

## TRANSCRIPT (stoppen met) Alcohol en gasstelletjes zijn moeilijk. Met Stephanie Louwrier op LOWLANDS

**NYD** Dag lieve luisterschat, wij hadden afgelopen weekend de enorme eer om live een podcast op te nemen op Lowlands.

**ML** Lowlands!

**NYD** Te gast was theatermaker Stephanie Louwrier en met haar hebben we het gehad over stoppen met alcohol. Je kunt het gesprek zometeen terugluisteren, inclusief alle chaos, ons geschreeuw - ik schaamde me een beetje toen ik het terughoorde

**ML** Ja?

**NYD** \*doet alsof ze schreeuwt\* Ja, ik ben de hele tijd zo aan het praten! \*weer normaal\* maar je moet je voorstellen dat ik op adrenaline aan het rennen was op dat moment - ook vragen uit het publiek, ietwat andere geluidskwaliteit dan je wellicht van ons gewend bent. Maar voordat je gaat luisteren wilden we eerst nog even het volgende oproepje doen:

**ML** JA, want volgende week nemen we onze HONDERDSTE AFLEVERING OP. Ohmygod. En het leek ons erg leuk daarin iets speciaals te doen, om daarin JOU, dus JOU, lieve luisterschat -

**NYD** \*fluistert\* JIJ

**ML** - aan het woord te laten. Daarom hebben we een inbelaflevering ingepland op maandagavond 29 augustus van half 8 tot 9 uur. In de avond, niet in de ochtend; in de avond. Je kunt dan een nummer bellen dat ik zo ga noemen - of Nydia gaat het zo noemen - en dan zouden we het geweldig vinden als je met ons wil delen wat feminisme jou gebracht heeft. Of misschien heb je wel een leuk feministisch verhaal voor ons. En misschien heb je gewoon eventjes zin om hoi zeggen. Dus we nemen dan ook dus daadwerkelijk op en dan hebben we even een gesprekje met je

**NYD** Ja, het is gewoon alsof je even met ons belt, maar weet dus dat dat wel opgenomen wordt

**ML** en het dus daarna in onze feed gezet wordt en dat je het kan terugluisteren

**NYD** Ja, en je mag ook anoniem blijven als je dat wilt.

**ML** Ja je hoeft je naam niet te zeggen,

**NYD** je mag een schuilnaam gebruiken, kijk maar wat je doet. Het nummer is: pak je telefoon maar even erbij zodat je kunt meetypen... of een papiertje. Ik praat nu heel langzaam, zodat je dit allemaal kunt doen. Ik zie voor me hoe allemaal honingballen nu naar de keuken rennen om daar een bloknootje te vinden

**ML** de keuken?!

**NYD** Ja, daar ligt dan een bloknootje en een papiertje en daarop schrijf je dan 06 81 26 09 96. \*herhaalt nummer\*

**ML** En je kunt bellen - even voor de herhaal herhaal - je kunt bellen op maandagavond 29 augustus van half acht tot negen

**NYD** Dan nu door naar Lowlandssss

**NYD** Hallo Lowlands, welkom bij DAMN, HONEY

\*publiek juicht, na een tijdje klinkt op de achtergrond de tune waarna Nydia en Marie Lotte juichen\*

**NYD** Ja, het werkt! \*kleine stilte\* Nou moet je dingen zeggen hè?

**ML** De podcast over shit waar je als vrouw van deze tijd mee moet dealen

**NYD** Mijn naam is Nydia

**ML** En ik ben Marie Lotte en oh my god we staan op faking Lowlands. Wat een droom, wat geweldig. Eén vraag: zijn jullie allemaal lekker dronken? \*beetje gejuich uit het publiek\*

**NYD** Semi dronken. Nou, dat komt goed uit.

**STE** Katers, katers!

**NYD** Ja, katers, anyone? Ja, toch handjes ja, wel, wat handen in de lucht hoor. Dat komt goed uit, want we gaan het vandaag met jullie hebben - met de zaal, en met Stephanie Louwrier - over drank en over niet zo lekker gaan op drank. Of misschien té lekker gaan?

**STE** Té lekker gaan op drank, ja

**NYD** Zo moet ik het eigenlijk zeggen. En stoppen met drank. Dus ik ben benieuwd hoe jullie zo die tent uitlopen.. Ja, Stephanie, Stephanie is, eh ja, ze is acteur,

**ML** wat is ze niet?

**NYD** ze is theatermaker, soort wervelwind en was gister in de Juliet met haar voorstelling Show Must Go On

**ML** En dat was een heftig, groot succes.

**STE** \*bescheiden lach\*

**ML** Mensen waren aan het huilen en mensen vielen flauw. Als je niet gezien hebt, heb je wat gemist

**NYD** en **STE** Shirts gingen uit. Ja! \*gelach en gejoel\* Echt!

**STE** Shirts gingen echt uit... Dus wij willen dat vandaag ook! \*voorzichtig gejoel uit publiek\* Oké, nog niet, één iemand.

**NYD** Het is wel warm

**ML** Het is er warm genoeg voor inderdaad. Ja, nou ja, zoals altijd - wacht eventjes deze vrouw van de, van de, van de, van de, van de...

**NYD** en **ML** techniek \*lachen\*

**ML** Zoals altijd beginnen we met een een femiMist van ons, van Stephanie, maar ook van jullie. Jullie hebben briefjes gehad, hopelijk ingevuld?

**NYD** Hebben jullie het ook soort van ingeleverd of niet eigenlijk? Mag even in die bak, daarzo. Ja, zo, als, als je dat wil doen, dan is dat heel prettig. En ondertussen, gooi jij effe die jingle aan?

**ML** Daar gaan we

\*FemiMist Game of Thrones jingle 'shame, shame, shame' gonst luid door de zaal\*

**NYD** Het is nu net een soort offerritueel waarbij je je schaamte in die bak moet gooien.

**ML** Ik ga dit even filmen, wacht, blijf doorgaan

**NYD** Nou, in deze rubriek biechten wij dus iets op wat eh, niet al te feministisch is. En gister gingen wij patatje halen en ik zag echt zo'n goddelijke patat langskomen met heel veel satésaus en mayo. Dus ik stond in die rij en ik was helemaal ready daarvoor. Maar toen stond ik daar en toen zei die: ja, dat is geen satésaus, dat is eh, stoofvlees... En mensen die ons luisteren, die weten dat wij climate change ook koppelen aan feminisme en dat we proberen enigszins duurzaam te leven. Dus wij eten ook geen vlees. En toen dacht ik: ja, fuck 't, geef mij gewoon die stoofvlees. Dus dat was mijn femiMist gister.

**STE** Ohhhh

**ML** Ja en de mijne... Ik was nog... Nou ja, ik eet soms wel vlees, maar ik was hier zo van, dit ga ik niet doen. Geef mij maar een patatje mayo en toen nét, toen die, toen die dat wilde opscheppen voor mij zei ik: nee, toch grapje, toch stoofvlees

**NYD** Geef vlees, geef vlees

**ML** Ja toch, het is vreselijk

**NYD** Maar Lowlands, waarom ben je niet gewoon vega of vegan, helemaal. Toch? Ik bedoel...

**ML** en **STE** Ja

**NYD** Het is niet helemaal alleen onze schuld

**ML** Lowlands made us do it

**STE** Zo klinkt het niet als jullie schuld, nee. Lowlands' schuld

**ML** \*lacht\*

**NYD** Absoluut niet onze schuld

**STE** En terecht!

**NYD** Stephanie, heb jij ook nog een femiMist voor ons?

**STE** Ja zeker! Ik speel met m'n voorstelling Show Must Go On en ik heb op het theaterfestival De Parade gestaan. Voor de mensen... - Ik stond ook vandaag dus in het krantje, ik weet niet of je 't hebt gezien... Foto... Misschien hebben we 'm ook? Ik weet het niet... Oh, die is natuurlijk ook heel leuk van de voorstelling, want daar gaat eigenlijk om. Ja, deze. Vette foto! \*publiek juicht\* Ja, mag ik wel zeggen, ja! Voor de mensen die zien dat

natuurlijk niet. We zien ja, mij in een badpak in een groot glas zitten en ja, ik vind een vette poster en ja weet ik veel... gewoon vet. En toen had ik net - ja, toch? Zo is het ook. En ik had die voorstelling gespeeld, ik was klaar en toen kwam er iemand naar afloop naar me toe van 'we hebben de voorstelling niet gezien, maar mijn vriend, ja, spreekt geen Nederlands, maar hij zei van ja, waarom wordt deze vrouw zo geseksualiseerd?' En en toen...

**ML** \*overdreven\* dééze vrouw

**STE** dééze vrouw, deze vrouw die op de poster staat. En ik was nét klaar met spelen en ik dacht me eigenlijk meteen: oh, \*vermoede zucht\* ik heb helemaal geen zin in. Moet ik dat nou gaan uitleggen en ook nog in het Engels? Ja, because, eh ja, I'm it, ja, it's me, it's a great show, ja weet ik veel. En ik had er gewoon helemaal geen zin om dat te gaan uit te leggen. Ik dacht gewoon: ja, zoek het uit en dat vond ik eigenlijk niet. Ja, heel erg eh...

**NYD** je vond van jezelf dat je, ja voor jezelf... een soort speech...

**STE** Ja een soort speech moest doen. Van waarom en hoe en wat.

**ML** Ik vind dat dus tegelijkertijd ook wél feminisme, feministisch om gewoon te denken: fuck it, laat maar

**NYD** \*tegelijkertijd\* Ja je hoeft niet iederéén...

**STE** Ja is dat zo?

**NYD** Ja je blijft bezig

**STE** Ja is dat zo? Is dit... Wat vinden...

**NYD** Wat vindt de zaal?

**STE** Ja, zie je? Toch een twijfel, toch?

**ML** Beetje zo 'nee, ja'...

**STE** Beetje luie, luie feminist was ik op dat moment

**ML** Dat is helemaal oké

**NYD** Ah, well. Je kan ook niet elke dag pieken. Luisteraars in de zaal, die pieken ook niet elke dag, want we gaan effe wat FemiMisten voorlezen. Als je wil, Stephanie, mag je ook, maar ik weet niet of je daar behoefte aan hebt.

**STE** Zeker

**NYD** Oké, komt ie: expres mijn beenhaar laten staan en me er dan tóch voor schamen als mensen er naar kijken, er iets over zeggen.

**ML** \*begrijpend\* Jaaaa

**NYD** Oké, super relatable want ik heb dus nu m'n okselhaar laten staan en ik dacht: ja, Lowlands weet je wel, we zijn ook heel veel mensen die dat dan helemaal vies vinden, en zo \*instemmende joel uit de zaal\* Heel goed. Dus ik dacht ik, laat het staan. Maar dít heb ik dus eigenlijk nog niet echt gedaan dit festival. \*publiek begint te juichen en klappen, Nydia steekt vermoedelijk armen in de lucht en showt okselhaar\* Ja, en Linda de Munck zit in het publiek,

en zij is my true inspiration want zij is wel lekker vrij en ik hoop zo dat ik daar ook een keer kom! \*applaus\* I love it. Maar ja, heel heel herkenbaar, dus ja.

**ML** Eh, dan hebben we de volgende: Ik had mijn enkel gekneusd, waardoor ik minder kon sporten en dus ook een beetje aankwam. Vervolgens vertel ik iedereen hoe erg het is dat ik ben aangekomen, want ik heb echt een beetje een buikje gekregen. Ik ben nog steeds mooi, staat er wel achter \*publiek doet ahwww\* Maar dit is ontzettend relatable. Ik denk voor heel veel mensen? Ja...

**NYD** Gewoon jammer

**ML** Gewoon jammer \*lacht\*

**NYD** Ik wil/verwacht dat mannen de eerste move maken.

**STE** Wachten tot mijn vriend de koffie heeft gemaakt op de camp... op het campinggasstelletje, want hij weet beter hoe dat moet.

**NYD** Gas! \*iedereen lacht\*

**STE** Heel herkenbaar!

**ML** Ja, heel erg van. Wij doen de techniek niet zelf, want dat laten we ook graag allemaal gaan.

**STE** Gasstelletje, bah

**NYD** Sneller mannen als autoritair persoon zien en hun mening/advies zwaarder wegen dan die van een vrouw Bijvoorbeeld bij leidinggevende collega's. xx, Zoë, dank je wel Zoë, wherever you are

**ML** Gister ontmoette ik twee boys waarvan één mét glitter eyeliner. Ze zaten cute bij elkaar, dus vervolgens ging ik ervan uit dat ze waarschijnlijk gay zijn

**STE** ik heb hier: een schaamlip correctie gehad. Ben ik stiekem heel blij mee

**NYD** Ja!

**STE** Ja, nou ja, good for you!

**NYD** Wees ook blij, is ook gewoon een keus \*instemmend gejoel uit publiek\* Oké, nou dit is een follow up van het camperverhaal, ik weet niet of mensen dat nog weten. We al een hele leuke brief van iemand die heel goed camper ging rijden. Weten jullie niet meer? Nou, was een paar afleveringen geleden. Ik had jullie laatste een heel stoer verhaal gestuurd over dat ik m'n camper achteruit een garage in had gereden, dat jullie in de podcast hadden voorgelezen. Maar ik heb vorige week heel stoer m'n vriend door een drukke Servische stad laten rijden omdat hij dat vast beter kan. Hij reed verkeerd, staat er nog achter. \*iedereen lacht\*

**ML** Bij mijn sollicitatie werd gezegd dat ik meer moest glimlachen. Hier heb ik lachend mee ingestemd \*iedereen lacht\* Had ik nooit moeten doen en tegen een man zouden ze dat niet zeggen. Nee, dat is zo

**STE** Ik heb nog een camping. Wachten tot mijn vriend klaar is met douchen zodat hij ontbijt kan maken op het gasstelletje, dus blijkbaar echt een ding.

**NYD** De gastel

**STE** Ik ben daar niet handig in, of dat denk ik. Oké, hier moeten we iets aan gaan doen, denk ik

**NYD** Een how to maken,

**STE** Come on, jaa

**NYD** How to gasstelletjes. Ja

**ML** Wijven zeggen. Als je het over een groep vrouwen hebt, staan die wijven weer te lang te douchen. Is het dan van een iemand, van iemand die niet een wijf is? Of is dat dan van iemand die zichzelf ook ziet als wijf?

**NYD** Ik zag op dit festival een hele mooie dame staan, waar ik op af wilde stappen, maar mijn gedachtegang ging: die is vast hetero, want ze ziet er niet gay genoeg uit. \*gelach\*

**STE** Bij de douches werd een transvrouw gediscrimineerd en er is op het moment niet iets over gezegd.

**NYD** Ai

**STE** Achteraf wel een bericht naar de Lowlands organisatie gestuurd. Ik was er niet bij, dus hoop dat ik mij ook gelijk uitspreek

**NYD** en **ML** Ja, ja,

**NYD** Ja, dat hoop ik ook, dat we dat met z'n allen doen. \*applaus\* De laatste, Marie Lot?

**ML** Even kijken, hoor...

**STE** \*er doorheen\* Heel hard, oh sorry - heel hard 'ja, ja, nee, nee' van Goldband meezingen \*publiek lacht\*

**ML** Ja! Hier hadden wij nog over \*lacht\*

**STE** Sorry

**NYD** Goeie

**ML** Wacht, wacht, wacht. Oh, girl shaming: ohmygod, kijkt wat zij aan heeft! Victim blaming ook

**NYD** Oh ja

**ML** Of hoe noem je dat, slut shaming

**NYD** Ja wat heb jij aan, is wel een beetje bloot.

**STE** Ja wij allemaal

**NYD** Eh, knal jij die tune aan?

**ML** Ja! Oh wacht, één seconde

**NYD** Ja, jij bent een technische vrouw

**ML** De technische vrouw moet eventjes haar code intikken. Oh god, tikt de code verkeerd in. Eén seconde hoor mensen.

**NYD** Ik eh, ik ga gewoon effe hier zitten wachten

**ML** Tijd voor...

**STE** \*mompelt iets onverstaanbaars\*

**NYD** OH POST NATUURLIJK Jezus alles gaat mis

\*post jingle 'tijd voor post' begint\*

**NYD** Post! Post, post. Kan het nooit timen. Ehm, ja dan is nu het gevreesde moment dat ik aan één van jullie ga vragen van: wie wil d'r een vraag stellen aan ons, aan Stephanie -

**STE** Huh, mij?

**NYD** Ja, jij mag ook iets zeggen - en dan wel de pin daarmee verdienen \*kleine stilte\* Moet ik iemand met de haren op het po- want ik doe het hoor... Dat hele 'zelf weten'... \*gemompel uit de zaal\*

**NYD** Kom maar! Yes, hallo! Wie ben jij?

LUC Hi, ik ben Luca \*lacht\*

**NYD** Hoi Luca

LUC Hoi. Nou, ik dacht, ik heb wel een leuke, ook omdat Stephanie d'r zit. Ik werk in het theater en ik doe techniek. En ik heb in het voorjaar een tourtje gedaan die ik dubbele met een collega. Dat betekent dat ik soms voorstellingen deed en hij soms voorstellingen deed, en in die voorstelling moest ik in een heel warm berenpak het toneel op \*lacht\* Ja. Ik ben geen acteur, hé, dat is heel grappig. Alleen dat pak was fakkig heet, dus wat je doet is zo min mogelijk kleren aan onder dat pak en op het moment dat je dus nog niet het toneel op moet, sta je dus in zo min mogelijk kleren. Mijn collega, die gaat natuurlijk alleen in z'n onderbroekie - en blote bast - maar zodra ik in m'n beha ga staan, word ik vet geseksualiseerd door alle mannen die in de techniek werken. En ik ben het toch gewoon gaan doen. Maar ik merkte dan wel dat dat op een gegeven moment was het eh, want we hadden een voorstelling 's ochtends en een voorstelling 's middags dus we gingen lunchen tussendoor. En ze zeggen: oh, ga je mee wat lunch halen? \*overdreven\* Doe wel effe wat aan! Want je kan echt niet in je beha naar buiten! Wooh! Nou ja, hoe ga ik daarmee om, hè?

**NYD** Oei, ja, ja. Stephanie!

**STE** Ja, ja ik moet zeggen, ik neem me elke voorstelling die ik maak altijd voor: ik ga niet in een badpak, ik ga niet halfnaakt - ik sta altijd halfnaakt op een podium. Ik weet niet wat het is, blijkbaar doe ik dat. Dus ik heb dat vaak, ook wel. Of dat ik tussendoor snel moet omkleden, dus ik loop eigenlijk best wel vaak in m'n beha rond. Maar het leuke was: laatst had ik een tour, er waren allemaal mannen en ik was samen met een andere actrice. En ik had op een gegeven moment gewoon schijt. Ik heb best wel heel lang ook met m'n lijf enzo gedoe gehad. En eigenlijk sinds een jaar denk ik gewoon: fuck it, dit is het en... Dit! Dus ik loop gewoon zo, gewoon rond, ik loop nu gewoon een beetje soort, weet ik veel. Ja, dat doe

ik nu voor, voor de mensen die luisteren. Dus ik denk: ja, boeien weet je wel en zij had ook een beetje schaamte over d'r lichaam en zij zag mij en zij ging ineens ook gewoon zo zenderen en gewoon hup in haar beha. Toen dacht ik: ja, inderdaad, zolang wij d'r moeilijk over doen, wordt het een probleem. Maar als je gewoon denkt: ja, d'r is echt helemaal niks aan de hand, dan is er niks aan de hand. \* applaus en gejoel uit het publiek \*

**ML** Oh My God, lekker gewerkt!

**NYD** Dankjewel Luka!

**ML** Dankjewel Luka.

**NYD** De pin, daar is 'ie. Oké, nog één vraag, durft iemand, iemand, iemand, anders gaan we door. Yeah.. zeg even hoe je heet.

**THO** Ik ben Thomas.

**NYD** Hoi Thomas.

**THO** Ik heb de eer gehad om je show ook te mogen zien op de parade. Heel erg tof, heel vet.

**STE** Dankjewel, gelukkig. Ik geef je zometeen geld.

**THO** Heel confronterend ook. Ik vond het echt heel tof. Ik ben zelf bijna drie jaar geleden gestopt ook met drinken, en met drugs. \*applaus\* Dus mijn vraag aan jou is: Hoe bevalt het, hoe is het voor jou, want je drinkt nu ook niet meer toch?

**STE** Nee

**THO** Hoe is het voor jou ten opzichte van vroeger om op Lowlands te zijn.

**STE** Ja, ook voor jou, ja, het is wel een ding. Ja, ik moest gister natuurlijk spelen, dus ik was gister hier op Lowlands gekomen en eigenlijk, ik host ook heel vaak op Lowlands, ik heb dat voorgaande jaren altijd gedaan en dat gaat altijd wel gepaard natuurlijk met biertjes en na afloop zeker sowieso, dus ik vond dat ook wel spannend. En eigenlijk kan ik dat op zich vrij lang volhouden, dansen en cola te gek. Maar ik merk wel, vooral na het spelen, ook na de parade, ook na twee jaar Corona dat ik na een show ook drink om effe die adrenaline naar beneden te halen. En nu merkte ik echt dat ik gewoon aan het stuiten was om vier uur 's nachts nog in m'n bed nog zo en dat vind ik wel echt wel.. Daar moet ik echt wel een modus voor zoeken, om die thrill naar beneden te krijgen. Dus op zich qua socializen ofzo, alcoholvrij bier, dat vind ik top, want drink jij wel alcoholvrij bier of niet?

**THO** Ja, inmiddels wel.

**STE** Ja, sommige mensen hebben daar ook iets op tegen als je dan alcoholvrij bier, of nou niet op tegen, maar dat je het ene dan vervangt met het andere.

**THO** Ze zeiden tegen mij ook wel: Je gaat toch ook geen poedersuiker snuiven? Dat vond ik in het begin ook, maar inmiddels denk ik: het voegt wel wat toe en er zit geen alcohol in, dus ik drink ook ginger beer en dat vinden mensen dan niet raar.

**STE** Exact. Dus voor mij is het meer van na het spelen, die rush en zeker gister Lowlands dan sta je daar toch op fucking Lowlands met je show, en dan is het zo.. Oké.. Maar hoe doe jij dat, daar ben ik eigenlijk ook wel benieuwd naar.

**THO** Nou, om dus inderdaad de femiMist erbij te pakken, ik merk dat het soms, als ik wat later op de avond en ik dan heel nuchter daar sta dat ik dan soms wel zo'n zweem over me heen kan krijgen van: ik heb dat echt niet meer nodig of zo. En dan dan betrap ik mezelf daar op en dan denk ik: nee, dat is echt bullshit weet je wel. Ik vind het echt fucking tof om iedereen zo los te zien gaan, maar voor mij werkt het niet meer. Het heeft heel lang gewerkt. Het had heel lang een functie, voor mij is die functie d'r niet meer. Dus ik vind het supertof om het bij iedereen wel te zien, maar zelf zoiets te hebben van: het hoeft voor mij niet meer. En als ik wel enige drang voel, naar een sigaretje of een biertje, dan weet ik, dan is het moment van mij gewoon om te zeggen: ik trek me terug en ik ga lekker naar m'n tentje.

**STE** Soms voel ik het ook als een kick, dat ik dan daar sta te dansen en dat ik naar de rest kijk en dan voel ik echt zo: Yeah, weet je wel, heb jij dat niet?

**THO** I'm still part of this. Ja, zeker.

**STE** Goed, good for you. Goed man. Echt goed.

**NYD** Dankjewel Thomas!

**ML** Dankjewel! \*applaus\*

**ML** Oké, daar gaan we dan. We moeten het even hebben over alcohol. Wanneer zet ik normaal die tune in!? Ik heb geen idee!

**NYD** Normaal heb je éérst die tune en dan zeg je nu: We moeten het even hebben over alcohol.

**ML** Alcohol! Oké. En waar beter dan op een festival waar de alcohol rijkelijk vloeit. We gaan eigenlijk het gesprek wat hier net begonnen is, gewoon, gaan we voortzetten.

**NYD** Dat is heel fijn!

**STE** Je krijgt echt geld zo van ons.

**ML** Ja, komt goed. Alcohol, ja, het is overal in de samenleving. Ik zal al dat in het krantje van Lowlands vandaag werd alcohol het grootste drugsprobleem ter wereld genoemd. Ja, het is overal en het is ook moeilijk om het niet te doen, want dan ben je toch een soort van ongezellig. Doe d'r gewoon lekker eentje, dus stoppen met alcohol is nogal een uitdaging. Stephanie deed het anderhalf jaar geleden. En het was nogal het een intense rit.

**STE** Het was zéker een in intense rit. Ja.

**ML** Noem jij jezelf verslaafd? Of alcoholist?

**STE** Nou ja, laat ik gewoon ik. Ik spreek ook, iedereen voor zichzelf, maar voor mij.. Als ik gewoon in de groep gooi, als ik zeg een alcoholist, waar waar denk je dan aan? Ja, bij mij is het toch wel vaak, ja, toch raar, een man. Dat is een beeld, toch? Ja, en dat had ik ook wel aan het begin. Mijn vader was ook alcoholist, dus ik koppel het ook daaraan. Maar ook

alcoholisten, rocksterren, mannen, weet je wel. Het is allemaal een soort ook wel cool met alcohol, dus daar zit ook wel iets omheen. En eigenlijk kwam ik erachter van: oké, ik herken mezelf niet in het stereotype elke dag drinken, stiekem wakker worden met fles wodka naast me. Dus dat had ik allemaal niet. Maar ik had wel dat als ik dronk, dan wil ik door het plafond gaan en was ik gewoon niet te stoppen. Dan dacht ik: ja, maar wat is dat dan? Dus ik dacht: ja, dat voelt niet heel relaxed, ik kreeg ook last van blackouts, dat vond ik ook heel irritant. M'n vriend zei op een gegeven met ook: ja, het is gewoon niet meer leuk, je mag ook nooit meer dronken op een fiets stappen, want dat is echt levensgevaarlijk. Terwijl ik dacht: ik doe dat al vanaf m'n dertiende. Oké, dus ja, dus op een gegeven moment dacht ik: oké, ik kan me niet vinden in het kopje alcoholist, maar ik heb wel een probleem met het middel.

**NYD** Ja.

**STE** En dat was voor mij genoeg om hulp te zoeken, om te zeggen: oké, volgens mij wil ik dit toch anders doen. En nu ik het dus niet noem 'alcoholisme' merk ik dat veel meer mensen zich erin herkennen. Zo van oh het is niet een man of onder een brug met Euroshopper bier, maar het kan ook een vrouw in een badpak in een groot glas zijn.

**NYD** Maar hoe zag het er dan bij jou uit? Als jij een avondje ging drinken?

**STE** Door de week, was ik wel ook gewoon aan het sporten, gezond. Maar als ik dan met vrienden dan, ja bij de eerste slok, bij mij voelt het dan echt alsof de fanfares te voorschijn komen. Confetti, cheerleaders, een soort heel Lowlands in m'n hoofd, weet je wel. En die willen gewoon de 24 uren tent, die gaat gewoon: doenk, doenk, doenk.

**ML** Maar je het het net over dat het juist jou kalmeerde.

**STE** Ja, maar moet je nagaan als je al in die high zit, al tussen die cheerleaders, dan kom je toch in een, ik weet het niet. Misschien is het plus plus maakt min of zo?

**NYD** Maar je begint met fanfare en confetti, maar dat is niet het enige wat er gebeurde, want anders zat je hier niet te vertellen van ik ben er mee gestopt.

**STE** Nee, maar dan is er gewoon geen stop. Ik weet niet of ik - ik denk dat heel veel mensen zich hier wel in herkennen, toch? - dat je een avond hebt en dat je.. Ik bedoel: Wie houdt het bij twee wijntjes? \*paar handen in het publiek gaan omhoog\*

**STE** Het zijn er een paar, echt een paar. De rest, die gaat toch wel, vind het toch wel lastig om dan te zeggen: ja, en waarom? Als je een zak chips eet, ga je ook niet na één chipje zeggen: Nou, dat is wel genoeg. Toch? Dan wil je ook lekker door.

**NYD** En je bent ook chips verslaafd.

**STE** Ik ben ook chips verslaafd, daar kom ik écht voor uit. Ik ben echt echt chips verslaafd. Dat is het volgende ding.

**NYD** Maar blackout zeg je.. Gevaarlijk fietsen.

**STE** Ja, en dat is voor mij..

**NYD** Je hoofd in een taart steken. Dat doe je in je voorstelling. Is dat echt gebeurd?

21:59:00

**STE** Nou, misschien is dat wel echt gebeurd, maar ik vergeet de helft. Ja, er zit een scène in mijn voorstelling waarin een taart naar beneden komt vallen. Ja, dat is briljant. Op een gegeven moment begint die taart tegen me te praten en zegt: kom met je hoofd dichterbij. Ik ga dan met m'n hoofd in de taart en op een gegeven moment zegt de taart: ik wil ook even op je billetjes en dan trek ik m'n broek uit, dan ga ik met mijn billetjes op de taart.

**NYD** En je moet er echt heen.

**STE** Ja, dat is briljant. Het grappige is dat het een hele absurde scène is, maar dat heel veel mensen zich hierin herkennen, omdat iedereen wel een situatie heeft gehad, misschien wel eens een taart, dat je wakker wordt en denkt: what the fuck. Ja, wat is dit nou weer? Hoe ben ik hier weer in beland?

**ML** Als we dan toch bezig zijn met checken wat er waar is in je voorstelling: je zingt ook over poepen op het gezicht van een liftjongen.

**ML** en **NYD** allebei: Heb je dat wel of niet gedaan?

**STE** Nee, ik heb er misschien wel over gefantaseerd. Dat is als je dronken bent: alles makes sense.

**ML** Ja, precies.

**STE** Alles is een bepaalde absurditeit, dus ja.

**NYD** Dit alles bij elkaar, is er dan één moment dat je denkt: oké, maar nu ben ik zó hard gegaan, nu is het echt klaar? Hoe ging dat?

**STE** Nou, ik dacht, denk ik, vanaf de eerste slok die ik dronk al: dit is gevaarlijk. Dit is op een hele foute manier een hele goeie match. Alcohol is voor mij echt een soort thuiskomen. Dus ja, ik heb altijd al geweten dat alcohol gewoon een trigger is. Maar het is zó genormaliseerd. Iedereen drinkt. Overal. Er is een geboorte: mensen drinken, er gaat iemand dood: drinken. Of gewoon lunch, het is twaalf uur, whatever. Overal. Er wordt de hele tijd, de hele dag gedronken. Eh, mijn punt?

**NYD** Of er een specifiek moment was waarop je...

**STE** Oh, ja, goeie. Ja, dus ik dronk eigenlijk altijd al. Ik had altijd het gevoel van: dit is niet goed. En m'n vriend, die zit ook in de zaal, zei toen op een gegeven moment: misschien moet je er iets aan gaan doen. Ik had daarvoor ook wel therapie gevolgd.

**NYD** Oh, daar was al mee bezig?

**STE** Ja, ik zat in therapie en altijd kwam het wel naar boven. Ja, ik weet dat ik te veel drink.

Dus ik was er al wel mee bezig. Toen zei m'n vriend dat en dacht ik: oké, ik moet nu hulp gaan zoeken, maar waar doe je dat dan? Dus naar Kick your Habits en dan staat er 'verslavingskliniek'. Ik dacht: ja, verslaafd? Ik heb me wel aangemeld, maar ik had zo'n gevoel van: ik hoor hier niet echt. Ik ben toch dat aangegaan en toen vroeg ik ook aan haar: ben ik dan nu een alcoholist? Ze zei: ja, zodra je een probleem hebt met of lijdt onder alcohol kan je spreken van een verslaving. Oké... Ik ben daar toen twee jaar mee bezig geweest en voor mij was het heel duidelijk: ik wil niet stoppen met drinken, want dan lijkt het alsof alcohol heeft gewonnen en ik wilde de controle houden over alcohol.

**ML** Ah, dus jij bent eerst bezig geweest met kijken of...

**STE** Ja, ik heb heel lang geteld hoeveel drankjes in de week. Iedereen kent het wel. Dan zeg je: vanavond twee drankjes.

**NYD** Ja, en daar houd ik het bij.

**STE** En daar houd ik het bij.

**ML** En dat lukte?

**STE** Nee, want dit zijn toch twee kleine drankjes? Ja, dus als je vier hebt, dan zijn het er twee en twee gin-tonic telt ook wel voor twee, toch? Nou ja, zo houd je jezelf voor de gek. Maar het ging op zich wel goed en na twee jaar kreeg ik een soort diploma. 'Stephanie Louwrier, hartstikke goed'. Glitters naar beneden.

**ML** Maar als in: het drinken onder controle.

**STE** Ja, zij vond dat het goed ging, maar ik was dus niet helemaal eerlijk.

**NYD** En jij zei daar dan: twee drankjes, dat ging prima. Dus je was jezelf en je therapeut enigszins aan het voorliegen.

**STE** Ja, sorry.

**ML** Vond je het dan ook gênant of zo?

**STE** Ja. Eigenlijk kwam toen het punt dat ik klaar was. Dat weekend heb ik héél veel gedronken en toen werd ik wakker naast m'n vriend en keek ik hem aan en dacht ik: kijkt hij nu boos of kijkt ie geil? Wat heb ik nou weer gedaan? Ik wist het niet meer. En toen dacht ik: ja, wie houd ik voor de gek? En toen ben ik gestopt.

**NYD** In één keer?

**STE** Ja, en ik had niet eens de intentie om helemaal te stoppen. Ik was bezig met een andere voorstelling in m'n hoofd en toen zei m'n vriend: moet je het niet eens hebben over je drankprobleem? Toen ben ik gaan tikken.

**NYD** The show must go on.

**STE** En toen dacht iedereen ook dat ik tot de première niet zou drinken en dan gaat ze vast op de première weer drinken. Maar dat is nu anderhalf jaar geleden en het bevalt me heel goed.

**ML** Fijn. En de rest van je omgeving? Je vriend wees je de hele tijd erop, maar hoe gaat dat dan?

**STE** Ja, ik was echt wel de persoon uit je vriendengroep waarvan je het minst verwacht dat die stopt met drinken. Mensen durfden op een gegeven moment ook niet met me af te spreken, omdat ze bang waren dat ze weer een kater zouden hebben.

**NYD** Werd je er wel eens op aangesproken?

**STE** Nee, dat is gewoon rock 'n' roll.

**NYD** Dat is gewoon allemaal gezellig. Het zijn natuurlijk ook allemaal theatermensen.

**STE** Ja. En ook als vrouw, dan hoor je gewoon bij de mannen. Jij drinkt net zoals een man. Jij kan ons echt goed bijhouden. Dus ik had een soort imago de wereld ingestuurd en daar kwam ik niet meer van af.

**ML** Maar dat vond je misschien ook wel lekker, bij de cool girls horen.

**STE** Bij de cool guys!

**NYD** Dat was het hoogste van het hoogste.

**STE** Ja, drinken zoals mannen. Maar ja, ik houd dat helemaal niet vol.

**NYD** Toen jij dus vertelde dat je ermee stopte, gingen zij daarna nog zeggen: 'hier, heb je drank'?

**STE** Nee. Nou ja, eerst wel van: Hoezo? Jij drinkt toch helemaal niet veel? Het valt toch wel mee? Want op moment dat ik ga stoppen, moet iedereen naar zichzelf gaan kijken. Als Stephanie stopt, hoe zit het dan met mij?

**NYD** Je houdt ze een spiegel voor.

**ML** Want jij vindt het denk ik niet erg als jij met iemand afspreekt en diegene drinkt.

**STE** Nee, helemaal niet. Maar ik heb ook wel gehoord: oh, je bent gestopt. Zullen dan afspreken als je weer gaat beginnen? Gaan we dan effe lekker eten.

**NYD** Doe dat dus nooit, toch?

**STE** Nee. Het heeft heel lang geduurd dat mensen zeiden: hoelang ga je dit volhouden? Nu zijn mensen het gewend en dan kom ik aan en dan komt er alcoholvrij bier. Mensen doen ook mee met mij. Die gaan ook niks drinken. Nou, ja, dat hoeft ook weer niet.

**NYD** Heb je een bepaalde vervanging gevonden voor alcohol, want het is toch ook een beetje van die roes in en dingen vergeten?

**STE** Ik vind dat ook lastig. Sport. Chips. Na m'n voorstelling doe ik wel een alcoholvrij biertje en chips. Ja, ieder z'n ding, weet je wel. Het gaat gewoon om het belonen. Iedereen zegt: ja, effe een wijntje, ik heb heel hard gewerkt. Maar als je zegt: effe een ginger beer, of een stukje cheese cake... Oh, daar heb ik zin in nu! Kijk, ik was nooit een zoetekauw, maar voor de mensen die nu heel geïnspireerd raken en denken: ik ga ook stoppen met drinken. Misschien wil je na dit weekend echt nooit meer drinken, dat zal vast gebeuren. Maar ik kreeg heel veel zin in zoetheid en dat had ik daarvoor echt nooit.

**NYD** Er zit toch ook heel veel suiker in?

**STE** Ja, dus je lichaam gaat echt op zoek naar iets anders.

**ML** Dat hebben mensen die stoppen met roken toch ook?

**STE** Ja, je lichaam gaat echt op zoek naar iets anders.

**NYD** En is jouw leven er nou saaier op geworden, want dat is wel iets waar je een beetje bang voor was, toch? Als je stopt met drinken, dan het dan boring wordt.

**STE** Drank is echt rock 'n' roll. Drank is tof.

**NYD** Ben je dan nu rock 'n' roll af?

**STE** Ik probeer wel heel rock 'n' roll te zijn zonder drank.

29:47 - einde

**ML** Ja ik vind dat dat lukt.

**STE** Ja? En waarom dan?

**ML** Als iemand met zoveel energie op een podium kan staan en daar dan ook dat er geen drank aan te pas komt, dat vind ik gewoon heel knap.

**NYD** \*sarcastische toon\* Eigenlijk denken wij de hele tijd: oh Stephanie is weer dronken, dan is dat dus niet zo.

**STE** Ja,, misschien is voor mij het theater dan wel het podium waar ik effe dat beest los kan laten.

**ML** Dat beest in jou...

**STE** Ja, dat dat daaruit moet. Ik geloof dat dat beest in iedereen zit, zo noem ik het altijd. En vaak komt dat eruit met alcohol. En ik ben gewoon heel benieuwd: mag dat beest ook naar buiten als we nuchter zijn? Ik daag je eigenlijk uit, waarom mag dat beest alleen op die momenten naar buiten? Waarom pas na twaalf uur? Waarom pas op een festival?

**ML** Ja, en je noemt het ook een een kooi van schaamte waar het dan in zit, toch?

**STE** Ja, eigenlijk wel, ja, we zitten allemaal gevangen en zodra drank erin zit, gaat het allemaal los. En dan mogen we helemaal vrij.

**NYD** Ja en dan kun je natuurlijk ook zeggen: ja, maar ik was dronken, dus...

**STE** Exact! Hoe tof zou het zijn als we gewoon vrij kunnen zijn?

**ML** En van, ja ik was niet dronken, maar dit is gewoon wie ik ben!

**STE** Ik streef wel naar een soort absolute vrijheid. Oh my god, oh my god, JA! Ik wil het bijna zelf doen, ja!

**NYD**: Hey en met je show gooi je alles op tafel, je gooit nu ook alles op tafel. Waarom?

**STE** Ja hierom! Ik hoop dat, al is het één iemand die misschien wel getriggerd raakt of misschien ook wel ergens tegenaan loopt, en ook niet zichzelf herkent van: ik drink elke dag, maar als ik drink, ja, shit, ik vind dat wel lastig. En déé vibe... Ik bedoel: ik heb ook gedronken. Ik ga niet zeggen: drinken, doe het niet, maar het is zo genormaliseerd en het is ook nog een heel groot gebied: alcoholisme, of: ik heb problemen met het middel.

**ML** En er zijn mensen die dus zich niet per se herkennen in het woord 'alcoholist' maar hopelijk wel geraakt raken door jouw verhaal.

**STE**: Ja die zeggen van: ja, shit, ik herken dat wel, die black-out.

**NYD** Ja? Zijn dat de reacties die je krijgt op je voorstelling?

**STE** Ja, heel veel mensen, die toch zeggen: ik herken dat of die situatie is zo herkenbaar, of ik was hier al mee bezig, of: ik heb ook black outs. Heeft hier iemand wel eens zo'n black out gehad?

\*In het publiek gaan handen omhoog\*

**NYD** Ja er gaan behoorlijk wat handen de lucht in.

**STE** Ja dat is best wel veel. Ja, en het blijkt dus ook als je ook veel last hebt van black-outs, je ook een verhoogde kans op dementie hebt.

**NYD** en **ML** Oh...

**STE** Want je hebt dan al last van zwarte gaten, heb ik ook te horen gekregen, daar schrok ik ook van. Maar het is niet niks weet je wel, die shit!

**ML** Het is heel beangstigend om niets meer te weten wat je hebt gedaan en dan dat je mensen aankijkt van...

**STE** Ja, en we doen er zó normaal over dat ik zeg: "Ja, ik heb een black out gehad, **net wakker?! Oh ja ik ook.**" , Dat je denkt: wauw oké, vet, en weird.

**NYD** Ja is het vet...?

**ML** Heb je veel reacties gehad op je op je show?

**STE** Heel veel reacties.

**ML** Ja? Veel mensen die ook willen stoppen of gaan stoppen? Of over de drempel?

**STE** Ja, over de drempel. Ik wil wel dat het beeld: *alcoholisme, mannen, stoer, rock & roll...* het is veel groter dan dat. Het probleem is veel en veel groter.

**NYD** En ook inderdaad het niet-dagelijkse wat je koppelt aan alcohol of alcoholist zijn. En voor jouw creatief proces, gebruikte je daar wel eens drank voor om *gaande* te raken, om je shows te schrijven?

**STE** Ja, mensen vinden dat zo'n cliché beeld: een kunstenaar. Ik heb op de toneelschool gezeten en dat was ook allemaal: "Ja, rooie wijn, en drama" Ik vind het allemaal bullshit.

**NYD** Dus dat was bij jou niet het geval?

**STE** Nou, dat was toen wel het geval. Maar ik ben dan wel, terwijl ik ook dronk... Eigenlijk moeten jullie allemaal *The Big Magic* lezen. Een heel inspirerend boek.

**NYD** Elizabeth Gilbert.

**STE** Dat gaat heel erg over hoe je creativiteit kan omarmen met heel veel positiviteit. We denken allemaal dat we drama nodig hebben om ergens te komen. Nou, nu gooi ik natuurlijk ook mijn eigen drama in het spel... Maar goed, maar ik probeer wel met heel veel positiviteit daarmee om te gaan en met heel veel zelfvertrouwen en plezier die voorstelling te maken. En voorgaande jaren was het allemaal onzekerheid en shit, want alcohol doet dat ook, zorgt voor zoveel shit in je hoofd.

**ML** En dat en die shit ben je die nu kwijt?

**STE** Ja, ik voel me veel beter en veel zelfverzekerder.

**NYD** Lichter ook?

**STE** Ja, ik voel me echt wel happy.

**ML** Ik vind echt dat je een heel goed pro-praatje doet voor stoppen met alcohol.

**STE** Oh my god, Oprah is er niks bij!

**NYD** Stel er zitten mensen in de zaal die denken van: ik herken mezelf hier wel in. Heb je tips of adviezen wat je tegen mensen zou willen zeggen die zich erin herkennen?

**STE** Ja, stuur me een bericht. Ik wil met iedereen koffiedrinken, spa rood, alcoholvrij bier. Echt. En volgens mij zijn het momenten misschien als dit, dat je denkt: oh, ja, ik zat daar in die tent om half twee, precies dát woord of dát zinnetje of dit had ik effe nodig... Ja, ik geloof daar wel in. Of misschien ken je iemand... Dat. Maar alcohol is ook, ja ik weet het niet, te gek weet je wel. Ik wil niet zeggen: "Doe het niet."

**NYD** Ik ga even kijken of er vragen in de zaal zijn voor Stephanie. Ik ga gewoon kijken, misschien gebeurt het niet. Ja! Mag je ook even je naam zeggen als je wilt, alsjeblieft.

PAU Mijn naam is Pauline, en ik vraag mij eigenlijk vooral af: We hebben het veel over wat dat met je gedaan heeft en hoe je er nu mee omgaat maar ik vraag me af wat jij lichamelijk nog meer gevoeld hebt, ten positieve, nu je gestopt bent.

**STE** Lichamelijk... Nou ja, het ding was wel, ik sportte al heel veel, dus ik was een soort undercover.. Ik hield er wel van, dus bij mij zag je het... Je zag soms wel een opgezet hoofd had. Ik had dat nooit gekoppeld aan alcohol. Ik hield gewoon heel van vocht vast. Dat ik dacht: ah zeg, weird, hoe kan dat nou? Maar dat is gewoon die alcohol die daarin wordt gepompt. Fysiek merk ik wel dat mijn conditie echt absurd goed is.

\*Gelach\*

**NYD** Nee, maar echt tijdens die show... dat is echt ongekend. Er stond ook in jouw recensie, je bent gerecenseerd of iemand heeft het geschreven over jouw show in het Lowlandskrantje en die persoon zei van: "Het stopte na een halfuur en dat kan ook haast niet anders want Stephanie moet wel helemaal kapot zijn".

**ML** Was je kapot?

**STE** Nee ik kon wel door!

**NYD** Ik wou al zeggen want deze show duurt eigenlijk gewoon één uur of anderhalf uur, dat is niet normaal!

**STE** Ja je conditie...

**NYD** En qua hersenen? Qua scherper zijn?

**STE** Het is lichamelijk, ja.. Soms zeggen mensen: "Je valt zoveel af", en dan denk ik: ja ik vind dat ook allemaal bullshit. Ik bedoel: afvallen enzo, vind dat zo *non*...

**ML** \*spottend\* Ga maar weer drinken Stephanie want dan kom je weer aan.

**STE** Ik vind je hoofd vooral zo belangrijk. Je vergist je daar echt in! Alcohol *fucks up your mind*.

**ML** Maar hoe dan?

**STE** Ik stopte en wat ik zei, ik was echt onzeker, filters raak je kwijt. Ik ben niet depressief aangelegd, maar heb echt dagen gehad van: ik trekt het niet meer en m'n leven... En hoe móét dit nou.

**ML** En ook op woorden komen? Of dat niet? Ik heb dat namelijk, dat ik gewoon niet meer op woorden kom.

**STE** Ook ja, en voor iedereen: *It fucks up your brain*. En nu ben ik een beetje warrig, maar...

**NYD** en **ML** Helemaal niet!

**NYD** Gaat hartstikke goed!

**ML** Inspirerend en helder en duidelijk als altijd!

**NYD** Is er nog iemand die een vraag heeft? Helemaal achterin! Werkt dat audiotechnisch, Charlie?

Ja? Nou oké, dan ga ik helemaal daarheen lopen. Ik loop normaal ook altijd marathons! Yes! Hallo!

ROOS Hoi! Ik ben Roos en alcohol wordt natuurlijk niet echt... Of nou ja ik denk dat het wel geschaard wordt onder verdovende middelen. Maar het is niet dat het gedoogd wordt, zoals drugs bijvoorbeeld. Waar bijvoorbeeld al best wel veel strengere regels om zijn. En ik vroeg me af hoe jij erin staat wat betreft alcohol: denk je dat dat eigenlijk strenger geclassificeerd zou moeten worden in het land? Of heb je daar niet echt een mening over?

**STE** Ja, ik vind dat ook een lastige, omdat ik, zit nu ook een soort van kijk mij eens even cool zijn, nuchter. Terwijl, ik heb écht veel gedronken en ik hield ervan. Dus ik wil dat ook helemaal niet wegnemen maar dan ga je natuurlijk wel nadenken over jongeren.

Mijn vriend heeft, twee kinderen van 21 en 17 en ik weet dat toen ik dronk - en ik schaam me daar echt wel voor - dat we dan ook met kerst dat ik zei: "Ah, doe gezellig mee!" Bij een

meisje van 16, dat ze zei van: "Ja, ik vind dat niet zo lekker." "Ah joh, effe gezellig toch!" Dat ik denk: dat kán toch niet, als ik daar nu over nadenk, oh my god! En dan denk ik wel, ja, die jongeren, die gooien er alles in! Maar ja, je moet het natuurlijk ook wel ervaren. Dus ja, ik denk dat daar nog wel iets van winst te halen valt. Maar ik denk dat het vooral gaat over bepaalde educatie, misschien - oh my god dat ik dit nu zeg! - , maar misschien toch zoiets, want bij verbieden, dan mág het niet. Terwijl ik ben ook opgevoed met mijn moeder die zei: "Je mag niet drinken." M'n vader was alcoholist en zei ook: "Je mag niet!" En daardoor werd de honger naar drank alleen maar groter.

**ML** Dus je triggert de jeugd... \*niet goed te verstaan\*

**STE** Dus het helemaal verbieden denk ik niet, maar wel dat je zegt: "Yo, dit kan er gebeuren." Ik denk dat dat effectiever is.

**NYD** Het was dus niet dat jij een soort schrikbeeld had van: ik wil niet als m'n vader worden, ik wil niet drinken?

**STE** Nee, bizar he? Oh my god.

**NYD** Interessant.

**ML** Was dat dan iets dat je eigenlijk ook weer connectie voelde misschien?

**STE** Nee, nee. Maar dat blijkt dus ook als één van je ouders problemen heeft met alcohol dat je iets van volgens mij 30% meer kans hebt, dat je ook problemen hebt met alcohol.

**NYD** Is er iemand nog met een laatste vraag? Oh nu wil iedereen natuurlijk! Gaan we gewoon doen hoor, Kom zo bij jou.

LIN Haiii, Mijn naam is Linda de Munck

**NYD** The one and only! Woehoe!

LIN Nou, ik ben ook al vijf maanden gestopt met drinken.

**STE** Wauw!

**NYD** APPLAUS!

\*Zaal juicht en applaudisseert\*

LI En ik beleef dit hele weekend dus helemaal nuchter. Ook geen drugs. Ik doe soms wel drugs, maar nu dus even niet. En ik merk gewoon dat mijn grootste struggle is eigenlijk: ik ben in de avond er best wel snel klaar mee. Ik voel mijn lichaam pijn doen, wat heel logisch is. Want normaal zou alcohol dat verdoven. Dus ik ben altijd wel degene die als eerste naar huis wil of naar de tenten. En dat vind ik soms wel lastig om mee om te gaan want ik voel een soort *pressure* tegenover mijn vriend dat ik het langer moet volhouden, omdat hij het wel volhoudt mét alcohol enzo. En wat ik ook wel mis is soms als je dronken bent, maak je soms toch wel sneller sociale contacten. En hoe leuk en sociaal ik ook van mezelf ben, toch vind ik dat dan wel lastig. Dat als ik terugkijk naar de tijd dat ik ook wel echt naar de klote ging en toch ook echt 's ochtends om elf uur weer met een biertje begon, dat soort dingen. Niet in de normale leven, maar op zo'n festival dan. Dan mis ik dat soms wel. Dus ik was benieuwd hoe jij daarmee omgaat.

**STE** Kijk, ik heb ook altijd zo: oh, ja, die avonturen en op boevenpad gaan, weet je, zo noem ik dat dan. Maar het leuke is, dat als ik dan nu nadenk van de mensen die ik toen daar in de nacht ben tegenkomen, die ken ik niet meer! Want dat is ook gewoon een momentopname. En iedereen vergeet het ook. Dus ik denk zo op een gegeven moment, ja, het maakt eigenlijk niet meer zoveel uit. Wat er wordt gezegd, weet je wel, dus je komt al mensen tegen. Het is een soort momentding. Daarnaast, jij gaat natuurlijk eerder weg, maar wat ik dan ook heb, jij ook waarschijnlijk, dat je dan 's ochtends wakker wordt, die tent open, vogeltjes, dat je denkt: YES! BRING THE DAY!

**NYD** *Good morning!*

**STE** En dan kijk je naar de rest, en iedereen zit zó, en dan denk je YES! FUCK YEAH!

LIN Dit heb ik inderdaad ook. Het heeft me zóveel gebracht en vooral de eerste ochtend. Toen was ik om zeven uur 's ochtends wakker en ik ging naar de 24-uurstent en ik voelde me zó goed goed, want jullie staan hier he-le-maal naar de tering te gaan.

**STE** Exact! Dat! Dus volgens mij is dat de beloning. En ik heb dan soms ook dat ik een soort *kick* krijg. Dan hebben we een avond of feestje gehad bij vrienden en dat ik zo wakker wordt

en iedereen zo zit van: "Of fuck ik ben helemaal naar de klote, ik voel me echt kut, ik kan niet meer opstaan", en ik denk: hmmm wat ga ik vandaag doen? Heerlijk.

LIN En dan lekker sporten.

**STE** Ja lekker sporten, dus houd dat vast en die ontmoetingen, het komt wel, weet je wel. En die nachtelijke dingen, het vervliegt. Ik ben al die gesprekken vergeten. Dus als ik ooit jullie ben tegengekomen, het spijt me.

**NYD** Ze weet niks meer.

LIN Dankjewel.

**STE** Maar houd vol! Heel leuk, echt goed, goed bezig.

**NYD** Laatste vraag, alsjeblieft! \*geeft microfoon door\*

JAS Hallo, ik ben Jasper. En ik vroeg me af of je ook hetzelfde tegen andere drugs aankijkt als tegen alcohol en of dat dan ook veranderd is sinds je geen alcohol meer drinkt.

**STE** Nou ja, ik, ik vind eigenlijk, dat is voor iedereen anders. Ik heb dus voornamelijk alleen met alcohol eigenlijk problemen. Dat is voor mij echt de trigger. Dus ik kan wel op een festival een sigaretje roken. Af en toe, dan doe ik nog wel iets, maar dat is ook héél sporadisch. Ja, dus dat is denk ik, ook echt voor iedereen persoonlijk. Dus jij hebt dat misschien ook met drugs of andere dingen, dus ik denk ook dat er voor iedereen persoonlijk is, hoe hoe je daar tegenaan kijkt. Ik weet van mezelf, als ik met alcohol ga beginnen, *I'm done*. Dan ga ik. Dan begint het bij één slokje en dan gaat het zo heel langzaam...

En ja, ik zeg misschien ja, alcohol en drugs... Ik vind alcohol wel echt *nastier*, laten we het zo zeggen. Ja, mensen drinken elke dag overal... En drugs. Ja, als je gewoon een pilletje neemt, je gaat niet elke dag een pilletje nemen hoop ik dan voor je. Maar écht, hoop ik dan voor je. Is dat een beetje een antwoord op je vraag?

JAS Ja!

**NYD** Dankjewel. Marie Lotte, ben je nou anders naar drank gaan kijken?

**ML** Nou, ik moet eerlijk zeggen dat je wel dat dat ik wel erg denk: oké, het klinkt wel heel aantrekkelijk...

**NYD** Om te stoppen?

**ML** Nou misschien niet stoppen, maar ik kan wel twee wijntjes drinken, dat lukt me dan wel.

**STE** Dat vind ik echt bewonderenswaardig.

**ML** Maar sowieso heb ik een beetje last van dat als je de volgende dag denkt: ugh moet ik weer met een kater opstaan?! Ik heb helemaal geen tijd voor een kater! Dan zou het leuk zijn als ik naar een feest ga kan denken: ik ga dan nu niet drinken en dan wel dat feest meemaken en dan de volgende dag geen kater hebben.

**STE** Ik daag iedereen uit: ga een avondje nuchter. Ga dat eens proberen. Probeer dat beest eens nuchter naar buiten te laten. Dat gaat je heel veel dingen opleveren. Echt. Ik daag jullie uit en laat me weten hoe die avond was.

**NYD** Woehoe!

**ML** Ware woorden!

\*Gejuich en applaus vanuit de zaal\*

**ML** Mensen, dit was het dan weer! Ja, oh my god!

**NYD** Dit was aflevering Lowlands!

**ML** LOWLANDS! Jeeej

**NYD** Stephanie, dankjewel, dankjulliewel!

**STE** Eindelijk!

**NYD** *The show must go on* is niet meer te zien op Lowlands, dat was gisteren, maar je gaat nog wel een paar keer spelen.

**STE** Nog drie keer! 3 september in De Kleine Komedie, 7 september in Utrecht en 15 september in Amersfoort.

**ML** Gaat dat zien!

**NYD** Dit had je dronken nooit kunnen weten.

**STE** Dit had ik dronken nooit kunnen weten.

**ML** Dankjewel Lowlands, dankjewel Yuki, Silvy, Charlie, Lars, volgens mij ja, iedereen heel erg fijn en fantastisch dat we hier mochten staan.

**NYD** En dank je wel geweldig publiek, natuurlijk dat jullie naar ons toe kwamen. Daniël gaat dit ooit nog een keer editen geloof ik, dus dankjewel als je dit hoort, schat, leuk dat je luistert, Lucas de Gier, je jingles op fakking lowlands, had je dat ooit gedacht?! Nee, geen idee. En nou nu met z'n allen rennen naar Arlo Parks, of waar gaan jullie heen?

\*vanuit het publiek\* Tash Sultana

**ML** & **NYD** tegelijk TASH SULTANAAAAAAA