

mag het licht wilt?

We blijven slapen bij
Yvonne Coldewijer.

interview **Fleur Baxmeier**
fotografie **Valentina Vos @ Witman Kleipool**



Rugklachten 'Mijn bed is een *cheap* exemplaar van Ikea, maar ik heb een heel duur matras van Auping. Een tijdlang sliep ik niet lekker doordat ik last had van mijn rug. Ik had zo'n flauw vermoeden dat het weleens aan mijn matras kon liggen. Dat bleek te kloppen, want alle rugklachten behoren tot de verleden tijd sinds ik een Auping in huis heb gehaald.'

Offday 'De slaapkamer is voor mij geen relaxplek. Als ik soms een offday heb, dan vind ik het gezelliger om het gevoel van het bed mee te nemen naar de woonkamer: dekbed op de bank, diep onder de dekens kruipen, de hele dag netflixen en pizza's bestellen. Dat vind ik uitiem *comforting*.'

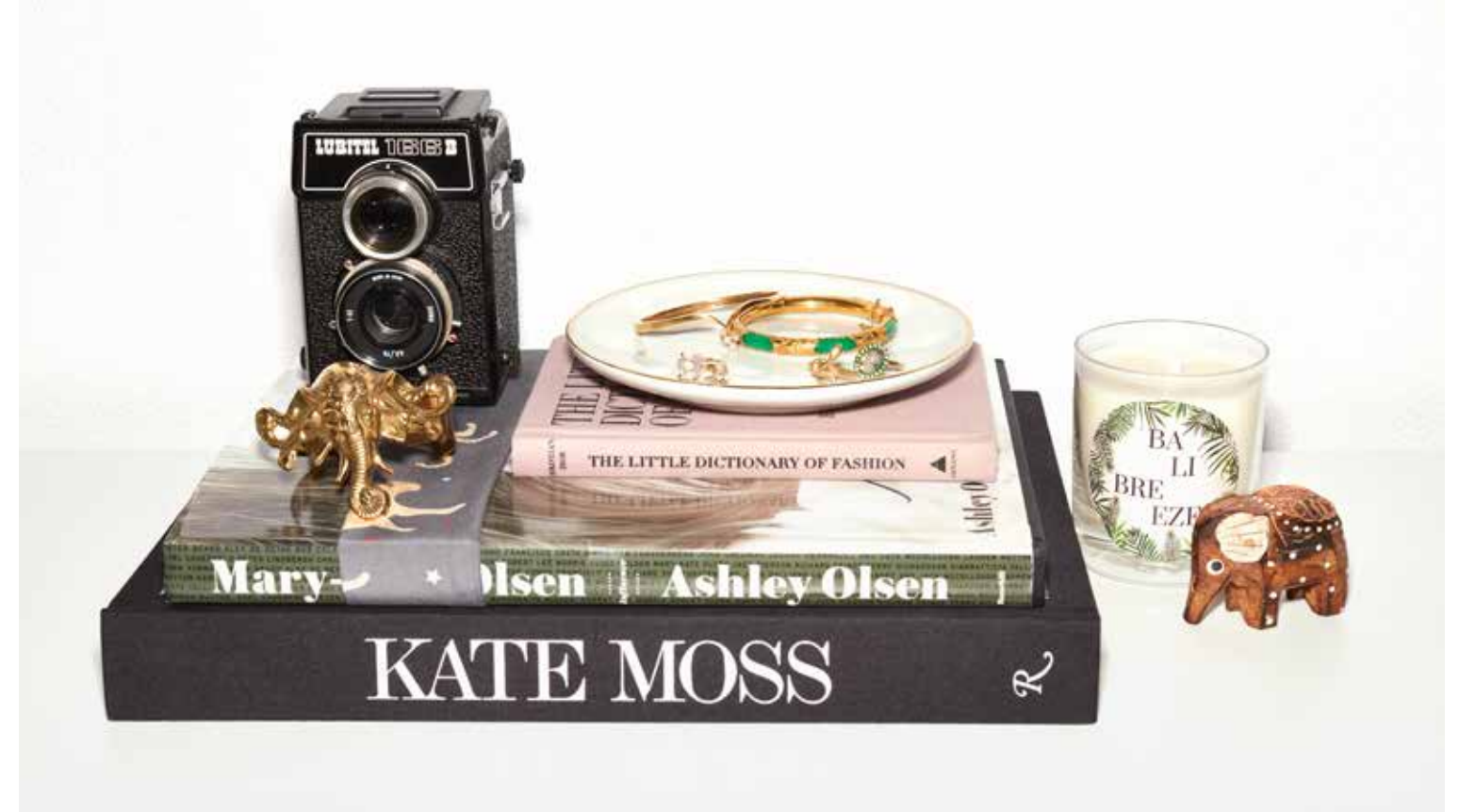
Slaaphouding 'Embryostijl. Als een schildpad. Aan mijn eigen kant. Van ex-vriendjes heb ik weleens gehoord: 'Lekker gezellig ben jij, het liefst lig je zo ver mogelijk bij me vandaan.' Ik slaap slechter als er iemand naast me ligt. Onbewust ben je toch de hele tijd met die persoon bezig. Je hoort geluidjes die je anders niet hoort. Ik erger me er niet aan, maar ik ben constant op mijn hoede: wat gaat er gebeuren?'

Klokkenspel 'Ik heb in dit huis een tijdje samengewoond met mijn ex. De klok boven mijn bed gaf eerst de tijd van Sydney aan, omdat hij uit Australië komt. Nadat ik had ontdekt dat hij me bedroog met meerdere vrouwen, heb ik de klok weggehaald. Maar ja, toen zat er een gat in de muur. Ik dacht eerst aan een schilderij. Dat bleek nog vrij lastig. Omdat ik een tijdje in New York heb gewoond, dacht ik: ik doe gewoon New York. Daarna heb ik de hele vloer uit mijn appartement gehaald, omdat ik geen vloer wilde waar hij met z'n voeten over had gelopen.'

Slobberdingen 'Ik heb een kast vol prachtige lingersetjes van Victoria's Secret die ik 's nachts zou kunnen dragen, maar ik ga gewoon eerlijk zijn: ik draag slobberdingen. Dat kan alles zijn wat voor het grijpen ligt en er comfortabel uitziet: een joggingbroek, een shirt, soms een hoodie. Ik ben een koukleum en kan niet slapen zonder kleren of een warm dekbed. Zelfs als het hoogzomer is, lig ik lekker onder mijn dekbedje.'

Dromen zijn bedrog 'Ik weet dat iedereen droomt, maar voor mijn gevoel droom ik nooit. Het fenomeen nachtmerries ken ik ook niet. Als kind was het al: liggen, slapen, wakker worden. Ook als het onweerde of keiharde stormde. Ik was nooit angstig. Dat ben ik nog steeds niet. Als ik in bed wakker lig, dan heeft dat altijd met m'n werk te maken. Ik probeer gepieker op tijd te voorkomen door mijn gedachtes te kalmeren: het komt wel goed, die dingen kun je morgen ook wel doen, wat is het ergste wat er kan gebeuren? Dat werkt goed.'

Nachtbraker 'Later op de avond krijg ik de beste ideeën voor



styling Teuntje Asveld, haar en make-up Christel Man, met dank aan A.la, Nuvo-Niche, Ganni, Prada via Shoebaboo, Gucci via Shoebaboo, Lyppens, H&M Home, Tom Ford, 4711, Byt Oak, Magic Bodyfashion, Marie-Stella-Maris

mijn vlogs. Ik kan niet slapen voordat ik alles heb verwerkt of opgeschreven, anders blijf ik ermee in mijn hoofd zitten. Meestal ga ik daardoor niet voor één uur 's nachts slapen. In bed kijk of lees ik niets meer. Zelfs niet op mijn telefoon. M'n MacBook ligt wel standaard naast m'n hoofdkussens, voor het geval ik 's nachts een briljante ingeving krijg die ik wil onthouden.'

Logeerpartijtjes 'Sinds het uit is met m'n ex, slaap ik alleen in mijn bed. Als ik weleens date met een leuke man, dan ga ik met hem mee naar huis. Ik ben erg gevoelig voor energieën en laat niet zomaar iemand toe in m'n slaapkamer of m'n bed. Stel je voor dat er iemand een nachtje blijft slapen en het is toch niet zo leuk als gedacht... Ik krijg het al benauwd bij het idee.'

Pikkedonker 'Een goed gordijn is onmisbaar in de slaapkamer. Ik slaap vrij licht en word wakker als ik ook maar het minste licht zie. Toen ik jonger was, sliep ik regelmatig bij vrienden en vriendinnen in de woonkamer. Dat was vreselijk. Ik kan alleen slapen als het pikkedonker is.'

Badritueel 'De laatste tijd stap ik voordat ik ga slapen vaak even in bad. Kaarsen aan, serie kijken op de laptop. Meestal duurt dat niet langer dan tien minuten hoor, want dan krijg ik het bloedheet. In bad haal ik mijn make-up eraf met warm water en lotion. Ik heb een heel gevoelige huid, dus er gaat na het bad alleen een beetje crème van Eucerin op. En ik poets mijn tanden. *That's it!* •

Yvonne Coldeweijer (30) werd in 2010 bekend als Keet! van *Telekids*. Inmiddels is ze het gezicht van haar eigen populaire YouTube-kanaal Life of Yvonne. Ze woont in Amsterdam.