

## **Persoverzicht Erica op Reis 2016**



## **Inleiding**

Hier voor u ligt het persoverzicht van *Erica op Reis 2016*. Dit persoverzicht bevat de belangrijkste berichten waarmee *Erica op Reis* in de media is gekomen.

Er wordt onderscheid gemaakt tussen de verschillende soorten media, namelijk: kranten, gidsen, televisie, radio en online. Vervolgens worden de resultaten van sociale media toegelicht. Afgesloten wordt met de marketingbeelden.

## **Inhoud**

|    |                          |    |
|----|--------------------------|----|
| 1. | Kranten.....             | 5  |
| 2. | Gidsen en magazines..... | 12 |
| 3. | Televisie .....          | 37 |
| 4. | Radio .....              | 44 |
| 5. | Online.....              | 47 |
| 6. | Sociale media.....       | 50 |
| 7. | Marketing.....           | 52 |

## 1. Kranten

### DOCUMENTAIRE

#### Erica gaat weer op reis

Erica Terpstra heeft na een lange revalidatie haar reisprogramma voor Omroep Max weer opgepakt. Terpstra (73) werd opgenomen op de intensive care vanwege een ernstige bacteriële infectie in haar been. Inmiddels is ze voor haar programma *Erica op reis* weer op pad geweest naar Hong Kong, Suriname, Myanmar Israël en Colombia. De eerste uitzending is komende vrijdag, 11 november te zien op NPO1.



De Limburger ed. Sittard



Erica Terpstra: 'Ik ben helemaal verliefd geworden op Suriname'.

FOTO MARK VAN

Reisprogramma belicht Suriname en Hong Kong

## Erica pakt haar koffers weer

Jan Vriand

Alsof ze de koningin zelf was. Stralend zat Erica Terpstra gisteren bij de seizoenspresentatie van Omroep Max. Blij? „Onzetzend blij! Als je na twee jaar malibus weer op reis mag en boeiende mensen kunt ontmoeten, mag je jezelf toch bevoorrecht noemen?”

Al met al was ze door gezondheidsproblemen bijna twee jaar uit de running. Maar het idee dat ze ooit haar koffers weer zou pakken voor haar reisprogramma hield haar

mentaal op de been. „Als zwemmer en als politica had ik ook altijd een doel voor ogen. Bij het hersel van mijn ziekte had ik mijn nieuwe reizen als lichtpuntje aan de horizon. Want er zijn nog zo veel mooie plekken om te zien en er zijn nog zo veel interessante mensen die ik wil leren kennen.”

Nu is ze terug. Gezond en wel. Om meteen haar koffers te pakken voor haar reisprogramma. Vanaf november zijn reportages te zien van haar bezoeken aan Hong Kong, Suriname, Myanmar, Israël en Colombia.

### Erica op Reis

Vanaf vrijdag 9 november (21.20 uur) wekelijks te zien bij Max op NPO 1.

Inmiddels heeft ze haar reizen naar Hong Kong en Suriname al achter de rug. „Hong Kong was geweldig”, jubelt ze. „Onzetzend dicht bevolkt, maar brandschoon.” Ook over Suriname is ze wilden-

thousiaat. „Het land was voor mij een openbaring. Dat zo veel verschillende bevolkingsgroepen daar vreedzaam met elkaar leven, is fantastisch. Christenen, Joden en moslims zijn daar buren zonder ook maar enige etnische spanning. Daardoor ben ik helemaal verliefd geworden op Suriname.”

Heeft haar ziekteperiode haar veranderd? „Ik leef nu veel meer in het nu. Na alles wat ik in verpleeghuizen heb gezien, heeft ik maar dan ooit dat ik een gezet mazzelaar ben nu ik weer op reis kan.”

# 'Ik doe overal aan mee'

## Erica Terpstra eindelijk weer op reis voor Omroep MAX

■ VR. NPO 1, 22:25 UUR

„Het gaat goed, heel goed”, zegt Erica Terpstra, die door een infectie in haar been en nog wat andere kwaaltjes bijna twee jaar uit de running is geweest. „Na een lange 'middenperiode' voel ik me nu elke dag beter.”

Het enthousiasme spettert van haar af tijdens de recente Omroep MAX-presentatie. Eindelijk kan ze weer op pad voor een nieuw seizoen van haar succesvolle serie *Erica op reis*, vanaf morgen te zien. „Ik zit ook werkelijk te glunderen dat ik dit weer mee mag maken”, vertelt Terpstra. „Iets later dan gepland, maar dat heb je niet in de hand.”

De opnames zijn nog volop bezig, maar ze is al in Hongkong en in Suriname geweest. „Wij denken dat Amsterdam dichtbevolkt is, maar in Hongkong is dat nog drie keer zo erg. Daar stapelen ze echt mensen op elkaar. Tegelijkertijd zijn ze wel heel gedisciplineerd. Ongelooflijk hoe schoon het er is. Ik ben wel vaker op een markt geweest waar vlees aan haken in de open lucht hing, maar dat er geen enkele vlieg op zat, heb ik nog niet meegemaakt.

„Spiritualiteit is in Hongkong nog steeds erg belangrijk. De bevolking zweert bij medicijnmannen, die allerlei kruiden gebruiken voor de behandeling van tal van aandoeningen. En te midden van alle moderne gebouwen weten tempels zich nog steeds staande te houden, heel boeiend om te zien.”

Zoals vertrouwd ondervindt Terpstra alles aan den lijve. „Dat is de kern: ik duik overal in. Bij de medicijnman laat ik een recept voor mezelf samenstellen, ik doe mee aan een meditatieve lunch in een tempel en ik ga ook naar een hoge bergtop om te genieten van een magistraal uitzicht. Hongkong was een heerlijke ervaring, ik had er graag nóg meer van gezien.”

Ook Suriname maakte veel indruk. „Ik was er nog nooit geweest. Wat me daar geweldig heeft getroffen is hoe vreedig religies naast elkaar leven. Volgens mij is Suriname het enige land waar de synagoge letterlijk naast de moskee staat. Op de gebedsdag gaat een grote menigte dezelfde kant uit en dan splitst het zich: de ene helft gaat naar de moskee, de andere naar de synagoge. En dat allemaal zonder enige spanning, prachtig hoor.”

„In Suriname heb ik ook een interview gehad met een hoge priesteres van de Winti. Bijzonder: tot een paar jaar geleden was dit geloof door de overheid verboden omdat er goede geesten zijn, maar ook kwade. Maar nu is het erkend. Ik woon een ceremonie bij waarin mensen dansen en zelfs in trance raken.”

Verder gaat Terpstra dit seizoen nog naar Myanmar („dat staat al heel lang op mijn bucketlist”), Colombia en Israël. „In Israël draaie we een filmpje over het leven van Jezus. Past mooi in deze reeks, want ik heb eerder al veel laten zien over het boeddhisme en de islam, maar ook Incapriesters zijn voorbijgekomen.”

### Verlanglijstje

„Voor een volgende serie staan Australië en Nieuw-Zeeland hoog op mijn verlanglijstje. Ik wil zo graag nog een keer te midden van rugbyers een echte haka van binnenuit meemaken, de traditionele dans waarbij luid wordt gebruld.” Of een zesde reeks er daadwerkelijk komt? „Ach, ik heb me voorgenomen om vooral in het nu te leven. Maar ik hoop natuurlijk dat ik nog een seizoen mag maken. Ik ga daar in elk geval heel erg mijn best voor doen.”

Ook als Terpstra niet op reis is, is ze toch vaak bezig met het programma. „Ik lees graag: veel over landen waar ik naar toe ga of wil gaan, over cultuur en mythologie.

En ik ben erg druk met mijn levensstijl: ik heb een persoonlijk trainer met wie ik boks”, zegt ze, terwijl ze plagerig een 'zachte rechtse' uitdeelt.

De politiek mist de 73-jarige Terpstra (voormalig Kamerlid en staatssecretaris voor de VVD) 'helemaal niet', bezweert ze met grote stelligheid. „Ik geloof niet dat ik me nu nog thuis zou voelen in de Tweede Kamer. Ik ben nog van de generatie die de bal speelde en niet op de man, dat heb ik van Hans Wiegel geleerd. Tegenwoordig wordt toch vaak en erg respectloos op de persoon gespeeld.”

Toch ziet ze de aanstaande verkiezingen met vertrouwen tegemoet. „In het programma van de VVD staan veel positieve dingen. Echt VVD, gelukkig.”

door Marcel Frost

**'Politiek  
mis ik  
helemaal  
niet'**



---

## ERICA OP REIS

22.25 uur, NPO 1



**Reislustige presentatoren vinden we niet alleen bij BNN: ook Erica Terpstra maakt heel wat kilometers. Vandaag begint het vijfde seizoen van 'Erica op reis' bij Omroep MAX.** Hierin begint Terpstra met een bezoek aan Hong Kong, waar de oosterse en westerse cultuur een fascinerende mix opleveren. Zoals altijd dompelt de presentatrice zich onder in de lokale gewoonten en gebruiken, en daarbij horen onder meer een bezoek aan een traditionele Chinese genezer en aan een boeddhistische gemeenschap die aan de basis staat van de huidige mindfulness-rage.

Trouw

NPO 1 ► MAX, 22.25-23.05 UUR

## Erica op Reis

In *Erica op Reis* vormen de bijzondere ontmoetingen die Erica Terpstra heeft met opmerkelijke en inspirerende mensen de rode draad. Erica laat zich met verwondering onderdompelen in de culturele gebruiken en rituelen van andere landen. Vanavond bezoekt Erica de Chinese metropool Hongkong. Ook gaat ze op spreekuur bij een traditionele Chinese dokter en bezoekt ze een boeddhistische gemeenschap die geldt als grondlegger van de mindfulness. De lokale keuken kan rekenen op haar warme belangstelling.

Nederlands Dagblad

## Reizen

### Erica Terpstra reist naar Israël

Erica Terpstra reist in *Erica op reis* naar Israël. Ze bezoekt onder meer een tattooshop waar pelgrims al eeuwenlang religieuze voorstellingen op hun lichaam laten tatoeëren en gaat ze naar een plaats langs het meer van Tiberias waar volwassenen uit de hele wereld zich laten dopen. In Jeruzalem gaat Erica Terpstra onder meer naar de Klaagmuur en de Heilig Grafkerk, de plek waar Jezus gekruisigd en begraven werd.

▶ NPO 1, MAX, 22.20 uur



# Terug naar Jezus

NPO 1, 22:20 UUR

**In *Erica op reis* bezoekt Erica Terpstra vanavond Israël. In een tattooshop gaat ze een ruimte binnen waar pelgrims al eeuwenlang religieuze voorstellingen op hun**



**Erica Terpstra in Israël.**

FOTO MAX

lichaam laten tatoeëren en bij het meer van Tiberias maakt ze kennis met volwassenen uit de hele wereld die zich er laten dopen. Voor velen is dat een zeer emotionele gebeurtenis. Langsgaan bij de Klaagmuur in Jeruzalem en de Heilige Grafkerk, de plek waar Jezus gekruisigd en begraven zou zijn, mag natuurlijk ook niet ontbreken op het programma. Op een school neemt Terpstra plaats in een klas waar Arabische én Israëliëse kinderen samen les krijgen, waarna ze zichzelf laat onderwijzen in de mystiek van de Kabbala.

## 2. Gidsen en magazines



TEKST: CARMEN FERNALD, BEELD: MAX

### *Hebt u veel aan het reizen gedacht tijdens de periode dat u moest herstellen?*

“Het was een grote motivatie. Iedereen om me heen heeft steeds gezegd: ‘Kom op Erica, nog een stapje, want dan kun je weer op reis.’ Dat ik nu ook echt weer weg kan is een wonder. En dat heb ik ook te danken aan al die mensen die me hebben gesteund. Mijn zonen en een neef en een nicht die zes maanden lang iedere dag met mij gingen lopen. Elke keer een stukje verder totdat ik bijna een kwartier met ze liep. Als zij er niet waren geweest had ik het niet gered.”

### *Waar gaat de reis dit seizoen heen?*

“We zijn begonnen in Hongkong, daarna zijn we naar Suriname gegaan – o, ik ben helemaal verliefd geworden op Suriname! De binnenlanden zijn prachtig en de mensen zijn zo ontzettend aardig en open. En, heel bijzonder: alle culturen leven zonder problemen dwars door elkaar heen. Suriname is het enige land ter wereld waar de moskee en de synagoge naast elkaar staan. Nu sta ik op het punt om naar Myanmar te vertrekken. Ook Israël en Colombia staan op de planning.”

### *We zien de landen door uw ogen. Wat wilt u ons meegeven?*

“Wat ik absoluut niet wil met de serie is belerend zijn. Tijdens de reizen ga ik op zoek naar de spirituele kant van een land door rituelen en gebruiken te laten zien. Mijn kijkers moeten zelf bepalen wat ze ervan vinden. Ik ga daar geen oordeel over geven, ik ben voor iedereen respectvol. Mijn boodschap: stel je open, wees nieuwsgierig, en heb waardering en respect voor elkaar.”

► ERICA OP REIS 22.25 NPO 1

## 3 vragen

### “Ik ben verliefd geworden op Suriname”

*Erica Terpstra (73) heeft eindelijk haar koffers weer gepakt voor Erica op reis. In 2014 kreeg ze een ernstige bacteriële infectie. Na een lange revalidatie is ze weer klaar voor het avontuur.*



#### 1 Hebt u veel aan het reizen gedacht tijdens de periode dat u moest herstellen?

“Het was een grote motivatie. Iedereen om me heen heeft steeds gezegd: ‘Kom op Erica, nog een stapje, want dan kun je weer op reis.’ Dat ik nu ook echt weer weg kan is een wonder. En dat heb ik ook te danken aan al die mensen die me hebben gesteund. Mijn zonen en een neef en een nicht die zes maanden lang iedere dag met mij gingen lopen. Als zij er niet waren geweest had ik het niet gered.”

#### 2 Waar gaat de reis dit seizoen heen?

“We zijn begonnen in Hongkong, daarna zijn we naar Suriname gegaan – o, ik ben helemaal verliefd geworden op Suriname! De binnenlanden zijn prachtig en de mensen zijn zo ontzettend aardig en open. En, heel bijzonder: alle

culturen leven zonder problemen met elkaar. Suriname is het enige land ter wereld waar de moskee en de synagoge naast elkaar staan. Ik sta nu op het punt om naar Myanmar te vertrekken. Ook Israël en Colombia staan op de planning.”

#### 3 We zien de landen door uw ogen. Wat wilt u ons meegeven?

“Wat ik absoluut niet wil met de serie is belerend zijn. Tijdens de reizen ga ik op zoek naar de spirituele kant van een land door rituelen en gebruiken te laten zien. Mijn kijkers moeten zelf bepalen wat ze ervan vinden. Ik ga daar geen oordeel over geven, ik ben voor iedereen respectvol. Een belangrijke boodschap voor mij aan de kijker is: stel je open, wees nieuwsgierig, en heb waardering en respect voor elkaar.” [CF]

[NPO 1 | MAX | 22.25]

# Erica Terpstra

*Na een ernstige bacteriële infectie werd Erica Terpstra (73) in 2014 opgenomen op de intensive care. Na maanden revalideren is Erica nu weer helemaal terug in 'Erica op reis'.*

door Bea Kastrop foto: Omroep Max

**Eindelijk weer op reis, dat moet bijzonder zijn, niet?**

"De eerste keer dat ik weer in een vliegtuig zat en op reis kon, dacht ik: yes! Eindelijk! En dat was ook wel een emotioneel moment."

**Hebt u veel aan het reizen gedacht tijdens de periode dat u moest herstellen?**

"Het was één grote motivatie. Iedereen om me heen heeft steeds gezegd: 'Kom op Erica, nog een stapje verder, want dan kun je weer op reis.' Dat ik nu ook echt weer weg kan, is een wonder. En dat heb ik ook te danken aan al die mensen die me hebben gesteund. Mijn zonen en een neef en een nicht die zes maanden lang, iedere dag met mij gingen lopen. Elke keer een stukje verder tot dat ik bijna een kwartier met ze liep. Als zij er niet waren geweest, had ik het niet gered."

**Waar gaat de reis dit keer naar toe?**

"We zijn begonnen in Hongkong daarna zijn we naar Suriname gegaan. Ik ben helemaal verliefd geworden op Suriname en op de mensen daar! Ik sta nu op het punt om

naar Myanmar te vertrekken. En ook Israël en Colombia staan op de planning."

**Waarom is Suriname zo bijzonder voor u?**

"De binnenlanden zijn prachtig en de mensen zijn zo ontzettend aardig en open. En heel bijzonder: alle culturen leven zonder problemen dwars door elkaar heen. Suriname is het enige land ter wereld waar de moskee en de synagoge naast elkaar staan."

**We zien de landen door uw ogen, wat wilt u ons meegeven?**

"Ik wil absoluut niet belerend zijn met de serie. Tijdens de reizen ga ik op zoek naar de spirituele kant van een land door rituelen en gebruiken te laten zien. Mijn kijkers moeten zelf bepalen wat ze ervan vinden. Ik ga daar geen oordeel over geven, ik ben naar iedereen toe respectvol. Een belangrijke boodschap van mij aan de kijker is: stel je open, wees nieuwsgierig en heb waardering en respect voor elkaar."

**Erica op reis**  
reportage 22.25 • NPO 1



Televizier

# AVRO BODE

nummer 45 | tv radio internet | 5 t/m 11 november 2016

## Verborgen verleden

Isa Hoes duikt in haar familiegeschiedenis

## Als de dijken breken

Dramaserie over  
watersnoodramp  
in Nederland

Erica op reis

Erica Terpstra:

'Mijn programma voelt als een

# een cadeautje

van het leven'

CIDSRETOUREN: POSTBUS 44181, 3006 HC ROTTERDAM - POSTNL PORT BETAALD

Abonr. 9129948/R45AVR/1200AM518  
Omroep MAX  
T.a.v. Sanne Rademaker  
Postbus 518  
1200 AM HILVERSUM

00002576

001AWH102#016A2#G -170

AVROBODE, vervolg op volgende pagina



## Erica Terpstra: 'Dat ik weer weg kan, is een wonder'

Na een ernstige bacteriële infectie werd Erica Terpstra (73) in 2014 opgenomen op de intensive care. Zeven weken in het ziekenhuis en een lang verblijf in het revalidatiecentrum volgden. Maar nu is ze helemaal klaar voor het avontuur. "Reizen is voor mij een cadeautje van het leven."

TEXST BEA KASTROP FOTOS MAX, FELIX RIEMERSMA

**Eindelijk weer op reis mevrouw Terpstra, dat moet een bijzonder gevoel zijn na zo'n lange tijd?**  
"De eerste keer dat ik weer in een vliegtuig zat en op reis kon dacht ik: Yes! Eindelijk! En dat was ook wel een emotioneel moment."

**Heeft u veel aan het reizen gedacht tijdens de periode dat u moest herstellen?**  
"Het was een grote motivatie. Iedereen om me heen heeft steeds gezegd: 'Kom op Erica, nog een stapje verder want dan kun je weer op reis.' Dat ik nu ook echt weer weg kan is een wonder. En dat heb ik ook te danken aan al die mensen die me hebben gesteund. Mijn zonen en een neef en een nicht die zes maanden lang iedere dag met mij gingen lopen. Elke keer een stukje verder tot dat ik bijna een kwartier met ze liep. Als zij er niet waren geweest, had ik het niet gered."

**Waar gaat de reis dit keer heen?**

"We zijn begonnen in Hongkong daarna zijn we naar Suriname gegaan. Ik ben helemaal verliefd geworden op Suriname en op de mensen daar! Ik sta nu op het punt om naar Myanmar te vertrekken. En ook Israël en Colombia staan op de planning."

**Waarom is Suriname zo bijzonder voor u?**

"De binnenlanden zijn prachtig en de mensen zijn zo onzettend aardig en open. En heel bijzonder, alle culturen leven zonder problemen c/wars door elkaar heen. Suriname is het enige land ter wereld waar de mookke en de synagoge naast elkaar staan."

**We zien de landen door uw ogen, wat wilt u ons meegeven?**

"Ik wil absoluut niet beledend zijn met de serie. Tijdens de reizen ga ik op zoek naar de spirituele kant van een land door struiken en gebruiken te laten zien. Mijn kijkers moeten zelf bepalen wat ze ervan vinden. Ik ga daar geen oordeel over geven, ik ben voor iedereen respectvol. Een belangrijke boodschap van mij aan de kijker is: stel je open, wees nieuwsgierig maar heb waardering en respect voor elkaar."

**U bent nog steeds aan het herstellen van die ernstige infectie. Is dat reizen niet veel te vermoeden?**

"Als je iets met plezier doet dan krijg je er energie van. Het voelt voor mij niet als werk, maar als een cadeautje van het leven."

Erica op reis | vrijdag | 22.25 | NPO 1

Na een lange periode van revalidatie, kan Erica Terpstra tot haar grote vreugde weer op reis. "De eerste keer dat ik weer in een vliegtuig zat dacht ik: Yes! Eindelijk!"



Erica is terug

## Bij de Chinese dokter

Erica Terpstra liep in 2014 een ernstige bacteriële infectie op, maar is nu genoeg hersteld voor een nieuwe serie van Erica op reis. Haar eerste trip gaat naar Hong Kong. Daar neemt ze het zekere voor het onzekere en bezoekt ze een traditionele Chinese dokter. Ook neemt ze een kijkje bij de boeddhistische gemeenschap die mindfulness zou hebben

uitgevonden. "Ik duik weer overal in en geniet daar mateloos van." Er reist iemand mee die haar gezondheid in de gaten houdt. "Ze moeten me wel eens tegenhouden als ik te enthousiast ben." Later in dit seizoen gaat ze ook nog naar Suriname, Myanmar, Israël en Colombia. **Lees meer op pag. 6-7.**

Erica op reis | 22.25 | NPO 1



## Erica *back on track*

Goed nieuws: mevrouw de reisleidster is beter en nog lang niet overall geweest.

### Erica op reis

► NPO 1, 22.25-23.05 UUR

**E**ENMAAL Bekende Nederlander hoef je je nooit meer te vervelen, schreven we kortgeleden. Bekend waarvan maakt eigenlijk niet uit. Zo was Erica Terpstra (73) eerst vermaard door haar zwemmen, daarna verwierf ze faam als politica. Misschien dat de vele voorkeursstemmers van toen nu steeds met plezier inschakelen voor *Erica op reis*, dat regelmatig bijna een miljoen kijkers trekt. Soms zelfs meer; herhaling of niet.

Permanent enthousiast over wat elders allemaal anders is dan hier, smulpapend van he:geen de plaatselijke markten te bieden hebben, met een onop-houdelijke glimlach op haar gezicht om zich heen blikkend naar de tot leven gekomen foto's uit de vakantiefolders, laaft mevrouw Terpstra zich aan de diverse vormen waarin de menselijke soort leeft en viert. Dat vooral, want reizen is leuk en fantastisch en je doet het voor je plezier. Waarom zou je anders überhaupt vertrekken?

Erica Reizen was tijdelijk buiten bedrijf, de reisleidster werd ziek en toen nog een keer en moest langdurig herstellen. Weer op de been vertelde de Omroep Max-baas haar een vijfde seizoen van het programma te willen maken,

waarna Erica hem om de hals vloog. Ze heeft voor tv inmiddels Bhutan, Guatemala, Oman, Japan, India, Namibië, Cuba, Patagonië, Indonesië, de Verenigde Staten, Mali, Jordanië, Mongolië, Ethiopië, Sri Lanka, Turkije, Panama, Marokko, Argentinië en Swaziland bezocht, maar de wereld is groter dan dat.

Een nieuwe serie dus, met nieuwe bestemmingen. Terpstra Tours doet dit keer Hong Kong, Suriname, Myanmar, Israël en Colombia aan. Onderdompelingen in lokale gebruiken en proeverijen van culinaire ongerijmdheden gegarandeerd. En geen zorgen over het weer: waar Erica verschijnt, is het altijd zonnig.

ANGELA VAN DER ELST

FOTO'S: DENNIS VAN TELLINGEN/OMROEP MAX



# 'IK BEN NOG STEEDS

**ERICA OVERWON ZIEKTE EN MAAKT NIEUWE REISPROGRAMMA'S, MAAR...**

Ruim anderhalf jaar was ze uit de running nadat een mysterieuze bacterie Erica Terpstra (73) bijna fataal werd. Maar de sympathieke oud-politica reist weer voor Omroep MAX! Met haar bekende enthousiasme gunt ze de lezers van Party alvast een kijkje in haar nieuwste reiservaringen. Ook vertelt Erica dat ze tot andere inzichten is gekomen door de heftige ziekteperiode. En waarom wordt de kerst van 2016 voor haar zo bijzonder?

**'Het is een klein wonder dat ik weer aan het reizen ben'**

**G**rote bewondering heb ik voor alle mensen die mij hebben geholpen met revalideren. Na een bacteriële infectie in mijn been kostte het me anderhalf jaar om er weer bovenop te komen. Ik heb helemaal opnieuw moeten leren staan en lopen. Gelukkig heb ik ontzettend veel steun gehad van heel veel lieve mensen, mijn vrienden, mijn familie, mijn zoons. Maar ook van mensen die ik helemaal niet ken kreeg ik aardige mailtjes, om me een hart onder de riem te steken. Zeker als je in een dip zit - en daarvan heb ik er vele meegemaakt - helpen die lieve berichtjes je er echt wel doorheen. **Of ik tijdens mijn recente trips voor mijn reisprogramma nog hinder heb ondervonden van mijn ziekteperiode?** Jazeker wel, ik ben nog niet helemaal topfit. Toen ik bijvoorbeeld in Suriname in een wiebelig bootje moest stappen, had ik wel even hulp nodig. Grote afstanden wandel ik met twee Nordic Walking-stokken. Ik kan los lopen en opstaan, dat is al heel wat. Gelukkig kan ik wel zeggen dat het iedere dag beter wordt. Van de plotselinge ziekte die twee jaar geleden de kop opstak, ben ik natuurlijk enorm geschrokken. **Van het ene op het andere moment ben je heel kwetsbaar en daarover heb ik**

me verbaasd. Ik dacht altijd dat ik 35 zou blijven en dat het leven helemaal van mij was, maar dat is dus niet zo. Doordat ik zo ziek ben geweest, zeg ik tegenwoordig tegen iedereen die ik tegenkom: 'Als je dromen hebt, doe het nú'. Veel mensen maken plannen voor later als ze met pensioen zijn ofzo, maar je weet nooit hoe het leven loopt. Mooie dingen moet je meteen doen. Zelf leef ik ook heel erg in het nu. **Natuurlijk heb ik allerlei plannen en goede voornemens, maar de echte dingen gebeuren nú.'**

### **Zien, doen en beleven**

'Het is een klein wonder dat ik weer aan het reizen ben voor mijn programma **'Erica op Reis'** bij Omroep MAX. Tijdens het revalideren heb ik mezelf voortdurend aangemoedigd en toegesproken, zo van 'kom op, Terp'. Ik wilde nog zoveel mooie dingen zien, doen en beleven. Ik móest er van mezelf weer bovenop komen. Eén van mijn wensen was een trip naar Myanmar, een land in Zuidoost-Azië, en die heb ik net afgerond. **Het was zo verschrikkelijk mooi, het was een prachtige reis en ik denk dat het een heel mooie uitzending wordt.** Dit land dat voorheen Birma heette, stond al heel lang op mijn bucketlist. Je kon er vanuit het westen heel lang niet naar toe vanwege de militaire dictatuur. Er is nu een burgerregering, wat vertrouwen en

Party, vervolg op volgende pagina.

# NIET HELEMAAL TOPFIT'

veiligheid geeft. We zijn in de hoofdstad Naypyidaw begonnen, zijn in het mooiste tempelcomplex geweest dat ik ooit heb bezocht en hebben ook schitterende natuur gezien. Over dat tempelcomplex heb ik nog wel een leuke anekdote. Het is in Myanmar heel belangrijk op welke dag je bent geboren. Ik ben op een woensdag geboren, net als **Barack Obama** die het complex ook heeft bezocht. Er is een speciale Boeddha voor de woensdag, waar je water overheen kunt plengen. **Obama en ik hebben dus water staan gieten op dezelfde plek over dezelfde Boeddha, haha.**"

## Koekeloeren

"Ik ben dit jaar begonnen in Hongkong, dat is op 11 november te zien. Ik heb vroeger Chinees en Japans gestudeerd en heb nog een tijdje Chinese les gegeven. Dat is allemaal heel lang geleden, maar ik heb me erover verwonderd hoe die taal stukje bij beetje toch weer bij me terugkwam naarmate ik daar langer verbleef. Die harde schijf in mijn hoofd heeft dat toch allemaal opgeslagen. Mijn tweede reis ging naar Suriname, die is 18 november op tv. Ik ben helemaal verliefd geworden op dat land! De aflevering van Myanmar wordt op 23 december uitgezonden, ik ga nog naar Israël en Colombia. Buiten dat ik voor Omroep MAX een reisprogramma aan het maken ben, ben ik natuurlijk zelf ook een beetje toerist tijdens de reizen. Nee, ik maak geen foto's. **Ik word omringd door een team waarvan de leden prachtige foto's maken; die krijg ik allemaal.** Zodoende hoef ik het land niet te ondergaan door een lens en kan ik alles onbekommerd op me in laten werken, zonder dat ik de hele tijd door zo'n klein gaatje zit te koekeloeren. Een paar dagen voordat de crew komt, ga ik al naar het land toe. Niet om te acclimatiseren, maar om de vibratie van het land alvast te voelen. Dat doe ik echt voor mezelf, ik vind dat bijster interessant. Ja, ik heb geluk, ik heb een prachtbaan: ik zie de mooiste dingen van de wereld en ik vind het ook heel leuk om dat door te geven aan de kijkers. Daarnaast probeer ik uit te stralen dat we met z'n allen best wat meer respect en waardering voor andere culturen mogen hebben. **Dat er tot nu toe steeds zoveel mensen naar**



**'Als je in een dip zit, helpen lieve berichtjes echt'**

**de uitzendingen hebben gekeken, is iets om heel stil en dankbaar van te worden."**

## Boom zonder ballen

"Straks in december is het weer kerst, dan is het precies twee jaar geleden dat de malheur bij me aanklopte. Vlak na de kerst van 2014 werd ik met die onheilspellende bacterie in mijn been opgenomen in het ziekenhuis. **Dat ik een achtergrond heb als topsportster, heeft me zeker geholpen bij het terugvechten in de periode dat ik zo ziek was.** Zowel qua mentaliteit als lichamelijk.

Zonder enige twijfel zou het voor iemand die geen sportverleden heeft, een nog zwaarder proces zijn geweest om terug te komen. **Als de feestdagen weer losbarsten in december, zal ik zeker nog terugdenken aan dat ellendige gevoel waarmee ik naar het ziekenhuis ging.** Ik had al een kerstboom in huis, maar moest hem nog optuigen. Dat is er nooit van gekomen, mijn boom heeft in 2014 geen slingers en kerstballen gekregen. **Rond de kerst van 2015 zat ik nog in het revalidatiecentrum in Doorn, dus de komende kerst wordt een bijzondere voor me.**" ♦

## **SURINAAMSE RITUELEN**

Zelf doet ze er nogal luchtig over in haar column voor Omroep MAX en heeft ze het over “een klein deukje dat ik opgelopen heb”, maar vorig jaar zag het er slecht uit toen presentatrice Erica Terpstra wekenlang op de intensive care lag na een ernstige bacteriële infectie. Gelukkig is ze weer fit genoeg om te reizen en neemt de enthousiaste Erica de kijker weer mee op avontuur in *Erica op reis*. Op Suriname is ze naar eigen zeggen inmiddels “helemaal verliefd”. In Paramaribo ondergaat ze een heus winti-ritueel dat hoort bij de traditionele religie. Ook krijgt Erica kookles om de finesses van de Surinaamse keuken onder de knie te krijgen. Verder trekt ze per kano de jungle in voor een bezoek aan een dorp met Saramaccaners, afstammelingen van gevluchte slaven.

► **ERICA OP REIS 22.20 NPO 1**

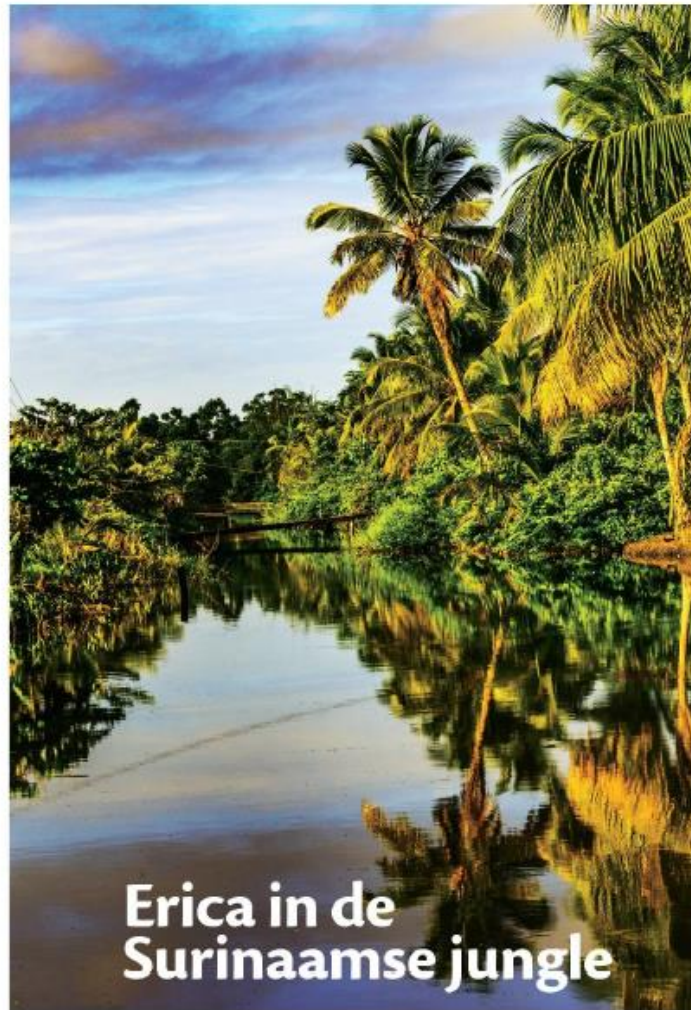
## AMUSEMENT



## ERICA OP REIS

**22.20** Zelf doet ze er nogal luchtig over in haar column voor Omroep MAX en heeft ze het over "een klein deukje dat ik opgelopen heb", maar vorig jaar zag het er slecht uit toen presentatrice Erica Terpstra wekenlang op de intensive care lag na een ernstige bacteriële infectie. Gelukkig is ze weer fit genoeg om te reizen en neemt de enthousiaste Erica de kijker weer mee op avontuur in *Erica op reis*. Op Suriname is ze naar eigen zeggen inmiddels "helemaal verliefd". In Paramaribo ondergaat ze een heus winti-ritueel dat hoort bij de traditionele religie. Ook krijgt Erica kookles om de finesses van de Surinaamse keuken onder de knie te krijgen. Verder trekt ze per kano de jungle in voor een bezoek aan een dorp met Saramaccaners, afstammelingen van gevluchte slaven.

Mikro Gids



## Erica in de Surinaamse jungle

Zelf doet ze er nogal luchtig over in haar column voor Omroep MAX en heeft ze het over "een klein deukje dat ik opgelopen heb", maar vorig jaar zag het er slecht uit toen presentatrice Erica Terpstra wekenlang op de intensive care lag na een ernstige bacteriële infectie. Gelukkig is ze weer fit genoeg om te reizen en neemt de enthousiaste Erica de kijker weer mee op avontuur in **Erica op reis**. Op Suriname is ze naar eigen zeggen inmiddels "helemaal verliefd". In Paramaribo ondergaat ze een heus winti-ritueel dat hoort bij de traditionele religie. Ook krijgt Erica kookles om de finesses van de Surinaamse keuken onder de knie te krijgen. Verder trekt ze per kano de jungle in voor een bezoek aan een dorp met Saramaccaners, afstammelingen van gevluchte slaven.

**[NPO 1 | MAX | 22.20]**

## Erica Terpstra verliefd op Suriname



**Z**elf doet ze er nogal luchtig over in haar column voor Omroep Max en heeft ze het over 'een klein deukje dat ik opgelopen heb', maar vorig jaar zag het er slecht uit toen presentatrice Erica Terpstra wekenlang op de intensive care lag na een ernstige bacteriële infectie. Gelukkig is ze weer fit genoeg om te reizen, en neemt de enthousiaste Erica de kijker weer mee op avontuur in *Erica op reis*. Op Suriname is ze naar eigen zeggen inmiddels 'helemaal verliefd'. In Paramaribo ondergaat ze een heus wintiritueel dat hoort bij de traditionele religie. Ook krijgt Erica kookles om de finesses van de Surinaamse keuken onder de knie te krijgen. Verder trekt ze per kano de jungle in voor een bezoek aan een dorp met Saramaccaners, afstammelingen van gevluchte slaven.

**Erica op reis** reportage 22.20 ● NPO 1

Televizier



## ERICA OP DE KOFFIE

**Erica Terpstra** is dit najaar weer helemaal terug bij MAX, met een nieuw seizoen '*Erica op Reis*'. Vandaag komt ze daarom langs in de *TinekeShow* op NPO Radio 5 om met Tineke de Nooij te praten over haar laatste reizen. Uiteraard vertelt ze ook hoe het haar de afgelopen tijd is vergaan, nadat ze twee jaar geleden werd opgenomen in het ziekenhuis met een bacteriële infectie in haar been.

*TinekeShow* 12.00 UUR NPO RADIO 5



Libelle, vervolg op volgende pagina

De hele wereld reisde ze rond, wordt ze gewoon thuis geveeld door een huis-tuin-en-keuken bacterie. Maar Erica Terpstra (73) is bijna volledig genezen en heeft het liever over wat wél goed gaat. Na twee jaar is ze na hard werken eindelijk back on track: "Revalideren is topsport."

Foto: Caspar Pieters. Fotografie: Emiel Franken

Ze oogt kwetsbaar, zoals Erica Terpstra het zaaltje binnenkomt waar dit interview plaatsvindt. We zijn in het Scheveningse Kurhaus, ze woont hier vlakbij. Ze loopt met wandelstokken, het gaat langzaam en voorzichtig. Maar: het gaat. Voor een nieuw seizoen van het populaire tv-programma *Erica op reis* voor omroep MAX is ze – stokken of geen stokken – alweer twee keer de aardbol overgevlogen; naar Hong Kong en Suriname. Met wat extra assistentie, maar toch. Binnen twee maanden verwacht ze het zonder hulpmiddelen te kunnen stellen. "Dan loop ik weer helemaal los. Nu is dat nog wat te vermoeden, maar het ergste is achter de rug. Ik ben weer in the winning mood."

#### Kantje boord

Eind 2014, met Kerstmis, ging het mis. Een bacteriële infectie aan haar been werd haar bijna fataal. "Op mijn reizen doe ik wat iedereen afraadt zo'n beetje standaard wél: ik raak alles aan, stop alles in m'n mond. Nooit – even afkloppen – is er iets vervelends gebeurd. Kom ik thuis, word ik geveeld door een huis-tuin-en-keuken bacterie. Het was kantje boord, met alles erop en eraan: reanimatie, coma, operaties, intensive care. En een rolstoel. Ik heb zelfs opnieuw moeten leren lopen." Zoals ze ruim anderhalf jaar aan besognes in een paar zinnen opsomt en naar boven afrondt, dat is de typische glas-halvolmentaliteit die heel Nederland van haar kent. Veel superlatieven die stuk voor stuk met nadruk worden uitgesproken. Vraag haar ("En zeg alsjeblieft je, geen u") of het lastig was om optimistisch te blijven, en ze begint al gauw over de fantastisch lieve berichtjes die ze kreeg van volstrekt onbekenden, en hoeveel steun ze daaraan had. Vraag haar of er momenten waren dat ze bang was dat ze

het niet zou redden, en het antwoord gaat over hoe ongelooflijk veel mazzel je hebt om te leven in een land als Nederland en hoeveel bewondering ze heeft voor de mensen die haar verpleegden. Vraag haar of revalideren zwaar is, en ze vertelt hoeveel respect ze heeft voor de mensen in het militair revalidatiecentrum waar ze verbleef. "Jongens die terugkeerden uit Afghanistan. Ernstig gewond en zo loyaal." Terp, zo noemden ze haar daar.

#### Nooit meer in tutu

Ze gaat liever niet in detail in op wat de bacterie precies heeft aangericht. "Hij vrat m'n been op en toen volgde er nog meer malheur, maar ik ga hier geen medisch wachtkamerverslag van maken." Met een rollende lach: "Ik kan nooit meer een tutuutje aan, wat vind je daarvan?" Natuurlijk heeft ze het zwaar gehad, vertelt ze later in het gesprek. "Het was niet zozeer een specifiek moment waarop ik het weer zag zitten, het was eerder een proces. Vooral omdat het zo moeizaam ging. Die

#### “Als zoiets je overkomt, ben je kwetsbaar en klein. Dat is goed om te beseffen”

eerste keer dat ik weer los kon lopen, nog tussen twee leggers maar zonder rollator, dat was fantastisch. Ik dacht: nou gaat het goed. Morgen worden het twee stappen. Ja, jongen... Natuurlijk houd je er rekening mee dat het niet lukt. Dat dit is waar je vanaf nu inhoud aan zal moeten geven. Er zijn zo veel mensen die dat overkomt en die dan toch de kracht hebben om nieuw perspectief te cre-

#### INTERVIEW



eren voor zichzelf. Ik heb daar serieus over nagedacht." Het is de tweede keer in het gesprek dat ze even stilvalt. De eerste keer is als ze vertelt over haar zoons en over een neef en nicht in Doorn, die haar elke dag opzochten: "Zes maanden lang, iedere avond, hebben ze met mij gelopen, iedere dag een stapje verder. Grandioos, ja. Als zij dat niet hadden gedaan, had ik nu echt nog in een rolstoel gezeten. Ik voelde een ontzettende angst. Heel merkwaardig, ik durfde niks meer. Als dan iemand tegen je zegt: ik kom je helpen, dan is dat die steun die je nodig hebt. Daar ben ik nog emotioneel en geroerd door. Dat zeg ik ook iedere keer: Harrold en Mimi hebben er o-

# "SOMS IS EEN Goere grap BETER DAN WAT VOOR DIEP GESPREK DAN OOK"

samen met mijn zoons Roderik en Wouter voor gezorgd dat ik weer kan lopen. Dat ik weer kan reizen. Dat ik alles weer kan doen. Dat ik weer de regie heb over mijn eigen leven..." Als ze zichzelf heeft herpakt: "Dat is mooi."

**Waarin zat precies de angst?** "In het koppie. Ik was bang om te vallen, denk ik. Ik weet het niet precies. Paniekaanvallen waren het. Misschien kwam het ook door de medicijnen en alles wat ik heb meegemaakt. Je raakt behoorlijk van slag."

**Je hebt op Olympisch niveau gesport. Kwam tijdens je revalidatie die mentaliteit weer opzetten?** "Absoluut, daar heb ik veel aan gehad. Revalideren is topsport. Ik train met een personal trainer, een leuke jongen. Dan gaan we lopen op de Moervaart en boksen. Zo leuk. Ik bak er niks van, maar het is goed voor je stabiliteit, evenwicht en uithoudingsvermogen. Af en toe moet-ie zeggen: 'Hé Terp, beetje langzamer, niet te veel ineens.' Ik heb mazzel gehad dat ik in mijn herstelperiode een paar leuke en goede mensen ben tegengekomen. Als je in een dip zit, hebben ze een open oog en oor. Ze zijn niet alleen verpleger, maar eigenlijk ook psycholoog. En soms is een goeie grap beter dan wat voor diep gesprek dan ook. Als zoiets je overkomt, maakt het niet uit of je toevallig een bekende naam hebt. Je bent kwetsbaar en klein. En dat is wel eens goed om te beseffen."

**Je bent heel spiritueel. Heb je duiding proberen te geven aan wat je hebt doorgemaakt?** "Ik heb me nooit afgevraagd: waarom overkomt mij dit? Het is zoals het is. Ik had een prachtig blessurevrij leven gehad, tot dat moment. Ik denk dat het leven zei: nu zullen we het eens even in balans brengen. Maar goed, het is godzijdank achter de rug."

## Billen wassen

Wat ze ook weer heeft opgepakt, is haar ambassadeurschap voor het Lilliane Fonds, een Nederlandse organisatie die gehandicapte kinderen in ontwikkelingslanden onder-

steunt en stimuleert om volwaardig mee te doen.

**Als je zelf zo lang aan bed gekluisterd bent geweest, vereenzelvig je je dan extra met deze kinderen?** "Absoluut. Ik heb me in mijn tijd in de Tweede Kamer altijd ingezet voor kwetsbare mensen. En ik heb steeds geprobeerd me daarin te verdiepen. In vakanties ging ik bijvoorbeeld werken in een Instituut voor mensen met een handicap, om het van binnenuit te leren kennen. Grote opwinding als ze dan merkten dat het Tweede Kamerlid niet te beroerd was om de handen uit de mouwen te steken en billen te wassen. Ik ben er trots op dat ik bij iedere gehandicapten- en verpleeginstelling te horen kreeg: 'Als jij uit de politiek gaat, mag je bij ons komen werken.' Schaterlacht: "Dat is toch mooi!"

**Hoe kwam je in aanraking met het Lilliane Fonds?** "Ik ben na mijn Kamerlidmaatschap door diverse goede doelen-organisaties benaderd. Er zijn er maar een paar waarmee ik in zee ben gegaan. Ik wil m'n hand in het vuur kunnen steken voor zo'n club, want je verbindt er wel je naam aan. Een paar keer heb ik onaangekondigd projecten bezocht die door het Lilliane Fonds ondersteund worden, zoals toen ik een keer toevallig in Sri Lanka was. Ik mocht met iedereen praten en zag dat ze echt het kind centraal stellen. Dat overtuigde mij ervan dat dit een steengoede organisatie is."

Erica vertelt over het meisje Amasha dat ze in Sri Lanka ontmoette. "Ze heeft het syndroom van Down. In een ontwikkelingsland ben je met zo'n handicap nergens. Heb je mazzel, dan draai je een beetje mee met het gezin. Heb je geen mazzel, dan word je weggestopt en leid je een volstrekt triest en geïsoleerd leven. Dankzij het Lilliane Fonds kan Amasha naar school en leert ze lezen en schrijven. Ze blijkt een topkind te zijn, intelligent en vrolijk. In haar klas, op een speciale school, is ze de aanjager. Ineens heeft ze

weer toekomst." Lachend: "Toen ik haar vroeg wat ze wil worden, zei ze: president." Het Lilliane Fonds geeft jaarlijks ruim 90.000 kinderen hulp op maat, aldus Erica. "Ik vind het fantastisch dat ik daar een bijdrage aan kan leveren. Mijn eigen ervaringen de afgelopen twee jaar hebben dat gevoel verdiept. Ik besef beter hoeveel mensen ook iets mee maken en steun krijgen."

## Arm om je schouder

Dankbaarheid moet je doorgeven, aldus Erica. "Dat was een opdracht die ik van m'n vader kreeg als achtjarig meisje. Later heb ik dat teruggelezen in boeddhistische boeken - waarvan ik zeker weet dat hij ze nooit heeft ingekeken. Als je gelukkig bent, moet je proberen dat diezelfde dag nog door te geven aan een ander. Al is het maar door je arm om lemands schouder te slaan, of een knipoog te geven. Daar kun je zelfs als achtjarige wat mee. Ik heb mijn hele leven geprobeerd om zo te handelen en die aandrang voel ik momenteel nog veel sterker."

## "Hoe vaak hoor je niet: later, als ik gepensioneerd ben... Doe het nu!"

Dat ze, na alle carrières die ze al gehad heeft, nu als zeventig-plusser een mooi reisprogramma mag maken, noemt ze een cadeautje. "De eerstvolgende reis staat gepland voor volgende week: Myanmar, een land dat al lang op mijn bucket list staat. Zonde dat ik er maar een dag of tien ben. Maar dat heb ik in elk land dat ik bezoek. Ik word gedreven door nieuwsgierigheid. Ik lees me in over de cultuur, de gewoonten en ceremonies. En daarna ben ik benieuwd naar hoe het zal voelen."

Erica denkt tijdens haar reizen vaak aan haar moeder, vertelde ze in een eerder interview. Toen die zeventig jaar werd, gaven Erica en haar broer en zus haar een reis naar Indone-

sië cadeau. Een trip down memory lane, want het gezin had daar lang geleden een paar jaar gewoond. Haar moeder was, net als Erica did op reizen. "Tijdens elke reis zijn er wel momenten waarop ik even oerhoog rijk naar de hemel en zeg: hé, mom, ste je dat?"

**Je zei eens: ik ben van plan een piepjonge zeventiger te zijn. Ben je daarin geslaagd, of is dit een lastige fase om daar een uitspraak over te doen?**

Resoluut: "Nee, nee, die moeilijke fase is voorbij. Dat ik niet in een rolstoel zit en dit soort reizen mag maken, is een wonder. Het geeft me vleugels. Ik kijk naar het nu, dat hoort ook bij mijn levensfilosofie. Ik ben dankbaar dat ik kan zeggen: ik ben piepjonge tachtigers en stouweke veertigers. Ik denk dat ik toch het dichtst bij die piepjonge tachtiger zit." En dan: "Je vroeg met of ik duiding heb kunnen geven aan wat me is overkomen. Misschien dit: als je ergens van droomt, doe het nu. Hoe vaak hoor je niet: later, als ik gepensioneerd ben... Nee, doe het nu! Morgen kun je afhankelijk van anderen zijn. Je bent zo leersbaar."

Dan is het gesprek ten einde. Erica pakt haar wandelstokken en komt overvloedig. Ze was Olympisch zwemster, ze was journaliste, ze was docent Nederlands, ze zat zo jaar lang in de Tweede Kamer, ze was staatssecretaris, ze was voorzitter van sportorganisatie NOC/NB. Volgende week vliegt ze naar Myanmar, waar ze al zo lang zo graag naartoe wil. Met stokken, maar ze gaat. En geniet en zal er o.



## Over Erica

Erica Jorritsma (50 jaar) won in 1993 de zilveren medaille op de Olympische Spelen in Barcelona voor Nederland op de 100 meter. In 1977 kwam ze voor de WOI in de Tweede Kamer, onder premier Koos Wieringa. In 2008 was ze voorzitter van de Tweede Kamer, onder premier Jan Peter Balkenende. In 2010 was ze voorzitter van de sportorganisatie NOC/NB.

Na pensionering zit Erica op reis. Erica heeft de organisatie Lilliane Fonds ondersteund met het Ministerie van Onderwijs en Wetenschappen. Sinds de scheiding van de vader van haar zoon Wouter en haar is ze single, ze heeft twee kleinkinderen.





Erica vervolgt in **Erica op reis** haar avontuur naar Myanmar, het voormalige Birma. Het land was jarenlang een militaire dictatuur, maar wordt steeds toegankelijker voor bezoekers. Natuurlijk dompelt Erica zich compleet onder in de cultuur. Ze bezoekt spectaculaire boeddhistische heiligdommen, die nog het best te omschrijven zijn als ronduit sprookjesachtig. Ze ontmoet inwoners van het land en is getuige van

een zeer luidruchtig offerfeest tegen boze geesten. Ze slaat ook de streek rond het Inlemeer niet over. Hier speelt het leven zich voornamelijk op het water af. Ze is aanwezig bij een ceremonie waar jonge jongens verkleed als prins een initiatie tot monnik ondergaan. En Erica zou Erica niet zijn als ze ook de lokale keuken niet aan een inspectie onderwerpt.

[NPO 1 | MAX | 22.20]

NCRV Gids



AD Magazine, vervolg op  
volgende pagina's

# NOC

'Ik was  
nog niet  
klaar hier'

**Dat ze weer op reis mag voor haar tv-programma beschouwt Erica Terpstra als een verrukkelijke toegift van het leven. Ze heeft zich niet laten kisten door een agressieve bacterie.**

**Tekst:** Stefan Raatgever **Foto's:** Marco Okhuizen  
**Visagie:** Yvon Moll

In mei richtte Erica Terpstra in het Militair Revalidatie Centrum in Doorn het woord tot een groep veteranen... Die zouden daarna afreizen naar de Invictus Games, een internationaal sportevenement voor gewond geraakte militairen. Vanuit haar rolstoel hield

Terpstra een rede die doorspekt was met haar bekende enthousiasme. 'Kom op, jongens! Jullie kunnen het.'

Nu ze zich de scène zeven maanden later voor de geest haakt, worden haar ogen vochtig. 'Het was de eerste keer in meer dan een jaar dat...' Haar stem breekt. '... de eerste keer dat ik niet meer alleen patiënt en revalidant was, maar gewoon weer Erica.'

Ze schrikt en herpakt zich. 'Tja! Ik raak nu nog outroerd. Ben ik toch tien jaar voorzitter van NOC\*NSF geweest en heb ik niets anders gedaan dan sporters toespreken. Maar dit vond ik zó spannend. De kapitein van de groep had me gevraagd. En dan houd ik zo'n speech natuurlijk. Nee, niet van papier. →

Zoiets moet uit je hart komen. En dat kwam het, zei iedereen na afloop."

#### U valideerde in hetzelfde centrum als die militairen. Waren uw woorden ook voor uzelf bedoeld?

"Ik heb mezelf ook vaak moeten toespreken, ja. 'Kom op, Terp. Doorzetten. Je weet waar je het voor doet.' Ik voelde me die maanden ook weer topsporter. Met uitstekende trainingsschema's en strakke doelstellingen. En in het besef dat je een terugval kunt krijgen. Die kreeg ik helaas ook. Dan komt het aan op accepteren, je niet laten afleiden van je doel. Met die ervaring heb ik andere patiënten, die soms ook ondervonden dat hun schema's anders liepen dan gehoopt, kunnen helpen. Je moet afzien. En dat heb ik gedaan."

#### Naar welke doelstelling leidde uw trainingsschema?

"Fit for travel worden. Dat hebben we met z'n allen op die manier benoemd. Toen ik zwemmer was, zei ik: 'Ik wil naar de Olympische Spelen.' Nu was ik niet zo stellig: ik wil weer kunnen reizen voor mijn tv-programma. Dat heb ik elke dag in gedachten gehouden. Tijdens de oefeningen met de revalidatiearts, maar ook als mijn neef Harald en nicht Mimi kwamen om een stukje te wandelen. Elke avond om half 8 maakten zij een ommetje met mij, elke dag letterlijk één stapje verder. Ik kon in het begin zelfs met een rollator geen voet buiten mijn kamer zetten, moet je weten. Tot juli van dit jaar heb ik soms werkelijk gedacht dat ik nooit meer uit die rolstoel zou komen."

Met in elke hand een oranje nordic walkingstok heeft ze deze morgen het restaurant van het Scheveningse Kurhaus doorkruist. Op weg naar haar favoriete tafel, met uitzicht op zee. "Jonge jongen, wat blijft dat machtig, die golven", verzuicht Terpestra (73), die in het appartementencomplex naast het hotel woont. De wandelstokken stalt ze naast de kunststof kerstboom. „Ik kan al ook best zonder die dingen”, meldt ze met zichtbare trots. „Alleen nog geen grote afstanden."

#### De misère begon met een agressieve bacterie in uw been. Die manifesteerde zich op de dag voor kerst 2014. Wat gebeurde er die dag?

"Ik weet nog flarden. Het is onze familie-traditie de kerstboom pas op de avond voor kerst in huis te halen en op te tul-

gen. De boom was er, maar van versieren is het niet gekomen. Ik voelde me ineens zo ontzettend ziek. Ben met een ambulance afgevoerd, gereanimeerd en heb zelfs even in coma gelegen. Ik kan me mijn zoons nog herinneren die aan mijn bed zelden: 'We halen je hier wel doorheen, mam! Toen ik echt weer bij mijn positieven was, was het al het al lang en breed 2015, was ik enkele keren geopereerd en gelukkig buiten levensgevaar."

#### U lag zeven weken op de intensive care. Daacht u aan de dood?

"Nee, nee. Ik was zo ziek dat ik daar niet eens aan toe ben gekomen. Ik heb zelfs nog een delirium gehad, helemaal van het padje af. Ben met m'n geopereerde been en open wonden uit mijn ziekenhuisbed gestapt. Ze hebben mijn been ternaauwernood kunnen redden."

"Maar ik ben nooit bang geweest om te sterven, als je dat bedoelt. Ik geloof heilig in reïncarnatie. Ik heb ooit het voorrecht gehad de Dalai Lama te interviewen. Hij zei het zo mooi: 'Als je lichaam op is, leg je dat neer als een versleten jas. En daarna komt er weer een nieuwe jas'."

#### U had er vrede mee gehad als dat moment was aangebroken?

"Nee, nee! Want ik ging nog reizen! Ik was nog niet klaar hier."

#### De intensieve revalidatie duurde wel veel langer dan gedacht.

"Als je zo lang stil in een bed hebt gelegen, ben je gewoon al je spierkracht kwijt. Ik moest echt opnieuw leren lopen. En daarbij kreeg ik nog allerlei andere fysieke malheur. Maar laten we er niet te veel *Vinger aan de Pols* van maken, hoor. Mijn lichaam heeft gewoon een ongelooflijke optater gehad."

## 'Tot juli van dit jaar heb ik soms werkelijk gedacht dat ik nooit meer uit die rolstoel zou komen'



Wat was de oorzaak van zo'n dip? Pijn. Een tevenslag in het been. Het

het tot het laatste moment onduidelijk of u in staat was het programma weer te maken.

„De uitnodiging van deze winter lagen vast. Aan het begin van de zomer stond de vraag zich op: reizen we of gaat er een streep door dit seizoen?"

Bij de laatste uitkomst wist je zijn programma krijg je nooit van z'n leven meer terug. In alle eerlijkheid was ik nog niet compleet fit for travel. Toch koos ik Nichte (productie van *Erva* op *Reis*, red.) me de kans het risico te nemen. Als ik het niet zou volhouden, zouden we wel zien, zei ik."

"We gingen naar Hongkong. Geweldig was dat, maar los staan ging nog niet. Zonder hoortast was ik onpeis. Heb je die aflevering goed beleefd? Zag je hoe elegant ik overall tegenaan stond geknald? Hing ik daar weer tegen oet terug?" Haar lach is terug. „Maar het lokte wel. Hoe vind je dat?"

#### Na Hongkong volgde een reis naar Suriname en nog uit te zenden trips naar Myanmar en Israël. De vliegtickets naar Colombia liggen al klaar.

"Mijn, daar verbou je me zo waanzinnig op! Ik ga er de jongen spreken op wie ik als 15-jarige op mijn zwerftocht verliefd werd. Hij speelde waterpolo, was 22 en had me helemaal meel staan. Ik was zo bevangen dat ik mijn enige gezicht ooit heb geschreven. Nobelprijs-materiaal, hoor! We hebben altijd contact gehouden, maar elkaar ontmoeten is er al bijna dertig jaar niet van gekomen. *These files*, dat? Hij is 80 nu en al tijden getrouwd met een Colombiaanse. En straks zien we elkaar weer. Dat's toch verrukkelijk?"

#### Heeft deze periode u veranderd?

"Ik zag nu met nog grotere stevigheid tegen schietten: als je een draad hebt, ga er dan nu achteraan. Het is niet uit want van de ene op de andere dag kun je onontzond levenbaar worden."

#### Wat u dat al?

"Niet uit eigen ervaring, en dan maakt het toch de meeste indruk. Ik heb zoveel maed in mijn leven gehad, zoveel prachtige dingen gedaan. Eigenlijk noemde ik me tot twee jaar geleden nog steeds ik. Ik deed alles wat ik wilde, had volledig de regie over mijn eigen leven. Nou, die heb ik dus moeten loslaten. Dat was het moeilijkste van alles om aan te wennen. Ik was afhankelijk geworden. Dat is dan, na alles wat er is gebeurd, toch weer in dat vliegtuig mee stappen... ach jongen, dat is zo mooi. Een groot zandkorf."

Na anderhalf jaar revalideren, vertrok u in augustus voor een nieuwe serie van *Erva* op *Reis*. Volgens uw regisseur was

U bent het toonbeeld van optimisme. In hoeverre hield u die positiviteit vast toen uw herstel zo langzaam verliep?

"Men onderscheidt van een paar echte dove infite die. Ik ben gesemd door mensen die zo ontzettend aardig voor me waren. M'n twee lieve zoons. En toen m'n jaarchik, twee studiegenoten uit Londen. Alleen maar vrouwen van 16 tot 70. Die stelden een rooster op: elke dag iemand bij Erva op bezoek. Zo bijzonder, ik voelde me gedragen."

idee  
mijn  
hemel,  
het schiet  
niet op, hem  
ik haer nog  
wat uit? Dan  
tag ik het zelf  
erom niks raak,  
raakte in paniek en  
had ik echt een arm om  
me heen nodig. Of hama,  
dat hielp ook. Moete soms  
ook best gelgenvramer zijn.  
Even de spanning doorbreken,  
kan bevrijdend werken. Maar toch,  
uistandelijk moet je het helemaal zelf  
doe n." Een lolk naar de golven. Slikte.  
En dat's heilig. Licht heilig."

U bezoekt in Jeruzalem een school waar Joodse en Palestijnse kinderen naast elkaar in de klas zitten. Uw regisseur zegt: 'We zijn niet politiek, maar als er één boodschap is die Erva wil uitdragen, is het die van verlaten. Tegen het polariseren.'

"Klopt absoluut. Ik spreek me niet meer politiek uit. Daarvoor is ons programma geen geschikt podium. Maar af en toe kan ik het niet laten. Toen ik in Sri Lanka een Marwe huzare kreeg aangeboden, bijvoorbeeld. Dan ding leek me echt overtuigd. Toch nam ik hem die bevestiging aan en wat *Dock* Ouder die rare Marwe schil het gescen die strukt die we afsmald kennen. 'Then

## Ik zou zo graag zien dat mensen elkaar tegemoet treden zonder vooroordelen'

zet ik: 'Ziet u wel, wat de verpakking ook is, binnenin zijn we allemaal hetzelfde.'

Ze grinnikt. „Dat wordt gewaardeerd! Zoveel kijkers berichten me: 'Wat mooi dat je met eerbied met andere mensen en culturen omgaat.' Kijk, ik vind onze samenleving nogal verruwd. Op straat, maar ook in de politiek. Dat agressieve, dat op de man spelen. Zo heb ik het thuis niet geleerd. Dan stemt het me optimistisch dat mijn respect en tolerantie zo worden gewaardeerd. Zie je wel, denk ik dan. De mensen hebben het nodig.”

**Toch lijken we in ons land steeds banger voor elkaar. Hoe zou u die angst willen wegnemen?**

Ze staart naar de branding. „Dan kom ik toch bij de opvoeding terecht. Die volstrekte onbevangenheid op die school in Jeruzalem greep me enorm aan, 6 of 7 jaar en volkomen kleurenblind. Ze stoeien met elkaar of slaan een arm om elkaar heen. Zo inspirerend! Deze kinderen zullen, is mijn overtuiging, nooit meer in sjablonen denken.

„Dat zou ik zo graag overal willen zien: mensen die elkaar zonder vooroordelen tegemoet treden. Die opvatting draag ik heel eenvoudig uit door te laten zien hoe leuk het kan zijn elkaar te ontmoeten. Je kunt mij geen groter plezier doen dan met lol maken met iemand die ik niet versta.”

**Ziet u iemand in de politiek die dat plezier ook uitstraalt?**

„Nou, dat vraag je aan een erelid van de VVD! Als ik Mark Rutte bezig zie: echt ontzettend goed. Er zijn heus dingen op hem aan te merken, maar als ik zie hoe veel enthousiasme hij verspreidt over Nederland, denk ik: 'Yes! Zo moet het.'”

**Verbinden en tolerantie klinken toch niet als pure VVD-thema's.**

„Dan heb je denk ik toch een verkeerd beeld van de VVD. Ik ben een liberaal in



**paspoort**  
Erica Georgine Terpstra

**Geboren:** 26 mei 1943, in Den Haag.  
**Opleiding:** Chinese taal en cultuur Universiteit Leiden (niet afgemaakt).  
**Loopbaan:** Van 1959 tot 1964 wedstrijdzwemmer. Europees kampioen, meervoudig nationaal kampioen, winnaar van zilver en brons op de Olympische Spelen van Tokio. Daarna docent Nederlands aan Chinese en freelance sport-journaliste.  
**Van 1977 tot 2003**

**In de Tweede Kamer voor de VVD. Van 1994 tot 1998 staatssecretaris Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Van 2003 tot 2010 voorzitter van sportkoepel NOC\*NSF. Presentator en programmamaker bij omroep MAX, onder meer van Erica op Reis. Vrijdag is op NPO1 om 22.20 uur de uitzending over Israël. Privé: Gescheiden, twee zoons, twee kleindochters.**

hart en nieren en die hebben respect voor anderen juist heel hoog zitten.”

**-houdt de politiek u nog erg bezig?**

Niet in de zin dat ik er nog naar zou terugwillen. Maar ik sms onze minister-president weleens. En weet je wat zo knap is? Ik krijg altijd binnen 24 uur antwoord.”

**Wat sms't u de premier zoal?**

Weer een buidertlach. „Dat gaat je niets aan natuurlijk!”

**Over een paar dagen is het exact twee jaar geleden dat u ziek werd. Hoe viert u verstavond nu?**

„Met de hele familie. We blijven dagenlang bij elkaar. Warm en dankbaar. En met een mooie kerstboom. Ik versier hem weer zelf. Met veel lichtjes. Ik zet hem voor het raam, zodat anderen er ook van kunnen genieten.” ■



MAX actueel

*Erica  
Terpstra*

**'DAT HEB IK WEL GELEERD:**

*Als je dromen  
hebt, maak die  
dan waar'*

*Het afgelopen jaar stond voor Erica Terpstra (72) in het teken van terugkomen van ver weg geweest door langdurige malheur als gevolg van een levensbedreigende bacteriële infectie. Openhartig vertelt ze hoe ze bijna het hoofd liet hangen, maar toch de weg omhoog weer vond...*

**ALS U TERUGKIJKT OP 2016, WAT BETEKENDE DAN DIT JAAR VOOR U? ONDANKS ALLE TEGENSLAG TOCH WEER EEN JAAR OUDER EN RIJKER GEWORDEN ALS MENS?**

**I**k ben in ieder geval heel wat levenservaring rijker geworden. Voor mij was 2016 de afronding van veel malheur. Het was topsport om te revalideren en letterlijk weer op de been te komen, waarbij ik menig traan heb gelaten. Maar als ik nu terugkijk, is het niet de pijn, het verdriet en de twijfel - het laatste ook aan mezelf - waar ik aan denk, maar vooral aan de liefde van mensen die me gesteund hebben. Niet in het minst de lezers van MAX Magazine. Ik was verbaasd, maar ook enorm dankbaar, voor de vele reacties van mensen die mij een mailtje stuurden of een mooie kaart: 'Zet hem op, je kan het. We wachten op je, want we willen je reisprogramma weer zien.' Als je zo'n lange periode

MAX Magazine, vervolg op volgende pagina's



tegenslag op tegenslag krijgt, heb je af en toe een enorme dip. Dan helpt het ontzettend als naast goede familie en vrienden, iemand die je helemaal niet kent, laat weten dat hij meeleeft, zo lief."

**WAT WAS ER NU PRECIJS GEBEURD? HOE KRITIEK WAS UW SITUATIE?**

"Laat ik het zo samenvatten; ik mocht voor Omroep MAX de hele wereld over reizen. Ik heb alles aangepakt, alles gegeten en alles in mijn mond gestopt wat je je maar kan voorstellen. En ik kom terug in Nederland en krijg een Nederlandse bacterie in mijn been! Binnen de kortste keren was het echt kantje boord, ik moest gereanimeerd worden, heb in coma gelegen... Er is echt gevochten voor mijn leven. Vervolgens krijg je een terugval en zijn er extra complicaties, die weer andere malheur veroorzaken... Kortom, ik heb er het afgelopen jaar echt aan getwijfeld of ik überhaupt ooit nog uit mijn rolstoel zou kunnen."

**ZIJN ER MOMENTEN GEWEEST DAT ZELFS ERICA TERPSTRA HET LEVEN NIET MEER ZAG ZITTEN EN U DACHT: WAAROM MOET MIJ DIT OVERKOMEN?**

"Dat vragen meer mensen. Nou, dat heeft mijzelf ook verbaasd. Ik ben nooit boos geweest of bitter. Dat zou ook wel heel onterecht zijn geweest. Kijk, het zijn grote woorden, maar ik mag dat best zeggen: ik heb een prachtig, vol, rijk en verrassend leven gehad tot nu toe. En dat daar dan ook misère bijkomt, dat vind ik eigenlijk vanzelfsprekend. Dat is misschien ook wel de invloed van een meditatieve geest en een beetje boeddhisme; het komt zoals het komt. Dus, kom op, pak het aan."

**EN NU BENT U VAN PLAN OM 'GEWOON' HONDERD JAAR TE WORDEN ZOALS TIJDENS EEN VAN UW REIZEN VOORSPELD IS DOOR EEN WAARZEGGER?**

"Als dat zou kunnen, ik hoop dat ik volgend jaar weer mooie reisprogramma's mag maken, maar ik

maak niet zo veel plannen voor de toekomst. Ik leef zo veel mogelijk in het nu. Dat is ook wel iets wat ik ook de afgelopen periode nog meer heb geleerd. Als je dromen hebt, maak die dan waar. Hoeveel mensen zeggen er wel niet: eerst dat huis, of als we met pensioen gaan. Nee jongens, doe het nu, want je kan van de ene op de andere dag zo kwetsbaar worden. Ik dacht altijd dat ik altijd 35 zou blijven en de regie over mijn eigen leven had. Nou, daar ben ik behoorlijk van teruggekomen."

**ALS JE ZIEK BENT MOET JE JE OVERGEVEN AAN DE HULP VAN ANDEREN...**

"Die afhankelijkheid vond ik het moeilijkste te aanvaarden. Ik bepaal zelf heel graag hoe de regie eruit ziet, maar ik moest geholpen worden, ik kon helemaal niks. Zo moest ik bijvoorbeeld opnieuw leren lopen, ik had panische angst, zelfs met een heel hoge hangradiator durfde ik geen stap te zetten. Mijn jongste zoon kwam elke avond na zijn werk langs om vijf minuten te gaan lopen. Elke dag probeerde ik een smoes te verzinnen om hem af te bellen, zo bang was ik. Misschien lijkt ik wel altijd zo stoer, maar niet altijd dus.



*'Het was echt kantje boord, ik moest gereanimeerd worden, heb in coma gelegen...'*

Mijn neef Harald en nicht Mimi hebben het daarna overgenomen; ze kwamen iedere avond (!), even met me lopen, iedere dag ietsjes verder..."

**BENT U BANG VOOR DE DOOD?**

"Nee, helemaal niet. En ook niet geweest op kritieke momenten tijdens de afgelopen ellende. Ik heb het voorrecht gehad om de Dalai Lama te mogen interviewen en ik geloof heilig in reïncarnatie, dus in een serie van levens die je hebt. De Dalai Lama zegt over de dood: 'Doodgaan is als een oude jas die niet meer past, versleten is en vervangen moet worden door een nieuwe.' De dood is dus een overgang. Daar



*'Een leven zonder partner hoeft niet minder volwaardig of minder gelukkig te zijn'*

geloof ik ook in. Aan de andere kant, ik hang genoeg aan het leven en alle mooie dingen daarvan, dat ik graag richting de honderd wil."

**WAT ZOU U WILLEN ZIJN IN EEN VOLGEND LEVEN?**

"Dat is een interessante vraag. Ik zou graag de kans krijgen om warmte uit te stralen en iets voor andere mensen te mogen doen."

**U WILT DUS TERUGKOMEN ALS ERICA TERPSTRA?!**

"Haha, die mazzel zal ik wel niet hebben."

**NIET IEDEREEN HEEFT EEN LEVENSOVERTUIGING OF GELOOF, WAT ZOU U WILLEN ZEGGEN TEGEN MENSEN DIE WETEN DAT ZE NIET LANG MEER TE LEVEN HEBBEN?**

"Mijn ervaring na deze revalidatieperiode, waarin ik ook heel veel zieke mensen ben tegengekomen, is dat mensen vaak bang zijn voor de pijn en ellende voorafgaand aan het sterven dan het doodgaan zelf. Dat kan ik me goed voorstellen. Ik denk dat mensen

moeten weten dat als ze zo ziek zijn, ze omringd worden door professionele zorg van mensen die zullen proberen de ellende zo klein mogelijk te maken. Met een advies vanuit mijn levensovertuiging ben ik terughoudend. Ik geloof niet dat ik die wijsheid heb en wil ik niet interfereren in de overtuigingen die mensen zelf hebben."

**U BENT ZELF TOT HET BOEDDHISME GERAAKT, WAT SPREEKT U DAARIN HET MEESTE AAN?**

"Het boeddhisme zegt dat het er vooral om gaat in het leven dat je het beste uit jezelf probeert te halen. Met respect, liefde en compassie voor anderen. Dat spreekt mij heel erg aan. En wat ik heel mooi vind aan het boeddhisme, is dat het niet predikt de enige échte waarheid in pacht te hebben, wat je vaak bij andere godsdiensten ziet. We zien nu om ons heen waar dat toe kan leiden. Dat is overigens niet nieuw, maar van alle tijden. Wij als westerlingen hebben ook meegedaan aan kruistochten in de naam van het

geloof en vreselijke dingen gedaan in het verleden."

#### **WAT HEeft U INMIDDELS GELEERD VAN UW REISSERIE?**

"Erica op Reis' is begonnen als mijn persoonlijke

zoektocht: wat is nou eigenlijk de zin van het leven en wat gebeurt er na de dood? En dat onderzoeken door andere landen en culturen te bezoeken. Wat ik geleerd heb, is dat hoe groot de verschillen tussen mensen ook zijn, door de bank genomen zijn dat eigenlijk maar details. Want in alle verschillende culturen en levensopvattingen draait het uiteindelijk om diezelfde drie dingen: liefde,

respect en mededogen. Net zoals je zwart kunt zijn of wit, van binnen stroomt er bij iedereen rood bloed. Een andere overeenkomst: in elke cultuur worden mensen opgeroepen om de zin van het leven te vertalen in het beste uit jezelf halen. Op z'n Nederlands: woekeren met je talenten. Draag vanuit jouw talent - want ieder mens heeft een talent - iets bij aan het grotere geheel, hoe klein ook. Want niemand is hier alleen voor zichzelf..."

#### **WELKE ERVARING VAN 'ERICA OP REIS' STAAT VOOR ALTJD IN UW GEHEUGEN GEGRIFF?**

"Op de allerhoogste plek van mijn *bucketlist* stond allereerst een lang interview met *His Holiness* de Dalai Lama. Als tweede een bezoek aan het boeddhistische Myanmar, waarvan de uitzending op 30 december wordt uitgezonden. Dat is denk het juweeltje van deze reeks. Ik heb daar bijvoorbeeld het mooiste tempelcomplex op de hele wereld gezien. Op blote voeten heb ik daar een Boeddhabeeld mogen besprekelen dat correspondeert met mijn

geboortedag woensdag. Ze vertelden mij dat Obama - toevallig op dinsdag geboren, waar hij verder ook niks aan kan doen - twee weken daarvoor met blote voeten, op dezelfde plek naast mij had gestaan. Wow, denk ik dan, wat bijzonder..."



*'Ik hoop dat ik volgend jaar weer mooie reisprogramma's mag maken, maar ik maak niet zo veel plannen voor de toekomst'*

#### **IS UW VOLLE OMVANG NOG IETS WAARMEE U OMWILLE VAN UW GEZONDHEID AAN DE SLAG WILT IN HET NIEUWE JAAR?**

"Dat is voor mij geen onderwerp, ik denk dat het gewoon een beetje bij me hoort. Ik ben natuurlijk een periode heel erg afgevallen, en er is nog steeds de helft af, maar geleidelijk komt het er toch weer bij. Noem dat nou maar een van mijn zwakheden. Want het vliegt er niet aan vanwege de lucht, maar gewoon omdat ik het allemaal zo lekker vind. Ja, mijn liefde voor het leven, daar valt ook mijn bourgondische inslag onder..."

#### **U BENT AL HEEL LANG ALLEEN. MIST U WELEENS EEN PARTNER?**

"Dat een leven zonder partner minder volwaardig of gelukkig zou zijn, gaat niet altijd op. Waar het om gaat, is dat je voldoende liefde om je heen hebt, dat hoeft niet bepaald te worden door een partner. Dat kan ook door een heleboel andere mensen gebeuren en zo is dat ook voor mij. En ik ben al zo lang zonder vaste partner, dat ik het heerlijk vind om alleen te zijn. Om me even terug te kunnen trekken en tot rust te komen van dat hectische en lawaaiige leven dat ik heb."

#### **TOT SLOT, U DRAAGT BIJNA ALTJD EEN BIJZONDERE BROCHE. HET VERHAAL DAARACHTER DRAAGT U ALS EEN GEHEIM MET U MEE. GAAT DAT MEE IN UW GRAF?**

"Ik denk het wel, dat verhaal is zo iets speciaals en zo privé, dát hou ik voor mezelf." ■

## Nieuwsgierig openstellen

Erica Terpstra is dit keer in Israël. In Jeruzalem bezoekt ze de Klaagmuur en de Heilig Grafkerk. Ook gaat ze in deze **Erica op reis** naar een school waar Arabische én Israëliëse kinderen samen in de klas zitten.

En dat is best bijzonder in een

land waar het van oudsher niet botert tussen beide bevolkingsgroepen. Erica reist vervolgens door naar Bethlehem en de noordelijke stad Safed, waar ze zich verdiept in de joodse mystieke leer kabbala. De presentatrice laat in haar reizen vaak de spirituele kant van een land zien, "maar ik ga daar geen oordeel over geven", vertelt ze. "Mijn kijkers moeten zelf bepalen wat ze ervan vinden." Toch wil ze hen nog wel wat meegeven: "Stel je open, wees nieuwsgierig en heb waardering en respect voor elkaar."

meegewe-

[NPO 1 | MAX  
| 22.20]



NCRV Gids

# Erica Terpstra terug

Erica Terpstra (73) balanceerde in 2014 en 2015 tussen leven en dood en had nagenoeg heel 2016 nodig om te revalideren. De Olympische medaillewinnares en voormalige politica vocht zich echter terug. Daarvoor had ze een bijzondere reden; ze heeft contact gekregen met haar eerste grote liefde.

FOTO'S: OMROEP MAX

**E**rica Terpstra had vele redenen om te vechten toen ze eind 2014 ernstig ziek werd; haar liefde voor haar kinderen en kleinkinderen, haar werk bij Omroep MAX en het gevoel dat ze nog niet klaar was. Inmiddels is er een extra reden... Erica heeft namelijk weer contact met haar eerste grote liefde, die ze eind jaren vijftig leerde kennen. Zij was toen 15 jaar oud, hij is 7 jaar ouder. Erica werd smoorverliefd op hem. 'Hij speelde waterpolo, was 22 en zag me helemaal niet staan. Ik was zo teleurgesteld dat ik mijn enige gedicht ooit heb geschreven', vertelde Erica onlangs. Ze heeft weliswaar altijd contact gehouden met haar eerste liefde, maar ze heeft hem inmiddels al meer dan 30 jaar niet gezien. Dat gaat binnenkort wel gebeuren, wanneer Erica naar Colombia vliegt.

## Flarden

Enige hoop dat de liefde opnieuw opbloeit heeft de voormalige VVD-politica niet. 'Hij is 80 nu en al tijden getrouwd met een Colombiaanse', aldus Erica. Toch is de hernieuwde kennismaking iets om naar uit te kijken, zeker omdat Erica beseft dat ze een nieuwe kans in het leven heeft gekregen. Helemaal



## g bij eerste liefde Zij was 15 jaar, hij 22...

de oude is ze nog niet. Ze loopt met twee stokken en gebruikt af en toe een rollator, maar dat is al een stuk beter dan vorig jaar. 'Tot juli van dit jaar heb ik soms werkelijk gedacht dat ik nooit meer uit die rolstoel zou komen', vertelde Erica in een interview met het AD.

Voor het eerst heeft ze ook uitgebreid verteld wat er destijds in 2014 mis is gegaan. Aan het AD vertelde ze: 'Ik weet nog flarden. Het is onze familietraditie de kerstboom pas op de avond voor kerst in huis te halen en op te tuigen. De boom was er, maar van versieren is het niet gekomen. Ik voelde me ineens zo ontzettend ziek. Ben met een ambulance afgevoerd, geneesmeester en heb zelfs even in coma

gelegen. Ik kan me mijn zoons nog herinneren die aan mijn bed zelden: 'We halen je hier wel doorheen, mam'. Toen ik echt weer bij mijn positieven was, was het al het al lang en breed 2015, was ik enkele keren geopereerd en gelukkig buiten levensgevaar'.

De periode in het ziekenhuis was een ware hel. Erica wist op een gegeven moment niet meer wie ze was en deed rare dingen. Aan de krant vertelde ze: 'Ik heb zelfs een delirium gehad, helemaal van het padje af. Ben met m'n geopereerde been en open wonden uit mijn ziekenhuisbed gestapt. Ze hebben mijn been ternaauwemood kunnen redden.' Bang om te sterven was ze niet.

Erica gelooft in reïncarnatie en is er dus van overtuigd dat het leven doorgaat. Toch won haar wil om te leven het. Daarvoor moest ze wel een gigantisch gevecht leveren.

## Vele dips

Ze moest bijna alles opnieuw leren en verbleef lange tijd in het Militair Revalidatie Centrum in Doorn, waar ze samen met soldaten trainde. Die mannen en vrouwen in het centrum waren een enorme steun voor haar, net als haar zoons, de kleinkinderen en een neef en een nicht die dagelijks met haar kleine wandelingen kwamen doen. Haar jaarclub uit haar Leidse studententijd stelde zelfs een heel schema voor haar op, zodat ze dagelijks iemand op

bezoek had. Hoewel Erica bekendstaat om haar positieve levenshouding en ze veel mensen een hart onder de riem heeft weten te steken, had ze grote moeite om dat bij zichzelf te doen. Ze had tijdens haar revalidatie vele dips, veroorzaakt door pijn, verdriet of paniek. Maar dan waren er mensen die haar konden troosten of haar toch weer aan het lachen maakten. Het hielp wel en afgelopen augustus kon Erica weer op reis gaan. Ze reisde naar Hongkong, Suriname, Israël en Myanmar. Binnenkort gaat ze op reis naar Colombia, waarvan het hoogtepunt - de ontmoeting met haar eerste liefde - dus nu al bekend is.

Weekend

## HOE LANG KAN ERICA NOG OP REIS GAAN?



Het programma Erica Op Reis is een van de grote successen van Omroep MAX. Bij MAX werd er niet meteen gezocht naar een vervanger toen Erica ziek werd. In tegenstelling tot Heel Holland Bakt, waar de rol van Martine Bijl werd overgenomen door André van Duin, hing het reisprogramma juist heel erg aan de presentatrice. Dus wachtte men bij MAX rustig het moment af dat Erica zelf weer op reis kon gaan. Inmiddels wordt er bij de omroep aan nieuwe afleveringen gewerkt, maar men beseft ook dat het format van het programma zich leent om ook met andere bekende gezichten te maken. De kans bestaat dus dat ook andere BN'ers in de toekomst op reis kunnen gaan namens MAX. Zo hoopt men het populaire programma nog lang te kunnen laten bestaan. Erica heeft alweer de nodige reizen gemaakt, maar dat ging niet meer zo makkelijk als voorheen. Bij het opnemen van de eerste reis kon Erica bijvoorbeeld nog niet 'los' staan. Daarom werd ze steeds ergens neergezet waar ze tegen iets aan kon leunen. Ook bij de andere reizen werd er rekening gehouden met haar beperkte mobiliteit. Bij MAX, de omroep van de ouderen, vindt men dat geen probleem, maar tegelijkertijd is men daar ook realistisch. Dat men met sommige mensen op het hoogtepunt wil stoppen bleek toen er aan het veelbekeken programma Sterren Op Het Doek van Hanneke Groenteman ineens een eind kwam. Hanneke gaf aan nog wel met het programma door te willen gaan, maar de omroep dacht daar anders over...

### 3. Televisie



Tijd voor MAX, 13 oktober 2016, vanaf 27.40.

<http://www.omroepmax.nl/tijd-voor-max/uitzending/tv/tijd-voor-max-donderdag-13-oktober-2016/>



Tv Show, 6 november 2016. Vanaf 1.26.

[http://www.npo.nl/tv-show/06-11-2016/AT\\_2071077](http://www.npo.nl/tv-show/06-11-2016/AT_2071077)



Koffietijd,

<http://www.rtlxl.nl/#!/koffietijd-9182/6076ed74-20f2-35f7-ae79-75ebcc4148d6>



Tijd voor MAX, 22 december 2016, vanaf 1.50.

<http://www.omroepmax.nl/tijd-voor-max/uitzending/tv/tijd-voor-max-donderdag-22-december-2016/>



Pauw,

[http://www.npo.nl/pauw/10-11-2016/VARA\\_101380221/POMS\\_VARA\\_5941287](http://www.npo.nl/pauw/10-11-2016/VARA_101380221/POMS_VARA_5941287)



RTL Live,

[http://www.rtlive.nl/item/10428/rtl live aflevering dinsdag 3 januari](http://www.rtlive.nl/item/10428/rtl_live_aflevering_dinsdag_3_januari)



### Emotionele kerstdagen voor Erica Terpstra

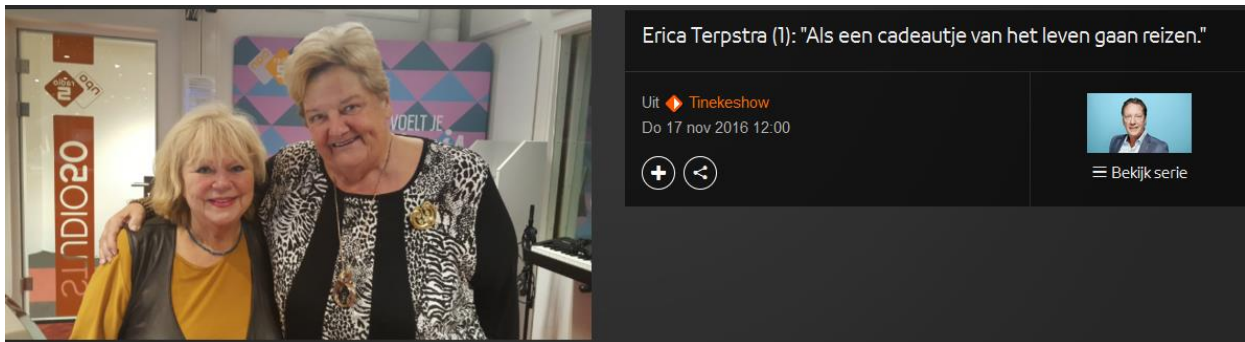
Donderdag 29 december 2016, 19.12 uur - 2 minuten

Erica Terpstra kan eindelijk weer genieten van de feestdagen. Twee jaar geleden staat haar leven totaal op z'n kop als ze een ernstige bacteriële infectie in haar been oploopt. Ze brengt de kerst door op de intensive care en een jaar later is ze in de decembermaand nog steeds aan het revalderen. Dit jaar is alles anders, het leven lacht Erica eindelijk weer toe.

Shownieuws,

<https://www.kijk.nl/sbs6/shownieuws/videos/ioDaAwtznero/emotionele-kerstdagen-voor-erica-terpstra>

## 4. Radio



**TinekeShow,**

[http://www.npo.nl/tinekeshow/17-11-2016/RBX\\_MAX\\_4528964/RBX\\_MAX\\_6052866](http://www.npo.nl/tinekeshow/17-11-2016/RBX_MAX_4528964/RBX_MAX_6052866)

[http://www.npo.nl/tinekeshow/17-11-2016/RBX\\_MAX\\_4528964/RBX\\_MAX\\_6052866](http://www.npo.nl/tinekeshow/17-11-2016/RBX_MAX_4528964/RBX_MAX_6052866)



Etkdom In De Ochtend,

[http://www.npo.nl/ekdom-in-de-ochtend/11-11-2016/RBX VARA 2933962/RBX VARA 5966412](http://www.npo.nl/ekdom-in-de-ochtend/11-11-2016/RBX_VARA_2933962/RBX_VARA_5966412)

## WERKEN TUSSEN KERST EN OUD EN NIEUW? ZELF DE SLINGERS OPHANGEN!

Koos Tervooren  
dinsdag 27 december 2016, 8:21



▶ **LUISTER** Erica Terpstra: 'Zelf je slingers ophangen'

▶ **LUISTER** Mark Verhees: 'Wees lekker creatief'

▶ **LUISTER** Arnold Vandertyde: 'Zie het perspectief van later'

Ben je op weg naar kantoor voor een dag in je eentje? Zitten je collega's lekker thuis? Of brakken ze uit van een avondje glühwein tijdens de après-ski? Werken tussen kerst en oud en nieuw is voor niemand leuk. BNR vroeg een aantal motiverende sprekers om je de dagen door te helpen.

Erica Terpstra heeft goede raad: 'Je moet je eigen slingers ophangen.' Dat gaat als volgt: 'De eerste de beste die je op je werk tegenkomt, daar doe je iets aardigs voor.'

BNR Nieuwsradio,

<https://www.bnr.nl/nieuws/lifestyle/10315804/werken-tussen-kerst-en-oud-en-nieuw-zelf-de-slingers-ophangen>

## 5. Online

**Radio.NL**

MEDIANIEUWS FREQUENTIES LUISTER RADIO DAB

### Nieuw seizoen van Erica op Reis bij Omroep Max

Erica op Reis komt terug. Erica Terpstra pakt voor het vijfde seizoen haar koffers en reist af naar de meest uiteenlopende bestemmingen. Ze ontmoet wederom inspirerende mensen en leert bijzondere culturen kennen. Erica reist in dit seizoen voor Omroep Max af naar Hong Kong, Suriname, Myanmar, Israël en Colombia.

Erica op Reis start vanaf vrijdag 11 november 2016 om 22.20 uur op NPO 1.

Hierin staan de mensen uit Hong Kong centraal, een week later uit Suriname. Erica leert lokale bewoners kennen en laat zich onderdompelen in onbekende culturen, rituelen en gewoontes.



#### Hong Kong

In de eerste aflevering van het nieuwe seizoen bezoekt Erica Terpstra de Chinese metropool Hong Kong.

*"In die fascinerende mix van oosterse en westerse cultuur dompelt ze zich als vanouds onder in lokale gewoonten en gebruiken. Zo gaat Erica op spreekuur bij een traditionele Chinese dokter en bezoekt ze een boeddhistische gemeenschap die geldt als grondlegger van de mindfulness. Ook de lokale keuken kan rekenen op haar warme belangstelling", zo meldt de NPO. [Radio.NL]*



Radio.nl, <http://radio.nl/811732/nieuw-seizoen-van-erica-op-reis-bij-omroep-max>



▲ Erica op reis @ Omroep Max

## Bijna miljoen kijkers voor Erica op reis

**KIJKCIJFERS** | De eerste aflevering van het nieuwe seizoen van Erica op reis heeft gisteravond 951.000 kijkers getrokken. Dat blijkt uit cijfers van Stichting KijkOnderzoek.

Redactie 12-11-16, 08:53 Laatste update: 13-11-16, 05:02 Bron: BuzzE

f 36 t 3 e 0 6 reacties

Een vijfde seizoen van het populaire Omroep MAX-programma liet op zich wachten omdat de oud-zwemster lange tijd kampte met een bacteriële infectie aan haar been. Hierdoor moest ze bijna een jaar lang revalideren.

The Voice of Holland vaagde, net als vorige week, de concurrentie weg en wist verreweg de meeste kijkers te trekken. Ruim 2,7 miljoen mensen stemden af op de The Blind Auditions.


Gisteravond was er in verschillende programma's ook veel aandacht voor de maandag overleden Leonard Cohen. Zo haalde Matthijs van Nieuwkerk in de Wereld draait door herinneringen op aan de muzikant. Hier keken bijna 1,5 miljoen mensen naar. De documentaire Leonard Cohen - I'm your man uit 2009 in het Uur van de Wolf trok 169.000 kijkers.

AD, <http://www.ad.nl/show/bijna-miljoen-kijkers-voor-erica-op-reis~a7ce509f/>



© MAX

## Bestemming Colombia voor Erica Terpstra <sup>(2016)</sup>

6 januari 2017, 22:20 - 23:10 uur  NPO 1



**INFORMATIEF** Erica Terpstra pakt het vliegtuig naar Colombia. Dit Zuid-Amerikaanse land is haar vijfde en tevens laatste bestemming in deze reeks *Erica op reis*.

Lange tijd leek het erop dat de reislustige presentatrice geen nieuw seizoen van *Erica op reis* kon maken. Vanwege een ernstige bacteriële infectie aan een been was ze twee jaar uit de roulatie. De situatie was zorgwekkend; Erica belandde op de intensive care en werd zelfs gereanimeerd.

### Emotioneel

Dat ze toch weer nieuwe afleveringen van het succesvolle reisprogramma kon maken, noemt ze dan ook een wonder. "De eerste keer dat ik weer in een vliegtuig zat en op reis kon, dacht ik: 'yes! Eindelijk!' En dat was ook wel een emotioneel moment."

TV Gids, <http://www.tvgids.nl/bestemming-colombia-voor-erica-terpstra/artikel/123147/>

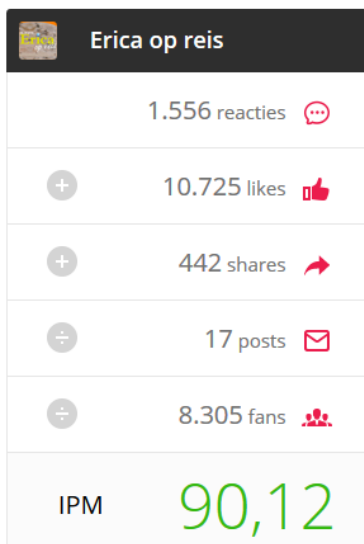
## 6. Sociale media

Het gesprek rondom het programma vond voornamelijk plaats op Facebook, met zo'n **8.300 fans** en een bereik van **312.448 personen**. Sterker nog, de Facebookpagina is sinds november met maar liefst **4.000 fans** gestegen! Tijdens de uitzending konden kijkers meepraten met de hashtag #ericaopreis (én trending topic tijdens uitzending), waarop we vanuit het Twitter account @ericaopreis reageerden. Daarnaast werd er op Twitter ook gemonitord op kernwoorden, zoals "Erica Terpstra", zodat op alle berichten over het programma kon worden ingehaakt.

Totaal zijn er tijdens de uitzendperiode ruim **800.000 personen** bereikt via het Facebook account van het programma. Op Twitter spraken **730 personen** tijdens de uitzendperiode over het programma, waarmee er **ruim 4,2 miljoen impressies** (*weergaven*) zijn gerealiseerd. Naast de eigen sociale media accounts, is het programma aangejaagd op andere relevante MAX-accounts, waaronder MAX Vandaag, MAX Documentaires, MAX Magazine en natuurlijk Omroep MAX.

Op Facebook zijn er in totaal 40 berichten geplaatst, waarvan 34 op de fanpagina van het programma gedurende een periode van ruim twee maanden. Fans bleken erg betrokken; het IPM (interactie per 1000 fans) lag gemiddeld dan ook ver bovengemiddeld. Zeker het vaak delen van de berichten heeft bijgedragen aan een torenhoog bereik van de posts.

Zie hieronder een overzicht van de afgelopen 30 dagen:



### SOCIALE MEDIA RESULTATEN UITZENDPERIODE 2016 (week 45 t/m week 1)

- Aantal berichten: **1.556**
  - waarvan **1.291 tweets** via Twitter
  - **244 posts** via Facebook (openbare berichten, geplaatst op profielen. Dit is dus exclusief alle berichten en reacties op de fanpagina)
  - **14 posts** via Instagram
- Aantal auteurs: **897**
- Bereik: **4.234.547 impressies**




- Piek berichten: **vrijdag 11 november** (uitzending Hong Kong)
- Trending onderwerpen: **myanmar + indrukwekkend + ritueel**

## TOP POSTS

### - Facebook #1

**Erica op reis**  
Gepubliceerd door Max Collaborateur (P) · 17 november 2016 ·

Morgen gaan we met Erica op Reis naar het prachtige Suriname!  
Vrijdag om 22.20 uur, op NPO 1.



Erica op Reis Suriname promo  
0:21

192.544 bereikte personen Bericht promoten

1,1K Reageren 278 reacties 1,1K keer gedeeld

Leuk Reageren Delen

**192.544** Bereikte personen

**78.695** Videoweergaven

**8.601** Reacties, opmerkingen en deelacties

|                |                   |                        |
|----------------|-------------------|------------------------|
| 5.679 Leuk     | 1.061 Op bericht  | 4.618 Op deelacties    |
| 472 Geweldig   | 136 Op bericht    | 336 Op deelacties      |
| 13 Grappig     | 0 Op bericht      | 13 Op deelacties       |
| 4 Verbluft     | 0 Op bericht      | 4 Op deelacties        |
| 1 Verdrietig   | 0 Op bericht      | 1 Op deelacties        |
| 1 Boos         | 0 Op bericht      | 1 Op deelacties        |
| 1.213 Reacties | 409 Op bericht    | 804 Op gedeeld bericht |
| 1.226 Gedeeld  | 1.133 Van bericht | 93 Op gedeeld bericht  |

**24.443** Klikken op berichten

|                               |                    |                        |
|-------------------------------|--------------------|------------------------|
| 5.173 Klikken om af te spelen | 20 Klikken op link | 19.250 Overige klikken |
|-------------------------------|--------------------|------------------------|


**NEGATIEVE FEEDBACK**

|                        |                                |
|------------------------|--------------------------------|
| 24 Bericht verbergen   | 6 Alle berichten verbergen     |
| 0 Rapporteren als spam | 0 Pagina niet meer leuk vinden |

### - Facebook #2

**Erica op reis**  
Gepubliceerd door Max Collaborateur (P) · 22 november 2016 ·

Een mooie boodschap uit Suriname...



Erica op Reis - Suriname  
0:29

131.007 bereikte personen Bericht promoten

725 Reageren 47 reacties 803 keer gedeeld

Leuk Reageren Delen

**131.007** Bereikte personen

**44.962** Videoweergaven

**4.694** Reacties, opmerkingen en deelacties

|              |                 |                        |
|--------------|-----------------|------------------------|
| 3.181 Leuk   | 604 Op bericht  | 2.577 Op deelacties    |
| 391 Geweldig | 121 Op bericht  | 270 Op deelacties      |
| 8 Grappig    | 0 Op bericht    | 8 Op deelacties        |
| 4 Verbluft   | 0 Op bericht    | 4 Op deelacties        |
| 1 Verdrietig | 0 Op bericht    | 1 Op deelacties        |
| 271 Reacties | 49 Op bericht   | 222 Op gedeeld bericht |
| 842 Gedeeld  | 803 Van bericht | 39 Op gedeeld bericht  |

**16.484** Klikken op berichten

|                               |                    |                        |
|-------------------------------|--------------------|------------------------|
| 6.041 Klikken om af te spelen | 32 Klikken op link | 10.411 Overige klikken |
|-------------------------------|--------------------|------------------------|

**NEGATIEVE FEEDBACK**

|                        |                                |
|------------------------|--------------------------------|
| 14 Bericht verbergen   | 5 Alle berichten verbergen     |
| 0 Rapporteren als spam | 0 Pagina niet meer leuk vinden |

### Beste tweet van @Ericaopreis

**Erica op Reis**  
@ericaopreis

Zou jij Israël eens willen bezoeken?  
[#EricaopReis](#)

57% Ja, graag!

30% Ik ben er al geweest

13% Nee

23 stemmen · Uitslag

### Beste tweet over #Ericaopreis

**Raymond Pichon**  
@Rkra82

Bijna ademloos zitten kijken van al het moois en leerzaams. Wat een geweldig programma is het toch. [#ericaopreis](#)

RETWEETS 2 VIND-IK-LEUKS 4

14:00 - 30 dec. 2016

1 2 4

**Rooszzaa** @rooszzaa · 31 dec. 2016  
@Rkra82 echt he?!!!! Zo mooie aflevering gisteren. Heb ook met open mond zitten kijken.

1

## 7. Marketing

De TV serie  
**Erica**  
*op reis*  
**Is terug bij MAX!**

*Eindelijk* stapt Erica weer in het vliegtuig! In het nieuwe seizoen bezoekt MAX' eigen reislegende Hong Kong, Suriname, Myanmar, Israël en Colombia

**MAX**  
ERICA OP REIS  
Vanaf vrijdag 11 november om 22.20 uur Presentatie: Erica Terpstra

**npa**  
**I**

[www.omroepmax.nl/ericaopreis](http://www.omroepmax.nl/ericaopreis)  
[www.facebook.com/EricaopReis](https://www.facebook.com/EricaopReis)  
#EricaopReis | @EricaopReis

Advertentie in MAX Magazine