

DE ZAANSTREEK 

JUNI 2018 GRATIS MEENEMEN!
WWW.ZAANSTREEKBUIST.NL

BRUIST

Lezersacties

Like & Share
en maak kans
op mooie prijzen



Een leven lang *jong!*

BOREK.EU



PARASOLS | OUTDOOR FURNITURE SINCE 1977 | ORIGINAL DUTCH DESIGN



BOREK
parasols | outdoor furniture

MAX&LUUK
PARASOLS | OUTDOOR FURNITURE



6



10



BOURGINI

8



Inhoud

9



23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.

MANAGER Marcel Bossers

OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers

TRAFFIC Nederland Bruist

VORMGEVING Nederland Bruist - Annemiek Jansen

THEMA'S Annemiek Jansen - Maaïke van Helmond

TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN & EINDREDACTIE

Linda Groothuijse

FOTOGRAFIE BZ Nederland Bruist

ACQUISITIE René Moes, 06-19629221

CONTACT DE ZAANSTREEK BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340

zaanstreek@nederlandbruist.nl

Facebook.com/dezaanstreekbruist

CONTACT HOOFDKANTOOR

Nederland Bruist B.V.

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

nl@nederlandbruist.nl

www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be

Like ons op Facebook.com/nederlandbruist

TOPVERKOPER? Nederland Bruist zoekt enthousiaste topverkopers. **Meer weten?**

Neem contact op via **076-7115340**. Of stuur een e-mail naar lea@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2018 Nederland Bruist B.V. Merknaam De Zaanstreek Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. Nederland Bruist brengt magazines uit in: De Achterhoek, Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Kapellen, De Langstraat, Land van Cuijk, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.



'Ik heb de zomer in mijn bol.' André Hazes zong dat ooit en ook bij Nederland Bruist delen we in dit zonnige gevoel. Juni, de maand dat de zomer officieel begint. En ook al hebben we deze lente al heel wat mooie dagen gehad, het idee dat het nu écht zomer wordt, tovert bij zo mogelijk nog meer mensen een lach op het gezicht.

Bruisende **lezer,**

Als het zonnetje volop schijnt, voelen mensen zich namelijk vaak een stuk vitaler en lekkerder in hun vel. Ze stralen en zien er daardoor ineens weer jonger uit dan tijdens de koude wintermaanden. En dat niet alleen, want ze voelen zich zelfs jonger. Bruist geeft tips om een leven lang jong te blijven. Hoe, dat lees je verderop in dit magazine. Alvast één tip: blijf lachen!

Een andere tip die we je geven, is om te ontspannen. En hoe kan dat nu beter dan door heerlijk in de zon te genieten van dit magazine dat wij weer met veel plezier voor je hebben samengesteld. Zo lees je deze maand meer over bruisende ondernemers als Le Cockelon en Belleza's Mundo.

Veel leesplezier en een mooi begin van de zomer!

René Moes

ADVERTEREN?

Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
of bel
06-19629221

Ooit was het een groot compliment als je ouder werd geschat dan de leeftijd in je paspoort. 'Ouder' lijken was stoer en je voelde je zelfverzekerder. Maar rond de dertig ligt het omslagpunt. Ineens ben je heel blij met elk jaar dat je jonger wordt geschat.

Blijf een leven lang jong!

We leven in een tijd waarin ouder worden steeds gewoner is. Waar mensen vroeger na hun vijftigste als oud gezien werden, sta je tegenwoordig op deze leeftijd nog midden in het leven. We zijn druk met werk, kinderen, een (nieuwe) partner, ouders, maar ook met dromen en ambities.

Laten we eerlijk zijn. Op den duur krijgen we allemaal een slapper vel en meer rimpels. Je kunt er dan voor kiezen om drastische maatregelen te nemen bij een plastisch chirurg. Maar er is ook een veel eenvoudigere manier om elegant ouder te worden: straal zelfvertrouwen uit! Doe geen dingen om jonger te lijken, maar probeer om er gewoon op je best uit te zien. Het blijkt dat mensen die zich geen zorgen maken over ouder worden gemiddeld 7,5 jaar langer leven dan degenen die geforceerd proberen om zich jonger voor te doen.

We willen dus niet per se jong blijven, maar ons wel graag jong blijven voelen. Maar hoe kun je dat jeugdige gevoel langer vasthouden? Bruist geeft tips om





lichaam én geest soepel te houden en gracieus ouder te worden.

HOUD JE HERSENEN ACTIEF. Zoek uitdagend werk, volg een opleiding of doe een (talen)cursus. Als je je hersenen intensief gebruikt, gaan het concentratievermogen en geheugen minder snel achteruit. Ook een potje Triviant of knutselen met je (klein)kind is smeerolie voor je brein.

ONTSPAN. Maak regelmatig tijd om te ontspannen; met een boek, tijdens een avondje met vrienden, tijdens de yogales of een stevige wandeling. Je blijft niet alleen geestelijk fit, maar het houdt ook je lichaam in vorm.

KIES VOOR 'KRACHTVOER'. Bescherm je lichaam door veel voedsel te eten dat natuurlijke antioxidanten bevat. Die zitten onder andere in broccoli, tomaten, druiven, blauwe bessen en citrusvruchten.

BLIJF LACHEN. Als je het leven van de positieve kant bekijkt, is de kans groter dat je beter slaapt en minder vaak ziek bent. Met een echte, gemeende lach train je de spieren in je gezicht én kun je je levensduur verlengen. Als dat geen goede reden is om vaak te lachen...

STRAAL ZELFVERTROUWEN
UIT EN **ELEGANT OUDER WORDEN**
GAAT BIJNA VANZELF

GENIET VAN DE ZON EN BESCHERM UW OGEN



ZONNEBRIL OP STERKTE
50x meer UV-bescherming

WIJ ADVISEREN DE BESTE KIJKOPLOSSINGEN!

VISIONALS - Winkelcentrum Westerwatering - Langeweide 107 - Zaandam

Manicure & Pedicure



WAT IS EEN MANICURE/ PEDICURE?

Een manicure houdt in: hand- en nagelverzorging.

Een pedicure houdt in: voet- en nagelverzorging.

Bij een manicure/pedicure behandeling worden de handen en nagels behandeld, zodat de behandeling op uw hand/nagel-conditie wordt uitgevoerd. Sommige mensen hebben droge handen, anderen weer vochtige handen of een dunne huid. Ook bij nagels zien we veel verschillen; breken bij de één de nagels makkelijk af, heeft de ander juist sterke nagels. Sommige mensen hebben last van geribbelde nagels en anderen weer van dubbele laagjes. Uiteraard kunnen wij u ook van advies voorzien, om uw huid- en nagelconditie te verbeteren. Wanneer u uw nagels wilt laten lakken, dan kunt u kiezen uit een ruim assortiment aan kleurlakken.

Een manicure is een behandeling van de handen, maar vooral de nagels. Ook degene die deze handeling beroepsmatig uitvoert, wordt een manicure genoemd. De huid wordt gekalmeerd en ontspannen door middel van warme handbaden en vochtregulerende lotions. Bij de nagels wordt de nagelriem naar achter geduwd en de nagel in een mooie vorm gevijld. De dode huidcellen van de natuurlijke nagel worden verwijderd. De nagelriem wordt bevochtigd.

GOED VERZORGDE NAGELS

Het is belangrijk om goed verzorgde nagels te hebben.

Met gezonde en mooie nagels maakt u altijd een

goede indruk en voelt

u zich vrouwelijker en

zelfverzekerder.

Dit alles komt uw

uitstraling ten goede.



Westzijde 45A Zaandam

06-44810342 | www.beautydivas.nl



TYPISCH NEDERLANDS DESIGN

Deze zomer introduceert het Nederlandse designmerk Royal VKB de nieuwe pannen- en messencollectie 'Inspire'. Met functioneel design, dus laat de keukeninspiratie maar komen! Inspire pannen vanaf € 49,99. Inspire messen vanaf € 9,99 www.royalvkb.com

LA DOLCE VITA

Geniet van het Italiaanse platteland op tafel met de gloednieuwe Rustic Italian collectie van Jamie Oliver. Geïnspireerd door vintage Italiaans servies en Jamie's voorliefde voor Italiaans eten. Jamie Oliver, vanaf € 7,95 www.jamieoliver.com



Culinaire

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Maak kans op een SodaStream bruiswatertoestel.

Maak van fris kraanwater zelf heerlijk bruiswater in slechts enkele seconden. Je kunt zelf de hoeveelheid bubbels bepalen (licht, medium of intens).



sodastream

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens** o.v.v. 'Lezersactie#1 juni naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

HAAL BRUIS IN HUIS

Met SodaStream maak je thuis je eigen bruis! Goede bubbels: voor je gezondheid én voor onze planeet. De SodaStream fles gaat drie jaar mee en één SodaStream fles vervangt maar liefst 2.000 plastic flessen. **En deze maand maak je bij Bruist ook nog eens kans op jouw eigen SodaStream bruiswatertoestel!**

SodaStream, vanaf € 99,99 www.sodastream.nl



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#2

Maak kans op een Duo Multi Plate Outdoor.

Multifunctionele wonderplaat: grill/bakplaat, gourmet, teppanyaki en BBQ

www.bourgini.com

BOURGINI.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens** o.v.v. 'Lezersactie#2 juni' naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

Nederlandstag!

LEKKER BUITEN ETEN

De zomer hangt in de lucht en wat is er dan gezelliger dan samen tafelen met familie, vrienden of de buurtjes? De Clever Cooking lijn van Villeroy & Boch maakt het bereiden van kleine én grote porties zo makkelijk mogelijk. De bakvormen en ovenschalen kunnen ook als serveerschalen worden gebruikt. De platte vormen fungeren als bakvorm én deksel en alle vormen en schalen zijn stapelbaar.

Villeroy & Boch, Clever Cooking lijn vanaf € 8,90 www.villeroy-boch.nl/shop





Belleza's Mundo

SUPERIOR PERFORMANCE WAXING

*Review van Geertje:
"Deze behandeling was
voor mij de eerste keer,
een beetje spannend.
Professioneel uitgevoerd
en super blij met het
resultaat."*

Belleza's Mundo is gespecialiseerd in ontharingsbehandelingen door middel van waxen/harsen. De voordelen van waxen zijn dat de haartjes zachter en minder terug groeien. U heeft geen last meer van harde stoppels en veel minder tot geen huidirritatie en ingegroeide haartjes. Dit komt mede doordat er veel aandacht wordt besteed aan de huid, de voorbehandeling en de nabehandeling.

- **Specialiteit Brazilian wax**
- **Weg huidirritatie / ingegroeide haartjes**
- **Hygiënisch & secuur**

Belleza's Mundo | J. Kruijverstraat 17 Zaandam | 06 - 53680106 | www.bellezas-mundo.nl



**De
lekkerste
kazen
en wijnen**

Wij hebben ze!

Zuideinde 38
Koog aan de Zaan
075-6160244
www.lecockelon.nl

**le
Cockelon**

OPVALLEN?

ADVERTEER IN BRUIST

Bel **076-7115340** of mail naar nl@nederlandbruist.nl

BRUIST

Voor de feestdagen en bij verjaardag willen we nog wel eens een kaartje sturen.

Jammer genoeg wordt het steeds minder. Kun je je nog herinneren dat je op vakantie was en op een terrasje een aantal kaarten schreef naar vrienden en familie?

Even een berichtje vanuit je vakantieadres om de thuisblijvers een lieve groet te wensen.



Een kaartje sturen



Een kaartje na overlijden

Na het overlijden sturen nabestaanden rouwkaarten. Wat zijn ze blij als de postbode langskomt met een stapel kaarten om hen een hart onder de riem te steken. Vaak circuleert de post rond bij de families. Ze kunnen het ook op een rustig moment nog eens lezen. Ook later in het jaar is het fijn als mensen nog steeds aan ze denken. Een kaartje kan wonderen doen, hartverwarmend.

Uitnodiging

Nodig een nabestaande eens uit voor een kopje koffie, een lunch of een strandwandeling. Je hoeft vaak niet eens wat te zeggen alleen maar te luisteren. Lighthart Uitvaartzorg heeft al een aantal kaarten ontwikkeld om het je wat makkelijker te maken.

www.lighthartuitvaartzorg.nl/product/set-van-4-kaarten-serie-3/

www.lighthartuitvaartzorg.nl
06 - 34 76 89 26



@mirelledraaijer



lighthartuitvaartzorg



GÉÉN

WENKBRAUW
STRESS

25 YRS
ANTI
AGING
CENTER
SYLVIA
VAN KUIJK

MEER NA EEN DUIK
IN HET ZWEMBAD MET

Natural Hairstrokes

V.A. 275,-

T. 075 642 3332

W. SYLVIAVANKUIJK.NL

Iedereen wil **oud worden**, maar niemand wil het zijn.

Voor iets dat eigenlijk vanzelf gaat,
is ouder worden nog best **lastig**.

Een dagje ouder worden maakt alleen wat uit
als je **een banaan** bent.

Een **middagdutje** heet niet voor niets een schoonheidsslaapje.

Je handen verraden meestal je echte leeftijd door
pigmentvlekken en rimpels. Gebruik dus een goede handcrème.

Mensen die al op hun 20ste beginnen met een goede
dagcrème zien er jaren later
aanmerkelijk jonger uit dan mensen die nooit smeren.

Veel mensen hebben een mentale **leeftijd** tussen de 28 en 42.

Laat je niet tegenhouden door de zeurders
die vinden dat je ergens 'te oud' voor bent.

De goedkoopste facelift is **een glimlach**.

Rimpels zijn de landkaart van je leven.

Jong blijven, dat is een **prachtige manier**
om oud te worden.

Bij aanschaf van een
nieuwe bril
krijgt u van ons een
mooie zonnebril
op sterkte **cadeau!**

Deze actie geldt ook bij een multifocale bril,
keuze uit leuke monturen!



ZONNEBRILLEN ACTIE

bij Henk Bouw Optiek!



HENK BOUW OPTIEK
KERKBUURT 17A
1511 BB OOSTZAAN
075-6842760
WWW.HENKBOUWOPTIEK.NL

VOLG ONS OP FACEBOOK



* VRAAG NAAR DE VOORWAARDEN IN DE WINKEL.
ACTIE IS NIET GELDIG BIJ EEN KINDERBRIL.



Wacht niet langer, ga voor gezond...

Er wordt steeds meer bekend over de relatie tussen de mondgezondheid en de algemene gezondheid. In de mond worden veel aandoeningen als eerste zichtbaar, bijvoorbeeld in de vorm van pijnklachten, wondjes en ontstekingen.

Omgekeerd kunnen aandoeningen in de mond – via bacteriën die in de bloedbaan terechtkomen – allerlei ziektes veroorzaken zoals hart- en vaatziekten. Doordat het belang van de mondgezondheid voor de algehele gezondheid wordt onderschat, lopen mensen onnodig gezondheidsrisico's.

Een goede mondhygiëne is dus niet alleen belangrijk voor een gezond en sterk gebit, maar zeker ook voor de algehele gezondheid. Daarom is een bezoek aan de mondhygiënist ook zo belangrijk en wordt dit helaas nog altijd erg onderschat. Hoe fijn is het om te weten dat je gebit gezond is, dat je het zelf goed reinigt en dat het met enige regelmaat wordt schoongemaakt. Maak daarom eens een afspraak bij de mondhygiënist. Je hoeft hiervoor niet verwezen te worden door de tandarts, dit kan ook op eigen initiatief.

Er is altijd plek voor nieuwe patiënten. Wacht dus niet langer en ga voor gezond. De behandeling wordt geheel of gedeeltelijk vergoed uit uw aanvullende tandartsverzekering.

Willy Kloosterboer heeft 32 jaar als mondhygiënist in het Zaans Medisch Centrum gewerkt, waarvan de laatste elf jaar als zelfstandige. Zij werkt nauw samen met de kaakchirurgen van het ziekenhuis. Nieuwe patiënten zijn van harte welkom.



Heijermansstraat 143-A
1502 DJ Zaandam
075-6414653
www.medi-mondzorg.nl

Tijdens de Space 2.0 Summit in San José (Californië) is het allereerste luxueuze ruimtehotel geïntroduceerd: Station Aurora. Het is vernoemd naar het magische lichtfenomeen dat de poolnacht van de aarde verlicht en ontwikkeld door Orion Span en een team van ruimteveteranen die samen meer dan 140 jaar ruimte-ervaring hebben.

WERKELIJKHEID OF
SCIENCE FICTION?

Een *Ruimtehotel*



Aurora Station is het eerste volledig modulaire ruimtestation dat zal fungeren als hotel. Het exclusieve hotel biedt plaats aan zes personen tegelijk, waaronder twee bemanningsleden. Ruimtereizigers zullen genieten van een authentieke, once-in-a-lifetime ervaring tijdens een buitengewone twaalfdaagse reis. Prijzen beginnen vanaf 9,5 miljoen dollar per persoon. Eind 2021 staat de lancering van het station gepland en de eerste gasten worden in 2022 verwacht. **JE KAN DIT REEDS RESERVEREN.** Je betaalt dan wel een voorschot van 80.000 dollar (dat wordt terugbetaald wanneer het niet door zou gaan).



in 2022

TIJDENS EEN VERBLIJF op Aurora Station kan je ervaren hoe het is om gewichtsloos te zijn. Je kan de aarde bekijken door de vele ramen en je zweeft zeker over je woonplaats. Je kan deelnemen aan experimenten, zoals het kweken van voedsel, en je blijft in contact met het thuisfront via een snelle, draadloze internetverbinding. Het hotel zal om de negentig minuten om de aarde draaien, wat betekent dat je gemiddeld zestien zonsopgangen en zonsondergangen per dag zult zien.

Voordat je naar Aurora Station reist krijg je **EEN OPLEIDING VAN DRIE MAANDEN** om een Orion Span Astronaut Certification (OSAC) te bemachtigen. Fase één van dit certificeringsprogramma wordt online gedaan. Het volgende deel wordt afgerond in de ultramoderne trainingsfaciliteit van Orion Span in Houston (USA). Het definitieve certificaat krijg je tijdens je verblijf op Aurora Station.

• VOOR EEN
• AUTHENTIEKE
• **ONCE-IN-A-**
• **LIFETIME**
• ERVARING!

Meer lezen? edition.cnn.com/travel/article/aurora-station-luxury-space-hotel

Onder worden

Het **mooiste** wat
je later kunt worden
is **jezelf!**



DAGJE UIT PARKPOP DEN HAAG



HET ZUIDERPARK wordt weer omgetoverd tot hét festivalhart van Parkpop. In een nieuwe, intieme festivalsetting kun je als vanouds weer volop genieten van ruim dertig acts op zes verschillende podia.

Met nationale en internationale topartiesten, een gezellige festivalmarkt en meer dan genoeg food & drinks om de inwendige mens tevreden te houden. Naast de hoofdpodia presenteert het festival ook het Haags Podium met het beste dat Den Haag te bieden heeft. Parkpop is gratis toegankelijk!

Zondag 24 juni 2018

13.00 - 21.30 uur

Voor meer informatie en tickets:

www.parkpop.nl

FILMPJE KIJKEN THE BOOKSHOP

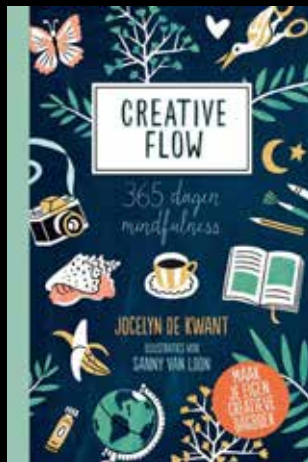
In de verfilming van Penelope Fitzgerald's *De Boekhandel* besluit weduwe Florence Green (Emily Mortimer) haar leven weer op te pakken door een boekwinkel te openen. Ze is een krachtige vrouw die haar dromen najaagt, maar eind jaren vijftig in het Britse kustplaatsje doet haar winkel meer stof opwaaien dan verwacht. Onder leiding van de welgestelde Violet Gamart (Patricia Clarkson) en haar man wordt Penelope door haar dorpsgenoten op slinkse wijze tegen-gewerkt. Toch vindt ze steun bij de mysterieuze Mr. Brundish (Bill Nighy).

The Bookshop gaat op 7 juni in première.



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN CREATIVE FLOW



ZIT JE ALTIJD IN JE HOOFD? REN JE VAN DE ENE TAAK NAAR DE ANDERE? Ben je non-stop aan het plannen en heb je geen moment voor jezelf? De eenvoudige, creatieve oefeningen in CREATIVE FLOW stimuleren je om mindful te leven en creatiever te zijn, waardoor je bewuster geniet van alle schoonheid om je heen. Creative flow is een prachtig geïllustreerd mindful werkboek dat je uitnodigt om elke dag iets kleins met volledige aandacht te doen. Rust en bezinning zijn namelijk mooie tegenhangers van stress en spanning.

**CREATIVE FLOW is nu te koop voor
€ 14,99**

Geniet van *de Zon,* maar voorkom verbranding!

Als je te lang en te veel in de zon zit, loop je niet alleen de kans dat je verbrandt en eerder rimpels krijgt, maar loop je ook meer risico op huidkanker. Bruist geeft tips hoe je verstandig kunt zonnen.



LAAT DE HUID eerst voorzichtig wennen aan de zon.

Dit biedt een natuurlijke bescherming tegen verbranding. **ZOEK DE SCHADUW OP** tussen 12.00 en 15.00 uur, de zon is dan het sterkst.

DRAAG IN DE VOLLE ZON EEN PET OF HOED en gebruik een zonnebril met UV-werende glazen om een zonnesteek te voorkomen.

DRAAG BESCHERMENDE KLEDING. Donkere en dicht geweven stoffen laten minder UV-straling door. Je kunt dit zelf controleren door de stof tegen het licht te houden.

BESCHERM JE HUID met een goede zonnebrandcrème. Ook wanneer je al een bruine teint hebt. Wees bovendien voorzichtig in de bergen waar de stralen intenser zijn. Wees ook voorzichtig met medicijnen en alcohol in de zon. Smeer onbedekte huid een half uur voordat je de zon ingaat goed in. Na het zwemmen en sowieso elke twee uur weer opnieuw insmeren.

HOUD KINDEREN jonger dan een jaar altijd uit de directe zon en gebruik minstens factor dertig.

ZONNEBRILLEN ZIJN MEER DAN EEN FASHION ITEM.

Het dragen van een zonnebril op zomerse dagen is belangrijk om onze gevoelige ogen te beschermen tegen de zon. En dat is voor ons weer een goede reden om deze zomer een nieuwe, hippe zonnebril aan te schaffen!

Jong geleerd is oud gedaan!

Wij bij Babor Beauty Spa blijven bezig met het meegaan van de revolutie op het gebied van beauty. Dus we beginnen bij het begin...

Ik ben Mariëlle Bloem, eigenaresse van de Babor Beauty Spa in Wormer. Ik schrijf de komende tijd een column over beauty en trends, die in mijn vak langsvliegen en waar ik mee te maken krijg.

Als je jong bent zet je de basis voor een mooie huid. Dit gaat natuurlijk ook samen met een gezonde levensstijl. Om de jonge huid (tot 35 jaar) op de juiste manier te kunnen behandelen, gebruiken wij het nieuwe merk **Skinbiotic**. Met werkstoffen uit gember, broccoli, chlorella en nog veel meer natuurlijke ingrediënten.



Behandeling
vanaf € 45,-
Dr.Babor lifting
behandeling
nu € 75,-

BABOR
BEAUTY SPA

Babor Beauty Spa By Mariëlle Bloem | Eigenaresse: Mariëlle Bloem
Dorpsstraat 40 1531 HM Wormer | **075-7370270** | www.baborbeautyspawormer.nl



Into the

1. Couture Palette Collector Sumer van Yves Saint Laurent, € 71,- www.ysl.com
2. Lait Oligo Thermal Aftersun van Biotherm, € 30,- www.biotherm.nl
3. Curl Enhancing Shampoo van moroccanoil, € 27,50 www.moroccanoil.com/nl
4. Ipanema slippers, € 22,99 www.ipanema-slippers.nl
5. 60 Seconds Flip Flop Fashion Collection van Rimmel, € 3,99 www.rimmellonden.com



blue(s)

Welnee, 'into the blues' staat niet voor down zijn of voor een blauwtje lopen. Blue(s) staat voor water en energie, de mediterrane en een heerlijke zomer!

6. Sailing Day van Maison Martin Margiela, € 115,- www.iciparisxl.nl
 7. CK One summer Eau de Toilette spray van Calvin Klein, € 38,84 www.douglas.nl
 8. Horloge Co-designed door Gigi Hadid van Tommy Hilfiger, € 189,- www.pdagroup.nl
 9. Météorites Rainbow Pearls van Guerlain, € 56,- www.guerlain.nl
 10. Double Team Special Effect Colored Mascara van Urban Decay, € 27,50 www.urbandecay.com

Joël
fashion
exclusieve mode



Zandweg 148 • 1531AT Wormer • 075 642 40 88
www.joel-fashion.nl



Wilt u ook uw bedrijf presenteren in *De Zaanstreek* **Bruist?**

Neem dan contact op en we komen graag bij u langs om de unieke mogelijkheden te presenteren.
Mail naar **nl@nederlandbruist.nl**
of bel **076-7115340**

BRUIST

Maak kennis met onze *extra's*

Iedereen weet wel wat een huisarts doet... voel je ziek, dan ga je daar naartoe. Maar er zijn ook huisartsen, die naast de reguliere huisartsenzorg, nog iets extra's bieden. Zo ook huisartsen-Plus-praktijk van Loenen in Zaandam.

Wat houdt dat extra's in?

"Wij bieden een aantal extra behandelingen, zoals bovenooglidcorrecties en sterilisatie bij mannen. Het grote voordeel hiervan voor de patiënten is dat ze niet meer naar het ziekenhuis hoeven voor deze ingrepen en dus ook niet meer te maken hebben met de lange wachtlijsten die vaak gelden. Bovendien zijn de kosten bij ons een stuk lager. Als huisarts vind ik dit tegelijkertijd een mooie afwisseling met de rest van mijn werk, dus het is echt een win-winsituatie."

Goed opgeleid

"In onze praktijk vinden we het heel belangrijk om met de tijd mee te gaan en waar mogelijk te innoveren. Vandaar ook deels deze uitbreiding in behandel-mogelijkheden. Iets waar we uiteraard goed voor opgeleid zijn - ook onze assistentes - voor we die 'extra's' zijn gaan bieden. Ik durf wel te stellen dat wij deze net zo goed uitvoeren als een plastisch chirurg,

dus ook dat is geen reden om toch voor het ziekenhuis te kiezen."

BIJ DE HUISARTS IS HET VERTROUWD



Laat je informeren

"Steeds meer huisartsen kiezen er heel bewust voor om naast de reguliere huisartsenzorg zelf kleine operaties uit te gaan voeren, daar zou alleen nog wel wat extra bekendheid aan gegeven mogen worden. Ook aan het feit dat, mocht jouw eigen huisarts deze extra mogelijkheden (nog) niet bieden, je bij een andere huisartsenpraktijk terecht kunt, ook al sta je daar niet als patiënt ingeschreven. Laat je dus goed informeren, want het scheelt allicht flink in de kosten."

**Benieuwd wat voor 'extra's' wij nog meer bieden?
Neem dan een kijkje op www.huisartsvanloenen.nl**



Duurzaam... je hoort het woord tegenwoordig steeds vaker. Duurzaam ondernemen, duurzaam voedsel, maar ook duurzaam wonen. Maar wat is dat nu precies, dat duurzaam wonen? En hoe doe je dat? We vertellen je er graag wat meer over en geven je meteen wat tips om zelf duurzamer te wonen.

Woon en leef lekker

ALLE KLEINE BEETJES
HELPEN, DUS BESPAREN OP
ENERGIE EN WATER IS
EEN GOED BEGIN

De meeste mensen zullen bij het horen van 'duurzaam wonen' al snel denken aan het besparen op energie en water. En inderdaad, dit valt zeker onder die noemer, maar duurzaam wonen is meer dan dat alleen. Zo heeft het ook betrekking op de materialen die worden gebruikt tijdens het bouwen van een huis en bijvoorbeeld de keuzes die je maakt voor je interieur. Nu heb je op die laatste twee zaken niet veel invloed meer als je huis al is gebouwd en je er al een tijdje woont, maar alle kleine beetjes helpen, dus besparen op energie en water is een goed begin. Dit is niet alleen gunstig voor je eigen portemonnee, maar je investeert ook nog eens in de toekomst.

ZORG VOOR GOEDE ISOLATIE

Dit klinkt waarschijnlijk lastiger of in ieder geval duurder dan het hoeft te zijn, want zelfs het



duurzzaam



aanbrengen van tochtwering bij deuren en ramen kan al heel wat opleveren. Het grootser aanpakken, bijvoorbeeld met dubbel glas en vloerisolatie, kan natuurlijk ook, maar dat kost uiteraard wel wat meer. Kosten die je overigens na verloop van tijd zeker weer terugverdient door de energie die je bespaart.

ZONNEPANELEN

Duurzaam wonen kan ook betekenen dat je ervoor kiest om zelf energie op te gaan wekken, bijvoorbeeld via zonnepanelen. Heb je zelf geen huis waar dit mogelijk is, dan kun je ook investeren in een zonnepanelen-project, bijvoorbeeld in een collectief zonnedak.

WEES ZUINIG

De verwarming een graadje lager, lampen niet onnodig laten branden en opletten met de hoeveelheid water die je op een dag gebruikt, kan ook al flink wat schelen. Kruipt dus lekker onder een deken, doe de lampen uit als je een vertrek verlaat, douche een minuutje korter en je bent al duurzaam bezig.

De Gouden Naald



D G N

Kledingreparatie Stomerij Lederwaren



Sinds
1997

**UW KLEDING...
PAST U WEER**

Veel, heel veel geld hangt er in uw kast,
namelijk als ongebruikte kleding.

Het oude wordt weer **NIEUW**.

Wat vorig jaar uit was maken wij **MODERN**.

KROMMENIEERWEG 12 - WORMERVEER

TEL. 075 628 10 30

WWW.DGNLEDER.NL

Je eigen
Evenement
promoten
doe je in **Bruist!**

Stuur alle gegevens en een foto naar events@nederlandbruist.nl

Indien mogelijk plaatsen wij jouw evenement dan in
onze magazines en/of op de Facebookpagina's.

BRUIST

Authentieke setting
met moderne twist

DAGHAP
€ 11,50
WOENSDAG EN
DONDERDAG

Geniet van onze **wekelijks wisselende daghap** of
één van onze andere **eerlijke streekgerechten!**

Open voor lunch, borrel en dinner.

Maandag: gesloten

Dinsdag, woensdag en donderdag: 11.00-23.00 uur

Vrijdag en zaterdag: 11.00-01.00 uur

Zondag: 16.00-23.00 uur

Eetcafé De Herinnering

Zaanweg 93-94 | Wormerveer | **075-6153630**



HOROSCOOP



Kreeft 21-06/22-07

Let goed op wie er voorbijloopt, er kan zomaar iemand op je pad komen. Blijf altijd positief en help een goede vriend eens een handje mee, dat zal gerespecteerd worden.

Leeuw 23-07/22-08

Deze maand staat in het teken van werk. Misschien zal je er iets teveel voor moeten laten, maar er komt een geweldig aanbod op je pad.

Maagd 23-08/22-09

Geniet van een welverdiend succes. Ben je alleenstaand? Dan ontmoet je misschien wel je zielsverwant.

Weegschaal 23-09/22-10

Geniet met je familie. Voel ook de

positiviteit in je relatie. Stel niet al je plannen uit tot morgen, je kunt het maar beter gedaan hebben!

Schorpioen 23-10/22-11

Deze maand leer jij je echte vrienden pas kennen. Daarnaast zal je een enorm succes boeken in je carrière.

Boogschutter 23-11/21-12

Neem eens een stap extra en wacht niet af. Denk niet altijd alleen maar na over je werk, ga er eens op uit om te sporten. Ben je single? Houd dan je ogen wijd open.

Steenbok 22-12/20-01

Wees niet bang voor het onbekende. Avontuurlijke activiteiten zijn voor je weggelegd. Ziek is ziek, wees niet

wanhopig als je het recht hebt om thuis te blijven.

Waterman 21-01/19-02

Er breekt een stabiele periode aan. Richt je op zaken die je nog moet afronden. Blijf positief, niet alleen voor jezelf, maar ook voor de mensen om je heen.

Vissen 20-02/20-03

Juni is een positieve periode voor het privéleven van de Vis. Je komt de ideale partner tegen, laat deze kans dus niet door je vingers glippen.

Ram 21-03/20-04

Reken deze maand op de steun van je partner of familie. Let op: er gebeuren interessante dingen om je heen die je niet wilt missen. Denk na voordat je iets zegt zodat je niet in de problemen komt.

Stier 21-04/20-05

Je carrière zal deze maand beter gaan. Je zult uitblinken in je werk. Ook zullen er weinig tegenslagen meer komen. Wees sociaal, ga er gezellig op uit en ontmoet nieuwe vrienden.



ASPERGESOEP MET HAM

Ingrediënten voor 4 personen | 30 minuten

500 gr asperges - 1 eetlepel bloem - 25 gr boter
 1 blokje kippenbouillon - 100 gr hamreepjes - peper en zout
 1 eierdooier - 100 ml kookroom

Bereiding

Schil de asperges en snijd ze in stukken. Kook ze ongeveer 15 minuten in ongeveer 1 liter water. Smelt de bloem en de boter in een andere pan en roer deze met een garde goed door. Giet de asperges af en voeg het kookvocht toe aan de gesmolten boter. Breng aan de kook en voeg het bouillonblokje, de asperges, de hamreepjes en peper en zout toe. Laat de soep 5 min koken. Haal de pan van het vuur, voeg de eierdooier en de room toe en roer er goed doorheen.

Uw **onderneming** ook **presenteren** in dit sprankelende **magazine?**

Neem dan **contact** op via
 nl@nederlandbruist.nl of bel
 076-7115340



ASPERGES MET ZALM

Ingrediënten voor 2 personen | 45 minuten

Olie of boter om te bakken - 450 gr krieltjes - 500 gr asperges
 scheutje melk - zout en peper - 125 ml crème fraîche - 1/2 citroen
 1 theelepel maïzena - bosje verse bieslook - 200 gr gerookte zalm

Bereiding

Verhit een beetje olie of boter in een pan en bak de krieltjes krokant. Schil de asperges en snijd de laatste 3 cm eraf. Breng een grote (asperge)pan met water aan de kook met een scheut melk en snuffje zout. Doe de asperges in de pan, kook ze 7 minuten en laat ze nog 5 minuten nagaren in het water. Schep ondertussen een soeplepel van het kookvocht in een pannetje, voeg de crème fraîche toe en roer tot deze is opgenomen. Knijp de citroen uit bij de saus. Breng het mengsel net aan de kook, voeg de maïzena opgelost in een paar druppels water toe en laat de saus indikken. Breng op smaak met peper, zout en fijngehakte bieslook. Schep de asperges voorzichtig uit de pan en wikkel er een stukje zalm omheen. Serveer de asperges met zalm met de gebakken krieltjes en de bieslooksaus.

Check ook
onze website!

Neem een kijkje op
www.zaanstreekbruist.nl





KOMKOMMERSALADE

Ingrediënten voor 4 personen | 20 minuten

1 komkommer - 1 rode ui - 1 groene appel

Dressing: 3 eetlepels Griekse yoghurt - 1 eetlepel water
1/2 limoen - 5 gr dille fijngehakt - 1 teen knoflook geperst
peper en zout - 2 eetlepels geroosterde pijnboompitten

Bereiding

Halveer de komkommer en verwijder de zaadlijsten. Snijd halve maantjes van de komkommer. Snijd de ui in halve ringen en de groene appel in blokjes. Meng voor de dressing de Griekse yoghurt met een eetlepel water, het sap van een halve limoen, de gehakte dille en geperste knoflook. Breng op smaak met peper en zout. Voeg de dressing nu aan de komkommer, appel en rode ui toe. Verdeel als laatste de pijnboompitten over de salade.



LUCHTIGE FRUITCAKE

Ingrediënten voor 10 stukken | 20 minuten + 60 min. oventijd

4 eieren - 150 gr suiker - 1 kopje olie à 200 ml - 200 gr bloem
2 theelepel bakpoeder - 1 blik perziken (of ander fruit)
poedersuiker om te bestrooien

Bereiding

Verwarm de oven voor op 180 graden. Klop de eieren en de suiker 5 minuten met de mixer luchtig. Giet langzaam al mixend de olie erbij. Voeg als laatste de bloem en het bakpoeder toe en mix nog 5 minuten goed door. Giet het beslag in een ingevette vorm. Snijd het fruit in partjes en verdeel over de bovenzijde van de cake. Zet de cake 50 tot 60 minuten in de oven. Laat afkoelen en bestrooi met wat poedersuiker.

ECM
COMPANY

Voor al uw
officewerkzaamheden

06-34590974

BRUIST
www.zaanstreekbruist.nl

Brood is gezond!



**MAANDAG
GESLOTEN!**



ROSARIUMPLEIN 13 - 1561 DX - KROMMENIE

TEL.: 075 - 6287586

WWW.JAAPBRAKENHOFF.NL