

ALKMAAR HEILOO
HEERHUGOWAARD



JUNI 2019 GRATIS MEENEMEN!
WWW.ALKMAARBRUIST.NL

BRUIST

Nijmegen

Gezellige
historische stad

Cadeautips
voor **Vaderdag**



Bovenooglidcorrectie

Bij ons kost de (dubbele) bovenooglidcorrectie € 520,-

Wij voeren reeds vier jaar met veel succes bovenooglidcorrecties uit. Naast het feit dat wij heel veel complimenten krijgen voor de kwalitatief goede operaties (ook door oogartsen), doen wij het ook voor een zeer aantrekkelijke prijs.

Het is absoluut niet nodig om naar een speciale kliniek of naar het ziekenhuis te gaan!

Waarom zou u door ons uw ooglidcorrectie laten uitvoeren?

- Zeer ervaren huisarts in het opereren van bovenoogleden
- Gratis intake en uitgebreide informatie voorziening
- U wordt door ons niet behandeld als een nummer
- Gezellige, rustige sfeer
- We kunnen relatief goedkoop de operatie uitvoeren
- Er mogen altijd (max. 2) personen (familie, vrienden) aanwezig zijn als wij de operatie bij u uitvoeren
- Duidelijkheid in wat we doen voor, tijdens en na de operatie
- Geen 'addertjes onder het gras'

Dokter van Loenen heeft een aparte opleiding gevolgd om de bovenooglidcorrectie uit te kunnen voeren (bij huisartskliniek.nl), zoals onze beroepsgroep ook wenst. U kunt veel recensies over ons lezen op zorgkaartnederland.nl.

Op onze Media-pagina staat een kort filmpje over Medisch Centrum Zaan Zorg, waar u ook dokter van Loenen een ooglidcorrectie ziet uitvoeren. (Let op: Vaak wordt er door klinieken negatieve informatie verstrekt over opererende huisartsen in het algemeen. Erg flauw, maar wij snappen dat als huisarts heel goed! U kunt bij ons voor veel minder geld terecht, met net zo'n goed resultaat!)

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



Zoekt u informatie over andere operaties die wij uitvoeren?
kijk op www.huisartsvanloenen.nl/chirurgische-ingrepen



6



voor
vader



10

24



Inhoud

14



21



23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.

MANAGER Marcel Bossers

OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers

TRAFFIC Nederland Bruist

VORMGEVING Nederland Bruist - Ramon Heeren

THEMA'S Nederland Bruist - Annemiek Jansen

TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist

FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist

EINDREDACTIE Astrid Berkhout

ACQUISITIE René Moes, 06-19629221

CONTACT ALKMAAR BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340

nl@nederlandbruist.nl

 Like ons op Facebook.com/alkmaarbruist

CONTACT HOOFDKANTOOR

Nederland Bruist B.V.

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl

www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be

 Like ons op Facebook.com/nederlandbruist

ABONNEMENT Ontvang de Bruist uit jouw regio(s) iedere maand in je brievenbus voor € 1,49 p.m. **Meer weten?** Stuur een e-mail naar abonnement@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2019 Nederland Bruist B.V. Merksnaam Alkmaar Bruist is een merksnaam 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: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Ibiz, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsengeb, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schilde-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.



Je merkt het aan alles: de zomer staat weer voor de deur. De zon schijnt meer en meer, de terrassen zitten voller en voller en, licht het aan ons of worden ook de mensen zelf steeds vrolijker? Hier bij Bruist is dat in ieder geval wel zo!

Bruisende lezer,

En wat doe je in de zomer? Lekker naar buiten gaan! Optimaal genieten van alle mooie dagen. De ene keer heerlijk aan het water, de andere keer heb je misschien wel meer zin in een dagje stad. Waarom dan niet een keer naar Nijmegen? Een schitterende stad waar we je in dit magazine dan ook graag wat meer over vertellen. En het mooie is, deze stad ligt aan de Waal met z'n vele Waalstrandjes. Hier hoeft je dus eigenlijk niet te kiezen tussen een dagje stad en een dagje aan het water, want Nijmegen biedt het beste van beide.

Mooie tips voor een dagje uit dus in deze nieuwste uitgave van Bruist, maar zeker ook tips voor het vinden van het leukste cadeautje voor Vaderdag. Want ook die dag staat weer op de agenda; om precies te zijn op 16 juni.

Nog meer? Yes! Ook deze maand bieden we je weer meer dan genoeg te lezen en vertellen bijzondere ondernemers als Praktijk Vlinderkuijl en Beautycenter & Kapsalon Take a Seat je over hun bedrijf. En de rest? Ontdek het vooral zelf...

Geniet van de zon en van Bruist!

René Moes



Eén van de oudste steden van

Nijm

In deze schitterende historische stad weten ze prima wat gezelligheid inhoudt! Of je nu voor cultuur, natuur, winkels of een hapje en drankje gaat, Nijmegen heeft voor ieder wat wils. Wandel vanuit de stad zo de natuur in of plof na een dagje shoppen neer op een van de vele terrassen. www.visitnijmegen.com



HARTING OPTIEK is een gezellige winkel in de Hertogstraat. Of je nu voor een (zonne)bril, lenzen, oogzorg of iets anders komt: Harting Oogmode & Oogzorg geeft altijd advies op maat. www.hartingnijmegen.nl

Al meer dan 70 jaar lang is **TIJSSSEN MODE** dé herenmodezaak in het centrum van Nijmegen. Hier vind je een ruime selectie kleding voor verschillende stijlen en gelegenheden. Ook online dé herenmode specialist. www.tijssenmode.nl

SHOPPEN

In het oude stadscentrum kun je al slenterend de historische pareltjes spotten, maar je kunt er ook uitstekend shoppen in de **LANGE HEZELSTRAAT**, de oudste winkelstraat van Nederland. Naast de grote ketens vind je hier vooral exclusieve boetiekjes en leuke speciaalzaken.

www.hezelstraatnijmegen.nl

In **DE MARIKENSTRAAT**, de leukste winkelstraat gelegen in het hart van Nijmegen, is het zeer diverse aanbod van winkels verdeeld over maar liefst twee niveaus. Er worden ook regelmatig bijzondere activiteiten georganiseerd. Kortom: genoeg te beleven in de Marikenstraat! www.marikenstraat.nl



CULTUUR

In **MUSEUM HET VALKHOF** duik je in het Romeinse verleden van Nijmegen, maar bekijk je ook moderne kunst.

Het gloednieuwe museum **DE BASTEI** leert je alles over natuur en cultuur. En in het **MUZIEUM** ervaar je hoe het leven is als je blind of slechtziend bent. En zo kunnen we nog wel meer musea noemen! Daarnaast zijn er verschillende galeries en exposities te bezoeken. www.visitnijmegen.com/overzicht/museum



BEREIKBAARHEID

Nijmegen is goed bereikbaar met het openbaar vervoer, dankzij de vele trein- en busverbindingen. Voor zowel auto's als fietsen beschikt het centrum over voldoende parkeerplaatsen en (gratis) stallingmogelijkheden. Fietsers zitten sowieso goed in de 'fietsstad van 2016', met al haar snelfietspaden. Ook kun je een handige leenfiets pakken.

Nederland

eigen



VIERDAAGSE

Vanuit heel de wereld komen jaarlijks tienduizenden wandelaars naar Nijmegen om vier dagen te wandelen in de Waalstad en haar prachtige, bosrijke omgeving. Na vier dagen wandelen wacht de wandelaar een glorieuze intocht over de Via Gladiola om daarna het welverdiende Vierdaagsekruis in ontvangst te nemen. De 103de Vierdaagse vindt dit jaar plaats van 16 t/m 19 juli.

www.4daagse.nl



NIJMEGEN/BRUIST

WAAI UIT LANGS DE WAAL

Wandel vanuit de historische binnenstad richting de Waal om uit te waaien aan de waterkant of neer te ploffen op een van de terrassen. Vanaf **DE WAALKADE** wandel je zo het hooggelegen **VALKHOF PARK** in. Vanuit dit historische stadspark heb je een schitterend uitzicht over de iconische Waalbrug. Ook kun je er een kijkje nemen in de Valkhofkapel, het oudste stenen gebouw van Nederland (1030). Een ander mooi park in Nijmegen is het door Frank Boeijen bezongen **KRONENBURGER PARK** waar nog een gedeelte van de oude stadsmuur staat met de 30 meter hoge Kronenburgerstoren uit 1425.

INSPIREREND TREFPUNT

Wie de laatgotische Stevenskerk in het historische centrum van Nijmegen binnenstapt, raakt direct onder de indruk van het indrukwekkende lijnenspel in de architectuur en de bijzondere lichtval door de glas-inloodvensters. **DE STEVENSKERK** is ook een bijzondere locatie voor een congres, evenement, bijeenkomst of diner. De grote kerk is zowel geschikt voor grootschalige als intiemere ontvangsten. www.stevenskerk.nl



Met 36 uitgaven is Nederland Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland, België, op Ibiza en in Marbella. Naast de glossy uit jouw regio, brengen we ook een stadsmagazine uit in Nijmegen. **DUS OOK HET MOOIE NIJMEGEN BRUIST!**





BE PROUD, *stand out!*

Een duidelijke boodschap van het Nederlandse
lifestylemerk A fish named Fred.

Fred verrast keer op keer met kleurrijke, scherpe
en opvallende ontwerpen uit eigen design studio.
Een Fred vindt het leven te kort om gemiddeld te zijn.
Iedereen kan een Fred zijn, hoe oud je ook bent,
wat je ook doet of hoe je er ook uitziet.

Met 250 verkooppunten in Nederland is er altijd
een A fish named Fred dealer bij jou in de buurt.

VERKRIJGBAAR BIJ:

all
the
Queen's
men

STRAK
IN PAKKEN





DESIGN THEE VOOR VADER

Theeën vertellen een bijzonder verhaal. Over exotische landen, waar theebladeren met de hand worden geplukt. Een delicaat proces, waarbij de plukker de kwaliteit van de thee grotendeels bepaalt.

Arte & Zayne thee vanaf € 6,95. www.artezayne.com

BRUIST Deal

BIJ HOTEL DE LEIJHOF OISTERWIJK

Overnachting in een Comfort Room
Culinair 3 gangenmenu du chef
Luxueus ontbijt - Wifi internet - Parkeren

€ 79,50 p.p.*

**excl. lokale heffingen. Op basis van minimaal 2 pers.*

Reserveer via www.leijhof.nl
met promocode **BRUIST**

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

**Maak nu kans
op een overheerlijk
vaderdagpakket.**

Dit complete pakket
wordt aangeboden door
Slijterij Prinsenbeek,
www.slijterijprinsenbeek.nl



Slijterij Prinsenbeek

NIX78
Drink met mate.

Like dan 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 #SlijterijPrinsenbeek naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**

Tips voor

SPORTIEF CRUISEN

De E-Lite van Union is een elektrische fiets waardoor je met gemak een flink aantal kilometers kunt maken. Of je de fiets nu gebruikt voor een rondje door het park of om de stad te doorkruisen: trendy ben je sowieso!

Vanaf €1.999. www.union.nl





BRUISENDE SMAKEN

De SodaStream Flavors Red Berry Mix, Blackcurrent, Fruit Mix en Orange Mix zijn unieke smaken met 50% vruchtensap om je SodaStream (bruis) water een extra fruitige smaak te geven. **Glazen fles met SodaStream Flavors, € 4,99.** www.sodastream.nl/flavours

Nederdag



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#3

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).



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 actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. Lezersactie #Sodastream naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**

sodastream

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#2

Maak kans op twee vrijkaarten voor Wonderfeel op vrijdag 19 juli.

Wonderfeel is een driedaags buitenfestival voor klassieke muziek op Landgoed Schaep en Burgh in 's-Graveland. www.wonderfeel.nl



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 actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. Lezersactie #wonderfeel naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**

VOOR DE STIJLVOLLE MAN heeft Previa een exclusieve haarverzorgingslijn ontwikkeld die het haar en de hoofdhuid voedt, verzorgt en haaruitval tegengaat. **Previo Man Energising Treatment Kit, € 37,95.** www.hairsuite.nl



COMPLEET



GENIETEN



Hotel de Leijhof
EST. Oisterwijk 1874

EST. **THE** 1874
GEORGE
RESTAURANT

Verblijf in Hotel de Leijhof Oisterwijk met deze Bruist Deal.

Overnacht in onze Comfort Room, geïnspireerd door de bosrijke omgeving en laat u culinair verrassen door onze Chef Dylan van Hirtum in Restaurant The George middels ons 3-Gangen Menu Du Chef. Beleef de geur van verse kruiden uit onze eigen kas en neem een kijkje in de wijnbibliotheek samen met onze sommelier Maikel Ginsheumer. Na een heerlijke nacht in dit luxe boutique hotel met de charme van een landhuis, kunt u genieten van een heerlijk luxueus ontbijt.

BRUIST
Deal

€ 79,50 P.P.*

PROMOCODE: BRUIST

**RESERVEER NU VIA
WWW.LEIJHOF.NL**

**Overnachting in een
Comfort Room van één van
de meest luxe boutique hotels
van het bosrijke Oisterwijk**

**Culinair
3-Gangen Menu Du Chef
Luxueus ontbijt**

Parkeren

* Bovenstaande prijs is op basis
van minimaal 2 personen
exclusief lokale heffingen.

Heusdensebaan 7 Oisterwijk
+31 (0)13 523 1123
www.leijhof.nl

Groeten uit Oisterwijk



Van Overleven naar Leven!

**Ben je de hele dag obsessief bezig met eten?
Je voelt je onbegrepen en daardoor eenzaam?
Ben jij klaar voor de échte verandering?**

Jij bent het waard om het leven te leiden waar je van droomt. Ik heb zelf een eetstoornis gehad en kan je daarom zeggen dat ik het levende bewijs ben dat het kán! Dat gun ik jou ook! Mijn ervaringsdeskundige en succesvolle EFT-coaching is er op gericht om jouw vicieuze cirkel te doorbreken.

**Bel of mail voor informatie of voor een
gratis en vrijblijvende intake!**

Mieke Epker
06-25102641
info@vlinderkuijl.nl
www.vlinderkuijl.nl



Cees Buddingh'hof 76, Hoorn
06-25102641 | info@vlinderkuijl.nl
www.vlinderkuijl.nl

stichting
EFT
emotional freedom techniques

Stichting EFT wil graag meer mensen bekend maken met de mogelijkheid om klachten praktisch, snel en effectief op te lossen met Emotional Freedom Techniques. Met EFT herstel je je emotionele en fysieke balans zélf of je laat je begeleiden door een professional zoals Mieke.



Beste Kaasliefhebbers.

De maand juni is alweer aangebroken. Met de Pinksterdagen, Vaderdag en de start van een nieuw seizoen in het vooruitzicht hebben wij genoeg redenen om een lekker stuk kaas aan te snijden. Eigenlijk is er altijd wel een goede reden.

De zomer is het beste seizoen om kaas te maken; er staan volop gras, bloemen en kruiden in de weiden. Vooral op bergweiden produceren koeien-, geiten- en schapenmelk van uitstekende kwaliteit, die verwerkt wordt tot aromatische kazen.

Wil je indruk maken met een zomerse kaasplank? Zorg ervoor dat je bij de zomerkazen lekkere frisse garnituren gebruikt. Denk daarbij aan aardbeien, abrikozen, frambozen, verse noten of kies eens voor onze kaasdip met abrikozen en witte wijn. Wij helpen je graag met het samenstellen van de perfecte zomerse kaasplank!

Graag tot ziens bij Zuivelhoeve Alkmaar!

Enkele zomerkazen:

Epoisses, Roquefort, Reblochon, Saint-Nectaire

Zuivelhoeve
Sinds 1981
ALKMAAR

JOHAN GROOTEN & JERRY HABETS
MAGDALENENSTRAAT 11 ALKMAAR
072-5113422 ALKMAAR@KAASHUISTROMP.NL
WWW.ZUIVELHOEVE-WINKELS.NL

Ontzorgen in Spanje!

Februari jl. was ik te gast bij Familia Está, een groene oase in Andalusië en een vakantieoord voor families met een hulpvraag, bijvoorbeeld voor een autistisch kind. Dit mooie initiatief voorziet in de behoefte om een volwaardige vakantie te bieden met ondersteuning van een professioneel team en liefdevolle vrijwilligers, waardoor de druk even wordt weggenomen en de hele familie kan ontspannen onder de Spaanse zon.

Paulina is een warme gastvrouw die er alles aan zal doen om uw verblijf te laten slagen. Ik heb er in ieder geval heel erg van genoten, zeker ook door de prachtige omgeving van dit bijzondere vakantieoord. Als autismecoach wil ik mij blijvend inzetten voor dit project.



Familia Esta – Órgiva, Zuid-Spanje
www.familiaesta.org

Autismepraktijk Nuance | Zocherstraat 49, Alkmaar
0615581924 | autismepraktijknuance@gmail.com

HONDENTRIMSALON NUDOS

Karen Wolder

Meervoudig trimkampioene gespecialiseerd in spaniels, setters, retrievers en plukrassen. Rijks en kynologisch gediplomeerd voor alle rassen en raslozen. **Ook voor uw kat, cavia en konijn!**



Stationsplein 99, Heerhugowaard | 072-5723801/06-10004661
www.facebook.com/dierverzorging

Steun ook

HET
VERGETEN
Kind

www.hetvergetenkind.nl

Psst... Het is al **juni**, maar dat blijft even tussen mei & juli.

Liefde is te mooi om in een kast verborgen te houden.

Elke minuut dat jij je druk maakt om het verleden,
gaat af van de **toekomst!**

Wil ik net mijn **roze bril** afzetten, kom ik jou tegen.

Koud afdouchen versnelt je stofwisseling,
stimuleert de bloedsomloop en voorkomt een duf gevoel.

Hoe lang of kort je ook wandelt, je **verslaat** altijd
iedereen die op de bank ligt!

Mensen kunnen niet zonder muziek. Het zorgt voor ontspanning,
opwinding, **kippenvel**, tranen en emoties.

Wie een **regenboog** wil zien, moet eerst de regen trotseren.

Wanneer je met een **andere bril** kijkt, kan je
toekomst er ineens heel anders uitzien.

Was de weg naar de **sportschool** maar net zo
makkelijk als die naar de koelkast.

Geloof niet alles wat je denkt.

**TAQA
Theater
De Vest**

taqatheaterdevest.nl



Juni 2019

Za 1 juni

Nederlands Dans Theater 2 – Settle for More

Do 6 juni

Het Nationale Theater – De wereld volgens John

Vr 7 juni

3JS – Heroes of Music

Za 8 juni

Karin Bloemen en band – Souvenirs

Wo 26 juni

Dubbelconcert in Vest en Kerk – Hannes Minnaar en Wolfgang Zerer

Za 1 juni t/m zo 23 juni

Zomer in De Mare – straat- en circustheaterprogramma

Vr 21 t/m vr 28 juni

Orgel Festival Holland – Internationaal jong orgeltalent

Za 29 juni t/m zo 11 augustus

Zomer op het Plein – Canadaplein Alkmaar

t/m 7 juli

Fototentoonstelling Hellen van Meene – Grote Kerk Alkmaar

t/m 23 augustus

Gratis toegankelijke kaasmarktconcerten – Grote Kerk Alkmaar

Maak kans op twee vrijskaarten voor 'De wereld volgens John'

Beantwoord de volgende vraag: *In welke voorstelling van Het Nationale Theater was de*

hoofdrolspeler John eerder te zien? Stuur je antwoord naar marketing@taqatheaterdevest.nl

Zojuist mijn zomer-
kleding uitgezocht.

Ik pas alleen
nog mijn

zonnebril



Rouwbegeleiding

Hoe leef je verder na verlies van een dierbare?

Als je iemand verliest waar je van houdt, lijkt je leven stil te staan. Niets is meer hetzelfde. Een aantal maanden na de uitvaart wordt het ook stiller in huis, is er minder aanloop en zijn er minder telefoontjes. Je familie en vrienden gaan door met het eigen leven. Hoe kun jij nog verder leven zonder die ander? Kun je nog wel genieten zonder die ander? Heeft jouw eigen leven nog zin, als die ander er niet meer is?

Gesprekken met een rouwtherapeut kunnen dan heel steunend zijn om door je verdriet heen te werken en tot een nieuw emotioneel evenwicht te komen. Zo kun je met rouwbegeleiding weer nieuwe zingeving voor je eigen leven gaan vinden. Eva Snieder-Nieuwhof heeft met haar praktijk voor rouwbegeleiding - De Spiegelboog, al zeer veel mensen begeleid vanuit diepe rouw terug naar het leven.

De kosten van rouwbegeleiding door De Spiegelboog worden vergoed vanuit de aanvullende zorgverzekering.

Bel Eva voor informatie: 06-11445637 of mail naar info@despiegelboog.nl

Kies als
nabestaande
voor steun
bij rouw:
06-11445637



De Spiegelboog
Praktijk voor rouw en verlies

Eva Snieder-Nieuwhof | 06-11445637
info@despiegelboog.nl | www.despiegelboog.nl



PEUGEOT 208 SIGNATURE 1.2



PEUGEOT



Normaal ~~€ 20.459~~

Korting - € 3.066

Nu voor **€ 17.399**

Private Lease v.a. € 295 p/m

www.vanmossel.nl/peugeot

Van Mossel

DAGJE UIT 2 FESTIVALS

LUISTEREN EN LUIEREN OP WONDERFEEL

Wonderfeel is een driedaags buiten-festival voor klassieke muziek met de ongedwongen sfeer van een popfestival. De zeven podia bieden voor elk wat wils: van Mozart tot Aart Strootman, van Rameau tot Pärt met lijntjes naar jazz, wereld- en popmuziek. **LIKE & SHARE LEZERSACTIE#2 EN WIN TWEE VRIJKAARTEN VOOR 19 JULI!** 19, 20 en 21 juli in 's-Graveland www.wonderfeel.nl



50 JAAR WOODSTOCK

Kom 17 of 18 augustus naar het Goffertpark voor twee dagen vol Peace, Love & Music met gelouterde tributebands en -acts uit de hele wereld die een ode brengen aan hun helden: Janis Joplin, The Who, Jimi Hendrix, Santana, Joe Cocker en nog vele, vele anderen. www.openluchttheaters.nl/site/programma/50-jaar-woodstock

FILMPJE KIJKEN YESTERDAY

Wat als The Beatles nooit hadden bestaan en jij de enige persoon bent die hun nummers kent? 'Yesterday' volgt het leven van een worstelende muzikant. Jack (Himesh Patel) komt erachter dat hij van de ene op de andere dag de enige persoon op aarde is die zich The Beatles kan herinneren. Met de kennis van al hun muziek is hij vervolgens relevanter dan ooit. Film van regisseur Danny Boyle (Slumdog Millionaire) en scenario-schrijver Richard Curtis (Love Actually, Notting Hill). Verder met o.a. Lily James, Kate McKinnon en Ed Sheeran. **YESTERDAY draait vanaf 27 juni in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN WIL SCHILDERS



DE SUDOKU... vrijwel iedereen zal er weleens een hebben opgelost of een poging gedaan hebben tot. Heb je daar wat moeite mee of zou je je sudokukwaliteiten willen verbeteren, dan is het boek 'Los elke sudoku op' een aanrader. Wil Schilders: "Ik heb er al zoveel opgelost dat ik inmiddels door heb hoe sudoku's werken. Kennis die ik graag wil delen." Vandaar dat hij enkele jaren geleden dit boek schreef dat zelfs al in meerdere talen is vertaald. "Als je dit boek stap voor stap doorloopt, leer je steeds moeilijkere sudoku's oplossen." **LOS ELKE SUDOKU OP van WIL SCHILDERS is voor € 19,95 te koop via www.loselkesudokuop.nl**

Huidverbetering



Salon
BeeldSchoon

Laat 38, Alkmaar | 06 528 257 48
salonbeeldschoon.mytreatwell.nl

Boek online: salonbeeldschoon.mytreatwell.nl

Gespecialiseerd in:

- Permanente make-up
- Acne
- Couperose / Rosacea
- Anti-aging
- Microdermabrasie
- Chemische peelings
- Ultrasound
- Microneedling

op de eerste plaats!

Tijdens de uitreiking afgelopen 14 april van de Beauty Awards 2019 heeft Jennifer Haak, eigenaresse van Salon Beeldschoon, de 2e prijs behaald in de Categorie Schoonheidsspecialiste van het jaar.

“Dit jaar deed ik voor het eerst mee en ik ben heel trots op hoever ik ben gekomen. Sowieso kan ik zeggen dat ik als enige uit Noord-Holland door de voorrondes heen ben gekomen en de nominatie in de wacht heb gesleept.

In het juryrapport kan ik mij wel vinden. Voor mij staat het resultaat van mijn behandeling en het vakkundig uitvoeren hiervan voorop. Ik focus mij al jaren op het naar een steeds hoger niveau tillen van de behandelingen. Dit doe ik d.m.v. het volgen van trainingen en door te werken met de meest vernieuwende maar ook veilige apparatuur en technieken. Zoals bijvoorbeeld Ultrasound en Microneedling.

Ook geef ik tijdens de behandelingen graag een duidelijke uitleg aan de klant over hoe de huid werkt en wat het beste zou zijn om de huid in topconditie te krijgen.

Ik ben blij dat de 'mystery guest' dit ook zo heeft ervaren. Bij verbeterpunten: “Geen!” stond er in mijn rapport. Dat is waar ik het voor doe!

Mijn verbeter punten liggen bij het maken van een marketingplanning en een vernieuwde website. Hier ga ik zeker mee aan de slag. Wel blijf ik bij mijn eigen focus; huidverbetering en de wensen van mijn klanten op de eerste plaats.”





Beach

1. Waterlover Sun Mist van Biotherm, € 37,50 www.douglas.nl
2. Face Spray Glowing Summer van Babor, € 24,90 www.babor.nl
3. Terracotta Route des Indes Zonnepoeder & Blush van Guerlain, € 67,- www.guerlain.nl
4. Strandhoed van Comma, € 29,99 www.comma-store.eu
5. Broekje van Beachlife, € 29,95 www.beachlife.nl
6. Fake It van MĀDARA, € 27,- www.drogisterijnet.nl



lovers

Het strandseizoen staat weer voor de deur! En of je nu wel of niet dicht bij zee woont of binnenkort een strandvakantie hebt gepland, we willen allemaal hetzelfde: onze huid optimaal beschermen, er absolutely fabulous uitzien en... zon natuurlijk!

7. Capital Soleil Hydraterende Bodymelk SPF 50+ van Vichy, € 27,50 www.vichy.nl
 8. French Rivière Eau de Toilette van Lancaster, € 44,90 www.douglas.nl
 9. Slippers van Ipanema, € 16,99 www.ipanemashop.nl
 10. Zonnecrème SPF 50+ van Zwitsal, € 18,99 www.zwitsal.nl
 11. Vernis a Lèvres WaterStain van Yves Saint Laurent, € 38,50 www.ysl.com
 12. Refreshing After Sun Gel of Balm van Clarins, € 31,- per stuk www.clarins.nl

VALT DIT OP?

DAN WERKT DEZE ADVERTENTIE

BRUIST

Ook opvallend adverteren?

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



Een glimlach op het gezicht van elke klant

Take
a
Seat

Het enthousiaste team van Beautycenter & Kapsalon TAKE A SEAT bestaat uit topstylistes die hun kennis en passie voor het kappersvak weten om te zetten tot het creëren van een kapsel geheel naar uw wens.



OPENINGSTIJDEN

Ma 09:00 - 18:00 • Di 09:00 - 18:00
Wo 09:00 - 20:00 • Do 09:00 - 18:00
Vr 09:00 - 18:00 • Za 09:00 - 17:00

Bij Beautycenter & Kapsalon TAKE A SEAT streven wij naar kwaliteit, de juiste aandacht en een goede service voor onze klanten.

Ons team heeft alle kennis en vaardigheden in huis, aangevuld met een persoonlijke en servicegerichte benadering, om vrijwel elke wens op haargebied te creëren...

BEL ONS NU VOOR EEN AFSpraak

U kunt bij ons ook zonder afspraak terecht. Loopt u gewoon even binnen, dan kijken we of we gelijk tijd voor u hebben.

VOOR DE
SALON
GRATIS
PARKEREN



In ons beautycenter kunt u uit diverse behandelingen kiezen. Er zijn zelfs meerdere behandelingen te combineren met elkaar...

Kies bijvoorbeeld voor lichaamspakkingen. Tijdens deze behandeling wordt eerst de huid gereinigd, daarna wordt er met een speciale lichaamspeeling over de huid gewreven waardoor dode huidcellen worden verwijderd en poriën gereinigd worden. U heeft keuze uit diverse lichaamspakkingen.

U voelt zich als herboren!

Middenweg 241 a, Heerhugowaard | 072 582 5799 | 06-43151430 | johannakuipers@live.nl

www.cynthiasbeautysalon.com | www.beautycenter-takeaseat.nl

Tijdelijk (recreatieve)

Soms heb je even een tijdelijke woonruimte nodig. Je huis is verkocht en het nieuwe huis is nog niet opgeleverd, je gaat je huidige woning grondig verbouwen of je relatie is over en je hebt nog geen geschikte woonruimte gevonden. Dan hebben wij de oplossing.



woonruimte nodig?

Op camping Fortduinen in Cromvoirt hebben wij diverse chalets

TE HUUR



Voor meer info bel je **06-34590974** of mail je naar **lea@nederlandbruist.nl**

Geen zin om lang in de keuken te staan, maar wil je toch een voedzaam en lekker gerecht op tafel zetten? Dan zijn deze eenvoudige recepten zeker een aanrader. Smullen maar.

Kip ketjap *salade*

2 PERSONEN - 30 MINUTEN

INGREDIËNTEN

160 gr kip of
vegetarische stukjes
200 gr sperziebonen
½ komkommer
200 gr geschrapte
worteltjes
olie of margarine
om in te bakken
1 zakje sla
handje grofgehakte,
ongezouten cashewnoten
2 in ringetjes
gesneden bosui

AZIATISCHE MARINADE

1 eetl honing
1 eetl gember-
siroop
2 eetl ketjap manis
2 eetl sesamolie
1 eetl citroensap
snufje chilivlokken

Meng de ingrediënten voor de marinade door elkaar. Bewaar een paar eetlepels en meng de rest met de kip (of vega stukjes) en laat een kwartier marineren. Kook de sperziebonen gaar, snijd de komkommer in plakjes en de wortels in reepjes. Bak de kip in een pan met een beetje olie of margarine. Meng de sla met de wortel, komkommer en sperziebonen. Verdeel de gebakken kip hierover. Bestrooi met de cashewnoten en de bosui en besprenkel met wat overgebleven marinade.



FOODHACKS - ZO IS KOKEN NOG LEUKER - FOODHACKS - KEUKENTIPS - FOODHACKS - HANDIGE WEEJTJES

Altijd **VERSE KRUIDEN** in huis? Vries ze met water, olie of afgekoelde bouillon in een ijsklontjesbakje in.



Met enkele (plastic) tijdschriftenhouders op z'n kant, creëer je snel en makkelijk meer bergruimte in je (koel)kast.



Als je **RESTJES WIJN** over hebt, kun je deze in het ijsklontjesbakje van je vriezer gieten, zodat je ze later in sauzen kunt gebruiken.



Met een DOORGESNEDEN UI schrob je aangebrande voedselresten eenvoudig van een heet bbq-rooster.

Noedel bowl met *zalm*

2 PERSONEN - 25 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 2 stukken zalm (285 gr.)
 - 1 limoen, voor het sap en voor een schijfje peper en zout
 - 100 gr noedels
 - scheutje ketjap
 - 2 wortels
 - ½ komkommer
 - 175 gr mango
 - 75 gr taugé
 - bosje koriander
 - 1 theelepel sesam
- Marineer de zalm met het sap van de limoen en bestrooi met een snuffje peper en zout. Bereid de noedels volgens de verpakking, laat uitlekken en meng met een scheutje ketjap. Snijd met een mandoline of kaasschaaf de wortels en komkommer in linten. Snijd de mango in kleine blokjes. Bak de zalm in 3 à 4 minuten rosé in een pan. Je kunt hem ook rauw laten, maar dan moet hij wel heel vers zijn. Verdeel de noedels over het midden van een kom. Leg er de zalm in stukjes, de mango, de komkommer- en wortellinten en de taugé omheen. Garneer met wat koriander, sesam en eventueel een limoentje. Je kunt de bowl zowel koud als lauwwarm eten.



FOODHACKS - ZO IS KOKEN NOG LEUKER - FOODHACKS - SLIMME TRUCS - FOODHACKS - KEUKENTIPS

Gebruik het handig doosje van tictac om **KRUIDEN** in te bewaren. Ze nemen ook bijna geen ruimte in beslag.



Zijn je SAUSFLESSEN bijna leeg? Zet ze dan ondersteboven in een eierdoosje. Zo kun je ook het laatste restje gebruiken.



Komkommer en watermeloen bevatten veel vocht. Leg plakjes op je door de zon **VERBRANDE HUID**.



Plaats een GROTE SNIJPLANK over de gootsteen en maak zo een extra groot werkblad.

ONEINDIG VEEL MEUBELVARIATIES IN COMBINATIE
MET JE PERSOONLIJKE EN TIJDLOZE TOUCH

OUT OF THE
BLOX

Omgeef jezelf met een comfortabel en stijlvol interieur.
Creëer eenheid en daarmee rust en luxe door één tijdloze
en luxe stijl door te voeren in je woning. Blox Luxury
Furniture combineert hoogwaardige, luxe materialen
tot een tijdloze en luxe stijl.



Elke combinatie van natuurlijk geborsteld eiken kan gecombineerd worden met hardsteen, waardoor je inrichting een geheel wordt. Kies zelf in welke beits- of ralkleur de meubelen afgewerkt dienen te worden. Maak een keuze uit één van de vier exclusieve soorten hardsteen en vier soorten AA stoffeerwerk. Zo stel je in een mum van tijd alle meubelen voor je in hele huis eenvoudig samen.

HIGH-END ONTWERP

“Blox is een unieke combinatie van high-end ontwerp, in combinatie met de mooiste luxe materialen”, vertelt Frank Rijnen. De afgelopen drie jaar ontwierp hij de vernieuwende, exclusieve en high-end standaard meubellijn en brengt deze nu op de markt. “Het is een compleet andere opzet dan maatwerk interieurbouw, maar toch een manier om te zorgen voor een eenheid in je inrichting.”

Bijkomend voordeel is dat een hele woning in één dag ingericht kan worden en de levertijden dankzij een geavanceerd voorraadsysteem zeer kort zijn. Elk meubel wordt met zorg verpakt en geleverd in heel Europa.

INSPIRATIE

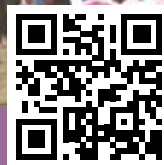
Vanaf 1 mei is Blox te bestellen via de website. Hier kun je door de prachtige fotografie inspiratie opdoen en stel je dankzij de juiste informatie zo een eigen stijl samen. De eerste levering vindt plaats vanaf oktober 2019. Geïnteresseerde dealers uit het segment projectontwikkeling, makelaardij, styling en architectuur kunnen contact opnemen via het mailadres.

www.blox.sale | info@blox.sale

BLOX



Altijd een vestiging in de buurt



Reguliere, verlengde en flexibele opvang
Opvang 0-4 jarigen, peuteropvang en BSO 4-12 jarigen



Centrale administratie: Kennemerstraatweg 13
1814 GA Alkmaar - t: 072 566 90 28 - e: info@rollebol.nl

www.rollebol.nl