daarna ook over in gesprek kunnen gaan en in een keer denken, oh, wacht even, dat is gewoon heel belangrijk.

Jolet:

Waar ken jij verschillen in hoe er binnen verschillende culturen over de overgang wordt gesproken? Of niet wordt gesproken?

Linda:

Het is een beetje moeilijk om te spreken van verschillende culturen. Want ik kom uit een Indonesische of Indische cultuur. En ik denk ouder worden daar iets moois is. Het is respect hebben. Dus ik vind het een overgang naar iets moois. Ik denk dat Nederlandse vrouw van mijn leeftijd eigenlijk al best wel veel wat ik zo in mijn omgeving merk, dat mensen daar ook iets mee willen. Dat ze niet zomaar denken van, goh, weet je wat, laat het allemaal maar overheen komen. Nee, ik wil het gewoon comfortabel voor mezelf maken. En dat is je goed recht. Want wie wil er zwetend en huilend en depressief ergens staan terwijl je daar ook wat mee kan? Dus je moet het ook iets als iets moois beschouwen. Een nieuwe fase met meer vrijheid, met weer andere leuke dingen waar je op kunt richten.

Jolet:

Je brengt met deze voorstelling een levensfase op het toneel die veel vrouwen als kwetsbaar ervaren. Hoe zorg je ervoor dat het herkenbaar blijft zonder dat het overdreven wordt?

Rick:

Het is gelukkig wordt het steeds makkelijker om erover te praten. Dat was 10 jaar geleden toch nog best wel wat moeilijker. Je moet het ook niet zwaar maken. Dus daarom maken we ook een comedy. Dat het wel ook luchtig is. En als je zelf ook een beetje de humor ervan in kan zien, dat je af en toe misschien in een opvlieger hebt en denk je, oh, jesus, ik moet alles uit. Of ik weet het allemaal niet meer, en daar niet te veel bij de pakken bij neer gaan zitten. Het gaat over. Meestal.

Jolet:

Wat is er nog niet verteld over de overgang? Wat je graag nog in een volgende voorstelling zou willen vertellen?

Rick:

Ik vind sowieso dat wat er nog niet verteld is wat er misschien nog allemaal kan veranderen. Ten goede. Want heel vaak wordt het vanuit de maatschappij een beetje van, oh, god, ja, ze gaat in haar overgang. Ze takelt af. Letterlijk wordt het in onze voorstelling gezegd. Maar wat het ook met zich merkt, is enorme vrijheid. Nieuwe kansen. Je moet juist niet bang zijn. Je moet het omarmen. En ook het leven zit vol veranderingen. En misschien voor sommigen meer dan voor anderen. Maar dat kunnen ook hele mooie dingen zijn. Wie zegt dat verandering slecht is? Ik niet. Maar de overgang is in feite ook gewoon een nieuwe levensfase. Dus ook daarin ga je kijken van wat ligt er nog, wat wil ik allemaal? Tel ik nog mee? Ja dat hoor je ook heel vaak. Of de onzekerheid inderdaad. Nu ben ik hier en nu ben ik afgeschreven. Dat is een soort van, wat natuurlijk helemaal niet zo is. Ja, dat kan wel natuurlijk. Het kan je wel onzeker maken. Al met al heb ik, zeg maar, in de loop der jaren, best wel veel geleerd over vrouwen. En dat probeer ik nu ook thuis, beter toe te passen.

Jolet:

En heb jij tips om de overgang bespreekbaar te maken?

Linda:

Nou, meid. Kijk, als je een opvlieger hebt, gewoon even zeggen. En dan heb je zo gesprek met alle mensen die dat herkennen sowieso.

En ik denk ook dat de jongere mensen daar ook wel, zeker de jonge vrouwen, daar ook wel in geïnteresseerd zijn. Want ja, het gaat ons allemaal een keer uit je overkomen. Vroeger dachten we moeten gewoon de pil doorslikken. En dan hoort-ie dan, oh ja, maar dan krijg ik misschien kanker. Nu zijn er spraytjes. En er zijn gewoon klinieken waar je naartoe kan gaan. Om dat te verbeteren. Gelukkig delen vrouwen dat ook met elkaar. En het is zo belangrijk, want je zal toch maar doodongelukkig zijn en niet

snappen waar dat vandaan komt. En ik heb altijd gewoon de tip: als je niet weet waar het vandaan komt, zijn het waarschijnlijk je hormonen.

Jolet:

Oh, dat is wel een goeie.

Linda:

Je denkt, is er iets gebeurd, waardoor ik me zo voel? Is er iets aan de hand? Als je allemaal al die dingen kunt afstrepen, denk je. Oh, hormonen, ja, oké.

Jolet:

En wat zou jij meer verteld willen hebben over de overgang vanuit verschillende culturele perspectieven?

Linda:

Is man ook een cultuur? Nee, als we dan hebben over mannenrollen, vrouwenrollen, vanuit alle culturen, dan is dat gewoon natuurlijk nog altijd heel relevant. Mannen gaan ook in de overgang, jongens. En we hebben er allemaal mee te dealen. Dan gaat hij een rode auto kopen en weet ik veel. Ja, en dat gebeurt bij ons ook. Dus ik denk dat dat gesprek heel belangrijk is, dat we met ze alles even gaan kijken wat die hormonen met ons doen.

En ja, voor mannen is het denk ik heel ingewikkeld ook. Om te zien waar je vrouw ineens grenzen gaat trekken. En dat mannen daar geïntimideerd van kunnen zijn, terwijl volgens mij wordt ze dan pas de echte versie van wie ze echt is. Zonder alle dingen die haar opgelegd zijn, die helemaal niet bedoeld zijn om haar te laten shinen, of haar tot haar recht te laten komen.

Ik denk dat als je op die manier naar je vrouw kan kijken, dat er eigenlijk alleen maar hele mooie dingen uit voort kunnen komen.

Rick:

Wat me het meeste raakt is dat er toch nog te veel onbegrip is. En eigenlijk ook heel erg stigmatiserend geoordeeld wordt, en meteen in een vakje geduwd wordt. En terwijl er dan weinig zelfreflectie is. Dat is wat ik dan, dat vind ik ja, dat moeten we eigenlijk een beetje, ja, weet je: kijk ook naar jezelf. En het gras is niet altijd groener bij de burens.

Jolet:

Ik hoor hier een mooie boodschap voor mannen.

Rick:

Ja, ook door schade en schande.

Linda:

Ik wil zeggen tegen de lezers en de kijkers, ik hoop dat je elke dag geniet en dat je nog steeds plannen maakt. En dat je het avontuur aangaat in het leven, want er zijn nog heel veel avonturen te beleven.

Deze generatie, oud, 50, pff, doe normaal. Het leven begint pas, dus ga lekker gewoon, ga niet vast achter de geraniums oefenen. Maar ga gewoon lekker bungee-jumpen, op safari, met dolfijnen zwemmen, tatoeages halen, doe het: leef!