



24 UUR MET

DORE VAN DUIVENBODE

De schrijver en documentairemaker Dore van Duivenbode, half Poolse, is druk ze werkt aan een serie over Polen en bracht net haar debuutroman uit.

tekst ELSBETH GRIEVINK

— **7.00 UUR** 'Ik word gewekt door mijn telefoon, die een kamer verderop ligt, want onze slaapkamer is een *no phone-zone*. Dus als de wekker afgaat, moet ik er meteen uit. Mijn vriend Noël blijft voorlopig nog wel even liggen, want hij heeft een heel ander werkritme dan ik. Ik heb altijd zin in de dag en ren in mijn pyjama naar de kledingkast voor mijn haverontbijt. Ik verlies veel, maar op dit moment maak ik m'n ontbijt met koffie, zaden en vers fruit. Daar denk ik een glas gember bij, dat mijn stiefvader zelf maakt. Looscherp is is, dat geeft me een goede *rush* om de dag mee in te gaan. Terwijl ik ontbijt, werk ik alvast wat mails weg.' — **7.50 UUR** 'Onder de douche denk ik na over mijn outfit, om welke en wegen voor de laatste voorlezingen. Het voelt een stuk van Henrik Vibskov: zwart, overvloedig en heel belangrijk, goed geproduceerd. Sinds twee jaar ben ik vegan, en probeer dat ook in mijn garderobe door te voeren. Dat is best een zoektocht, zie maar eens aan spulken te komen die mooi én betaalbaar zijn. De *Flatform-waarden* van Ties zijn mijn redding. Toen ik die ontdekte, heb ik meteen drie paar aan-ge-schaft. Ze zijn mooi, maken me een paar centimeter langer, wat fijn is, en staan goed onder het pak. Halven drag ik nooit.' — **8.40 UUR** 'Het is altijd weer raak'



om de trein te halen. Net op tijd stap ik in Rotterdam op de intercity naar Hilversum, voor een afspraak bij de VPRO. De reis duurt onderhalf uur, wat relaxed is: kan ik die tijd moet gebruiken voor wat administratieve dingen. Ik ben fan van de app Money Bird waarmee je je bonnen kunt inscannen en doorsturen naar je boekhouder. Geen gedoe met mappen meer! Tussendoor belt mijn redacteur om de presentatie door te nemen van mijn eerste boek, *Mijn Poolse zus*, dat bij Uitgeverij De Geus verschijnt. Er is nog zoveel om over na te denken: gastenlijst, locatie, gaan we Poolse wodka schenken of toch maar witte wijn? Alleen maar dingen die ik met mijn vriend Noël wil bespreken. We zijn vijf en een half jaar samen, en vullen elkaar goed aan. We zijn allebei makers (Noël Deelen is creatief directeur bij collectief Viesnor, red.), maar werken op een heel verschillende manier. Ik vanuit mijn theoretische kader, hij denkt in beeld en is een ideëntmachine. De ideale persoon om mee te brainstormen. Althans, bij spijt ideeën en ik zeg 'nee' tot het goeie idee er is.' — **10.00 UUR** 'Overleg met Britta Fosman, regisseur van de serie over Polen die we samen aan het maken zijn en die in maart op televisie komt. We zijn net terug van opnames in Warschau. Ik, kerf van Britta, zij is op een positieve manier aangegand en kan goed omgaan met onvoorziene omstandigheden. Inspirerend, want ik heb zelf de neiging om de controle te willen houden, terwijl goed materiaal soms buiten het geplande pad ligt.' — **12.30 UUR** Lunchtijd. Bij de VPRO hebben ze honderdduizend salades waaruit je kunt kiezen. Een feest voor mij als vegan. Tijdens het eten bespreken we de komende draaipartijen, waarvoor we naar het noorden

STIJL

van Polen gaan. Omdat de serie *dit* verder gaat waar mijn boek stopt, overleggen we of het wellicht interessant is om familieleden van mij te bezoeken, die ook in het boek voorkomen.' — **14.00 UUR** 'Mijn volgende afspraak is bij de KRO-NCRU. Ook in Hilversum, dus wandel ik erheen. Samen met Tijn Joosten werk ik aan een vierdelige documentaireserie voor *Bravopost*, die over duurzaamheid gaat. De focus ligt niet op wat slecht is en allemaal niet meer mag, maar op hoe je duurzaamheid kunt inpassen in je leven op een manier die hij je past. Dat kan namelijk, zonder dat je meteen Elon Musk hoeft te worden.' — **16.00 UUR** 'In de trein terug Facetime ik met mijn Poolse lezares uit Warschau. Dat doe ik om de taal bij te houden. Om dezelfde reden haast ik naar de Poolse radio en kijk ik soms naar in het Pools nagesynchroniseerde series op Netflix. Zo zag ik laatst een documentaire over Michael Jackson waarin die ineens een zware Poolse bromstom heeft, haha. Als we hebben opgehangen, staar ik een poosje uit het raam. Hoe dichtert ik bij Rotterdam kom, hoe meer de vraag zich opdingt: ga ik wel of niet hardlopen vanavond?' — **18.00 UUR** 'Weet je wat, ik ga gewoon. Mijn oortjes laat ik thuis, sinds kort ren ik zonder muziek. Dan ga je toch helemaal dood, dus dat ik eerst, maar dat valt dus reuze mee. Ik word er kalt

'Je kunt best duurzaam leven zonder meteen een Elon Musk te worden'



van. Op dagen dat ik thuiswerk – tijdens het schrijven van mijn boek waren er daar heel veel van – doe ik drie keer daags een *seven minute workout*. Dan hoef ik het huis niet uit en kan ik mijn pyjama aanhouden. Kan ik ook heerlijk vinden, die buidel waar ik dan in zit. Alleen ik in die periodes opgelucht vaak in de supermarkt te vinden. Dan moet ik ineens echt even heel nodig een citroen kopen.' — **20.00 UUR** 'Wanneer Noël en ik samen eten, zo'n één à twee keer in de week, wordt het altijd een vegetarisch lookfestijn. Maar vanavond werkt hij door, dus haast ik het simpel. Ik bes van de groenten en companselingen. Momenteel ga ik los op de combinatie tomaat en kaneel. Beulvruchten erbij, wat geroosterde paprika, citroenzest en een scheut grammatappelsiroop. Ik doe het met wat ik in huis heb.' — **21.00 UUR** 'In het weekend mag ik graag met vrienden om afspreken of uit eten gaan, op een avond als deze ben ik toch geneigd de laptop weer open te klappen. Nog even wat mails beantwoorden, dingetjes regelen voor de boekpresentatie. Of struinen op Catwalk naar mooie stoffen, lampen, vazen of theepotten. Bitaal verdoord. Als het mooi weer is, doe ik die dingen vanuit mijn hangmat op het dakterras.' — **0.00 UUR** 'Ik zet de wekker een uurje later, op 8.00 uur, omdat ik morgen geen trein hoeft te halen. Ik ga thuis research doen voor een eveneens volgend boek – hoewel ik alleen nog maar een idee heb. Daar ga ik op broeden, in pyjama. Ik laat mijn telefoon achter in de woonkamer en stap in bed.' •

1000000 SALADES

KILOMETER RENNEN