

ALKMAAR / DE ZAASTREEK 

SEPTEMBER 2024 GRATIS MEENEMEN!
WWW.NEDERLANDBRUIST.NL

BRUIST

**Transformeer
je stijl**

Lees het interview
met *Davey Turnhout*



Al twintig jaar is jouw haar in goede handen bij VRIS Kappers. Onze verschillende stylistes hebben ieder hun specialiteiten en nemen de tijd om naar jouw wensen te luisteren.

Op basis daarvan adviseren we, informeren we je over de laatste haartrends en zorgen we ervoor dat je met een tevreden gevoel de deur uitloopt. Ook kun je bij VRIS Kappers terecht voor de producten van Natulique en Moroccanoil voor huid en haar.

Liefs, Team Vriskappers

Marijke, Mexx, Anna, Jessie, Julia, Naomi en Kiara

MAAK ONLINE
JE AFSPRAAK
OF BEL
075-6408090

NATULIQUE[®]
CERTIFIED ORGANIC BEAUTY

Fotoshoot Vris Zomer 2023
Haar en Make-up: Lisa en Marijke
Vriskappers
Kleding: Shoeby Fashion

Every Summer Has A Story

STAP BINNEN BIJ ONZE SALON EN LAAT ONS JOUW LOOK TRANSFORMEREN

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



WEIVER 4 - 1561 XD KROMMENIE
075 640 80 90

INFO@VRISKAPPERS.NL
WWW.VRISKAPPERS.NL

VOLG ONS OOK OP
f FACEBOOK & i INSTAGRAM

Rouwverwerking en verder gaan:

De achterkant van liefde is rouw

Iedereen krijgt te maken met ingrijpende verliezen, zowel door het leven als door de dood. Het verlies van werk, een huwelijk, vriendschap of gezondheid zijn voorbeelden van betekenisvolle verliezen. Een van de meest ingrijpende verliezen is het overlijden van een dierbare. Aandacht voor het rouwproces is essentieel om de weg naar acceptatie en heling te vinden. Het helingsproces heeft tijd nodig.

Dagboek

Laten we een misverstand uit de weg ruimen: rouw is niet over na een jaar en tien dagen. "Alle seizoenen moeten eroverheen" wordt vaak gezegd, en zelfs daarna duurt het nog een hele tijd. We weten dat rouw na een overlijden, echtscheiding of ander verlies zwaar is. Daarom ontvangt u van mij een werkdagboek tijdens een nagesprek. Dit boek biedt tips en ruimte om uw verlies van u af te schrijven. Door te schrijven vertrouwt u uw gevoelens, verdriet, emoties en herinneringen toe aan het papier, wat u steun kan geven in deze moeilijke periode. Het is een lange weg, maar samen komen we er wel.

Nazorg en verder, samenwerking met Tineke Balder

Wanneer de uitvaart achter de rug is ontstaan er veel vragen. Hoe regel ik de financiën? Hoe geef ik mijn leven weer betekenis? Hoe ga ik om met veranderde relaties? Uit ervaring weet ik dat het algemene aanbod in nazorg onduidelijk is. Daarom werk ik samen met Tineke Balder. Tineke is van oorsprong maatschappelijk werker en kan samen met u kijken wat u nodig heeft om het leven weer te gaan leven, op uw tijd en tempo. Alle vragen en uitdagingen kunt u met haar bespreken. Indien nodig zal zij u doorverwijzen naar de juiste persoon.

Tineke heeft een eigen praktijk waarin zij mensen begeleidt om weer met veerkracht in het leven te staan. De begeleiding is zowel cognitief als lichaamsgericht, omdat heftige gebeurtenissen ook in het lichaam worden opgeslagen en niet alleen in ons brein. Herkent u de volgende symptomen? Misschien kunt u het lijstje zelf aanvullen:

- Vermoeidheid, doodmoe
- Vermindering van eetlust
- Maagpijn
- Hoofdpijn
- Spierpijn
- Druk op de borst
- Vergeetachtigheid

Hoe ziet deze samenwerking eruit?

Ongeveer zes weken na de uitvaart neemt Tineke telefonisch contact met u op om te vragen hoe het met u gaat. Tijdens dat gesprek kunt u uw verhaal nogmaals vertellen en bespreken we de volgende vragen:

- Hoe gaat het met u vandaag?
- Hoe kijkt u terug op de uitvaart?
- Ervaart u voldoende steun uit uw omgeving?
- Kunnen we u ergens meehelpen?



Als u dat prettig vindt, kunt u ook een afspraak met Tineke maken. Dit hoeft niet meteen; het kan ook later nog een keer. Als u het fijn vindt, neemt ze na een bepaalde periode nogmaals contact met u op. Dit doet ze omdat veel vragen niet direct na het verlies ontstaan, maar pas in een later stadium.

Het is belangrijk om te beseffen dat rouw in al zijn facetten een lang proces is en dat het normaal is om hulp te zoeken en te ontvangen. Samen kunnen we de weg vinden naar een nieuw evenwicht.



Wij regelen het graag voor u!

Betrouwbaar transport van en naar **Spanje!**

Bent u op zoek naar betrouwbaar transport voor uw inboedel, auto, motor of boot van en naar Spanje?

Costa Sprinter staat voor u klaar! Wij verzorgen met plezier ook kleinere zendingen zoals huisraad, kleding of koffers. Onze uitgebreide dienstverlening omvat tevens opslagmogelijkheden in zowel Nederland als Spanje. Of u nu verhuist naar de zonovergoten Costa's of naar het Spaanse binnenland, wij regelen het graag voor u!

Complete Transportservice voor Spanje en Europa

Costa Sprinter biedt meer dan alleen transport naar **Spanje**. Wij rijden regelmatig naar **Portugal, Frankrijk, België, Duitsland** en door heel **Nederland**. Onze service is ontworpen om aan al uw transportbehoeften te voldoen, of het nu gaat om een **enkele koffer** of een **complete inboedel**. Dankzij onze **ruime ervaring**

en **betrouwbare dienstverlening** bent u verzekerd van een **zorgeloze verhuizing**.

Opslagmogelijkheden in Nederland en Spanje

Heeft u tijdelijke opslag nodig tijdens uw verhuizing? Geen probleem! Costa Sprinter biedt **veilige** en **flexibele opslagmogelijkheden** aan in zowel Nederland als Spanje. Of het nu gaat om korte of langdurige opslag, uw bezittingen zijn bij ons in goede handen.

Wij zorgen ervoor dat uw goederen veilig en beschermd worden opgeslagen tot u ze weer nodig heeft.

Kies voor onze betrouwbare en flexibele service en onze jarenlange ervaring. Contacteer ons vandaag nog voor een vrijblijvende offerte!



COSTA SPRINTER

Transport van en naar Spanje

Vraag naar de mogelijkheden en onze tarieven, bel of whatsapp (+31) 6 27 27 27 72

**Een greep uit onze
huidtherapeutische
behandelingen:**

- Acne- & couperosebehandeling
- Beenvaatjes verwijderen
- Chemische peelings
- Laserbehandelingen voor huidverbetering & huidverjonging
- Laserontharing
- Littenbehandeling
- Microneedling
- Pigmentbehandeling
- Tatoeage en permanente make-up verwijderen



Huidtherapie

voor een mooie en gezonde huid

Als je huid er gezond en stralend uitziet, voel je je beter en straal je dit uit. Door regelmatig een bezoek te brengen aan de huidtherapeut, kun je jouw huid in topconditie houden en op een mooie manier ouder worden. Ook als je last hebt van huidproblemen, zoals pigmentvlekken, rimpeltjes, puistjes, ontsierende adertjes of littekens, ongewenste haargroei of een storende tatoeage, is de huidtherapeut de aangewezen expert om je te helpen.

Huidtherapie is een belangrijk specialisme van Nationaal Huidcentrum. Wij zijn een erkende medisch-cosmetische kliniek die gespecialiseerd is in een breed palet van professionele en betrouwbare huidverbeterende behandelingen.

In ons huidcentrum word je behandeld door een gekwalificeerde en zeer ervaren huidtherapeute die oog heeft voor de unieke eigenschappen van jouw huid en de behandelingen en adviezen hierop afstemt. Altijd met aandacht voor jouw persoonlijke wensen en behoeften.

Wij maken gebruik van de meest geavanceerde laserapparatuur en behandelmethodes, waardoor je erop kunt vertrouwen dat je in veilige en kundige handen bent.

Ontvang persoonlijk & vrijblijvend huidadvies

Zou je graag af willen van huidproblemen, wil je je huid in optimale conditie houden of kan jouw huid een boost gebruiken? Maak dan nu een afspraak voor een kosteloos & vrijblijvend adviesconsult bij onze huidtherapeute en ontdek hoe zij samen met jou kan werken aan een gezonde en stralende huid.





Scan de QR-code voor meer informatie over **huidverbetering**.

Naarderpoort 2A, Naarden
info@nationaalhuidcentrum.nl | www.nationaalhuidcentrum.nl



Voor meer informatie
088 425 10 00

 nationaalhuidcentrum
 nationaalhuidcentrum.nl

 KliniekErvaringen.nl

8,9



12



24



33



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
SALES SUPPORT NL Bruist 076-7115340
VORMGEVING NL Bruist - Nesia Mamengko
THEMATEKSTEN NL Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN NL Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN NL Bruist
EINDREDACTIE Linda Groothuijse

f Like ons op Facebook.com/alkmaarbruist

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

Copyright NL Bruist B.V. ©2024. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Alkmaar Bruist is een merknaam en eigendom van NL Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. NL 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.

NL Bruist B.V. is een uitgeverij van glossy magazines die 33 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.



Foto: Ron Eskens sooppictures.nl



Een nieuw seizoen staat voor de deur, alles transformeert. De perfecte tijd om je eigen stijl ook eens onder de loep te nemen en die wellicht eveneens een transformatie te laten ondergaan. Want het is tijd voor een frisse wind en het ontdekken van een nieuwe stijl die écht bij je past. Hoe je daarvoor de basis legt, lees je verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

Bruisende lezer,

Ook comedian Davey Turnhout kan trouwens meepraten over het begrip transformatie. Momenteel staat hij namelijk in de theaters met zijn tweede avondvullende cabaretvoorstelling, CHAOS. “De meest persoonlijke show die ik kan maken”, vertelde hij ons tijdens het interview dat we met hem hadden. De basis voor een interessant gesprek én een dijk van een voorstelling.

Wie ook druk zijn met allerhande transformaties, zijn onze bruisende ondernemers. Hun winkels passen zich aan aan de naderende seizoenswisseling, diensten worden erop afgestemd. Het enige wat niet transformeert is hun enthousiasme om al hun klanten zo goed mogelijk van dienst te zijn. Want dat is waar zij het stuk voor stuk voor doen, zoals je op kunt maken uit al hun inspirerende verhalen.

Lea en Marcel Bossers



Adverteren?
Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel **076-7115340**.

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



14



28

Inhoud

Foto: Jasper Loeffen

NEEM JE VRIENDINNEN MEE OP EEN SHOPPINGTRIP



Transformeer *je stijl*

Ben je telkens weer trouw aan dezelfde spijkerbroek? Voelt je garderobe als een grijze muis die weinig over jou vertelt? Het is tijd voor een frisse wind! Voeg wat kleur toe aan je dag door jezelf verleidelijker en verrassender te kleden. Ontdek een nieuwe stijl die écht bij je past.

Een nieuwe look begint bij je kapsel. Verzamel foto's van kapsels die je mooi vindt en neem ze mee naar je kapper. Hoe meer inspiratie je deelt, hoe beter je kapper begrijpt wat je wilt. Kies een kapper die niet alleen goed kan knippen, maar die ook beschikt over een scherp oog voor stijl en een luisterend oor. Een kapper die begrijpt wat jij wilt en die je kan helpen met deskundig advies op maat is essentieel voor het beste resultaat.

Let bij je keuze op de vorm van je gezicht. Een kapsel kan bepaalde kenmerken benadrukken of juist verzachten. Bespreek dit uitgebreid met je kapper, zodat jullie samen tot de meest flatterende keuze komen.

Een nieuwe look vraagt om lef. Als je twijfelt, plan dan je nieuwe kapsel vlak voor een vakantie. Zo heb je tijd om eraan te wennen. Valt het tegen? Dan is het model bij terugkomst al verzacht.

De ultieme outfit

Een nieuwe look betekent een frisse garderobe. Dat hoeft niet drastisch te zijn, maar een opruimbeurt kan geen kwaad. Doneer kleding die je al meer dan een jaar niet hebt gedragen en zeg vaarwel tegen versleten items. Bepaal wat je wilt uitstralen met je nieuwe look. Blader door modebladen en laat je inspireren door verschillende stijlen. Kies uiteindelijk een look die écht bij je past.

Neem een vriend of vriendin mee op shoppingtrip. Pas zoveel mogelijk om te ontdekken wat je goed staat. Investeer in een paar basics en bouw je nieuwe stijl langzaam op. Vind je het spannend om in één keer met een nieuwe look op je werk te verschijnen? Combineer dan nieuwe stukken met je oude favorieten. Zo went je omgeving langzaam aan je vernieuwde stijl. Jouw nieuwe look bouw je net als een meesterwerk stap voor stap op.

Wil jij een nieuwe look?

Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

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 vanwege persoonlijke geldproblemen of een faillissement.

PRE-ORDER NOW! via onderstaande mailadres



J

Jolanda.Philipse@icloud.com

REINIGINGSKOGELTJES VOOR KARAFFEN

Karaffen zijn mooi, maar lastig schoon te maken. Met deze reinigingskogeltjes wordt het eenvoudig: rol ze met wat water door de karaf om kalk- en tannineaanslag te verwijderen. Na gebruik kun je de kogeltjes in het bijgeleverde flesje opbergen en reinigen. Klaar voor de volgende schoonmaakbeurt.

be.peugeot-saveurs.com/nl




ROTTERDAM URBAN WINERY

Rotterdam Urban Winery introduceert wijn van geredde tafeldruiven. Dit innovatieve wijnhuis in hartje Rotterdam transformeert druiven die anders verloren zouden gaan tot hoogwaardige wijnen. Met een duurzame aanpak en stedelijke ambiance biedt de winery een unieke ervaring. Geniet van exclusieve wijnen en proef het vakmanschap van Rotterdamse bodem. Rotterdam Urban Winery is een pionier in duurzame wijnproductie en een must voor wijnliefhebbers. www.rotterdamurbanwinery.nl




RITUALS GOODIE BAG

Koop deze tas en je levert meteen een positieve bijdrage aan een duurzame wereld. Elke tas is handgemaakt door vrouwen uit de sloppenwijken van Mumbai, India. Met de opbrengst hiervan brengt de Tiny Miracles Foundation een echte verandering teweeg. www.rituals.com




Scan de QR-code

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.

Nazomereren in september



INTUITION 2-IN-1 SENSITIVE CARE

Hét scheersysteem voor vrouwen die vooral snel en gemakkelijk willen ontharen zonder veel gedoe. De Intuition 2-in-1 Sensitive Care biedt schuimende verzorging en scheert tegelijkertijd. Zo sla je twee vliegen in één klap en gaat dit systeem makkelijk mee in de handbagage of backpack voor een lange reis. Dat bespaart tijd, terwijl nauwkeurig ontharen nog steeds heel eenvoudig is. Makkelijker dan met dit systeem wordt ontharen niet. www.wilkinsonsword.com





ZABRONI CASCARA IJSTHEE SIROOP

Ontdek Zabroni's Cascara IJsthee Siroop, een verfrissende drank gemaakt van gedroogde koffieboonschillen. Deze siroop heeft een perfecte balans tussen zoet en zuur met een subtiele koffiesmaak. Ideaal voor warme dagen: meng met koud water en ijsblokjes voor een verfrissend drankje. Bovendien helpt het gebruik van deze schillen koffieboeren in Colombia, die vaak onder het bestaansminimum leven. Probeer deze unieke cascara-smaak vandaag nog! www.zabroni.com

LEZERSACTIE* Permsal Magnesium kuurpakket t.w.v. € 23,-

Een intensieve magnesiumkuur voor je gezondheid. Bij klachten zoals vermoeidheid, stress, burn-out, slaapproblemen of reumatische pijn heeft je lichaam extra magnesium nodig.



www.permsal.nl/producten

Doe mee en win

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

Liefdevol, praktisch en transparant

Mijn kernwoorden én kernwaarden. Dit is wie ik ben, ik ben er voor u bij het afscheid van een dierbare. Vanaf het moment van overlijden tot na de uitvaart, één gezicht, één aanspreekpunt. Samen geven wij vorm aan het afscheid; uw wensen, uw idee, mijn praktische inzet, creativiteit en ontzorgende ondersteuning.


Bel of mail mij gerust voor een kennismaking en vrijblijvend voorgesprek.



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

Aangesloten bij
Eerlijkuitvaarten.nl

 **Monique Bankras**
Uitvaartbegeleiding

Vekenweg 6, De Weere | 06-30642871
www.moniquebankras.nl | info@moniquebankras.nl
 Monique Bankras Uitvaartbegeleiding

DITJES & DATJES 

SEPTEMBER 2024 GRATIS MEENEMEN!
WWW.NEDERLANDBRUIST.NL

BRUIST

Bruist verscheen voor

het eerst in Breda en is gevestigd in Oosterhout. Het team van Bruist bestaat uit ongeveer 25 enthousiaste collega's. Bruist verschijnt niet alleen in Nederland, maar ook in België, Costa del Sol en Ibiza. We komen elke maand met **33 edities** uit. Per regio ligt Bruist Magazine op 250 locaties. Dit betekent dat het blad op meer dan 8000 locaties gratis meegenomen kan worden.

De eigenaren van Bruist Magazine, **Marcel en Lea**, zijn niet alleen getrouwd, maar staan ook samen aan het roer van het bedrijf. Naast onze printuitgave hebben we ook **Bruist Online**, waar we websites maken, social media beheren en merkidentiteit creëren. Er zijn **lezers** die al 5 jaar lang elke editie van elke maand trouw verzamelen.



KUNST 10-DAAGSE

Grace Spiegel



Kunstenares Grace Spiegel is aanwezig op de KUNST 10-daagse in Bergen van vrijdag 18 oktober tot en met zondag 27 oktober in de expositieruimte van Jan Kamp Schilders aan de Oude Bergerweg 13a in Bergen.

De KUNST 10-DAAGSE in Bergen is een jaarlijks cultureel festival waar kunstenaars uit verschillende disciplines hun werk tonen in het idyllische Bergen, Nederland, een must-visit voor kunstliefhebbers wereldwijd.

Jan Kamps Schilders, Oude Bergerweg 13a, Bergen

ANTI AGING CENTER SYLVIA VAN KUIJK

30 jaar!
ervaring

pure nature and me

AWARD WINNING VEGAN SKINCARE

Aziatische Kruiden Peeling
Laser treatments
Botox & Fillers
Hairstrokes / Powderbrows



www.sylviaavankuijk.nl
wormer · 075 642 3332

My
bioLUXE

Matrabike heeft al meer dan 30 jaar ervaring met het leveren van fietsen van fabrikant naar de klant. Het assortiment van Matrabike bestaat uit allerlei soorten fietsen van racefietsen, stadsfietsen, mountainbikes tot elektrische fietsen. Oftewel; Matrabike heeft voor elk wat wils!

HET IS WEER ZOMER!

Matrabike vindt het belangrijk dat de klant écht waarde krijgt voor haar geld. Dit ziet u ook terug in onze klantenreviews. Matrabike heeft de hoogste klantenwaardering in de fietsenbranche op Trustpilot.



STOKVIS E-Trento

- MXUS achterwielmotor
- 7 Shimano versnellingen
- V-brake remmen

Van €1499 voor

€ 899,- *Stokvis*



ROMET e-Modeco Urban 1.0

- Bafang G020 achterwielmotor
- 7 Shimano versnellingen
- Hydraulische schijfremmen

Van €1799 voor

€ 1299,-



LEKKER OP DE FIETS!



FONGERS E-Transporter N7

- MXUS voorwielmotor
- 7 Shimano versnellingen
- Rollerbrake remmen

Van €2149 voor

€ 1399,-



FONGERS Nuevo Plus

- Motinova Volans Plus middenmotor
- 7 of 8 Shimano versnellingen
- Hydraulische schijfremmen

Van €2999 voor

€ 2199,-



TrustScore 4.7
4.902 reviews

Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

Gompenstraat 21, 5145 RM Waalwijk,
Nederland. Tel. 0416 34 20 12

Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

Kortrijksesteenweg 70, 9830 Sint Martens
Latem, België. Tel. 03 888 09 90

Matrabike Rumst (BE)

Antwerpsestraat 83, 2840 Reet
(gemeente Rumst), België.
Tel. 03 888 09 90



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

matrabike
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

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

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

Stress door een volle agenda?

De kinderen zijn weer op school en jouw planning is weer strak ingeboekt. Gun jezelf een moment van pure ontspanning met een verkwikkende massage.

Laat de stress van je afglijden en hernieuw je energie. Kom langs voor een ontspannende ervaring, die je helpt om weer in balans te komen. Boek nu jouw massage en voel de stress verdwijnen. Neem de tijd voor jezelf; je verdient het!



VOEL JE
BETER IN
JE VEL

Boek nu je massage en ervaar ultieme ontspanning tussen de drukte door!



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

‘Mijn nalatenschap laat haar naam voortleven’



Ontdek hoe jouw idealen kunnen voortleven op toegift.nl

toegift.nl
Een goed doel in je testament

DAGJE UIT PARELS VAN DE STAD



Parels van de Stad (PVDS) is het meest toonaangevende festival van Amsterdam voor hiphop- en urbaniefhebbers die house, afro en pop ook kunnen waarderen. PVDS brengt de beste artiesten, partners, fashion- en lifestylemerken samen en zorgt op die manier, samen met het publiek, voor een glanzende afspiegeling van de heersende Amsterdamse jongerencultuur. PVDS staat voor diversiteit, muzikaal talent, stijl en samenhang. Dit jaar vindt Parels van de Stad plaats op 14 en 15 september, met meer dan 125 artiesten op zeven stages in de Riekerhaven. Zorg dus dat je erbij bent! **Kijk voor meer info op www.parelsvandestad.nl.**

FILMPJE KIJKEN THE FABULOUS FOUR

BINNEN/BUITEN

Als Marilyn twee maanden na de dood van haar man onverwacht besluit om opnieuw te gaan trouwen, vraagt ze haar oude studievriendinnen Kitty, Lou en Alice om haar bruidsmisjes te zijn. Tijdens een waanzinnige trip naar Florida is de oude chemie tussen de vier al snel teruggevonden. Het verleden komt weer boven, maar er worden ook fantastische nieuwe herinneringen gemaakt. Terwijl de vier druk zijn met het voorbereiden van de trouwdag, zorgen meningsverschillen, rauwheid en romantiek ervoor dat hun levens op onverwachte manieren op zijn kop worden gezet. **THE FABULOUS FOUR is vanaf 5 september te zien in de bioscoop.**



BOEKJE LEZEN WATERLAND









In de zomer van 1959 verhuist een jong gezin – vader, moeder en vier meisjes – vanuit Amsterdam naar een nabijgelegen dorp in een gebied dat als Waterland bekendstaat. Ze zullen er tien jaar blijven wonen. Marieke, de tweede dochter, duikt in haar herinneringen van opgroeien in een nieuwbouwwijk in het Nederland van de wederopbouw en haalt een zo goed als verdwenen wereld naar boven. Van de veilige beschutting van de kinderjaren naar de eerste scheuren in het gezinsgeluk, tot het zich loswrikken van de adolescent. Een gezin als vele anderen en net zo uniek.

WATERLAND van Marieke van der Pol is vanaf 3 september verkrijgbaar.

Qualis biedt onafhankelijke en objectieve kwaliteitsmetingen voor de schoonmaakbranche. Met ons unieke meetsysteem en deskundige auditors krijgt u eerlijke en gedetailleerde rapporten, zonder commerciële belangen of vaste contracten.

Vertrouw op ons voor betrouwbare audits en directe verbeterinzichten.

-  Objectief
-  Onafhankelijk
-  Onpartijdig
-  Schoonmaakbedrijven
-  Opdrachtgevers
-  Intermediairs

Pieter Zeemanweg 47 B07, Dordrecht
0852 - 08 06 56
info@qualis-insight.com
www.qualis-insight.com



Qualis Insight betreft een nieuw kantoor

Na de overname van maart 2023 heeft Qualis Insight gewerkt vanuit het kantoor van Clear4Clean aan de Kamerlingh Onnesweg 14 in Dordrecht.

Door onze groei en door de toevoeging van Clear4Clean aan Qualis Insight vanaf eind 2024, is nu het moment om een nieuw kantoor te betrekken. Een kantoor waarin we onze activiteiten verder kunnen uitbreiden en verder aan onze groei kunnen werken. Of te wel een locatie die met ons mee kan groeien. **Per 1 augustus zijn wij verhuisd naar de Pieter Zeemanweg 47 - B07 te Dordrecht.**

We gaan vanuit onze nieuwe locatie onze activiteiten nog meer ontplooiën voor de keurmerken van LOSK-KVS, SIEV keurmerk, SIEV Glas & Gevel Keurmerk, SIEV MVO keurmerk en het Social Impact Label. (LOSK – Landelijk Orgaan Schoonmaak Kwaliteit, KVS – Keurmerk Verantwoord Schoon, SIEV – Schoonmaak Is Een Vak).

Naast deze mooie en relevante keurmerken kunt u natuurlijk ook bij ons terecht voor kwaliteitsmetingen van de schoonmaak, advies, trainingen en kennisondersteuning voor de schoonmaak.

Uw complete adres voor schoonmaak kwaliteitsbeoordelingen en schoonmaakvraagstukken. Wij staan met ons team vakspecialisten voor u klaar. Ons aanpak is praktisch en vakinhoudelijk. **U kunt ons altijd vrijblijvend contacten via de bekende gegevens.**

Neem contact
op voor
schoonmaakadvies
en kwaliteitsmetingen!



Scan de QR-code
en ontdek onze
diensten!

Uw vastgoedexpert op Ibiza

SARA TORRALBO

Sales Advisor



Sara is de nieuwste aanwinst van KENSINGTON Ibiza en brengt een schat aan kennis mee, zowel in de vastgoedsector als over

het eiland zelf. Haar diepgaande kennis van het eiland en haar uitgebreide netwerk in onroerend goed maken haar een perfecte match en fantastische assistent voor al uw behoeften in de huizenmarkt.

JOE NEIRA

Sales Advisor



Joe Neira is geboren in New York, hij is een commerciële makelaar gespecialiseerd in het vinden van de ideale woning voor zijn klanten

op het eiland. Joe's uitgebreide kennis en persoonlijke aanpak maken hem de 'to-go-to' makelaar op Ibiza. Joe spreekt Spaans, Engels en Catalaans.

FENJA KLINGER

Sales Advisor



Fenja is geboren in Keulen in Duitsland. Ze maakt al meer dan zes jaar deel uit van het KENSINGTON Ibiza team. Fenja

spreekt vloeiend Duits, Engels en Spaans, wat haar bijzonder zelfverzekerd maakt in het werken met klanten van verschillende afkomst. Fenja is een van de topverkopers op Ibiza.

ALEXANDROS ROUTZOUNIS

Sales Advisor & Assessor



Alex is geboren in Griekenland, maar sinds zijn vijfde opgegroeid op Ibiza. Hij heeft Business Studies

gestudeerd in Madrid en heeft veel ervaring opgedaan bij een bekende multinational. Alex is een zeer positief, slim, attent en praktisch ingesteld persoon. Hij is ook API (Agente de la Propiedad Inmobiliaria) en taxateur, dus hij is de ideale persoon om de klant vanaf het eerste contactmoment te begeleiden. Alex is een polyglot, want hij spreekt Spaans, Engels, Nederlands, Duits en Catalaans.

Een grondige kennis van het eiland, een duidelijke internationale visie en dertig jaar ervaring maken van KENSINGTON Ibiza een betrouwbaar makelaarskantoor, zowel voor verkopers als voor kopers.

MAGDALENA PIRKLBAUER

Assistance & sales



Magdalena is geboren in Freistadt in Oostenrijk en kwam in 2015 naar het eiland. Ze houdt van de tolerante mensen op Ibiza. Ze geniet van de

administratieve taken en haar talenkennis in het Duits, Spaans en Engels. Ze helpt Noelle ook met de boekhouding en de verkoop.

SUSANNE ACHATZ

Rentals & Housekeeping



Susie woont sinds april 2019 permanent op het zonnige eiland. Ze komt al sinds ze klein was met haar familie naar het eiland. Susie

is geboren in de buurt van München in Duitsland en spreekt Duits, Engels en Spaans. Dankzij haar altijd aanwezige vriendelijkheid voelen.

TETYANA HAVRYLYUK

Housekeeping & Maintenance



Tania kwam in 2022 met haar twee dochters naar Ibiza als gevolg van de oorlog in Oekraïne. Tania zorgt dat de klanten van

KENSINGTON Ibiza de best mogelijke service op het gebied van housekeeping krijgen. Ze spreekt Oekraïens, Russisch, Italiaans en Spaans.

NOELLE POLITIEK

Noelle is de manager van het KENSINGTON Ibiza kantoor en woont sinds 1992 op het eiland. Ze komt oorspronkelijk uit Nederland, is geboren in Heerlen en vierde in 2021 haar 30-jarig jubileum op het eiland. Veel klanten kopen keer op keer bij Noelle. Ze spreekt Nederlands, Duits, Engels, Spaans, Grieks en Frans. Noelle is vooral gefascineerd door Ibiza's enorme verscheidenheid aan persoonlijkheden en de natuurlijke omgeving.



Ons team staat voor je klaar!

Wij helpen je graag!



T

Davey Turnhout:

‘Het moet een overwinningsverhaal zijn, geen ‘huilie huilie’

Comedian Davey Turnhout is tien jaar geleden begonnen met stand-upcomedy en won in 2019 het Amsterdams Cabaret Festival. Hij staat nu in de theaters met zijn tweede avondvullende cabaretvoorstelling *CHAOS*.

Turnhouts eerste soloshow Niet normaal gelukkig (2023) was als een droom die uitkwam: “Tijdens de comedy avonden was ik al gewend om in een line-up met andere comedians voor publiek te spelen, maar tijdens de theatershow kwam het publiek voor het eerst echt voor mij. Dat was heel bijzonder.”

JEUGDTRAUMA'S Hoewel er veel positieve reacties kwamen op de eerste voorstelling, blijft het maken van een nieuwe show spannend. Turnhout: “*CHAOS* wordt de meest persoonlijke show die ik kan maken. Ik ga in op de jeugdtrauma's die me mijn leven lang hebben achtervolgd. Dat is doodeng, maar wel belangrijk.” De comedian vervolgt: “Ik heb me 25 jaar lang geschaamd voor iets dat me is overkomen. Als er in die periode een cabaretier was geweest die op het podium een vergelijkbare ervaring had gedeeld, had ik me

waarschijnlijk een stuk minder raar en alleen gevoeld. Als het delen van mijn persoonlijke verhaal maar twee mensen helpt, is voor mij het doel al behaald.”

HUMOR HELPT RELATIVEREN Turnhout schuwt de zwaardere onderwerpen niet. Toch blijft *CHAOS* een echte comedyshow: “Het moet een overwinningsverhaal zijn, geen ‘huilie huilie’. Hoewel ik de problemen zeker niet zal weglachen, zal ik er wel met humor over praten. Dat helpt juist om het te relativeren. Bovendien maak ik uitstapjes naar luchtige thema's, zodat het niet te zwaar wordt.” Zo vertelt Turnhout ook over zijn leven als ADHD'er en rommelige creatieveling en over de chaos van een huis met twee kleine kinderen en een puppy.

De speellijst van *CHAOS* vind je op Theater.nl.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist



september 2024

Theater De Vest

Vr 6 september

Speelkwartier – Gratis previews seizoen 2024-2025

Do 19 september

Totally Spice – A Spice Girls Tribute

Vr 20 september

Borrelnootjez – El7ebs (gevangenis)

Za 21 september

De Mol en de Paradijsvogel – Laus Steenbeeke, Frans Mulder e.a.

Wo 25 september

De Lange – Liggen & Luisteren (ligconcert, Grote Kerk Alkmaar)

Grote Kerk Alkmaar

Exposities

t/m 8 september

Nieuw Licht – Kunst in de Grote Kerk

Driessens & Verstappen – Fossil Remains

t/m 8 september

Marwan Bassiouni – New Dutch Views

Za 21 en zo 22 september

Kleine Wonderen – Babyevent met vele stands, gratis masterclasses en meer...



Laat uw ramen weer stralen met Sammy Schoonmaakbedrijf



Sammy Schoonmaakbedrijf: Uw Partner in Schoonmaakdiensten

Bij Sammy Schoonmaakbedrijf staan wij klaar om al uw schoonmaakbehoeften te vervullen, of u nu een particuliere klant bent die een fris huis wil hebben of een bedrijfseigenaar die een schone en gezonde werkomgeving voor zijn medewerkers en klanten wilt creëren. Wij zijn uw betrouwbare en professionele partner voor al uw schoonmaakoplossingen.

Bent u geïnteresseerd in ons bedrijf, bel dan snel voor een afspraak!

Ontdek waarom!

- ✓ Gratis offerte
- ✓ Gecertificeerd personeel
- ✓ "Groene" reinigingsproducten
- ✓ Professioneel advies
- ✓ Uitsluitend beste kwaliteit materialen
- ✓ 24/7 bereikbaar
- ✓ Snelle service

Neem vrijblijvend contact met ons op.

06-85009109



Sammy Schoonmaakbedrijf • Rijshoutweg 1a, Zaandam
sammyschoonmaakbedrijf@gmail.com • www.sammyschoonmaakbedrijf.nl



BLAAS WEER LEVEN IN JE KRULLEN



NA

VOOR

De zomer zit er bijna op. Hebben jouw krullen geleden onder zon, zee of strand? Of vallen jouw krullen over het algemeen niet naar je zin? Maak dan een CURLSYS®-afspraak en verbaas je over de krulcapaciteit van je haar mits het met de juiste techniek geknipt wordt. Gebruik je daarnaast ook nog eens verzorging die afgestemd is op jouw haar en krultype, dan haal je het echt het maximale uit je krullen, en ga stralend de herfst in.

Wij knippen al ruim 25 jaar met de door Brian McLean ontwikkelde CURLSYS®-kniptechnieken. Jaarlijks volgen we diverse intensieve trainingen en masterclasses en heeft Brian McLean ons inmiddels het McLean CURLSYS® Mastercircle Membership toegekend. Tot nu toe hebben slechts dertien kappers in Nederland deze erkenning gekregen, en wij zijn er daar dus één van!

Daarnaast kan de juiste verzorging en styling wonderen doen voor je haar. Wij adviseren je graag wat bij jouw haar past. Maak snel een afspraak en blaas weer leven in je krullen.

Nieuwsgierig? Kijk op onze website voor meer informatie, foto's en het maken van een afspraak



Zuiddijk 139, Zaandam

075-6163875

www.leeringenpartners.nl



MEER INFO OVER CURLSYS

Scan de QR-code of kijk op <https://www.leeringenpartners.nl/krullen-knippen/>



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!

HET KALMERENDE EFFECT VAN DE WIM HOF METHODE

In onze snelle wereld met overvolle agenda's en technologische innovaties die de angst om iets te missen vergroten, zijn stress en angst steeds gebruikelijker. Dit zou echter niet de norm moeten zijn, gezien de negatieve impact op onze gezondheid. Het is daarom belangrijk om effectieve ontspanningstechnieken te vinden. De Wim Hof Methode biedt een krachtige aanpak voor stressmanagement via drie pijlers: ademhalingsoefeningen, blootstelling aan kou en mindset.

Hoe ademhaling je kalmeert

De Wim Hof ademhalingsoefening verschuift je zenuwstelsel van de 'vecht of vlucht' naar de 'rust en verteer' staat, wat leidt tot diepgaande ontspanning en stressvermindering.

Hoe de kou je kalmeert

Koude douches of onderdompeling in koud water stimuleren de afgifte van endorfines, wat angst en stress vermindert en bijdraagt aan een positieve levenshouding.

Hoe je mindset bijdraagt aan stressmanagement

Regelmatige beoefening versterkt je mindset, wat leidt tot betere stressbeheersing en algemeen welzijn.

Ervaar zelf het effect van de Wim Hof Methode

De Wim Hof Methode biedt krachtige tools voor kalmte en welzijn. Wetenschappelijke studies en miljoenen gebruikers wereldwijd bevestigen de effectiviteit. Ontdek de voordelen door online videocursussen te volgen, zoals de gratis Mini Cursus of de 10-Weekse en Fundamentals-cursussen. Begin vandaag nog vanuit je eigen huis en verbeter je welzijn.



JE BENT STERKER DAN JE DENKT DAT JE BENT



Ademhaling



IJstherapie



Toewijding

LET OP: ademhaling volgens de Wim Hof-methode kan de motorische controle beïnvloeden en in zeldzame gevallen tot bewustzijnsverlies leiden. Ga altijd zitten of liggen als je de technieken oefent. Oefen nooit in of nabij watermassa's, terwijl je een voertuig bestuurt of in een andere situatie waarin bewustzijnsverlies je of anderen schade kan toebrengen.



Scan de QR-code voor meer uitleg en oefeningen.

WWW.WIMHOFMETHOD.COM

Voetklachten?

Loop er niet te lang mee door



De register podoloog helpt u verder

Heeft u moeite met lopen, bewegen, sporten of werken? U bent niet de enige. Ongeveer 1 op de 10 Nederlanders ontwikkelt voet- en enkelklachten. Veel bewegingsklachten komen voort vanuit de voeten.

De register podoloog is een specialist op gebied van voetproblemen en lichaamshouding. De register podoloog helpt u om klachtenvrij te lopen, wandelen, sporten, bewegen en werken door uw klachten grondig te onderzoeken en een behandeling specifiek voor uw situatie voor te stellen. Hierbij past hij de nieuwste technologie en wetenschappelijke inzichten toe.

Bij Verweij Voetcentraal zijn twee register podologen werkzaam: Mieke Woudt en Denise Verweij. Indien u klanten ondervindt, kunt u hiervoor een afspraak maken bij Verweij Voetcentraal. Wij laten de hele Zaanstreek beter lopen.

Kijk voor meer informatie op www.verweij-voetcentraal.nl of www.loop.nl



Cornelis van Uitgeeststraat 17, Zaandam
075-6281257



info@verweij-voetcentraal.nl



www.verweij-voetcentraal.nl



Verweij B.V.
voetcentraal

orthopedie podologie voetzorg

Recharge yourself



MG3 Hybrid+

Ontdek de nieuwe MG3 met Hybrid+ technologie. Ervaar de kracht van elektriciteit en het vertrouwd gevoel van benzine.

Vanaf

€ 22.769*



143kW/195PK
Vermogen

4,4 L/100km
Verbruik (WLTP)**

7 JAAR
GARANTIE

vanmossel.nl/mg

*Prijswijzigingen voorbehouden
**CO₂-uitstoot: 100g/km. CO₂-Klasse: C

Van Mossel

COLUMN/WILLY KLOOSTERBOER

Slechte adem

Een frisse adem. Dat wil iedereen. Maar is uw adem ook fris? De meeste mensen met een slechte adem, ook wel halitose genoemd, merken het zelf niet.

Maar de omgeving merkt het wel. Omdat er nog altijd een taboe op rust kan dit problemen veroorzaken in sociale en intieme contacten. Daarom zou een partner of andere personen die dicht bij je staan hier altijd open over moeten zijn.

Twijfelt u aan uw adem, dan kunt u dit natuurlijk altijd bespreken met tandarts of mondhygiënist.

Een slechte adem komt in 90% van de gevallen van de tong.

Hier nestelen zich bacteriën, die zwavelgassen loslaten. Je kunt dit zien als een wit-geel beslag achter op de tong. Slechts zelden komt een slechte adem uit keel of maag-darmkanaal. Het kan ook zijn dat het komt door ontstoken tandvlees. Vaak zijn een paar simpele toevoegingen aan de mondverzorging thuis al voldoende om slechte adem tegen te gaan.

Voor advies over slechte adem kunt u bij mij een afspraak maken. U kunt zonder verwijzing bij mij terecht en de behandeling wordt geheel of gedeeltelijk vergoed uit uw aanvullende tandartsverzekering.




medi-mondzorg
mondhygiënist

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

Een culinaire ontdekking in een legendarisch onderkomen

In de voormalige gevangenis Schutterswei in Alkmaar vind je nu **The Fallon Hotel**. Een luxe hotel met 102 kamers, vele vergaderzalen, een fitnessruimte en een in-house restaurant: D'arrêt.



In het restaurant kun je genieten van een heerlijk diner of een goede lunch. Dit unieke hotel heeft een prachtige bar waar je een heel speciaal biertje kunt proberen! Het hotel heeft namelijk zijn eigen Boevenbier, gebaseerd op een succesvolle ontsnappingspoging in de gevangentijd.

Ben jij meer van de cocktails of de sterke drank? Dan is er nog de gloednieuwe Jail Gin die je kunt proberen. Bereid met lokale ingrediënten!

Een onvergetelijke ervaring



Een ontspannen verblijf!

Dankzij de uitstekende bereikbaarheid, een voortreffelijke verbinding en voorzieningen zoals een fitnessruimte, een uitgebreid ontbijtbuffet en de mogelijkheid tot fietsverhuur, garandeert The Fallon Hotel Alkmaar een ontspannen verblijf.

Ontdek deze mysterieuze plek zelf en laat je door ons vakkundige team adviseren over de beste drankjes, gerechten en bezienswaardigheden!



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



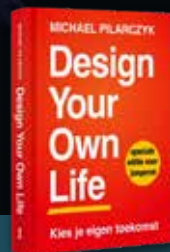
RESTAURANT D'ARRÊT

The Fallon Hotel | Prins Bernardlaan 16, Alkmaar | Tel. 072 762 0752 | www.sheetz.nl/thefallonalkmaar

Het leven is een **avontuur** om te ondergaan, een **mysterie** om te ontdekken, een kans om te **benutten**, een **uitdaging** die we moeten aangaan. Het leven is zowel **de reis** als de **bestemming**.



Bestel hier mijn
nieuwe boek



www.michaelpilarczyk.nl



KLEINSCHALIGE DAGBESTEDING MET EEN DOEL

Zoek je een fijne, zinvolle of creatieve dagbesteding in de Wormerveer 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.

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.

ACTIVITEITEN:

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



YDEE
Atelier



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

Genieten van het Zonovergoten Kreta

Een vakantie naar Kreta, met verblijf in het prachtige Lyttos Beach Resort in Chersonisos, is een ideale en veelzijdige keuze voor families die op zoek zijn naar een mix van ontspanning, avontuur en cultuur. Dit resort is perfect gelegen aan een prachtig zandstrand en biedt alles wat je nodig hebt voor een onvergetelijke gezinsvakantie.

Lyttos Beach Resort is een paradijs voor volwassenen en voor kinderen. Het resort beschikt over meerdere zwembaden, waterglijbanen en een uitgebreide kidsclub waar de kleintjes zich de hele dag kunnen vermaken. Terwijl de kinderen genieten van hun eigen avonturen in het geweldige waterpark, kunnen ouders ontspannen aan het strand of in de spa van het resort. Er zijn ook tal van sportfaciliteiten, zoals tennisbanen, een fitnesscentrum en zelfs een minigolfbaan, zodat er voor ieder gezinslid iets te doen is.

Chersonisos zelf is een levendige badplaats met een scala aan restaurants, winkels en uitgaansgelegenheden. Voor een avondje uit kunnen de oudere kinderen veilig op pad naar de gezellige boulevard, waar ze kunnen genieten van het bruisende nachtleven. Dit biedt

ouders de kans om even tot rust te komen, wetende dat de kinderen zich vermaken en je toch in de buurt bent.

Op slechts een korte afstand van Chersonisos ligt **Heraklion**, de hoofdstad van Kreta. Een bezoek aan deze stad is een must voor elke cultuurliefhebber. Bezoek het indrukwekkende **Knossos-paleis**, waar je meer te weten komt over de oude Minoïsche beschaving, of wandel door de sfeervolle straatjes van de oude stad en geniet van de authentieke Griekse keuken zoals bijvoorbeeld in restaurant Peskesi of een van de vele tavernes.

Tot binnenkort op het zonovergoten Kreta!

Wil je meer weten over Kreta?

Scan dan de QR-code en bekijk ons bruisend bezoek op YouTube.



Lyttos Beach Resort



Lyttos Beach Resort waterpark



Minas, Kathedraal, Heraklion

Quiche Lorraine met kaas en spekjes

Deze klassieke Quiche Lorraine is een perfecte combinatie van romige kaas, knapperige spekjes en een boterige korst. Ideaal voor een verfijnd ontbijt, brunch of een elegant diner!

6-8 PORTIES • 70 MIN.

INGREDIËNTEN BODEM

200 g bloem
1 snufje zout
100 g boter (koud en in blokjes)
1 ei

BEREIDING

Maak de bodem: Verwarm de oven voor op 180°C. Meng de bloem met een snufje zout. Voeg de koude boter toe en wrijf deze door de bloem tot een kruimelige textuur. Klop het ei en voeg het toe aan het mengsel, meng het tot een deegbal. Verpak deze in een plasticfolie en koel 30 minuten.

INGREDIËNTEN VULLING

200 g spekblokjes
1 ui (fijngehakt)
3 eieren
200 ml slagroom
200 ml melk
200 g geraspte kaas
peper en zout
1/2 theelepel nootmuskaat

Bereid de vulling: Bak de spekblokjes krokant en laat het uitlekken op keukenpapier. Bak de fijngehakte ui in het spekvet tot het glazig is en laat het afkoelen. Klop de eieren met de slagroom en melk, voeg de geraspte kaas toe en breng het op smaak met peper, zout en eventueel nootmuskaat.

Stel de quiche samen: Rol het gekoelde deeg uit op een met bloem bestrooide ondergrond en bekleed een taartvorm (23 cm). Snijd het overtollige deeg af en prik gaatjes in de bodem. Bedek het met bakpapier en vul met bakbonen of rijst. Bak 10-15 minuten blind in de voorverwarmde oven, verwijder de bakbonen en bak nog 5 minuten.

Vul de quiche: Verdeel de spekblokjes en de ui over de bodem. Giet het eimengsel erover. Bak 30-40 minuten tot de vulling stevig en goudbruin is. Laat een paar minuten afkoelen voordat je de quiche uit de vorm haalt en warm of op kamertemperatuur serveert.



Transformeer je kledingstijl en verken je modepotentieel terwijl je geniet van onze spannende puzzelactiviteiten. Doe mee en maak kans op geweldige prijzen die je een goed gevoel geven. Niet alleen je kledingstijl, maar ook jijzelf of je interieurstijl. Dus waag je kans en wie weet...

PUZZELPAGINA

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

Los de sudoku op

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **6-4-6**.

Zoek de zes letters in BRUIST!

Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

Zoek de zes verborgen letters

Vind de letters en maak er een woord van. Wordthema deze maand is 'Winkelen'. De oplossing van vorige maand was **Camper**.

Maak kans op een:

HOTEL VOUCHER

t.w.v.

€ 250,-



Hotels by Sheetz is een Nederlandse hotelcollectie op unieke locaties, met centraal ondersteunde, zelfstandig beheerde hotels en een eigen identiteit. www.sheetz.nl



f g u v o s l p s q z	Alkmaar
s e p t e b t m p e z	Almelo
t c j w s w b r e q y	Bos
d b h o t e l l a g i	Enschede
o l e m l a a s b n b	Hotel
r d q w e n i p o p d	Sheetz
g a q g d g m k s x h	Strand
e n s c h e d e y j f	
w l n g w h s h k y l	
w a d a z j h x u e v	
r a a m k l a h k m i	Zeeland

Streek 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing.

Maak kans op een:

Cadeaubon

t.w.v.

€ 100,-



Welkom bij De WOONWINKEL de gezellige boetiek voor stijlvolle, duurzame producten. Ontdek het uitgebreide aanbod in een warme sfeer, met persoonlijke service en deskundig advies. Kom langs en vind precies wat je zoekt!

www.woonwinkelkampen.be



k y b a r b e c u e o	Barbecue
i a g n e p c c e n t	Bestek
p v m s e l a x y e a	Cadeaubon
k z t p c a d f n z y	Glazen
e e u u e n e n n a p	Kampen
k c v p e n a d x l r	Pannen
h v i o d s u e n g j	Service
a s c v u c b r l t u	
b o d o r n o c n q j	
j g k d f e n s v x a	
n w c e x q s n k r w	Woonwinkel

Streek 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing.

Wil jij kans maken op deze leuke prijzen? Vul de oplossing in voor 1 oktober 2024 via www.nederlandbruist.nl/alkmaar-zaanstreek/puzzelen of via QR-code.





BOREK
parasols | outdoor furniture

ENJOYING THE OUTDOORS
WITH OUR THREE BRANDS

ORIGINAL DUTCH DESIGN SINCE 1977

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



MAX&LUUK
PARASOLS | OUTDOOR FURNITURE



yoi
INSPIRED BY
RELAXATION

Vanaf 16 september gaat onze nieuwe locatie open!



Vorig jaar zijn wij gestart met de verbouwing van de nieuwe Knikkebol locatie aan de Drechterwaard 11. Hier gaan wij dagopvang, peuteropvang en buitenschoolse opvang aanbieden.

Deze nieuwe locatie krijgt de beschikking over een enorme buitenruimte waar uren speelplezier gegarandeerd is! Het bestaande pand gaat compleet op de schop en wordt omgetoverd in een frisse, uitdagende en moderne omgeving waar kinderen zich optimaal kunnen ontwikkelen.

Dankzij het nieuwe kindercentrum Knikkebol krijgt Alkmaar er een prachtige opvanglocatie bij!

Vergeet niet op tijd in te schrijven!



Wilt u meer informatie? Neem dan contact met ons op



www.rollebol.nl

Centrale administratie: Kennemerstraatweg 1 - 1814 GA Alkmaar

