

# ‘Laat het leven je meevoeren’

Onlangs nam **Olga Commandeur** (64) afscheid als presentatrice van *Nederland in beweging*. Ze begint aan een nieuwe levensfase, vol nieuwe uitdagingen. ‘Ik heb geleerd te kijken naar wat nog wel kan.’

TEKST: BRAM DE GRAAF

**“Ik zit met mijn pootje omhoog”, zegt Olga Commandeur aan de telefoon.** De oud-atlete en -presentatrice van *Nederland in beweging* is geopereerd aan een hamerteen, een erfenis van het sporten. “De laatste jaren deed dat steeds meer pijn.”

Wel jammer met dit mooie weer, verzucht ze. “Ik ben gek op golfen. Afgelopen weekend vergezelde ik Frank op een internationaal golftoernooi en zat me op het terras te verbijten. Maar ik zoek dan altijd iets anders om van te genieten, zoals de natuur en het mooie weer. Zo ben ik ingesteld. Het is iets wat ik al jong leerde, een belangrijke levensles. Altijd dacht ik bij tegenslag: wat kan nog wel? Al heb ik momenteel erg veel zitvrees, haha.”

Deze zomer was Olga na 23 jaar voor het laatst te zien in *Nederland in beweging*. Stoppen was een weloverwogen besluit, in april 2022 genomen. “Elk jaar namen we in drie weekenden in mei en juni alle afleveringen voor een heel jaar op. Hartstikke leuk en gezellig, maar ook intens. Die zes dagen werden naarmate ik ouder werd steeds zwaarder, zowel fysiek als mentaal. Ik droeg de verantwoordelijkheid voor heel het team. Stel dat ik geblesseerd raak? Ik kreeg steeds meer last van

die hamerteen, ik had al een nieuwe knie. Ik moest superfit zijn en kon geen risico’s nemen, zo heb ik al zestien jaar niet meer geskied. In oktober word ik 65 en ik voelde de druk groeien. Daarom zei ik vorig jaar tegen Omroep MAX: ‘Ik stop.’”

**Luchtte dat op?**

“Het deed best pijn. Want ik vond het nog ontzettend leuk, het was toch mijn kindje. Ik mocht het vanaf dag één presenteren. Maar ik heb het losgelaten, het voelt nu goed. De enige keer dat ik een beetje weemoed kreeg, was bij de verschijning van de publiciteitsfoto’s van mijn medepresentator Duco Bauwens met opvolgster Barbara de Loor. Toen realiseerde ik me: ik ben vervangen, het is écht klaar.”

**Wat mis je het meest?**

“Het werk gaf veel voldoening, met veel blij reacties overal vandaan. Ik ga nog wel door met ▶

**‘Ik moest superfit zijn en kon geen risico’s nemen’**



## 'Door mijn prestaties werd ik bewonderd'

workshops en presentaties over de noodzaak van bewegen door heel het land. Maar ik weet: uit het oog, uit het hart. De aandacht zal minder worden, de agenda leger. Er komen vast nieuwe dingen op mijn pad."

Olga groeide op in IJmuiden, als jongste van een warm gezin met vijf kinderen. Haar vader werkte bij Hoogovens, haar moeder maakte kleding.

### Levensloop Olga Commandeur

- 1958 geboren op 30 oktober als Olga Alida Divera Commandeur
- 1972 gaat aan atletiek doen
- 1975 wint de 800 meter op de Europese kampioenschappen voor junioren
- 1976 slaagt voor haar havo-examen
- 1977 - 1984 diverse malen Nederlands kampioen 800m, 400m horden, vijfkamp
- 1983 rondt de Academie voor Lichamelijke Opvoeding (ALO) af
- 1984 haalt halve finale op Olympische Spelen in Los Angeles met de 400 meter horden
- 1984 start radioprogramma *NOS Sportief*
- 1987 trouwt met vriend en boogiewoogiepianist Jaap Dekker, ze krijgen twee kinderen Dennis (1988) en Chantal (1989)
- 2000 gaat *Nederland in beweging* presenteren
- 2001 echtscheiding van Dekker
- 2008 start eigen bedrijf: Olga Commandeur ProMotions
- 2011 rondt opleiding tot Vitaliteitscoach/Medical trainer af
- 2015 trouwt met Frank Maanders
- 2017 verschijning boek *Wat beweegt jou?*
- 2023 stopt met *Nederland in beweging*

"Met mijn handen bezig zijn leek me ook leuk, dus ik wilde naar de huishoudschool. Het is de enige keer dat mijn ouders tegen mijn keuze ingingen: ik moest naar de havo, vonden ze. Hun belangrijkste levensles is altijd geweest: volg je hart. Maar voor die ene keer dat het niet kon, ben ik ze nog altijd dankbaar."

#### Hoe was jouw jeugd?

"Ik had slechte ogen, met vier jaar droeg ik al een sterke bril. Kinderen scholden me uit voor 'brillenjood'. Ik kreeg een minderwaardigheidscomplex en werd heel verlegen. Maar zodra we gingen rennen of spelletjes deden, stond ik vooraan. Daarom raadde een leraar me aan om op atletiek te gaan. Ik had meteen succes. Mijn vader – ik was zijn oogappeltje – vond het geweldig dat ik uitblonk in sport, iets wat hemzelf niet was gelukt vanwege een slechte knie. Door mijn prestaties werd ik bewonderd. Op mijn veertiende kreeg ik in Het Oogziekenhuis Rotterdam contactlenzen, dat was toen nog iets bijzonders. Daarmee voelde ik me zekerder. Maar die kinderfase waarin je zelfvertrouwen opbouwt, heb ik gemist. En dat haal je op latere leeftijd niet meer zo gauw in."

#### Heb je door het sporten veel gemist?

"Zo voelde ik het destijds niet. Maar ik heb dus geen studentenleven gehad en nooit echt gepuberd. Na een schooldag op de ALO ging ik trainen in plaats van stappen met studiegenoten. Ik beleefde echter andere mooie dingen. Ik vloog naar het buitenland, kwam in de publiciteit. Op mijn achttiende leerde ik Jaap kennen, hij was twaalf jaar ouder. Ik had nooit om me heen gekeken. Wist niet wie ik was en wat ik zelf belangrijk vond. Ongelukkig was ik niet. Ook toen keek ik naar wat ik wel had, zoals twee prachtige kinderen."

FOTOS: SOENAR CHAMID (3), FRIEK VAN ASPEREN/ANP/KIPPA (4)



Olga als jongste van vijf kinderen



Als bruidmeisje bij haar peettante

### Uit het leven van Olga Commandeur



Tijdens de Olympische Zomerspelen 1984 in Los Angeles



Olga bij *Nederland in Beweging* 2008

## ‘Het leven is één grote leerschool’

### Het huwelijk strandde op je 42ste, was dat een kantelpunt in je leven?

“Ja! Eindelijk koos ik voor mezelf, de tijd was er rijp voor. De kinderen waren groter, financieel kon ik die stap nemen. Ik ben toen wél om me heen gaan kijken en zelf beslissingen gaan nemen. Voor het eerst van mijn leven ging ik daten. Het was een korte fase, ik heb er erg van genoten. Al snel ontmoette ik Frank.”

### Welke levenslessen valt daaruit te trekken?

“Dat je moet doen wat je echt leuk vindt, anders houd je het niet vol.”

### Had je dat ook in de sport?

“Jazeker. Ik werd in het begin gepusht om de 800 meter te lopen. ‘Dat kun je zo goed’, zei iedereen. Ik heb dat drie jaar geprobeerd, maar wilde stoppen. Ik was er klaar mee. Ik heb me toen gespecialiseerd in de meerkamp en kreeg het plezier in sporten terug en werd daardoor ook succesvol erin. Ook als gymnastieklerares en moeder heb ik dat toegepast bij kinderen. Als ze iets niet durfden of wilden, zocht ik alternatieven. Niet pushen of dwingen. Dat werkt averechts.”

### Door blessures heb je twee Olympische Spelen gemist. Maar in 1984 kon je eindelijk deelnemen. Hoe kijk je daarop terug?

“Die weken in Los Angeles waren het hoogtepunt van mijn sportieve carrière. Het was geweldig, met geen ander sportevenement te vergelijken.

Al die verschillende sporters bij elkaar, die hele entourage. Ik ben een gevoelsmens en absorbeerde alles om me heen. Rondom de topsport was het echter allemaal nog erg amateuristisch geregeld toen in Nederland. Ik haalde de halve finale, maar met de juiste begeleiding had ik fluitend de finale gehaald, denk ik. En misschien gewonnen. Daar droom ik nog wel eens van. Stel dat ik nu jong zou zijn? Dan was ik misschien wereldtop geweest. Ach, het is nu eenmaal zo.”

Er was nog een reden dat Olga stopte met *Nederland in beweging*. In juni 2021 onderging ze een borstamputatie. “Ik zat in het voorstadium van borstkanker. Ik ben niet ziek geweest, maar ingrijpend was het natuurlijk wel. Ik sta daardoor anders in het leven nu. Het besef dat het eindig is. Ik wil met Frank nog meer reizen en genieten van cultuur, natuur en elkaar. En natuurlijk van de kleinkinderen.”

### Wat beweegt jou nog?

“Het leven beweegt mij. Mijn zoon zei na de scheiding: ‘Mam, je hoeft alleen maar met je handen open te staan en er komen nieuwe dingen op je af.’ En dat is zo. Het is mijn levensmotto geworden: zoek naar oplossingen, stel je open. Pak de gelegenheden aan die voorbijkomen. Daarom kon ik na een blessure altijd weer opkrabbelen. En ook met mijn ex-man na de scheiding goed omgaan. Niet in wrok omkijken, maar denken: oké, dit was een deel van ons leven. Het leven is één grote leerschool. Alles wat je meemaakt vormt je, ook minder leuke dingen. Des te meer waardeer je het als het goed gaat. Door me open te stellen, ben ik waar ik nu ben. Laat je dus meevoeren en geniet van wat er op je pad komt.” ●

