

BRUIST

Ontspanning
en rust!

Soraya Gerrits:
'Speels, maar
ook pittig'



Bij VRIS kappers gaan we voor kwaliteit. Daarom blijven we graag op de hoogte van de laatste trends. We volgen de meest recente haarmode op de voet, maar kijken altijd naar iemands eigen haarstructuur, de valing, wat staat bij het gezicht en de huidtint, enzovoorts. Die perfecte combinatie van trends en persoonlijke aandacht, daar nemen we de tijd voor.

Je hebt vast weleens het gevoel dat je haar niet lekker zit. Heel vervelend is dat. Dan wil je natuurlijk graag dat er met aandacht naar gekeken wordt door een goede styliste. Daarom is het enorm belangrijk dat de stylistes de tijd nemen om te luisteren naar wat je wel en juist niet wilt met je haar. Een doel dat het team bij VRIS met hart en ziel uitdraagt!

Liefs Team Vriskappers

Marijke, Naomi, Lisa, Mexx, Melanie, Jaimy en Jessie

Fotoshoot Vris Voorjaar 2023
Modellen: Alysha en Jessie
Haar en Make-up: Lisa en Marijke
Vriskappers
Kleding: Shoeby Fashion

Mode & beauty

VRIS

KAPPERS

Maak online je afspraak bij VRIS kappers in Krommenie via www.vriskappers.nl. Je kunt gratis voor de deur parkeren en wij verzorgen je haar **NATUURLIJK**.

SCAN DE QR-CODE
EN BEZOEK ONZE
WEBSHOP



MAAK ONLINE JE
AFSPRAAK OF BEL
075-6408090

NATULIQUE[®]
CERTIFIED ORGANIC BEAUTY

WEIVER 4 - 1561 XD KROMMENIE
075 640 80 90

INFO@VRISKAPPERS.NL
WWW.VRISKAPPERS.NL

VOLG ONS OOK OP
f FACEBOOK & i INSTAGRAM

Mode & beauty

WIJ GAAN VOOR KWALITEIT!

Mijn maatje

Meestal vertel ik verhalen over een uitvaart en de mogelijkheden. Vandaag vertel ik iets over daarna. Na de uitvaart van Daniel werd het stil in huis. Janneke moest er erg aan wennen. Vooral de zomerperiode vindt ze erg. Het is fijn dat de kinderen en kleinkinderen langskomen. Met een paar vriendinnen gaat ze soms wandelen of ze doen een spelletje rummikub. Ze heeft het gevoel dat ze niet vergeten wordt.

Maar nu de zomerperiode aanbreekt, wordt het stiller. Janneke begrijpt heel goed dat de kinderen en vriendinnen op vakantie gaan. Zelf heeft ze daar nog geen behoefte aan.

Janneke nam contact met mij op om dit te bespreken. Ik vertelde Janneke over de organisatie Mijn Maatje en dat ik een samenwerking ben aangegaan met Marion Kooij. Zij is de oprichtster van Mijn Maatje. Het is een kleinschalige, particuliere organisatie die gezelschap en praktische ondersteuning biedt aan iedereen, zowel oud als jong, die daaraan behoefte heeft.

Mijn Maatje is ook een uitkomst voor mantelzorgers: ze verlenen aanvullende mantelzorg en ontlasten mantelzorgers in de zorg die zij verlenen. Mijn Maatje richt zich op het welzijn van cliënten. Ze werken vanuit de overtuiging dat niemand alleen hoeft te zijn en dat daar aandacht voor is. Alles wat ze doen, doet ertoe en daarbij staat de aandacht voor de cliënten voorop. Mijn Maatje levert altijd kwalitatief hoogwaardig maatwerk. Ze stemmen de hulpverlening zorgvuldig en professioneel af op de behoefte. De medewerkers zijn zorgvuldig

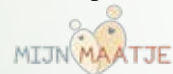
gescreend, getraind en vanzelfsprekend in het bezit van een Verklaring Omtrent Gedrag (VOG).

Hierbij kan je denken aan:

Samen de krant, een boek of tijdschrift lezen of een spelletje spelen. Ze hebben een luisterend oor, ook als u even wilt mopperen. Samen koken, boodschappen doen of een stukje wandelen. Samen een voorstelling, theater of museum bezoeken. Samen ergens lunchen of dineren. Ze geven hulp en ondersteuning bij het uitoefenen van hobby's en activiteiten. Ze helpen bij praktische zaken en bij mantelzorgtaken. Ze begeleiden je bij doktersbezoek, ziekenhuis, kapper enzovoort. Maar ook bijvoorbeeld licht administratieve taken, maar absoluut geen bankzaken of geld pinnen. Mijn Maatje biedt geen diensten aan die vallen onder de beroepsmatige of medische zorg.

Ik gaf Janneke de folder mee en ze hebben volgende week samen een ontmoeting.

Wil je meer weten over Mijn Maatje? Kijk even op haar site of bel haar gewoon even voor meer informatie!



☎ 085-0604959 ✉ info@mijnmaatje.com
☎ 06-27247376 🌐 www.mijnmaatje.com

COLUMN/LIGHTHART UITVAARTZORG



Persoonlijk
Betrokken
Onafhankelijk
Maatwerk

Lighthart
Uitvaartzorg

Weiver 7, Krommenie | 06-34768926 | mirelle@lighhartuitvaartzorg.nl | www.lighhartuitvaartzorg.nl

Fongers. Een echt Hollands fietsmerk dat haar oorsprong vindt in Groningen. Fongers was vanaf 1884 gevestigd aan de Hereweg in Groningen en pionier in de ontwikkeling van de klassieke Nederlandse toerfiets. Fongers legde zich vanaf 1884 toe op de fabricage van hoogwaardige rijwielen, die zeker in de jaren tot 1910 alleen waren weggelegd voor de koopkrachtige bovenlaag van de bevolking. Het bedrijf ontwikkelde een eigen productenlijn met veel specifieke details. Zo introduceerde het merk een eigen velgremstangensysteem en een Fongers stuurstop. De onverminderde keuze voor kwaliteit en duurzaamheid van alle Fongers modellen maakt dit merk ongekend populair binnen Nederland. Inmiddels is Fongers gevestigd aan de Gompensstraat in Waalwijk, waar de drang naar het leveren van een kwalitatief hoogwaardige fiets voor een eerlijke prijs onverminderd groot is.



FONGERS. Een oerhollands fietsmerk met meer dan 80 verschillende e-bikes!

NUEVO Motinova Plus Disc



FONGERS®
Distributed by Matrabike

Mobiliteit & duurzaamheid

Nuevo

- Volledig stille Motinova motor
- Maximaal 150 km
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

€ 1999,-



Supreme Disc

- Krachtige voorwielmotor
- Maximaal 150 km
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

€ 1499,-



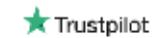
Livorno RB

- Krachtige Bafang M200 middenmotor
- Maximaal 150 km
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

€ 1599,-



TrustScore 4.6
4,045 reviews

Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

Gompensstraat 21, 5145 RM Waalwijk,
Nederland. Tel. 0416-342012

Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

Kortrijksesteenweg 70, 9830 Sint Martens
Latem, België. Tel. 038880990

Matrabike Rumst (BE)

Antwerpsestraat 83, 2840 Reet
(gemeente Rumst), België.
Tel. 038880990



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

matrabike
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

Heeft u vragen of wilt u meer informatie?
Stuur dan een email naar:
klantenservice@matrabike.nl

Kijk voor uw FONGERS fiets op:
www.matrabike.nl

Mobiliteit & duurzaamheid

10



14



20



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 Maaïke van Helmond
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Hester Hielkema
EINDREDACTIE Linda Groothuijse

f Like ons op Facebook.com/alkmaarbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2023. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Alkmaar 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 35 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Eigenlijk moeten we er nog helemaal niet aan denken, maar het is toch echt zo: de herfst staat alweer voor de deur. Laten we hopen dat dit seizoen, na een soms wat herfstachtige zomer, voorlopig juist nog even zomers aanvoelt. Helemaal omdat we het liefst dat fijne gevoel van de zomer en de vakantie zo lang mogelijk vast willen houden. Gelukkig zijn daar meer manieren voor, zoals je verderop in deze nieuwste editie van Bruist kunt lezen. Ook yoga kan daar namelijk aan bijdragen.

Bruisende lezer,

Of zij momenteel tijd heeft voor yoga, is nog maar de vraag, maar musicalster Soraya Gerrits kan haar geluk daarnaast ook halen uit de hoofdrol die ze speelt in de musical *Mamma Mia!*. In het bruisende interview dat we met haar hadden, vertelt ze hier meer over.

Geluk zit 'm daarnaast ook in het kunnen doen van de dingen die je leuk vindt. Voor onze bruisende ondernemers valt het uitoefenen van hun vak en het blij maken van hun klanten ook onder die noemer. Waarom? Blader snel verder en lees hun inspirerende verhalen voor een antwoord op die vraag.



Veel leesplezier!
Lea en Marcel Bossers

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

win

12



28



Fotograaf: Liza Kolliau

Inhoud

CREËER ONTSPANNING
EN RUST IN JOUW DRUKKE
LEVEN



Yoga... waar moet ik beginnen?

Door de ontspannende vakantiedagen in de zomer hebben we meer energie en een gelukkiger gevoel gekregen. Dat gevoel willen we graag zo lang mogelijk vasthouden. Ook na de zomer, als het drukke dagelijkse leven weer begint. Maak eens tijd vrij om te kijken of yoga iets voor jou is. Bruist helpt je met deze tips.

Denk niet op voorhand dat yoga niets voor jou is. Yoga doet zijn werk bij iedereen. Feit blijft dat je een aantal houdingen gaat doen die je nog nooit gedaan hebt. Probeer zonder verwachtingen de yogales binnen te stappen en laat het lekker op je afkomen. Eén proefles is vaak te weinig om goed te kunnen bepalen of je het wat vindt of niet. Ons advies: geef jezelf drie maanden de tijd om de positieve voordelen van yoga te ervaren.

WELKE VORM IS GESCHIKT? Vraag jezelf af wat je wilt bereiken met yoga. Je doel is belangrijk in je keuze voor een specifieke yogavorm. Wil je vooral een sterker en soepeler lichaam, meer rust in je hoofd of werken aan een goede houding? Er zijn namelijk vormen waarbij de nadruk ligt op fysieke inspanning, maar ook op spirituele ontwikkeling of mentale ontspanning. Minstens zo belangrijk als je keuze voor de juiste yogavorm, is de leraar waar je les

van krijgt. Het is belangrijk dat deze persoon een voor jou prettige stem heeft en jou op een fijne manier kan begeleiden. Als je deze klik niet hebt, zegt dat niets over de professionaliteit van de leraar, maar past hij of zij blijkbaar niet bij jou. Het is daarom aan te raden om een proefles bij verschillende scholen te volgen. Zo ben je lekker breed georiënteerd en kun je de juiste keuze maken voor wat jij prettig vindt. Ook als je al wat ervaring hebt, kan het soms fijn zijn om af en toe ergens anders een yogales te volgen.

WAT HEB IK NODIG? Naast gemakkelijk zittende kleding is het meestal ook fijn om een flesje water bij je te hebben. Verder zijn in de meeste yogastudio's alle benodigdheden aanwezig. Soms moet je een matje huren, bij andere studio's zijn ze gratis te gebruiken. Yoga leert je bewuster met je lijf en je hoofd om te gaan. Dat is voor iedereen nuttig in deze snelle tijd.

Wil jij tips om te beginnen met yoga? Op www.nederlandbruist.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 varianten, is absoluut uniek. Deze reistas wil je gewoen hebben.



BodabagsFashion | @bodaszilvia

www.bodabagsfashion.myshopify.com

BEN JE OP ZOEK NAAR EEN NIEUWE, LEDEREN HANDTAS?

Ben je op zoek naar quality time met vriendinnen, zussen of voor collega's... Heb je behoefte aan me-time?

Neem dan snel een kijkje op de website en ontdek de verschillende workshops lederbewerking.



C



www.artistiki.be



Geniet van de nazomer!

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.

ZORG WEER VOOR GRIP OP JE EIGEN LEVEN!

Het boek *Laat de kaas niet van je brood eten* geeft je inzicht over hoe je staande kunt blijven en de kracht weet te vinden om door te gaan tijdens het hebben van schulden, stress m.b.t. persoonlijke geldproblemen of een faillissement.

PRE-ORDER NOW!
via onderstaande mail



Jolanda.Philipse@icloud.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 SPF 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, € 26,- www.thatso.nl



R



KENWOOD MULTIPRO GO

Na een vakantie vol eten buiten de deur is het stiekem toch wel heel fijn om zelf weer in de keuken te staan. De nieuwe Kenwood MultiPro GO maakt dit gemakkelijk door de eenvoud van een hakmolen te combineren met de prestaties van een keukenmachine en een grenzeloze capaciteit. www.kenwoodworld.com/nl-nl

DE UNIEKE INTERIEURCOLLECTIE VAN LIV'IN ROOM 121

A WAY OF LIVING!

Kom thuis in jouw droomwoning. Creëer een persoonlijk stukje paradijs met de unieke meubelstukken van Liv'in Room 121. De combinaties van kleuren en materialen zorgen voor een zorgeloze Ibiza vibe. Ontdek de hele collectie in onze webshop of breng een bezoek aan onze meubelwinkel in Antwerpen.



www.livinroom121.be



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

LEZERSACTIE* Doe mee en win een heerlijke fles Pizzolato

Een heerlijke, sprankelende rosé van grote elegantie, met zijn roze fles en label vol glitterdetails. Een ideale wijn om te combineren met alle hapjes, een van de best verkochte roséwijnen in Zweden. Vrouwen waarderen de delicate smaak en het fijne, evenwichtige, maar intense karakter.

www.lacantinapizzolato.com TAG #WIJN



Vier zaken, één ondernemster

Ondernemster Jasmin Nanhak een ‘bezige bij’ noemen is nog een understatement. In slechts een jaar tijd opende ze de deuren van vier succesvolle ondernemingen in Wormer. “Vier compleet verschillende zaken, maar toch is er ook de nodige overlap”, vertelt ze trots. “De sfeer is hetzelfde en in alle vier de zaken staat de klant voorop en doen we er alles aan om te zorgen dat die zich meer dan welkom voelt.”

“Zo’n tweeënhalp jaar geleden begon ik onder de naam Jazz Healing Hands met het masseren van mensen op locatie.” Dat was zo’n succes dat ze slechts een jaar later al een ruimte kon huren om daar haar klanten te masseren.

“En daar bleef het niet bij, want een jaar geleden verhuisde ik naar mijn eigen pand in Wormer, met naast het masseren ook een privé wellness, want dat is een mooie aanvulling op de zorg voor lichaam en geest.” Ook had ze al jaren een droom om een koffiezaak te openen in Wormer. “Er kwamen twee panden naast elkaar vrij, wat perfect was om het idee van een koffiezaak, Coffee & Lobi én Dean’s Barbershop te realiseren. Tijdens de knipbeurt word je heerlijk in de watten gelegd; er wordt echt de tijd genomen voor de man.”

Bij Coffee & Lobi wil Jasmin een welkom gevoel creëren, een gevoel van warmte. “Vandaar lobi dat liefde

betekent in het Surinaams. We serveren heerlijke koffie van Bocca en een smakelijke lunch. Het is een plek waar men verjaardagen viert of met de laptop aan het werk is. Er is ruimte voor iedereen, jong en oud.”

Als vierde onderneming is Babyspa Wonderland opgericht. “Het idee is ontstaan door de vele zwangere vrouwen die ik heb gemasseerd. Het leek me een prachtige aanvulling. Baby’s kunnen hier floaten en worden indien gewenst gemasseerd. Het is een sprookje!” Inmiddels heeft ze dus vier zaken op loopafstand van elkaar. “Het is weliswaar ontzettend hard werken, maar dat heb ik er maar al te graag voor over.”

Ben je nieuwsgierig naar het werk van Jasmin? Check dan de websites of neem gewoon eens een kijkje in Wormer.

Coffee & Lobi



Dean's Barbershop



Jazz Healing Hands



Babyspa Wonderland



Jasmin
Nanhak

**Coffee
& Lobi**

www.coffee-lobi.nl



www.deansbarbershop.nl

**Jazz
HEALING HANDS**

www.jazzhealinghands.nl



www.babyspawonderland.nl

Mensen zijn regelmatig ontevreden over de stand van hun tanden. Naast de bekende slotjesbeugel is er nu ook een onzichtbare beugel die zorgt voor rechte tanden: Airmile, een beugel die uitneembaar en nagenoeg onzichtbaar is.

Wilt u ook een stralende lach?



Start nu met de onzichtbare beugel van Airmile.

Wij bieden vanaf nu deze nieuwe behandeling aan.

- Op maat gemaakt
- Nagenoeg onzichtbaar
- Te allen tijde uitneembaar (bijvoorbeeld tijdens eten, drinken en tandenpoetsen)
- Comfortabel
- Op korte termijn snel resultaat
- Mogelijk vergoed door uw zorgverzekeraar

Al uw vragen kunnen wij beantwoorden tijdens een consult. Voor het maken van een afspraak kunt u telefonisch contact opnemen met de praktijk op telefoonnummer: 075-2047020.

Kijk voor meer informatie op de website of bel naar 075-2047020



Yoga verbindt lichaam en geest door middel van de ademhaling.

Het juiste moment om te ontspannen is wanneer je er geen tijd voor hebt.

Wist je dat wij in één week net zoveel prikkels te verwerken krijgen als onze voorouders in hun hele leven?

We hebben gemiddeld 85.000 gedachten per dag, waarvan 80% terugkerend is. **Best vermoeiend...**

Wereldwijd zijn er 300 miljoen mensen die yoga beoefenen.

Doe je yogaoefeningen buiten in de natuur. Je ontspant nog meer als je vogels hoort fluiten of een beekje hoort stromen.

Met de koets

Het hing in de lucht...het zou een bijzondere dag worden.
Een dag van herinneren en terugblikken, de laatste dag vóór de uitvaart...

Met een meer dan prachtige koets met twee trotse Friezen ervoor, werd deze man naar de kerk in De Weere gebracht. Zijn hele leven boer geweest, paardenliefhebber ook. De tocht ging vanaf zijn woonboerderij in Hoogwoud, langs het boerenbedrijf met kaasmakerij dat zijn zoons nu runnen, via de klinkerweg door het dorp.

Hij werd herinnerd met een warme herdenkingsdienst, bijna 600 mensen kwamen langs om er getuige van te zijn. Omringd door zijn gezin werd hij ook weer thuisgebracht met de koets, nog één laatste nacht voordat het definitieve afscheid daar was. Wat een bijzondere dag....

Wilt u meer weten over bijzondere manieren van rouwvervoer of gewoon eens een vrijblijvend en gratis inspiratiegesprek over afscheid nemen? Bel mij gerust, ik denk met u mee.



VOOR MELDING
VAN OVERLIJDEN
BEN IK 24 UUR
PER DAG
BEREIKBAAR:
06-30642871

Liefdevol, praktisch en transparant



Monique Bankras
Uitvaartbegeleiding

Vekenweg 6, De Weere | 06-30642871

info@moniquebankras.nl | www.moniquebankras.nl

Monique Bankras Uitvaartbegeleiding

Weet je.... dat je er met wenkbrauwen 10 jaar jonger uit ziet !

Natuurlijke na-bootsing van echte wenkbrauwen. Kleine krasjes in de huid met pigment creëren natuurlijke en realistische wenkbrauwhaartjes. Zeer geschikt wanneer je géén of bijna geen wenkbrauwen meer hebt, maar ook wanneer je vollere wenkbrauwen wilt.

€369-

Hairstrokes
Ruim 10jr ervaring!



Anti Aging Center Sylvia van Kuijk | Wormer • 075 642 3332

‘We koesteren wat we hebben’

Voor de ondernemer is het een uitdagende tijd. Een tijd waarin je je flexibel op moet stellen, soms inventief moet zijn, maar vooral moet koesteren wat je hebt. Dat is dan ook precies wat ze bij Juwelier Schouten in Heerhugowaard doen. “Al bijna vijftig jaar koesteren wij onze mooie collecties sieraden, horloges en designobjecten van diverse merken”, vertellen eigenaren Erik en Nannet Schouten trots. “Het is elke dag weer een feest om hier te mogen werken.”



Juwelier
Schouten

Bij Juwelier Schouten koesteren ze ook het sieraden-ambacht dat in eigen atelier met veel liefde wordt beoefend. “Het restaureren of vermaken van sieraden doen wij zoveel mogelijk in eigen huis. Zo is het sieraad dat misschien wel van je opa of oma is geweest in vertrouwde handen en wordt het door onze goudsmiden in ere hersteld. Uniek is dat het er vervolgens weer als nieuw uitziet.”

Het vakkundige team van Juwelier Schouten staat te allen tijde met veel enthousiasme klaar om je naar volle tevredenheid van dienst te zijn. “Daarbij doen we graag iets extra’s. Zo zetten krijg je bijvoorbeeld een gratis batterijtje bij aankoop van een horloge en zetten we, indien gewenst, mooie, gratis gravures als een verlovings- of geboortedatum. Dat geeft het sieraad of horloge dat je jezelf of iemand anders cadeau doet toch een extra persoonlijke touch.”

Last but not least: bij Juwelier Schouten koesteren ze natuurlijk ook jou als klant. “Want wij zijn blij met jou! Je bent dan ook van harte welkom in onze mooie winkel.”

Liefs,
Erik en Nannet Schouten
& team Juwelier Schouten



Eigenaren: Erik en Nannet Schouten | Middenwaard 15 Heerhugowaard | 072-5715500 | www.juwelierschouten.eu

Van Mossel

JUBILEUM DEALS

VIER **75 JAAR** VAN MOSSSEL



kijk op de actiepagina
of www.vanmossel.nl

UNIEKE KORTING
GEGARANDEERD DE BESTE DEAL

GROTE VOORRAAD
NIEUW EN GEBRUIKT

EXCLUSIEVE EVENTS
SCHRIJF JE IN EN PROFITEER MAXIMAAL

Van Mossel
Mobiliteit & duurzaamheid

DAGJE UIT ESSENTIAL FESTIVAL



Essential Festival is terug. Op 16 september nemen ze je mee op de meest wilde safari van het jaar tussen de bomen en wateren van Recreatiepark Oost-Maarland! Bereid je voor op een dag vol avontuur, waar je samen met je festival-crew kunt slingeren door de natuur in een beestachtige outfit. Haal het beest in je naar boven, trek je panterprintje aan en oefen alvast je luidste oerkreet. Wees voorbereid op het onverwachte, want de neon jungle zit vol verrassingen en onvergetelijke momentjes! Verwacht een line-up vol hitsige deuntjes, hete temperaturen en fenomenale sferen. **Kijk voor meer info op www.essentialfestival.nl.**

FILMPJE KIJKEN GOLDA

Het is 6 oktober, 1973. Op Israëls heiligste dag Jom Kippoer lanceren Egypte, Syrië en Jordanië een gezamenlijke verrassingsaanval op het schiereiland Sinai en de Golanvlakte. Compleet overrompeld moet premier Golda Meir (gespeeld door Helen Mirren), oftewel de 'Iron Lady' van Israël, het dreigende gevaar zien af te wenden. Terwijl ze wordt tegengewerkt door haar volledig mannelijke kabinet, is het aan Golda om deze noodsituatie de kop in te drukken, want in deze race tegen de klok staan aan beide kanten van de strijd de levens van miljoenen burgers op het spel. **GOLDA is vanaf 21 september te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN RICHARD OSMAN



Tijdens de kerstdagen zou je het eigenlijk rustig aan moeten doen, maar dat geldt niet voor de bejaarde leden van de moordclub (op donderdag). Vooral niet als op tweede kerstdag een waardevol, maar ook illegaal, pakketje door Engeland wordt gesmokkeld en in de buurt van het seniorencomplex in Coopers Chase vermist raakt. Al snel vallen er slachtoffers en tegen wil en dank worden de oude speurneuzen betrokken bij de zoektocht en krijgen ze te maken met hun meest angstaanjagende tegenstander ooit. Een moordenaar is op weg naar hen: wie is de laatste duivel die sterft? **DE LAATSTE DUIVEL DIE STERFT** van Richard Osman is vanaf 7 september verkrijgbaar.

september 2023

Vr 15 september

Speelkwartier in TAQA Theater De Vest – seizoenopening met gratis previews 2023- 2024

Wo 27 september

Theatergroep Suburbia – EX

Do 28 september

Ligconcert Ron Adelaar – Liggen en Luisteren (Grote Kerk Alkmaar)

Do 28 september

Nederlandse Bachvereniging – Brandenburgse Concerten

Do 28 september

MINOUX – POW WOW

Vr 29 september

Jawad es Soufi – Harira

Vr 29 september

Via Rudolphi Producties – Het Debuut 2023

Za 30 september

Tis Hier Geen Hotel 2 – Dianne Liesker, Ellen Dikker & Hanneke Drenth

Za 30 september

Raymi Sambo Maakt en Theatergroep Aluin – Ik zeg toch sorry

Kijk voor meer informatie op www.taqatheaterdevest.nl

Stoor jij je aan rimpels?

Zeggen mensen vaker dat je een boze blik hebt? Met een botox of filler behandeling krijg je weer je frisse en jeugdige uitstraling terug. Van de kraaienpootjes en de fronsrimpel tot de lippen en de oksels bij Dokter André van Loenen weten we raad.

Een rimpel ontstaat door het samentrekken van spiertjes onder de huid. Wanneer we ouder worden dan wordt onze huid steeds dunner en minder elastisch. Hierdoor kunnen er sneller rimpels ontstaan. Heb je bijvoorbeeld last van fronsrimpels? Of van rimpels in het voorhoofd? Dit kunnen wij gemakkelijk behandelen met botox of fillers. Hierdoor kan je de onderhuidse spieren op die plekken niet meer aanspannen. Wat als gevolg heeft dat de rimpel aanzienlijk wordt verminderd.

Ook voor de lachrimpels rondom jouw ogen - de zogenoemde kraaienpootjes - kunnen we botox toepassen. Kortom: alle rimpels die veroorzaakt worden door de dagelijkse aanspanning van onze gezichtsspieren, doordat we lachen of fronsen, kunnen behandeld worden. Wanneer er sprake is van zeer diepe rimpels kunnen er ook fillers toegepast worden. Tijdens het adviesconsult kijken wij wat de beste oplossing voor je is.

Na de behandeling zijn wij altijd bereikbaar voor vragen, zo ga je met een gerust gevoel weg.

'Ik zie er weer fris uit'



SCAN DE QR-CODE



VOOR MEER INFORMATIE OVER DEZE BEHANDELINGEN



Dokter André van Loenen

Dr. C.W.H. van Raaltenpark 3, Zaandam dokterandrevanloenen@gmail.com
075 - 616 98 73 www.dokterandrevanloenen.nl

BOTOX-FILLERS

STERILISATIE VAN MAN

26

DIAGNOSTIEK

Mode & beauty Fit & gezond

GYNAECOLOGIE

HUDCHIRURGIE

OOGLEIDCORRECTIE

27

Mode & beauty



Fit & gezond

Kijk uit. Jezelf mooier maken kan leuk uitpakken. Een geslaagde ingreep begint bij een goede arts.



Soraya Gerrits speelt Sophie in Mamma Mia!: 'Het publiek moet de noodzaak van haar zoektocht voelen'

Soraya Gerrits heeft haar diploma Muziektheater pas net op zak, maar schittert nu al in de ABBA-musicalsensatie *Mamma Mia!*. De getalenteerde actrice wist de hoofdrol van Sophie te bemachtigen. “Het is een heel rijk personage. Ze is heel speels, maar ook pittig. Ze staat voor wat ze wil en is zeker geen trutje!”

Soraya is vastberaden om veel diepgang en betekenis in haar rol te stoppen. “Ik vind het belangrijk dat het publiek met haar mee wil gaan. Niet alleen omdat ze leuk is, maar ook omdat het publiek de noodzaak voelt van haar zoektocht naar wie haar vader is. Ze heeft het antwoord nodig om te weten wie ze van binnen is.”

STEUN VAN ERVAREN COLLEGA'S Zelf heeft de 23-jarige Soraya al aardig uitgevogeld wie ze is en wat ze wil: in het theater staan. Vorig seizoen blonk ze uit in de musical *The Prom*, waar ze met Pia Douwes het toneel deelde. Nu mag ze samen met Brigitte Heitzer en René van Kooten de harten van het publiek veroveren in *Mamma Mia!*. “Het is

echt een feestje om met mensen te spelen die dit werk al een tijdje doen”, vertelt Soraya. “Brigitte is zo lief voor mij. En René weet altijd iets te zeggen waar ik iets mee kan. Dat voelt heel fijn en goed.”

GROTE DROMEN Op het verlanglijstje van Soraya staan nog genoeg droomrollen die ze ooit hoopt te spelen. Met stip op één: Mary Poppins. “Vanaf het moment dat ik die musical op twaalfjarige leeftijd zag, wilde ik dat ook. Ik zou nu een moord doen voor die rol”, knipoogt ze.

Soraya is nog tot en met april 2024 in Mamma Mia! te bewonderen. Kijk voor de speellijst op Theater.nl.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist

Haarwerk op

In haar kapsalon liep Fiona Ofman regelmatig tegen hoofdhuidproblemen en andere zaken als tijdelijk en permanent haarverlies aan. Iets wat haar uiteindelijk triggerde om zich te gaan specialiseren op dat gebied.

‘Hulp en ondersteuning bij haarproblemen’

“Hulp en ondersteuning voor en tijdens haarverlies is ontzettend belangrijk, heb ik gemerkt. Ik probeer dan ook een oplossing op maat te vinden samen met de klant.

Het is mogelijk om bij mij in de haarwerkruimte of bij je thuis een afspraak te maken. Het eerste intakegesprek is altijd gratis en vrijblijvend!

Alle haarwerken en haarstukken kan ik zelf vermaken, zodat deze goed passend en perfect op maat zijn.”



Lambert Meliszstraat 29A Westzaan | 06-24304074 | www.fionaskapsalon.nl

maat

Nieuwe ontwikkelingen

“Ik ben mij aan het specialiseren in oplossingen voor alopecia frontalis.

Naast alle haarwerken en haarstukken die semi op maat of helemaal maatwerk worden geleverd, maak ik nu ook haarbanden naar wens.

Dit kan variëren van echt haar of synthetisch haar tot gemaakt van het eigen haar.

Het gebruik van eigen haar kan bijvoorbeeld van toepassing zijn als men aan een chemotherapie begint. Alle haren worden dan verwerkt in een haarband die onder een mutsje gedragen kan worden. Het voordeel hiervan is dat het een stuk minder warm is en dat het mutsje niet direct wordt geassocieerd met ziek zijn.

Maar ook voor de dames met alopecia is het soms fijner om een haarband te dragen tijdens het wandelen of sporten.”

Altijd ruim
80 mutsjes op
voorraad, dus
genoeg keuze!



Oost Meets West

in de MFT Massages!

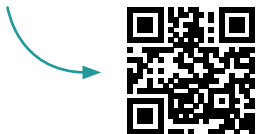
Myofasciale Thai Release Massages zijn een mooie aanvulling op de bewegingslessen bij ons in de studio. Het is de perfecte combinatie van oude oosterse stretching en tissue manipulatie met West-Europese Myofasciale Therapie.

In plaats van energielijnen of SENlijnen wordt gewerkt met myofasciale lijnen en fasciale manipulaties. MTR is een totale lichaamsbehandeling. Met de MTR massage ga je mee op een therapeutische reis, waarbij alle gewrichten en organen worden gestimuleerd en de flexibiliteit, gewrichtspijn, het ademhalingspatroon en de relaxatie verbeterd worden. De massage wordt door een vrouw gegeven aan een vrouw. De massage wordt gegeven met kleding aan en niet zoals andere massages op de blote huid.

Gezondheidsvoordelen van MTR behandelingen op een rijtje:

- Ontspanning en pijnverlichting
- Verhoogt de flexibiliteit
- Verbeterd gewrichtsbewegingen
- Verbeterd de bloedcirculatie
- Verlicht musculoskeletale pijn
- Verbeterd immuniteit
- Bevordert mentale ontspanning
- Vermindert vermoeidheid
- Verbeterd de slaap

Voor meer informatie,
zie de website:
www.tanjasports.nl



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



Fit & gezond

32



Wij behandelen geen tanden maar mensen!

In onze nieuwe, moderne tandartspraktijk laten wij graag merken dat jij ertoe doet. Natuurlijk zijn wij er om te zorgen dat jouw gebit gezond, sterk en mooi is. Dit doen wij met veel plezier, met gebruik van de nieuwste apparatuur, in een fijne en rustige omgeving. Jouw gebit is bij ons in goede handen. Daarnaast zien wij jou als mens en houden wij rekening met jouw gevoelens en wensen.

Dat veel mensen het geen feestje vinden om naar de tandarts te gaan is ons natuurlijk bekend. Dat is voor ons juist een reden om er

alles aan te doen het bezoek aan onze praktijk zo aangenaam mogelijk te maken.

Benieuwd wat wij voor jou kunnen betekenen? Bel of mail ons gerust voor het maken van een afspraak voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek.

Je bent van harte welkom!



MEER INFO?
Scan de QR-code



Studio Kies
tandartspraktijk

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

33

**VRIJBLIJVENDE
KENNISMAKING?**

Bel of mail ons
075-2400040
info@studiokies.nl

Fit & gezond



New Arrivals

BY JOHN BEERENS



Prachtige glans met Amika Mirrorball Shampoo + Conditioner

Deze set is speciaal ontwikkeld om je haar te transformeren, te beschermen en een adembenemende glans te geven. Met zijn krachtige formule en natuurlijke ingrediënten zal deze set je lokken laten stralen als een echte mirrorball. **De shampoo en conditioner zijn rijk aan druivenbladextract, framboosextract, magnolia-extract en duindoorn.**



Ontdek nu onze verleidelijke New Arrivals van Amika! Laat je betoveren door de nieuwste beauty must-haves op johnbeerens.com. Wees er snel bij en geef jouw haarstijl een sprankelende upgrade!

Gebruik nu de kortingscode: **AMIKA-BRUIST** op www.johnbeerens.com



Amika Water Sign Hydrating Hair Oil

De Amika Water Hydrating Hair Oil is de perfecte oplossing voor droog en beschadigd haar. Deze olie is verrijkt met een mix van voedende ingrediënten en oliën, waaronder joboba-, kokos- en castorolie, die het haar diep hydrateren en voeden zonder het te verzwaren.



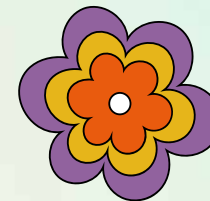
TIP VAN JOHN



Amika Bond Repair

De **Amika Kure Bond Repair** lijn heeft een speciaal ontworpen "**bond cure technology**". Het is klinisch bewezen dat de Kure Bond Intense Repair lijn **69% breuk vermindert**, schade voorkomt en **de haarlokken 3.2 keer versterkt**. Het resultaat is al na eenmalig gebruik zichtbaar!

En ontvang **10% korting op alles van Amika.**



Amika Blowout Babe Thermal Brush

Volume, glans en glad haar is het resultaat met de Amika Blowout Babe Thermal Brush. De Blowout Brush is een warmteborstel wat jouw haar volume en beweging geeft, zonder föhn of extreme hitte. De warmteborstel heeft een temperatuur van 180°C. De Blowout Brush is ideaal voor **volumineuze en gladde haren.**



Meer informatie over deze producten?

Beautycare Johnbeerens.com

- +31 13 530 2010
- beautycare@johnbeerens.com



KLEINSCHALIGE DAGBESTEDING MET EEN DOEL

Zoek je een fijne, zinvolle of creatieve dagbesteding in de Zaanstreek voor gezelligheid of voor wat structuur in je dag? Zoek dan niet verder en meld je aan bij Ydee Atelier in Wormerveer.

Wij bieden dagbesteding op kleinschalige en huiselijke manier. Een veilige plek, waar iedereen vanaf achttien jaar welkom is om gezamenlijk heerlijk creatief bezig te zijn. Van schilderen tot haken en van houtbewerking tot macramé, voor iedereen hebben wij wel iets passends te doen. De dagbestedingslocatie aan de Zaanweg biedt plaats aan ongeveer 20-25 cliënten per dagdeel, verdeeld over verschillende groepen van maximaal vijf cliënten. Mensen met een indicatie voor vervoer worden gehaald en gebracht, met mogelijkheid tot vervoer van mindervaliden.

WINKEL

Dat 'doen' omvat niet alleen het creatief bezig zijn. Alles wat in ons atelier wordt gemaakt, verkopen we ook in onze eigen winkel. Maar net wat jij het liefste doet en waarin jouw talenten het best tot hun recht komen.

DOELGROEPEN

Wij bieden dagbesteding aan een kwetsbare doelgroep, denk hierbij aan mensen die eenzaam zijn, kampen met psychische problemen, verstandelijke beperkingen in de breedste zin of mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt. Ydee Atelier beschikt over een toilet voor mindervaliden. Daarnaast is ons pand volledig drempelvrij. Hierdoor kunnen ook mensen met een rolstoel, rollator of zelfs een scootmobiel zonder problemen naar binnen.

Groepen worden gecoördineerd en ondersteund door een aantal gediplomeerde activiteitenbegeleiders. Ter ondersteuning van het team werkt er bij Ydee Atelier een aantal ervaringsdeskundigen. In overleg met cliënten wordt bepaald wat de werkzaamheden zullen zijn, passend bij eigen wensen kunnen interesses en kwaliteiten aansluiten op bijvoorbeeld doelen tot participatie en activering vanuit de individuele begeleiding. Cliënten kunnen altijd zelf met goede, leuke ideeën komen! Ze kunnen ook rouleren in werkzaamheden, afhankelijk van ruimte in deze groepen.

ACTIVITEITEN:

- Houtbewerking (in een afgesloten, geïsoleerde ruimte voorzien van alle benodigde apparatuur).
- Creative activiteiten met stof/wol zoals haken, naaien, breien enzovoort.
- Creatieve activiteiten met verf zoals schilderen op doek of handgemaakte woonaccessoires beschilderen.
- Samen koken, samen eten in de gezellige woonkeuken.
- Hier ook activiteiten als kranten, spelletjes enzovoort.
- Er is een moestuin waar drie keer per week activiteiten worden uitgevoerd voor cliënten die dit leuk vinden.

YDEE Atelier



Zaanweg 99, Wormerveer | 075 6151447 | info@ydeeatelier.nl | www.ydeeatelier.nl

Uitwaaien en genieten aan de Zeeuwse kust

Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied De Zeepe Duinen en het strand van Westerschouwen, vind je sinds circa anderhalf jaar het luxe **Boutique Hotel Ter Zand**. Perfect om heerlijk te genieten van alles wat de veelzijdige Zeeuwse kust te bieden heeft.



Boutique Hotel Ter Zand



HOTELS BY SHEETZ

Uniek aan het concept van Boutique Hotel Ter Zand zijn onder andere de **32 Garden Suites**, die zich verspreid over het terrein bevinden.

En ook de **53 kamers in het hotel** zelf vormen een goede reden om hier vaker terug te keren. De kamers zijn gloednieuw en voorzien van alle gemakken. Doordat de kamers over drie panden zijn verdeeld, voelt het hier bovendien toch aan als een kleinschalig hotel waar je als gast alle aandacht krijgt die je verdient. De medewerkers van het hotel hebben dan ook vooral oog voor het welzijn van de gasten.

*Heerlijk samen
wandelen in de natuur*



Kom weer tot rust!

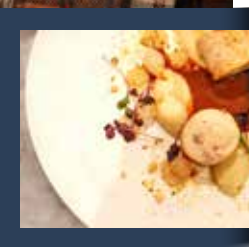
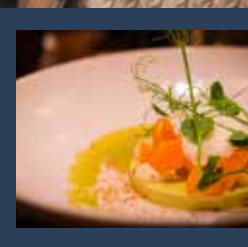
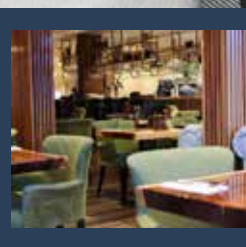
Boutique Hotel Ter Zand biedt zijn gasten allerlei faciliteiten, zoals **het verhuren van fietsen**, waardoor ze heerlijk de omgeving kunnen verkennen.

Vergeet daarnaast ook niet **het restaurant Le Poirier** waar verrassende gerechten worden bereid met de mooiste streekproducten.

Daarnaast kunt je gebruikmaken van de **wellness** en **fitness** die zich op slechts tweehonderd meter van het hotel bevinden.



Scan de QR-code en ga naar de website voor meer info of om meteen te reserveren



LE POIRIER



Boutique Hotel Ter Zand Hogeweg 59, Burgh-Haamstede | Tel. 0111-764799 | www.sheetz.nl/boutiquehotelterzand

JE KRULLEN ZIJN IN VEILIGE HANDEN



- ✓ Veerkracht
- ✓ Mooie bundels of slag
- ✓ Geen pluis
- ✓ Luchtigheid

In de salon zijn dit vier van meest gehoorde wensen van klanten met krullen of klanten met slag in hun haar. Om het maximale uit je haar te halen zijn een juiste kniptechniek en verzorgings- en stylingsproducten een must.

Wij knippen al ruim 25 jaar met de door Brian McLean ontwikkelde CURLSYS®-kniptechnieken en volgen jaarlijks diverse intensieve trainingen en masterclasses. Door deze kniptechnieken krijgen we beweging en luchtigheid in allerlei type krullen en type haar. Dus ook haar met slag, haar met kruinen en zelfs stijl haar. Daarnaast doet de juiste verzorging en styling wonderen voor je haar. Wij adviseren graag wat bij jou past. Brian McLean heeft ons inmiddels het "McLean CURLSYS® Mastercircle Membership" toegekend. Tot nu toe hebben slechts 13 kappers in Nederland dit Membership gekregen. Je krullen zijn bij ons dus in veilige handen. Wij zijn op de hoogte van Curly Girl methode en hebben een groot assortiment CG-producten.

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



Zuidijk 139, Zaandam
075-6163875
www.leeringpartners.nl



MCLEAN CURLSYS
MASTERCIRCLE
MEMBER

Ontspannen en genieten bij BOUTIQUE HOTEL No.43

Alle kamers zijn voorzien van een bureau zodat je hier rustig zou kunnen werken.



Kim Winterink Zweers | Manager
T: +31 (0)6 39 13 22 44
A: Stationsstraat 43, 1541 LG, Koog aan de Zaan
www.boutiquehotel43.com

Baby float

Bewegen in warm water



Met een speciale zwemkraag dobbert jouw kindje veilig en heerlijk ontspannen in het warme water van onze jacuzzi. Nog leuker wordt het wanneer na een tijdje de bubbels en de zacht gekleurde lampen aangaan.

HYDROTHERAPIE

De baby float is een vorm van hydrotherapie. Met hydrotherapie wordt bewegen in warm water bedoeld. Floaten is een hele fijne en ontspannen ervaring voor je baby.

Drijven (floaten) in warm water voelt voor je baby heel vertrouwd. Geen wonder, je baby heeft immers zo'n negen maanden in de baarmoeder rondgezwommen. Floaten brengt herinneringen boven naar de veilige tijd bij mama in de buik.

LAAT JE BABY HEERLIJK
ONTSPANNEN IN ONZE
BABY SPA.

In een fijne en liefdevolle
sfeer geniet je kindje volop
van onze baby float.

Scan voor meer
info de QR-code
en bezoek onze
website



Tanden bleken...

ook bij Medi-Mondzorg Mondhygiënist

In eerste instantie staat in mijn praktijk de gezondheid van het gebit voorop, maar ik krijg steeds vaker de vraag of het gebit ook witter kan. Er zijn heel veel methodes om je gebit witter te maken, maar daar zijn ook heel veel schadelijke materialen bij. Het is dus altijd verstandig om dit via uw tandarts of mondhygiënist te doen. Na lang onderzoek heb ik een bleekmethode gevonden die veilig is en een mooi resultaat geeft.

Allereerst moeten we er samen voor zorgen dat het gebit, dus vooral ook het tandvlees, gezond is en bespreken we of de bleekbehandeling voor uw gebit geschikt is. Daarna maak ik afdrukken van uw gebit zodat er gepersonaliseerde bitjes gemaakt kunnen worden. Tijdens een volgende afspraak reinig ik het gebit en krijgt u de materialen mee naar huis om thuis in een aantal dagen het gewenste resultaat te bereiken en krijgt u van mij de instructies hieromtrent. Het gebit zal zo'n drie à vier tinten lichter worden, wat na verloop van tijd wel iets terug zal lopen afhankelijk van het tandglazuur en eet-, drink- en eventuele rookgewoonten. Het mooie is dan dat het thuis met de bitjes en de bleekgel weer opgefrist kan worden.

Vergoedt de verzekering dit?

De verzekering vergoedt de bleekbehandeling niet, maar wel de mondhygiëne behandeling die daaraan voorafgaat geheel of gedeeltelijk uit de aanvullende tandartsverzekering.



Cornelis van Vugtstraat 8,
Zaandam
06-18172779
www.medi-mondzorg.nl

Ben jij toe aan ontspanning?

Ontsnap aan het drukke dagelijkse leven en geef jezelf de ontspanning die je verdient met onze **heerlijke massages**. Of je nu geniet van **30, 45 of 60 minuten**, we garanderen dat je helemaal tot rust komt en volledig opgeladen weer naar huis gaat.

En als extraatje bieden we de mogelijkheid om je massage te verlengen met een **kalmerende pakking op de rug**. Laat de warmte en aroma's van de pakking je spieren nog dieper ontspannen, terwijl de voedende ingrediënten je huid verwennen. **Goed voor na de zomer omdat je langer bruin blijft!** Een perfecte aanvulling op jouw moment van pure ontspanning.



Boek via de website uw afspraak in!

WOGMEER 43A, HENS BROEK | 06-28319303 | BIJFRANCISKA@GMAIL.COM | WWW.BIJFRANCISKA.NL

VOEL JE
BETER IN
JE VEL



'Als ik later groot ben... werk ik als verpleegkundige'

Anne - 12 jaar

Ieder kind droomt. Heeft ambities. Net als Anne.

Maar dromen waarmaken is niet vanzelfsprekend.

Eerst moet zij beter worden.



Meer leren over
kinderkanker
of een gratis gastles
aanvragen?

Ga naar

[kika.nl/voorlichting](https://www.kika.nl/voorlichting)

Verander je gedachten, verander je leven!

Ik kom veel mensen tegen die het moeilijk vinden om te veranderen. Ze zitten zo vast aan het vertrouwde, ze weten wat ze hebben wat ze kunnen verwachten. En als ik vraag 'is dit wat je echt wilt?' dan zeggen ze 'nee'.

Ik begrijp het ook wel. Om het oude los te laten heb je moed nodig. Moed is elke dag jezelf zijn in een wereld die vindt

- Dat jij, moet volgen
- Dat jij, moet luisteren
- Dat jij, je moet aanpassen
- Dat jij, iemand anders moet zijn, dan wie jij in essentie bent.

Alleen door trouw te blijven aan jezelf kan jij, je staande houden. **Houd MOED!** blijf bij jezelf en verander in die nieuwe versie van jezelf. Wees authentiek, wees JOU!

Magda Gort



SCAN DE QR CODE EN
GA NAAR DE WEBSITE
VOOR MEER INFO OF
EEN AFSpraak



MIND & THOUGHTS COACHING BY MAGDA

Krijg grip op je eigen gedachten!

Hertog Albrechtstraat 79, Bovenkarspel | 06-49412960 | mind.thoughts2019@gmail.com | www.mindthoughtsbymagda.nl



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ****

HÉT HOTEL****

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel aan het strand van Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit viersterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**



SCAN DE QR-CODE
En laat jouw
vakantie beginnen!

Calle de La murtra 5, 07817 San Jordi, Ibiza | info@garbi-hotel.com | +34 971 300007 | www.hotelgarbi-ibiza.com



BRUIST

Gezocht

BEZORGER

WAT WIJ ZOEKEN:

Een gemotiveerde man of vrouw die **1 week aan het begin van elke maand** onze magazines wil gaan bezorgen.

Ben jij die actieve thuismoeder of vitale, actieve oudere man of vrouw, **GEPENSIONEERD**, die er voor wil gaan om elke maand bedrijven te bezoeken om daar magazines af te geven?

INTERESSE?

Stuur voor meer informatie en de voorwaarden een mail met je CV (en pasfoto) naar Lea Bossers via vacature@nederlandbruist.nl.

Ben jij op zoek naar een (bij)baan voor **DE EERSTE** volle week in de maand?

Word dan nu **BEZORGER** van onze bruisende magazines in deze regio

**ALKMAAR/
DE ZAASTREEK BRUIST**

Van Mossel

JUBILEUM DEALS

VIER **75 JAAR** VAN MOSSEL

UNIEKE KORTING
GEGARANDEERD DE BESTE DEAL

GROTE VOORRAAD
NIEUW EN GEBRUIKT

EXCLUSIEVE EVENTS
SCHRIJF JE IN EN PROFITEER MAXIMAAL



kijk op de actiepagina
of www.vanmossel.nl

Van Mossel

Mobiliteit & duurzaamheid

Is je vakantie voorbij? Blijf stressvrij! Na een ontspannen pauze wil je waarschijnlijk zo lang mogelijk dat vakantiegevoel behouden. Het sleutelwoord is rustig opstarten en proberen die ontspannen sfeer vast te houden. Een manier om dit te doen is bijvoorbeeld door deze bruisende puzzels op te lossen.

PUZZELPAGINA



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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **9-5-7**.

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 'Yoga'. De oplossing van vorige maand was **Jonger**.

Maak kans op:

Killerbody Lifestyle boek

van Faya Lourens.



Ontwikkel jouw eigen killer body! In haar boek besteedt Faya niet alleen aandacht aan voeding, sport en persoonlijke verhalen van mensen die haar dieet hebben gevolgd, maar ook aan mindset.



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

Maak kans op:

That'so All in One suncare

Volg je INSTINCT en droom niet langer van een zongebruinde huid zoals na je zomervakantie! Neem deze flacons in de hand en breng in de kortste tijd dat vakantiebruin terug op je huid.



t.w.v. € 64,-

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

stralend spray
 suncare fles
 huid mooi
 bruin zon

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 oktober de oplossing in op onze site: www.nederlandbruist.nl

Opvang op maat

Altijd wel een vestiging in de buurt



Reguliere, verlengde en flexibele opvang

Opvang 0-4 jarigen, peuteropvang en BSO 4-12 jarigen



Centrale administratie: Kennemerstraatweg 1
1814 GA Alkmaar - t: 072 566 90 28 - e: info@rollebol.nl

www.rollebol.nl

Werken & financiën Coaching & spiritualiteit