

DE ZAASTREEK 

APRIL 2022 GRATIS MEENEMEN!
WWW.ZAASTREEKBRUIST.NL

BRUIST

We kunnen weer
naar buiten!

**Roosmarijn
Luyten:**

'Dan word ik
heel gelukkig!'



Bent u benieuwd of ik ook iets voor u kan betekenen? Informeer dan eens naar de mogelijkheden of maak meteen een afspraak.

Mijn naam is Natasja Loswijk. Ik ben hairstylist, erkend haarwerker en werk samen met alle zorgverzekeraars.



Eigenaar: Natasja Loswijk
A.F. Savornin Lohmanstraat 2,
Zaandam
06-87251637
info@allshades.nl
www.allshades.nl
f AllshadessZaandam
all_shadess



Last van haaruitval of kale plekken?

Natasja helpt u aan een mooie, goed passende pruik die natuurlijk oogt en fijn zit.

Wij verzorgen en adviseren u op het gebied van haar en pruiken. Dit doen we met passie en volgens de meest recente technieken. We werken met sulfaatvrije producten van de merken Keracare en Finnleys.

All Shades is aangesloten bij diverse zorgverzekeraars waardoor vergoeding mogelijk is. Ook kunt u er terecht voor diverse black hair pruiken. Van losse krullen tot afro kinky, alles is mogelijk. Laat gerust uw wensen weten zodat wij samen op zoek kunnen gaan naar een pruik of haarstukje die aan u wensen voldoet en binnen uw budget past.

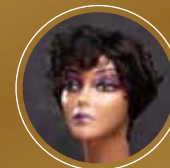
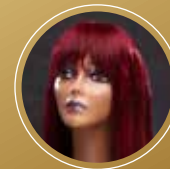
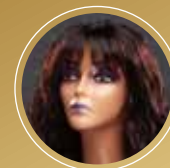
Naast het maken en leveren van pruiken en haarstukjes is Natasja als hairstylist nog steeds zeer actief. In de kappersstoel is iedereen welkom, van afro tot Europees haar.

ONZE HAARWERKEN

All Shades heeft diverse soorten pruiken voor dames beschikbaar. Denk hierbij aan kort haar pruiken, lang haar pruiken, blonde pruiken en zwarte pruiken. In onze collectie vindt u gegarandeerd een geschikte pruik. Vrouwelijke en moderne modellen, pruiken die fijn zitten en waar u zich prettig bij voelt. U kunt niet alleen bij ons terecht voor pruiken, maar ook voor advies over het onderhoud ervan.

Om het haarwerk mooi te houden adviseren wij speciale producten die geschikt zijn voor het haar waar het haarwerk van gemaakt is.

Kom langs in onze salon en we geven u graag advies.



Het overlijden van Lies

Ruim een jaar geleden is het nu dat op een zaterdagavond mijn mobiele telefoon ging en ik in het scherm zag dat Lies, mijn vriendin, mij belde. Ik nam dus met een enthousiast 'hallo' op. Het enige dat ik daarna hoorde was: "Mirelle, mijn moeder is overleden." Ik schrok enorm en riep: "Hoe kan dat nou?" Lies, een gezonde vrolijke vrouw in de bloei van haar leven, over een maand zou ze 50 worden. Marjon, de dochter van Lies, had mij gebeld met haar telefoon.

Lies werd thuis opgebaard. Uit de winkel had de familie statiefs meegenomen voor de toestromende bloemstukken en boeketten. Het was een komen en gaan van dierbare vrienden van Lies en haar dochters. Met elkaar bespraken we de uitvaart. In de garage stond de mooie Kawasaki van Lies. Marjon had net haar motorrijbewijs en wilde met de motor van haar moeder naar het crematorium. Ik vertelde dat het wel heel emotioneel zou worden om door een erehaag van vrienden te rijden, maar Marjon wilde dit heel graag. Wat stoer van haar. Een goede vriend had een zijspan en we zijn met een lege kist naar het clubhuis gereden. Daar bedachten handige vrienden hoe we de kist op het zijspan konden bevestigen.

De dag van de uitvaart naderde en alles werd gereedgemaakt voor de laatste rit van Lies. Familie en vrienden vormden eerst een rij om alle bloemen in de bloemenauto's te krijgen. Mijn bloemist stond bij de auto's om dit goed te regelen. Zij vertrok als eerste naar het crematorium om hen op te wachten.

Lies werd uit huis gedragen en op het zijspan gezet. De vrienden, burens en andere belangstellenden vormden samen een meterslange erehaag. Het was indrukwekkend om te zien: Lies in de kist op het zijspan met daarnaast Marjon op de motor door de erehaag heen. Met een flinke brok in mijn keel liep ik voor de stoet uit. Een traan biggelde over mijn wang, het was zo bijzonder.

Bij het crematorium stonden de motorvrienden van Lies ons op te wachten. Met het geluid van flink gas gevende motoren kwamen we aan bij het crematorium. De motor met zijspan werd de aula ingereden. Een warme dienst met herinneringen aan Lies in woorden, muziek en foto's. Na de dienst werd er onderling nog nagepraat. Ondertussen brachten we de bloemen weer naar huis, de tuin werd kleurig ingericht.

Ja, er is veel mogelijk tijdens een uitvaart. Heeft u daar wel eens over nagedacht? Of kiest u liever voor een koets met paarden of voor een rouwauto? Auto's zijn er tegenwoordig in vele kleuren en modellen, zoals traditioneel zwart of grijs, wit, rood, blauw, roze of gekleurd?

COLUMN/LIGHTHART UITVAARTZORG



Persoonlijk
Betrokken
Onafhankelijk
Maatwerk


Lighthart
Uitvaartzorg

Impressie **De Zaanse Schans**



**Wil je kans
maken om jouw foto
in Zaanstreek Bruist
terug te zien?**

Stuur deze dan naar
ontwerp@nederlandbruist.nl
o.v.v. Foto Zaanstreek



10



26



37



win

12



28



23

COLOFON

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout
T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl
www.nederlandbruist.nl
f nederlandbruist

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
CUSTOMER CARE Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Nesia Mamengko
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Maaïke van Helmond

f Like ons op Facebook.com/dezaanstreekbruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl
of bel René Moes 06-19629221 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2022. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. 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 is een uitgeverij van glossy magazines die 39 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Het is april, een maand waarin we heel wat te vieren hebben: Koningsdag, Pasen en natuurlijk de lente die nog niet zo lang geleden haar intrede heeft gedaan. Kom maar op met die heerlijke voorjaarszon en de lentekriebels, wij zijn er klaar voor! Jij ook? Mocht je toch nog wat moeite hebben met de overgang van de winter naar de lente, dan geven we je verderop in deze nieuwste editie van Bruist wat fijne tips om de lente te vieren.

Bruisende lezer,

Ongetwijfeld voelt ook musicalactrice Roosmarijn Luyten de lentekriebels. Waar zij nog meer de positieve kriebels van krijgt? Van haar rol in de hitmusical Hij Gelooft in Mij. Hoe het kan dat zij daar dag in, dag uit van blijft genieten, lees je in het bruisende interview dat wij met haar hadden.

En niet alleen Roosmarijn bruist, ook alle ondernemers die wij spraken bruisen van de energie. Het voorjaarszonnetje doet duidelijk iedereen goed en zorgt ervoor dat er weer positief naar de toekomst gekeken wordt. Benieuwd naar al deze positieve verhalen? Blader dan snel verder en laat je inspireren!

René Moes

Adverteren?

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

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Alkmaar Bruist en Haarlem Bruist.

Inhoud

LAAT DE ZON
WEER BINNEN!



Lentekriebels, *geef jezelf een boost!*

Zodra de eerste voorjaarszonnestrallen zich laten zien, komen ze tevoorschijn: de lentekriebels. We willen naar buiten, flirten meer, voelen ons vrolijker en zijn uitbundiger dan in de winter. Laat de lente nog meer in je leven met onze bruisende tips.

De afgelopen maanden hebben we voornamelijk binnenshuis genoten. Nu de temperatuur stijgt, is het tijd om de deur uit te gaan. Ga op de fiets naar je werk, maak een voorjaarswandeling of neem de tuin onder handen. Bewegen is niet alleen goed voor je lichaam, het maakt je ook gelukkiger.

GA NAAR BUITEN De zon zorgt voor de aanmaak van vitamine D en dat is heel goed voor je lichaam. Bovendien zorgt zonlicht ervoor dat we ons beter voelen. Breng daarom je lunchpauze een paar keer per week door in het voorjaarszonnetje. In de lente ontwaakt de natuur, breekt de zon door en worden onschuldige lammetjes en andere dieren geboren. Laat je inspireren door de frisse energie die de lente met zich meebrengt en trek er samen met je vriend(in), ouders, vrienden en/of kinderen op uit.

ZORG VOOR JE LICHAAM Scrub die oude wintercellen van je huid. Geef je voeten - die de hele winter opgesloten hebben gezeten - een 'grote beurt' en lak je teennagels alvast in een vrolijk kleurtje. Breng een bezoekje aan de kapper en ga de lente stralend tegemoet. April is bij uitstek de maand om te gaan sporten. Schrijf je in bij de sportschool en sport de overtollige winterkilo's eraf. Gooi al je energie in de strijd en zie jezelf in gedachten al met een strak lichaam in bikini op het strand.

VERWEN JEZELF Langzaam loopt het kwik op en prikt het eerste lentezonnetje voorzichtig door de winterse wolken. Hoog tijd voor een bezoekje aan de stad waar de voorjaarscollectie al enige tijd in de rekken hangt. Gun jezelf een nieuwe aankoop waarmee je de wintermaanden definitief gedag zegt. Trakteer jezelf op een grote bos tulpen. De zomer is in aantocht en dat mag best gevierd worden.

Nog meer tips voor een bruisende lente? Op www.nederlandbruis.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



DE SLIMME REISTAS voor trendy vrouwen

Het ontwerp van BodabagsFashion #bodabags, verkrijgbaar in verschillende variaties, is absoluut uniek. Deze reistas wil je gewoon hebben.



BodabagsFashion | @bodaszilvia

www.bodabagsfashion.myshopify.com



DRY OIL SUN SPRAY VAN THAT'SO

That'so is ongeëvenaard als het om de zelf tan producten gaat, maar ook op het gebied van zonbescherming kun je niet om het merk heen. De Dry Oil Sun Sprays bevatten allemaal 3 SFP in 1 flacon. Spray je één keer, dan ben je met factor 20 beschermd. Spray je kort daarna weer met factor 30 etc. Er is ook een sun spray die tevens anti-insecten is en een spray voor mensen met tatoeages zodat, deze niet verkleuren door de zon. 175 ml, € 25,-

www.thatso.nl



LOWLANDERS 100% NATURE POSITIVE GIN

Een wereldwijde primeur van Lowlander wordt in april gelanceerd: 100% Nature Positive gin. Een buitengewoon smaakvolle, low-impact gin, gedistilleerd met jeneverbes, limoen, kardemom, spar, rozemarijn en citroen. Helder en fris, bomvol citrustonen en verse kruiden en volledig klimaatpositief! Deze wordt gemaakt met verse botanicals van lokale, zero-waste verticale stadsboerderijen, in combinatie met gerecyclede ingrediënten. De innovatieve kartonnen fles wordt gemaakt van 94% gerecycleerd materiaal en is zelf 100% recyclebaar. Vanaf april exclusief beschikbaar bij Gall&Gall.

www.lowlander-beer.com



GUINNESS (0,0%)

De Guinness Draught 0.0 is een donkerkleurig, alcoholvrij stout bier gebrouwen in Ierland en qua smaak identiek aan de reguliere Guinness, inclusief de karakteristieke schuimkraag. De ontwikkeling van dit alcoholvrije bier duurde vier jaar en net als de originele variant heeft het een romige, zachte smaak met een klein zoetje. Ook zit er in de blikjes 0.0 bier - net als bij de gewone variant - een balletje dat bij het openen zorgt voor de volle, romige schuimkraag.

www.guinness.com



Hallo lente!

Scan
de
QR-code

Doe
mee en
win

BRUIST Deals

Ook deze maand hebben we weer enkele Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Neem een kijkje op www.nederlandbruist.nl/lezersacties en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.

HALLMARK

Verras je familie, vrienden en collega's met de leukste kaartjes. Vergeet nooit meer een verjaardag, of moederdag (8 mei), en stuur gemakkelijk een kaart of cadeau dat je op voorhand vastlegt. Maak je keuze uit een ruime collectie wenskaarten van de beste kwaliteit. Of ga voor een cadeau zoals bloemen, ballonnen, chocolade, drank, beautyproducten en nog veel meer. Personaliseer je kaart naar eigen smaak, voeg een tekst en leuke decoraties toe. Als laatste kies je een adres en versturen maar!

www.hallmark.nl



UNION FLOW

Dankzij de frisse retrolook van de Union Flow val je direct op en samen stelen jullie de show. Deze opvallende fiets is beschikbaar in verschillende frisse kleuren, en telkens met stijlvolle, lichte banden. Op die manier cruise je soepel stad en land door. Vanaf € 479,-

www.union.nl/flow



LEZERSACTIE* Bruist Ecofriendly Powerbank

Nooit meer een lege telefoon, want met de kleine ecofriendly herlaadbare Bruist Powerbank zit jij nooit meer zonder stroom. De powerbank is tot honderd keer oplaadbaar en biologisch afbreekbaar. Geschikt voor zowel iPhone als Android. Lever de Celltank na verbruik in bij een van de bekende inleverpunten.

www.nederlandbruist.nl #POWER



LEZERSACTIES*

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie!

Of stuur je gegevens o.v.v. de TAG bij de lezersactie naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

By Nesli Bodycare

Beauty, cosmetica en persoonlijke verzorging

In zeven dagen een nieuw figuur zonder operatie, ook bij By Nesli Bodycare in de regio. Wereldwijd zijn er al bijna een miljoen succesvolle behandelingen toegepast met de Eximia.

De behandeling vermindert vetophopingen, verzacht striae, verstevigt de huid en pakt cellulitis aan. Benieuwd wat de Eximia voor jou kan betekenen? **Maak dan nu een afspraak! Bel 06-44 45 38 67**



BEHANDELGEBIEDEN

- Oedeem
- Vetophoping
- Zwak lymfatisch systeem
- Cellulitis & striae
- Huidveroudering
- Verslapping

Eigenaresse: Nesli Akyuz

Lagendijk 3-a101, Zaanstad
06 - 44 45 38 67
info@byneslibodycare.nl
www.byneslibodycare.nl

Verlies 7 centimeter in 7 dagen

Wil jij in korte tijd centimeters vet kwijtraken en een zichtbaar strakkere huid? Ga dan naar By Nesli Bodycare. Met gebruik van de Eximia HR77 Platinum zorgen zij voor verbluffende resultaten. Dit gebeurt geheel pijnloos en zonder operatie. In de regio boven Utrecht is By Nesli Bodycare de enige specialist die gebruikmaakt van dit unieke apparaat.



De Eximia HR77 Platinum werkt met vier verschillende applicatoren. Elk met een eigen functie die bijdraagt aan het uiteindelijke resultaat. De machine werkt bijvoorbeeld met infraroodstraling, pijnloze geluidsgolven en een vacuümsysteem. Bij elke behandeling wordt volgens een vaste routine gewerkt voor een optimale werking.

Verbluffende resultaten

Tijdens een traject bij By Nesli Bodycare raak je in één tot twee weken veertig procent aan vet kwijt. Daarnaast helpt de behandeling ook om striae, littekenweefsel, oedeem en cellulite te verminderen. Eximia is er dus niet alleen voor vetvermindering, maar ook voor een strakkere huid en voor gezichtsbehandelingen. Zowel vlekken als rimpels zijn na enkele behandelingen niet meer te zien. Zelfs littekens worden tachtig procent minder. Ook verbeteren de huidstructuur en doorbloeding en wordt huidveroudering tegengegaan. Je krijgt na afloop van de behandeling altijd een natuurlijke crème mee die de huid extra verzorgt. Dit draagt bij aan nog betere resultaten.

Van jong tot oud en zowel mannen als vrouwen zijn welkom bij By Nesli Bodycare. Voor de behandeling van start gaat, vindt er altijd eerst een intake plaats. Tijdens deze intake worden jouw doelen besproken en krijg je advies over de mogelijke resultaten die jij kunt bereiken.

Bel naar
06 44 45 38 67
en plan een
gratis intake!



Pilates en meer!

De toenemende behoefte aan een veilige, effectieve en completere trainingsmethode verklaart waarom pilates de afgelopen jaren zo'n populaire sport is geworden.

Pilates is een fijne, rustige bewegingsvorm waarbij de technieken van de ademhaling, krachtoefening, ontspanning en soepelheid verkrijgen het lichaam in beweging zetten.

Door het lichaam in zijn geheel te benaderen met pilates ervaar je meer ruimte en kunnen eventuele lichamelijke klachten afnemen!

Hands-on pilates

Dit is een behandeling die de diepe lagen van het vastgelopen bindweefsel losmaken. Voor nek-, schouder-, rug-, heup-, en knieklachten een fantastische aanpak. Aan de hand van testen waar dit nodig is en ook in welke richting dit het beste resultaat geeft gaan we aan de slag. Iedereen is uniek en heeft een persoonlijke aanpak nodig! En direct resultaat is wat we verzekeren. Dankzij de op jou persoonlijk afgestemde pilates oefeningen behoud je zoveel mogelijk het resultaat.

Houd van je lichaam en maak er werk van!



Tanja Sports House of Pilates
Pakhuis Saigon
Veerdijk 40E, Wormer
06-11017594
www.tanjasports.nl



Interesse?
Trakteer jezelf
eens op een van
onze lessen!



De lente is het **seizoen** van de krokussen, lammetjes en vogelnesten.

De natuur wordt steeds **groener** en **de zon** laat

zich wat vaker zien. Er worden ook veel

dieren geboren. **Het is een vruchtbare tijd!**

Als je last hebt van **hooikoorts**, ben je overgevoelig

voor pollen. Pollen zijn het **stuifmeel** van gras,

planten en bomen waarmee ze zich voortplanten.

Dat alle planten zich volop gaan

vermenigvuldigen, heeft dus ook **nadelen**.

Vaker tijd doorbrengen in **de natuur** heeft

een **positief effect** op je lichamelijke en

geestelijke **gezondheid**, zeker in de lente!

Roodborstjes zingen het hele jaar door, maar

in de lente zingen ze het hardst, langst en indringendst.

Net zoals **mensen** hebben **goudvissen**

licht nodig om hun mooie **kleurtje** te krijgen.



PRIKKELENDE BOODSCHAP?

Bij Bruist komt
jouw advertentie
tot bloei



www.nederlandbruist.nl

18



Botox & Fillers

KNMG erkend
cosmetisch arts

22 april
maak nu 'n afspraak!



LUXESKINCARE

@antiagingcenter_sylviavankuijk
Wormer • 642 3332

19

Win gratis kaarten

voor de Stabat Maters van Vivaldi, Boccherini en Pergolesi



Wil jij kans maken op kaarten?

Registreer je dan vóór 1 mei via theater.nl/bruist en wie weet ben jij één van de gelukkigen!

The Bach Ensemble of the Netherlands brengt in mei 2022 samen met enkele solisten de Stabat Maters van de Italiaanse grootmeesters Vivaldi, Boccherini en Pergolesi ten gehore. Een Stabat Mater is een zangcyclus over Maria die weent om haar stervende zoon. De muziekstukken zitten dan ook vol emotie en ontroering.



Gratis kaarten

Wil jij de Stabat Maters een keer live beleven? Dat kan! Theater.nl geeft in samenwerking met Beleef Klassiek kaarten weg voor de concerten van The Bach Ensemble of the Netherlands. Registreer je vóór 1 mei op Theater.nl via theater.nl/bruist en maak kans op gratis tickets!

Nog meer kans maken?

In april organiseert Theater.nl ook nog een speciale winactie op haar sociale media kanalen. Houd de Facebook- en Instagrampagina van Theater.nl de komende tijd dus goed in de gaten.

Theater.nl neemt na afloop van de acties zelf contact op met de winnaars. Over de uitslag kan niet worden gecorrespondeerd.

Theaternl
DE WERELD VAN THEATER

Theater.nl is hét platform voor theaterliefhebbers. Wij brengen het theatergevoel rechtstreeks bij jou thuis.



de pizza bakkers

De Pizzabakkers Zaandam | Dam 36, Zaandam | 075-6150194 | www.depizzabakkers.nl/zaandam

DAGJE UIT TULP FESTIVAL AMSTERDAM



Tulp Festival Amsterdam brengt een saluut aan het voorjaar en zet de hoofdstad gedurende de hele maand april in bloei. Tienduizenden tulpen geven kleur aan het vroege voorjaar in de stad en verlevendigen woon- en winkelstraten, pleinen en winkelcentra van Noord tot Zuidoost en van Oost tot Nieuw-West. In de loop van april bloeien de tulpen in de volle grond in parken en tuinen van musea en hotels. Bovendien plantten ruim 250 bewoners in het kader van het Tulp Festival Amsterdam gratis de New Santa tulp in hun geveltuintjes of rond bomen in de straat.

Kijk voor meer info op www.tulpfestival.com.

FILMPJE KIJKEN THE LOST CITY

Schrijfster Loretta Sage leidt een teruggetrokken leven, maar schrijft over de meest exotische plekken. De held van haar verhalen wordt op de cover belichaamd door Alan die ook in het echt helemaal opgaat in zijn rol. Als ze samen op promotietoer zijn voor haar nieuwste boek, wordt Loretta ontvoerd door een excentrieke miljardair die hoopt dat ze hem kan leiden naar de oude schat van de Verloren Stad uit haar laatste verhaal. Alan grijpt zijn kans om te bewijzen dat hij niet alleen in de boeken, maar ook in het echte leven een held is. **THE LOST CITY is vanaf 14 april te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN DOUGLAS STUART



De protestantse Mungo en de katholieke James leven allebei in de hypermannelijke en gevaarlijke buitenwijken van Glasgow. Ze zouden eigenlijk elkaars vijanden moeten zijn, maar hun vriendschap verandert heel langzaam in liefde. Mungo moet er echter alles aan doen om deze ware liefde geheim te houden, met name voor zijn oudere broer Hamish, een meedogenloze bendeleider. Dan stuurt Mungo's moeder hem met twee onbekenden op een kampeertrip die zijn leven voorgoed verandert. Vindt hij de moed en de kracht om terug te keren en is er een toekomst voor Mungo met James? **MUNGO van Douglas Stuart is vanaf 7 april verkrijgbaar.**



Van cosmetische behandeling tot complete gebitsrenovatie

Wil jij weer een gebit waar je trots op kunt zijn? Bij CDC Complete Tandzorg helpen ze je graag verder. Hier werken specialisten op verschillende gebieden, waaronder cosmetische tandheelkunde, gebitsrenovatie en angst/narcosebehandelingen.

Cosmetische behandelingen zijn ingrepen zoals tanden bleken, facings, kronen en bruggen. De specialist kan adviseren over de beste ingreep of combinatie van ingrepen en maakt gebruik van kwalitatief hoogwaardige materialen. De specialist op het gebied van gebitsrenovatie is er om zeer beschadigde gebitten weer gezond en mooi te maken met onder andere protheses, klikprotheses en compleet vaste brugconstructies. Daarnaast zijn er narcosebehandelingen waarbij de tandarts samenwerkt met de anesthesioloog.

Bij CDC Complete Tandzorg vind je alles onder in één dak. Ook het laboratorium. Zij luisteren naar je wensen en denken graag mee over een passende oplossing. Samen met jou doorlopen ze het behandeltraject en begeleiden ze je bij elke stap, zodat je niet voor onverwachte verrassingen komt te staan.



Scan me!

Kiespijn:
zowel **letterlijk**
als **figuurlijk**

Jouw lach, onze passie

Iedereen is wel ergens bang voor. Sommigen zijn bang voor spinnen, anderen weer voor kikkers en er zijn zelfs mensen die een angst hebben voor lange woorden. Hippopotomonstrosesquippedaliofobie wordt dat laatste ook wel genoemd. Best ironisch, of niet? Wat ook wel ironisch is, is dat we ook bang kunnen zijn voor dingen die eigenlijk goed voor ons zijn, zoals naar de tandarts gaan.

Tandartsangst? Kies voor hulp!

Het is desondanks niet gek dat veel mensen bang zijn om naar hun halfjaarlijkse controle te gaan. Dit kan namelijk aan verschillende dingen liggen. Zo kan iemand bang zijn dat het erg pijn gaat doen, maar ook het geluid van een boortje kan al tot lichte paniek leiden. Wat de reden ook is, als de angst te groot wordt, kan het voor sommigen onmogelijk lijken om naar de tandarts te gaan. Gelukkig bestaat er een manier waarop je de angst helemaal niet hoeft te voelen.

Angststandarts

Bang zijn om een afspraak bij de tandarts te maken is vervelend, maar als je problemen krijgt met je gebit, sta je toch voor een dilemma. Dan heb je zowel letterlijk als figuurlijk kiespijn: kies je ervoor om naar de tandarts te gaan, of is die stap je te groot? Een lastige keuze... Maar wist

je dat er ook een andere optie is? Je kunt namelijk ook naar de angststandarts gaan. Daar kun je je hele verhaal kwijt en wordt er alles aan gedaan om jou op je gemak te stellen. Zo hoef je de angst niet van tevoren zelf te overwinnen, maar helpt de tandarts je om het samen weer prettig te maken.

Narcosezorg

Voor sommige mensen is zelfs de angststandarts niet de oplossing, omdat ze op geen enkele manier iets van de behandeling willen meemaken. Maar zelfs dan is er nog een andere mogelijkheid, namelijk een behandeling onder narcose. Je denkt misschien dat dit alleen mogelijk is voor grote tandheelkundige ingrepen, maar dat is niet het geval. Ook voor kleine ingrepen kun je namelijk een narcosebehandeling krijgen. Vaak wordt hierdoor zelfs de angst minder, waardoor er daarna meestal geen narcose meer nodig is. Hierdoor kunnen mensen die anders geen mondzorg krijgen toch geholpen worden.

Wist je dat...

Wist je dat... één op de vijf Nederlanders bang is voor de tandarts? En dat zo'n 800.000 Nederlanders zelfs een tandartsfobie hebben? Bang zijn voor de tandarts is dus niet iets waar je je voor hoeft te schamen, want het is heel normaal.





Herpak de regie over je leven door een inspiratie gesprek aan te vragen voor juni en ontvang dan **GRATIS** de 'Formule naar een Gelukkig leven' online training t.w.v. € 97,-.

Mannen deugen niet

Toen hij uiteindelijk besloot om de stekker uit onze relatie te trekken, vocht ik niet voor onze relatie. Door mijn gekrenktheid kwam ik in een bevroers- en vluchtmodus. Automatisch rolde mijn gekwetste muur omhoog toen mijn 'out of the blue' relatiebreuk als een energetische baksteen mijn buik vulde.

Van jongs af aan ben ik gewend om me niet te laten kennen, krachtig en zelfstandig te zijn. Ik ben opgevoed met 'mannen deugen niet', 'zorg voor jezelf' en de welbekende innerlijke criticus fluisterde in mijn oor: 'hij is je niet waard', 'je verdient beter', 'je redt het wel alleen'. Gezien dit zeker op waarheid berust, was het niet makkelijk die emotionele afhankelijkheid in body en mind los te laten.

Concessies

Want ik miste zelfvertrouwen. Hierdoor trok ik mij op aan zijn sexy charisma en werd ik geconfronteerd met mijn angst dat hij mij niet nodig had. Onbewust verviel ik in oude patronen van concessies doen. Mijn eigen behoeften, dromen en wensen durfde ik niet te delen en zette ik aan de kant om hem tevreden te houden. Met als gevolg dat ik mijn innerlijke kracht en uitstraling verloor. Ik wilde niets liever dan bij hem zijn. Want met hem,

- kan ik mij pas ontspannen.
- voel ik mij gelukkig
- ervaar ik weer een doel in mijn leven

Foute boel, want dit is afhankelijk leunen op andermans energie, omdat ik de kwaliteiten zoals zelfvertrouwen, moed en veerkracht eventjes kwijt was.

Ik ben vast niet de enige die onzekerheid, onrust of een schuldgevoel opmerkt wanneer je weinig tijd hebt voor je partner of kinderen en niet de ouder of ondernemer bent die je zou willen zijn.

Als Natuurgeneeskundig Transformatie expert en loslaat coach help ik mensen die vastzitten in een relatie, in een burn-out, in het bedrijfsleven of na scheiding of verlies. Want ik gun iedereen een gelukkig leven.

Bevrijd je van blokkades, zodat er meer ruimte ontstaat voor geluk, innerlijke rust en dat droomleven, vormgegeven volgens jouw voorwaarden!

Natuurgeneeskundig Transformatie Therapeut

- *Jacqueline Brandes* -

Amstellaan 2, Purmerend
06-50869750 | info@munayqi.nl
www.munayqi.nl

MELD JE AAN VOOR MIJN

Coaching Programma



Roosmarijn Luyten speelt Rachel in Hazesmusical:

'Ik kan er geen genoeg van krijgen'

Musicalactrice Roosmarijn Luyten kruipt opnieuw in de huid van Rachel Hazes in de hitmusical *Hij Gelooft in Mij*. "Het script zit zo ritmisch in elkaar. Toen ik het weer las, merkte ik dat het nog als een gehele compositie in mijn hoofd zat", vertelt Roosmarijn.

Sinds begin dit jaar is *Hij Gelooft in Mij* terug in het theater. De musical over André Hazes was tussen 2012 en 2015 met meer dan 700.000 bezoekers een gigantisch succes. Destijds speelde Roosmarijn verschillende rollen in de musical, waaronder die van Rachel Hazes. Ter ere van de zeventigste geboortedag van de volkszanger wordt de productie nu opnieuw opgevoerd, deels met de cast van weleer.

Hits van Hazes

Roosmarijn staat nu zeven avonden per week in het theater als Rachel. Maar van de Hazeshits krijgt ze geen genoeg. "Ik merk dat ik er zelf ook een beetje verbaasd over ben", lacht de actrice. "Na zoveel keren spelen heb je die nummers wel gehoord, zou je denken. Maar dat is écht niet zo. Elke keer als die muziek weer begint en we met een scène bezig zijn...

dan word ik heel gelukkig." Zoals wanneer 'Bloed, zweet en tranen' voorbijkomt: "Dat is echt een hoogtepunt in de voorstelling. Zowel in geluid, in beeld als in het drama. Het is een heftige scène die altijd weer spannend is", legt Roosmarijn uit.

Hartslag

"Alle arrangementen zijn zo mooi door de musical verweven. De muziek is echt de hartslag van de voorstelling. De muziek van Hazes is van zichzelf al geweldig, maar de diepte en gelaagdheid die het in de voorstelling krijgt... Ik vind het echt prachtig. Ik kan er geen genoeg van krijgen", sluit Roosmarijn enthousiast af.

Hij Gelooft in Mij is tot en met augustus te zien in de Nederlandse theaters.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist

DE NATUUR EEN HANDJE HELPEN

Het natuurlijke proces van ouder worden is begonnen: afgelopen jaar werd ik veertig. Ik had hierdoor het gevoel dat ik er op mijn fitst uit moest zien. Van een personal trainer tot meal preps, alles werd ingezet.

Ook plande ik een afspraak in voor een ooglidcorrectie. Een vel van mijn ooglid hing namelijk voor een deel over mijn oog. De ooglidcorrectie stond ingepland en ik ging weer aan de slag met mijn strenge levensstijl.

Ik besloot om ook mijn huid extra aandacht te geven. Vanaf je 25ste neemt namelijk de collageenproductie af. Ik ben heel trouw MSM gaan slikken. Samen met vitamine C stimuleert het de aanmaak van collageen voor een jonge, strakke en gezonde huid.

Toen ik terugkwam van mijn vakantie in Mexico (waar sporten en meal preppen totaal geen prio was), keek ik in de spiegel. Tot mijn verbazing zag ik dat het stukje vel wat voorheen over mijn oog hing, vele malen minder aanwezig was. De ooglidcorrectie heb ik afgezegd dankzij MKBM MSM Powder.

BRUIST Deal

Ontvang **€ 5,- korting** bij jouw eerstvolgende aankoop in de MKBMshop (m.u.v. boeken).

Kortingscode: BRUIST5

Liefs, Fajah

30

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION



Studio Kies: voor een gezonde mond en een stralende lach!

Studio Kies is een moderne tandartspraktijk. Iedereen, van jong tot oud, is van harte welkom in de praktijk.

We bieden een professionele tandheelkundige behandeling in een prettige sfeer.

Je wordt altijd door dezelfde tandarts geholpen, dat helpt om je bij de tandarts snel op je gemak te voelen.

Je bent van harte welkom!



Studio Kies
tandartspraktijk

Rode Ring 5, Assendelft
075-2400040 | info@studiokies.nl

www.studiokies.nl

Onzichtbaar je tanden recht!



- Op maat gemaakt
- Ten allen tijde uitneembaar (bijvoorbeeld tijdens eten, drinken en tandenpoetsen)
- Nagenoeg onzichtbaar
- Comfortabel
- Op korte termijn snel én zichtbaar resultaat
- Vergoeding mogelijk door jouw zorgverzekeraar*

* Vraag vooraf jouw zorgverzekeraar naar de mogelijkheden.

Wij scoren een 9.4!

Benieuwd naar wat anderen van ons vinden?

Studio Kies scoort maar liefst een 9.4 op Zorgkaart Nederland!



Bel of mail ons voor een vrijblijvende kennismaking

075-2400040
info@studiokies.nl

WIJ ONTVANGEN JE MET OPEN ARMEN...

Kom werken en/of leren bij de Boogaert in Castricum!



Meer weten? Bel dan naar Alja Doorn, 06 1271 5738.
Er is meer mogelijk dan je misschien denkt!

We zijn dringend op zoek naar nieuwe collega's. Of je nu verzorgende IG bent, helpende (plus), student of verpleegkundige bent: je bent meer dan welkom!

Woonzorgcentrum de Boogaert staat voor persoonlijke zorg en aandacht voor kwetsbare ouderen. Werk dat er toe doet en betekenisvol is. Onze betrokken medewerkers zetten zich elke dag in voor het welzijn en welbevinden van onze bewoners. Je krijgt bij ons ruimte om de zorg af te stemmen op de wensen van onze cliënten. Dat doe je niet alleen, maar samen met je team - van leerling tot doorgewinterde professional. Zo haal je het beste uit jezelf en uit elkaar. We bieden je een fijne werkomgeving in een ruim opgezet, mooi gebouw in hartje Castricum.

Waar wacht je nog op?

Kijk op www.werkenbij.vivazorggroep.nl
voor het complete vacatureoverzicht.

We maken graag kennis met jou!

Woonzorginstelling de Boogaert is onderdeel van ViVa! Zorggroep



Kwaliteit van leven

MAXLUUK.COM



ORIGINAL DUTCH DESIGN SINCE 1977

BOREK

parasols | outdoor furniture



BOREK.EU

ENJOYING THE OUTDOORS

Showroom Borek | Bedrijfsweg 7 | Oisterwijk | T +31 (0)13 528 88 66 | E mail@borek.eu

YOI-FURNITURE.COM



Recharge yourself



The new MG5 Electric

De eerste elektrische stationwagen | **vanaf € 33.985**

Van Mossel

SLANK DE ZOMER IN ZONDER DIEET!



Het mooie weer komt eraan en je weet nu al dat die extra kilo's je van de zomer dwars gaan zitten. Nu kan je wel weer het zoveelste dieet proberen, maar je kunt het ook eens over een heel andere boeg gooien. Wel eens aan hypnotherapie gedacht?

Met hypnose lukt het wel

Verval je - als je stopt met lijnen - gewoon weer in je oude eetgewoontes? Met hypnose verander je deze patronen blijvend. Je krijgt een virtuele maagband waardoor je echt voelt dat je minder kunt eten. Daarnaast gaan we in vier live-sessies naar de kern van jouw (eet)patronen, om deze - waar nodig - te veranderen. Het is alsof je het oude eetprogramma overschrijft, als een softwareprogramma op de computer.

Moet je er wat voor doen? Zeker! Ik zeg altijd: "Het is als rijden op een e-bike. Je moet nog steeds zelf trappen, maar de weerstand valt weg. Het gaat gewoon vanzelf!"



VRAAG EEN GRATIS INTAKEGESPREK AAN!

De Groene Bark, unit 123 | Praktijk Vlielandstraat2, Zaandam | Eigenaar: Nathalie Brendel | nulukthetwel.nl

Vrijgezel Marieke stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Vandaar dat we in deze rubriek graag aandacht besteden aan onze Bruisende Vrijgezellen. In april hebben we speciale aandacht voor een jonge meid uit onze eigen gelederen: de 21-jarige Marieke, woonachtig in Breda.

Deelname aan een rubriek als deze is eigenlijk zoeken, naar de bioscoop gaan, het kan niets voor haar, maar ze waagt toch de sprong. allemaal.”

“We doen het maar gewoon, je weet nooit wat

het oplevert. Ik mis het om thuis te komen en even mijn ei kwijt te kunnen bij iemand, en om 's avonds lekker samen neer te ploffen op de bank en gezellig een film te kijken.”

Marieke zoekt een maatje!

Wat voor eigenschappen moet haar nieuwe partner hebben? “Wat mij betreft mag hij lekker extravert, sociaal, grappig én lief zijn. Daarnaast is het fijn als hij ambitie heeft en verbaal sterk is. Ik vind het belangrijk dat je goed met elkaar

Marieke omschrijft zichzelf als sociaal en lief. “Ik ben een babbelaar en houd van mensen om me heen.” Naast haar werk als customer care medewerker bij Nederland Bruist werkt ze in het weekend bij een café in Breda én volgt ze een opleiding. Een bezig bijtje dus. In haar spaarzame vrije tijd spreekt ze af met vrienden en wandelt ze graag. “Ik geniet van het leven en zoek iemand die samen met mij het avontuur aan wil gaan. Festivals be-

kunt communiceren en het durft uit te spreken als iets niet lekker loopt. We hoeven echt niet alles samen te doen, ik vind het belangrijk om elkaar ook vrij te laten om zelf dingen te ondernemen met vrienden. Qua uiterlijk val ik op donker haar en het is prettig als hij net iets langer is dan ik. Ik ben bovendien niet vies van een wijntje, het zou fijn zijn als mijn toekomstige partner daar ook van houdt!”

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaaid worden naar mariekebruist@gmail.com

Jij reageert toch ook?

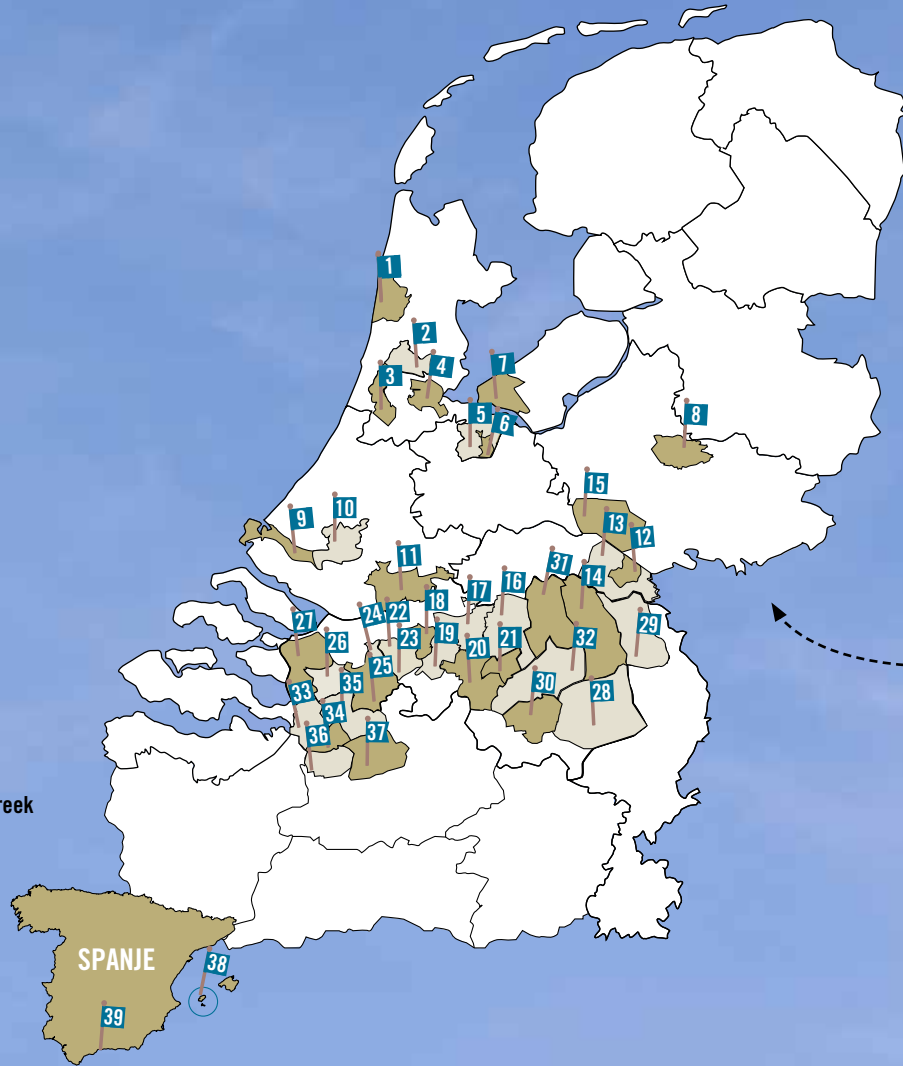
LENGTE
173 CM

LEEFTIJD
21 JAAR

OGEN
BLAUW
GROEN

Wil jij ook in deze rubriek op zoek naar jouw grote liefde? Mail dan naar contact@nederlandbruist.nl en je komt geheel kosteloos in Bruist.

1. Alkmaar
2. De Zaanstreek
3. Haarlem
4. Amsterdam
5. 't Gooi
6. Hilversum
7. Almere
8. Zutphen
9. Waterweg
10. Rotterdam
11. Drechtsteden
12. Nijmegen
13. Rijk van Nijmegen
14. De Maashorst
15. Overbetuwe
16. Den Bosch
17. De Langstraat
18. Oosterhout
19. Reeshof
20. Tilburg
21. Oisterwijk
22. Breda
23. Ginneken
24. Prinsenbeek
25. Etten-leur
26. Roosendaal
27. Bergen Op Zoom
28. De Peel
29. Land van Cuijk
30. Eindhoven
31. Rosmalen
32. Oirschot-Best
33. Kapellen
34. Brasschaat
35. Belgische Grensstreek
36. Schilde, Schoten
's-Gravenwezel
37. De Kempen
38. Ibiza
39. Costa del Sol



BRUIST

JOUW PARTNER IN WEL
39 *Bruisende* regio's



KAARTVERKOOP

tickets@theaterdekunstgreep.nl
 www.theaterdekunstgreep.nl
 075 202 79 66;
 bij geen gehoor 06-13535223



DONDERDAG 14 APRIL

JOB WIJLACKER & DENNIS KOLEN (TWO OF US)

Aanvang 20.15 uur | Muziek
 Prijs € 21,00, inclusief pauzedrankje, exclusief € 1,00 reserveringskosten



VRIJDAG 29 APRIL

GUY DAVIS - IN CONCERT

Aanvang 20.15 uur | Muziek
 Prijs € 20,00, inclusief pauzedrankje, exclusief € 1,00 reserveringskosten



ZATERDAG 14 MEI

THE BILLY JOEL EXPERIENCE (BIJGEBOKT)

Aanvang 20.15 uur | Muziek
 Prijs € 21,00, inclusief pauzedrankje, exclusief € 1,00 reserveringskosten



WOENSDAG 01 JUNI

RONALD GOEDEMONDT** & KIM SCHU**D**DEBOOM
 DUBBEL PROGRAMMA**

Aanvang 20.15 uur | Cabaret
 Prijs € 25,00, inclusief pauzedrankje, exclusief € 1,00 reserveringskosten

**Medi-Mondzorg Mondhygiënisten
 op een nieuwe locatie!!**

Door mijn (persoonlijke) verhuizing naar Gouwpark, de nieuwbouwwijk op de plek van het oude Zaans Medisch Centrum, werd het mogelijk wonen en werken te combineren. Een langgekoesterde wens is uitgekomen. Omdat het ook nog eens dicht bij Gezondheidscentrum Zaandam Oost is, waar de praktijk voorheen gevestigd was, maak ik het mijn patiënten niet al te moeilijk.

Vanaf 1 april opent Medi-Mondzorg Mondhygiënisten haar deuren aan de Cornelis van Vugtstraat 8 / achterzijde, 1502EM Zaandam. Het nieuwe telefoonnummer is 06-18172779. Parkeren kunt u op eigen parkeerplaatsen voor de deur. Ook Ingrid zal meeverhuizen naar de nieuwe locatie.

Wij hopen dat onze oude vertrouwde patiënten allemaal meeverhuizen en dat wij ook nieuwe patiënten mogen verwelkomen. Er is nog altijd plek voor nieuwe patiënten. Tot snel in de nieuwe praktijk!!



Willy Kloosterboer-Eschweiler
 Ingrid Wafelbakker-Marner
 Cornelis van Vugtstraat 8/achterzijde
 1502EM Zaandam
06-18172779
 info@medi-mondzorg.nl
www.medi-mondzorg.nl



Hulp na huiselijk geweld?

Maar liefst één op de vier Nederlanders heeft te maken met een of andere vorm van huiselijk geweld. Dat varieert van psychisch tot daadwerkelijk fysiek geweld. Om betrokkenen van huiselijk geweld te helpen ontwikkelden Stichting de Juiste Schakel en apontwikkelaar DTT **HulpApp.nl**.

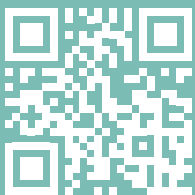
HulpApp.nl biedt een centraal overzicht van alle hulporganisaties waarmee je in contact kan treden over huiselijk geweld. Denk aan fysiek, emotioneel of seksueel geweld, eerwraak en financiële uitbuiting. De hulporganisaties worden getoond op basis van locatie en bereikbaarheid. HulpApp.nl is beschikbaar in het Nederlands, Engels en Turks. Bovendien geeft HulpApp.nl veel bruikbare informatie in de vorm van blogs, artikelen en cursussen.

Het doel: landelijke dekking

HulpApp.nl is momenteel live in de regio's Zaanstreek-Waterland, Leiden, Alphen aan den Rijn, Katwijk en Parkstad (Heerlen en omgeving). Stephanie steekt er veel tijd en energie in om stap voor stap de gewenste landelijke dekking te krijgen. "Dat gaat langzamer dan ik zou willen", lacht ze. "Maar dat geeft niet, ik word hier heel blij van."

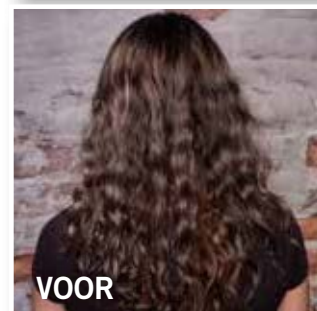


Hulpapp.nl



Zie voor meer info: www.hulpapp.nl of download HulpApp.nl op Android of iOS.

HET KNIPPEN VAN KRULLEND HAAR... **EEN VAK APART**



Als je krullen hebt, dan heb je waarschijnlijk al eens ondervonden dat het knippen van je haar een uitdaging kan zijn. Dunne punten, ongelijk haar of het verdwijnen van je krullen na een bezoek aan de kapper, het kan allemaal gebeuren. Het knippen van krullend haar is een vak apart en laten wij daar nu juist in gespecialiseerd zijn!

CURLSYS@Mastercircle Member

Wij knippen al ruim 20 jaar krullend haar met de door Brian McLean ontwikkelde CURLSYS® kniptechniek. Dankzij intensieve trainingen en jaarlijkse masterclasses heeft Brian McLean ons ondertussen het McLeanCURLSYS® Mastercircle Membership toegekend. Tot nu toe hebben slechts 13 kappers in Nederland dit Membership toegekend gekregen. Je krullen zijn bij ons in veilige handen. Na afloop dus geen dunne punten of ongelijk vallend haar, maar een bos mooie krullen.

De ene krul is de andere niet

Bij een CURLSYS®-behandeling wordt gekeken wat voor soort krullen je hebt, wat ze nodig hebben om het best tot hun recht te komen (ondersteuning, lucht, volume et cetera) en uiteraard wat jij wil met je krullen. De kniptechniek wordt hierop aangepast. Na een CURLSYS®-behandeling zullen je krullen beter blijven zitten, minder pluizen, beter bundelen en makkelijker hanteerbaar zijn.

Curly Girl-methode

Ben je een Curly Girl? Wees dan gerust. Wij zijn op de hoogte van deze methode en hebben in de salon genoeg producten die voldoen aan de CG-eisen.

Nieuwsgierig? Kijk op onze website voor meer informatie, foto's en het maken van een afspraak (leeringpartners.nl/kapsalon/curlsys/).



Zuiddijk 139 | Zaandam | 075-6163875 | www.leeringpartners.nl



KEUKENHOF

KEUKENHOF 2022: FLOWER CLASSICS

Bloemen zijn belangrijk voor mensen. Ze horen bij ons leven, al eeuwenlang. Bloemen worden als klassieke symbolen gebruikt in kunst, architectuur en design. De roos voor de liefde en de tulp voor de nieuwe lente! In Keukenhof brengen ze deze klassiekers samen, met de tulp als stralend middelpunt!

Keukenhof is dit jaar geopend vanaf 24 maart t/m 15 mei 2022. Binnen deze periode is het dus mogelijk om tickets te bestellen.



EFTELING

EN TOEN... WAS IK IN EEN WERELD VOL WONDEREN

In de Efteling maak je samen de mooiste herinneringen. Luister naar de mooie verhalen van de pratende Sprookjesboom of naar de bijzondere muziek van de paddenstoelen in het Sprookjesbos. Zweef tussen trollen en elfjes in Droomvlucht of ga op wereldreis met Jokie in Carnaval Festival. Vlieg op je kop in de Python of stort de diepte in met Baron 1898. Of beleef een doldwaze rit in de nieuwste familie-achtbaan Max & Moritz. Er is iedere dag genoeg te beleven. Welkom in de Efteling, Wereld vol Wonderen.

Nu een uniek product beschikbaar: een combiticket voor de Efteling én Safaripark Beekse Bergen.



SAFARIPARK BEEKSE BERGEN

OOG IN OOG MET WILDE DIEREN

Waan je in Afrika, ontdek de uitgestrekte savannes en bosgebieden en sta oog in oog met de meest fascinerende Afrikaanse diersoorten!

Prikkel je zintuigen tijdens één van de indrukwekkende safari's. Ga op avontuur met je eigen auto, stap op de boot voor een prachtige tocht over het water en laat je verrassen door de dieren langs de oevers. Wie nog meer wil weten over wat er achter de dieren en de natuur schuilgaat, gaat mee op bussafari. Een ranger vertelt je alle ins en outs over de dieren in het park én in de natuur. Wandelen kan ook! Ontdek het prachtige Safaripark op je eigen tempo en geniet samen van het buitenleven.



RIJKSMUSEUM AMSTERDAM

HET MUSEUM VAN NEDERLAND

Een historisch museum waar altijd iets nieuws te ontdekken is. Het Rijksmuseum kijkt met de blik van nu naar de kunst van toen. Zo verzeker je jezelf steeds weer van een bijzonder bezoek. Dat het Rijksmuseum tot de beroemdste musea van de wereld behoort, komt vooral door de faam van de meesterwerken uit de collectie.

Het Zelfportret van Van Gogh, Het Straatje van Vermeer, het Huishouden van Jan Steen en Rembrandts Nachtwacht. Maar ook het werk van Breitner en het Aziatisch Paviljoen zorgen ervoor dat het Rijksmuseum tot de verbeelding blijft spreken van nieuwe generaties bezoekers. Juist daarom is er in het museum altijd iets te doen, voor iedereen, jong tot oud, van over de hele wereld.



Aspergesoep à la crème

De lente is begonnen en het aspergeseizoen is aangebroken. Als je een grote fan bent van deze groente, houd je ongetwijfeld van deze roomsoep. Een mooie groene soep die geschikt is als lichte maaltijd of als voorgerecht. Natuurlijk ook heerlijk bij de voorjaarsbrunch!

4 PERSONEN - 55 MIN.

INGREDIËNTEN

2 eetlepels boter
1 teentje knoflook,
fijngehakt
1 kilo asperges,
uiteinde bijgesneden
Keukenzout
Vers gemalen zwarte peper
2 kopjes kippenbouillon
1/2 kopje slagroom,
plus meer voor de garnering
Vers gesneden bieslook,
voor de garnering
Vers gehakte dille,
voor de garnering

BEREIDING

Smelt de boter in een zware pan op middelhoog vuur. Voeg knoflook toe en bak deze tot het geurig is, ongeveer 1 minuut. Voeg de asperges toe, breng op smaak met zout en peper en kook tot ze goudbruin zijn, 5 minuten. Voeg de bouillon toe en laat 10 tot 15 minuten afgedekt sudderen tot de asperges heel zacht maar nog groen zijn.

Gebruik een staafmixer of een blender om soep te pureren. Als je een blender gebruikt, stop dan een paar keer en verwijder het deksel om oververhitting van de soep te voorkomen. Doe terug in de pan, roer de room erdoorheen en verwarm op laag vuur. Breng op smaak met peper en zout.

Garneer met meer room en de vers gesneden kruiden. Het kan nu warm, direct van het fornuis geserveerd worden.



PUZZELPAGINA

Het is lente! We kijken ernaar uit om te genieten van de eerste zonnestralen die ons stiekem al doen verlangen naar de zomer. Het mooie weer is wat ons betreft meer dan welkom. Ga lekker naar buiten, geniet van deze Bruist en puzzel mee voor mooie prijzen.



	6				1			
			6	5	1			
1	7				6	2		
6	2		3		5	9	4	
	3				2			
4	8		9		7		3	6
9		6			4			8
			7	9	4			
	5							7

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **3-6-9**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Zoek de zes verborgen letters in deze editie van BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand 'lentekriebels'. De oplossing van vorige maand was **gelukt**.

Maak kans op een

Proefbox van Gusteau t.w.v. € 29,95



In totaal zijn het in deze proeverij 5 glazen wijn met verschillende karakters. Leuk voor jezelf om je wijnmatch te vinden of om cadeau te geven.

www.drinkgusteau.com

p+🐘=k=r+f

👤m=v 📦-ur+z+🔍-i

🐟s=j+f ⚡l+-st+e

w+🐰-kon+t+🔪 m=j

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 mei de oplossing in op onze site: www.zaanstreekbruist.nl

Maak kans op een

Men care set van Mysterybox

Nieuw in Nederland: een box met premium verzorgingsproducten voor mannen, inclusief how-to-use informatie.



www.mysterybox.nl

h e p n v b d b r k g
n y a q e y o u w n m
t p r j r n k d s z x
k i f t z y n s y u f
u r u o o p m a h s u
l o m e r k e n m m s
e a z d g k r c q x y
k w a l i t e i t k n
e f q z n y y d s h p
f d f s g g d q z i l
j e u b q f n t u q h

verzorging kwaliteit
mannen parfum
merken shampoo
box body

Streef 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 mei de oplossing in op onze site: www.zaanstreekbruist.nl



Stuurman
Stuurman
Makelaars
Taxateurs

**Een vrijblijvende
waardebepaling
laten doen?**

Bel ons! Wij
vertellen je graag en
vrijblijvend meer over
de mogelijkheden.

**Of maak een
afspraak** via onze
website of scan de
QR code



funda



Gratis waardebepaling

Inzicht in de waarde van je huis

Overweeg je je huis te verkopen of heb je zelfs al gerichte plannen? Maar heb je nog geen idee wat de waarde van je woning op dit moment is?

Of maak een afspraak:

Via onze website of scan de QR code

**Een vrijblijvende
waardebepaling laten doen?**

Bel ons! Wij vertellen je graag en vrijblijvend meer over de mogelijkheden.



Stuurman en Stuurman Makelaars Taxateurs | Hoogstraat 19C, Koog aan de Zaan
075 629 4600 | info@stuurmanenstuurman.nl | www.stuurmanenstuurman.nl