

ZUTPHEN EO



FEBRUARI 2019 WWW.ZUTPHENBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Liefde is...

's-Hertogenbosch
bruist!





Speciaal voor de



8 heerlijke sauna's



Uitgebreide behandelingen

Bronsbergen 27 Zutphen - www.debronsbergen.nl - actie geldig

De lezers van Zutphen Bruist

1 persoon voor € 15,00

2 personen voor € 25,00

Actie code: Zutphenbruist



Culinair genieten



Ontspannen opgetingen

g t/m 28 februari 2019 - kijk op de website voor de voorwaarden



6

win



10



8

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.

MANAGER Marcel Bossers

OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers

TRAFFIC Nederland Bruist

VORMGEVING Nederland Bruist - Mirjam Kuus

THEMA'S Nederland Bruist - Annemiek Jansen

TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Ron van Kuijk

FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist

EINDREDACTIE Ron van Kuijk

ACQUISITIE René Moes, 06-19629221

CONTACT ZUTPHEN BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl

Like ons op Facebook.com/zutphenbruist

CONTACT HOOFDKANTOOR

Nederland Bruist B.V.

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl

www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be

Like ons op Facebook.com/nederlandbruist



20



24

Curves



23

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

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2019 Nederland Bruist B.V. Merksnaam Zutphen Bruist is een merksnaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. Nederland Bruist brengt magazines uit in: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, IJbiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsengebied, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildepolder, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

Inhoud



Februari, de maand van de liefde. De maand van Valentijnsdag, die ene dag waarop je jouw grote (geheime) liefde nog even extra mag verwennen. Maar liefde is zoveel meer dan elkaar cadeautjes geven. Het is samen plezier maken, het is altijd in elkaars gedachten zijn, het is grenzeloos... Liefde is van alles wat, reden genoeg om je hierover verderop in deze nieuwste editie van Bruist meer te vertellen.

Bruisende **lezer,**

Maar februari heeft nog veel meer te bieden dan alleen de liefde. Het is weliswaar nog steeds winter en buiten kan het nog vriezen dat het kraakt, maar toch lonken we alweer een beetje richting de lente. De dagen worden weer langer en dat maakt dat we ook weer vaker de deur uit willen in plaats van het winterse cocoonen voor de verwarming of haard. Misschien wel met die ene grote liefde, om toch nog even op dat thema terug te komen.

Bij ons op de redactie kriebelt het in ieder geval steeds meer, net als bij al de ondernemers die we weer speciaal voor jou hebben geïnterviewd. Neem bijvoorbeeld ondernemers als Core Coaching en Curves Zutphen. Zij geven je maar al te graag een kijkje in hun keuken. Kijk je met ons mee?

Veel leesplezier en geniet van de liefde.

René Moes



Liefde is emotie, een gevoel van verbintenis, onvoorwaardelijk vertrouwen, samen genieten van de leuke dingen in het leven, eten bij kaarslicht, sterren kijken, samen een traantje wegpinken bij verdrietige momenten en toekomstplannen maken.

Liefde

... **GRENZELOOS** Liefde kent geen grenzen. Dankzij de moderne technologieën van tegenwoordig ben je altijd met elkaar verbonden. Het was nog nooit zo makkelijk om een relatie met je lief aan de andere kant van de wereld in stand te houden. Al is het natuurlijk leuker om gewoon lekker samen te zijn.

... **DE HELE NACHT BLIJVEN DANSEN** Samen de nacht doorbrengen op de dansvloer, genietend van elkaars energie. Nieuwe en oude liefdes bloeien op tussen het geroezemoes, de harde muziek, mooie mensen en lekkere drankjes.

... **EEN GEZELLIG AVONDJE THUIS** Als je verliefd bent, heb je genoeg aan elkaar. Jullie hebben niets of niemand nodig. Een avondje gezellig thuis met zijn tweeën is in dit geval zeker geen straf. Heerlijk een filmpje kijken op de bank, samen badderen om vervolgens een paar uur later verliefd in elkaars armen in slaap te vallen.



is ...



... ELKAAR CADEAUTJES GEVEN Niets is zo leuk als elkaar verrassen met een kleinigheidje. Gewoon om te laten weten dat je iemand lief vindt. Een kaartje met mooie woorden, een cadeautje dat symbool staat voor jullie grote droom, zijn lievelingsgeurtje, haar favoriete bloemen. Het is altijd leuk om iets te krijgen én te geven.

... ELKAAR OM DE HALS VLIEGEN Heb je elkaar even moeten missen, of ben je gewoon heel blij om je liefje na een werkdag weer te zien? Vlieg je partner dan eens om de hals. Dat geeft een warm en veilig gevoel.

... PLEZIER MAKEN Mensen worden gelukkiger als ze leuke dingen doen. Verliefdheid in combinatie met plezier maken, betekent dat je dolgelukkig bent.

... ALTIJD IN ELKAARS GEDACHTEN Mooie herinneringen, foto's, mailtjes en lieve berichtjes maken dat je aan elkaar denkt. Gewoon even aan elkaar denken, met een lach op je gezicht.

LIEFDE IS...
VAN ALLES EN
NOG WAT



Mariëlle Jansen zal de komende tijd als columniste aan Zutphen Bruist verbonden zijn. De kersverse inwoner van Zutphen startte in 2005 met therapie- en counselingpraktijk Core-Coaching. Mariëlle begeleidt als 40plus-coach mensen met allerlei psychologische vraagstukken, met relatieproblemen, met stress- en burnoutproblemen en met ADHD en ADD. In deze Bruisende Zaken alvast een eerste kennismaking!

Bewustwording als

Mariëlle constateert dat veel mensen rond hun veertigste levensjaar gedachten krijgen waar ze behoorlijk onrustig van worden: "Dit mondt vaak uit in ergernissen, vermoedheid, twijfels, onzekerheden en angsten. Je gaat bijvoorbeeld denken dat je zelf niet voldoet en mogelijk dat je relatie aan alle kanten rammelt of je twijfelt over het werk wat je doet. Vragen als 'Wie ben ik nou eigenlijk echt?' en 'Waar doe ik het allemaal voor?' komen bovendrijven. Daar moet je dan mee aan de slag om op zoek te gaan naar waar je werkelijk jezelf mee wilt verbinden."

Inzichten

Met Core-Coaching werk je stap voor stap alle onderdelen van je leven door en kom je uiteindelijk tot inzichten en besluiten over wie je echt wilt zijn.

Je krijgt zicht op hoe alle dingen voor jou in elkaar zitten en met elkaar verbonden zijn. Je krijgt antwoorden op zaken waar je zelf verandering in wilt aanbrengen en ontdekt welke mogelijkheden je daartoe hebt.

Couance

Mariëlle vervolgt: "Het vraagt onderzoek, geduld en vooral couance met jezelf. Het vergt ook toewijding, aandacht, diepgang, doorzettingsvermogen en focus om vanuit je onbewuste in volle bewustzijn je nieuwe ideeën en overtuigingen te ankeren en toe te eigenen. Ik kijk er naar uit om hier in mijn columns meer over te vertellen en weet zeker dat ik mensen die zichzelf in de problemen herkennen kan helpen in mijn praktijk."

Core-Coaching

Molengracht 4 Zutphen | 06-40533244

info@core-coaching.nl | www.core-coaching.nl

medicijn

**“MET GEDEGEN
BEGELEIDING KOM JE
TOT EEN FANTASTISCH
RESULTAAT!”**

KIJK OP
WWW.CORE-COACHING.NL
VOOR MEER INFORMATIE





FIT EN ONTSPANNEND

Renviden lanceert dit jaar drie innovatieve producten op basis van een full spectrum CBD-olie. CBD, ofwel cannabidiol, helpt gebruikers bij onder andere huidproblemen, angststoornissen, stress en slaapproblemen en werkt als ontstekingsremmer. Ga fit en ontspannen het nieuwe jaar in met de producten van Renviden!
€ 19,95 te koop via de website www.renviden.nl

GLINSTEREND WATER

evian® en ontwerper Bjorn van den Berg hebben hun krachten gebundeld en samen een exclusieve collectie evian® limited edition flessen gecreëerd voor de Nederlandse markt. De collectie is een juweel op iedere gedekte tafel, maar heel erg limited, dus houd de website in de gaten om een fles te bemachtigen!

De fles heeft een waarde van € 495,- www.evian.com



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Deze winter presenteert Xsensible een stijlvolle collectie Stretchwalkers.

De Stretchwalkers zorgen voor een perfecte demping en ultieme grip om zo de beste loopervaring te beleven!
www.xsensible.com



Wil jij kans maken op één van de modellen uit de wintercollectie?

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

win

Lifes

EYECATCHER IN HUIS

In 2019 toe aan een nieuwe eyecatcher in je huis? Check dan eens de schilderijen van Grace Spiegel! Spiegel maakt dromerige portretten van Aziatische vrouwen waarbij zij zich laat inspireren door oriëntaals antiek, Chinese stoffen en aardse kleuren.

Werken zijn te koop vanaf € 350,- via de website www.gracespiegel.com



HEALTHY START

Biologisch voedingsmerk Lima heeft twee nieuwe lactosevrije dranken op basis van amandel. De Lima Amandel Drink Ongezoet en de Lima Haver Drink Amandel passen perfect binnen een evenwichtig dagelijks voedingspatroon en sluiten dus mooi aan bij een gezonde start van het nieuwe jaar! Onder andere te gebruiken in een heerlijk ontbijt of door de koffie.

Prijs vanaf € 2,59 te koop via natuurvoedingswinkels
www.limafood.com

tyle trends,

die je moet proberen
 in het nieuwe jaar!



KUNSTIGE SCHOENEN

Hans Kleinjan, Maikel Kleinjan en Roderik Faasen vormen samen kunstenaarstrio AAA. Hun AAA Gallery is een vrijplaats voor creatieve zielen en een broedplaats voor samenwerkingen. Zo kwam ook de Mascolori collab tot stand. Op de Mascolori schoenen is het beeld van hun schilderij 'Everything in the cloud' te zien, gebaseerd op een fantasierijke wereld.

Prijs vanaf € 249,-
 te koop via www.mascolori.nl/aaa-fresh-12734



The Frankly Company gewoon eerlijk vernieuwend!

De arbeidsmarkt is voortdurend in beweging, per week komen er meer dan 5000 vacatures online bij bijvoorbeeld indeed.nl. Als potentiële nieuwe werkgever kom je allang niet meer weg met een kort functieprofiel als vacature.

The Frankly Company faciliteert en inspireert werkgevers & werkbemiddelaars om gewoon anders te denken.

Wij beginnen bij het begin: de vacature & de functie. Herhaalt de vacature zich vaak? Is het functieprofiel haalbaar en duidelijk? Zijn de arbeidsvoorwaarden in lijn met de functie en de markt of zijn er misschien verborgen talenten *incompany* al aanwezig?

Of is het meer structureel? Waar bevinden zich de talenten van de toekomst? Kunnen wij die talenten eerder aan ons binden? Door het creëren van creatieve en spraakmakende oplossingen slaan wij een brug naar de medewerkers van de toekomst.

Daarnaast kan *The Frankly Company*, al dan niet tijdelijk, de werving & selectie invullen op locatie of extern.

Onze professionals combineren hun HR skills met een commerciële marketing achtergrond en een sociaal hart en zorgen voor unieke matches, juist die speld in de hooiberg dus!

Een kleine greep uit de creatieve oplossingen die *The Frankly Company* als service biedt aan werkgevers, recruiters & uitzendbureaus. Wij vertellen je graag meer tijdens een kopje koffie!



The Frankly Company

Margijnenenk 191 Deventer | 0570-510 000 73
frank@thefranklycompany.com

WAAROM NATUURCOACHING HELPT BIJ VERLIES!

In een tijd van verlies zit je vaak met een vol druk hoofd en kost het je moeite je te concentreren. Veel mensen willen je helpen en bedoelen het goed. Maar diep in je hart wil je iets anders. Door vermoeidheid en verdriet laat je over je grenzen gaan. Met een wandelsessie neem je zelf het stuur weer in handen.

Wat gebeurt er tijdens een wandelsessie?

- Een wandelsessie heeft een ontspannend en herstellend effect.
- Helpt om zaken vanuit een ander gezichtspunt te bekijken.
- Je ervaart hoe de natuur een verrassende inspiratiebron is.
- Een wandelsessie voedt je zelfvertrouwen en wilskracht.
- Een wandelsessie praat gemakkelijk, het dwingende oogcontact valt weg waardoor je praat over dingen die je anders voor je houdt.

Dit is nog maar een klein overzicht wat een wandelsessie met je doet. **Zet vandaag die eerste stap en bel voor meer informatie of het maken van een afspraak 06-30427860.**

*Imelda Verheij is aangesloten bij
Beroepsvereniging Groene Zorg en Bewust Achterhoek*



Specialist in borstprotheses

Elke vrouw verdient het om er op haar mooist uit te zien. Vanuit die gedachte helpt José de Vos al 25 jaar vol enthousiasme alle vrouwen die bij haar 'aankloppen' aan een perfect passende, comfortabele en natuurlijk ogende (deel)prothese.

Van A tot H

"Borstkanker, elke vrouw kan ermee te maken krijgen. Om te kunnen genezen zijn een operatie en eventuele nabehandeling meestal onvermijdelijk. Iets wat niet alleen lichamelijk een enorme impact heeft, maar vaak ook geestelijk. Veel vrouwen voelen zich niet helemaal gelukkig meer met hun lichaam, iets waar ik ze bij kan helpen.

"In alle rust en met volledige privacy"

Van cup A tot en met cup H en van een volledige tot een deelprothese, voor iedere vrouw heb ik de perfect prothese waarmee zij vrijuit kan bewegen, sporten en zorgeloos zwemmen. Met minder neem ik ook absoluut geen genoegen."



Deelprothese

Na een borstbesparende operatie kan na verloop van tijd alsnog een verschil in beide borsten ontstaan. Hiervoor zijn deelprotheses de ideale oplossing. Ze zijn er in vele verschillende vormen, diktes en maten. Maar ook bij een reconstructie kan er een verschil tussen beide borsten zijn en vult een deelstukje (deelprothese) het geheel net mooier op. Met een deelprothese creëer je weer symmetrie.

Het plaatje is helemaal compleet met mooie perfect passende lingerie, glad of met kant, maar ook in verschillende kleuren en dessins, met en zonder beugel.

**En er is altijd een ruime
collectie prothese
badkleding op
voorraad!**



JOSÉ DE VOS MEDICALS

Lintelosestraat 1, Zutphen

0575-513561

Eigenaresse José de Vos

www.josedevosmedicals.nl

Als praten niet helpt... ...kan je **lichaam** antwoord geven

Soms helpt alleen praten over je problemen niet meer. Dat kan er zelfs voor zorgen dat je de problemen opnieuw beleeft in je hoofd en dat lost niets op. Gesprektherapie en 'reguliere' coaching richten zich vooral op de lagen van ons bewustzijn. Echter, niet ons brein en ons denken, maar ons lichaam is onze grootste informatiebron.



Wat vertelt je lichaam in wezen...?

Tijdens mijn coaching kijk ik naar de lichaamstaal van de cliënt en vraag naar de ervaringen in het hier en nu. Wat laat het lichaam in wezen zien, wat drukt het écht uit? Het lichaam brengt je namelijk direct in contact met die onbewuste delen van jezelf die je hebt weggedrukt en geblokkeerd. Ik stimuleer de cliënt om bepaalde (beperkende) gedachten en gevoelens naar boven te halen en zich daarvan los te maken. Zo ontstaat er ruimte voor andere inzichten, meer creativiteit, vitaliteit en flexibiliteit.

Voor wie is lichaamsgerichte coaching?

Voor iedereen die wil reflecteren op zichzelf, wil groeien, andere wegen in wil slaan. Voor wie aan de slag wil met vraagstukken over angsten, onzekerheid, stress, burn-out, vitaliteit, e.d. Voor wie los wil komen van gebaande paden en zichzelf wil herontdekken door middel van ervarings- en lichaamsgerichte aanpak. De cliënt krijgt een optimale aanpak, afgestemd op zijn of haar hulpvraag. De resultaten zijn mooi en effectief!

**Wil je ervaren wat lichaamsgerichte coaching voor jou kan betekenen?
Neem dan contact op voor een gratis kennismakingsessie van 30
minuten.**



Studio: "Le Rideau", Oude Wand 39f, Zutphen
helma@parawijsvogel.nl | www.parawijsvogel.nl

KORTINGSACTIE
Gratis kennismaking
lichaamsgerichte
coaching!*

*Geldig voor
particulieren
en ZZP'ers

NEW ALL-ELECTRIC I-PACE

MAAK INDRIJK
IN ALLE STILTE.



3 JAGUAR CARE
TOT 100.000 KILOMETER
JAAR GARANTIE | ONDERHOUD

Van Mossel Jaguar

Apeldoorn Oude Apeldoornseweg 40A, 055 368 28 47, jaguar-apeldoorn.nl

Tynaarlo Handelsweg 18, Tynaarlo, 0592 54 13 17, jaguar-groningen.nl

Zwolle Oude Meppelerweg 2, 038 303 10 20, jaguar-zwolle.nl



THE ART OF PERFORMANCE

Gecombineerd verbruik: 21,2 kWh/100 km, CO₂-emissie 0 g/km, *actieradius tot 470 km (WLTP) is afhankelijk van diverse factoren zoals weersomstandigheden en rijstijl. Consumentenprijs vanaf € 80.330 incl. BTW, BPM, registratiekosten, recyclingbijdrage en kosten rijklaar maken. Leaseprijs vanaf € 995 p.m. excl. BTW (bron: Jaguar Fleet & Business Leasing, full operational lease, 60 mnd., 10.000 km/jr.). Wijzigingen voorbehouden.

Liefde maakt van een huis een thuis.

Vrijdag 15 februari is het **Warmetruiendag**. Het idee is simpel: Geef aandacht aan klimaatverandering door de verwarming lager te zetten en een warme trui aan te trekken.

Gemiddeld worden mensen 7 keer **verliefd** voordat ze gaan trouwen.

17 februari is het 'Doe Vriendelijk Dag'. Wees vandaag een keer extra **aardig** voor je medemens. Groet de buurman! Neem taart mee voor je collega's! Van alles is mogelijk...

Volg je hart, want dat klopt!

Romantisch zijn bestaat voor het grootste deel uit aandacht, liefde en **qualitytime** voor elkaar.

Als twee lovers elkaar in de ogen staren, gaat hun **hart** in hetzelfde ritme kloppen. Je moet het wel 3 minuten volhouden.

De hand vasthouden van een geliefde of alleen al naar zijn of haar foto kijken kan **pijn verlichten** en stress verminderen. In ieder geval het proberen waard!



Een schotelantenne...?!

Het klinkt niet alledaags, je bezighouden met Energie & Bewustzijn. Toch is het iets wat André Visch, therapeut en coach van het HeelHuis, al jaren en dag in dag uit op een heel toegankelijke manier doet. En waar hij veel mensen mee helpt en ook verder in begeleidt. Het is ook iets wat eigenlijk iedereen heel makkelijk dagelijks zou kunnen toepassen. Gewoon als onderdeel van een vitale leefstijl. Bijvoorbeeld als je een 'schotelantenne' bent...

Wereld op je nek

"Schotelantennes", zo licht André toe, "zijn mensen die diep van binnen niet het gevoel hebben dat ze waardevol zijn. Ze zijn altijd op zoek naar bevestiging van hun eigenwaarde. Dit doen ze door zoveel mogelijk harmonie in hun omgeving te creëren en problemen van anderen op te lossen. Schotelantennes zijn vaak zeer gevoelig voor de energie van andere mensen en voelen zich bovendien ook verantwoordelijk voor de gevoelens van anderen. Ze nemen letterlijk alles op hun nek."

Wereldverbeteraar

Zo klopte jaren geleden een zekere Maria bij hem aan. Ze was doodmoe, had aanhoudende hoofdpijn en hilde om het minste of geringste. Kortom, ze had een burn-out. "Tijdens de intake werd mij al snel duidelijk dat Maria een typische schotelantenne was. Rustig heb ik haar vervolgens uitgelegd wat dit betekende. Met acupunctuur en door haar energievelden als het ware te 'resetten', heb ik daarna haar energie weer in beweging gezet.

Daarbij kwamen enorme huilbuien los. En belangrijker nog: ik heb haar duidelijk kunnen maken dat ze zélf moest leren niet weer in dezelfde valkuil te stappen. Dat ze dus goed mag zijn voor een ander, maar hem of haar nooit zijn groeimoment af mag nemen. Echt helpen komt erop neer dat je de ander als het ware leert vissen in plaats van hem een vis te geven. Je helpt mensen autonoom te worden, al zal dit met vallen en opstaan gepaard gaan. Het is daarbij belangrijk om altijd je échte motivatie om iemand te helpen helder te hebben. Of anders gezegd: verbeter de wereld, begin daarvoor bij jezelf en leef meer vanuit je 'bewustzijn'. Zo kun je gezondheid en geluk zelf aansturen voor meer vitaliteit. ”

Boekenwijsheid

Benieuwd naar een paar praktische toepassingen voor jou persoonlijk?

In het boek *Laboratorium van de Geest* en *de Kracht van Compassie* van André Visch wordt het verhaal van schotelantennes op een heldere manier verder uitgelegd. Ook kun je dit boek gebruiken als praktische gids om je in deze bewuste manier van leven te verdiepen. Het is te koop bij de receptie van het HeelHuis of via www.heelhuus.nl/webwinkel.



Praktijkervaring

Daarnaast geeft André individuele behandelingen en verzorgt hij regelmatig diverse inspirerende trainingen bij het HeelHuis. Op elke 3e dinsdag van de maand kun je aanschuiven bij een instapworkshop, van 17.15 tot 18.15u in het HeelHuis. Voorkennis en vooraf aanmelden of reserveren is absoluut niet nodig. En op vier opeenvolgende zaterdagen verzorgt hij de basiscursus Energie en Bewustzijn. Tijdens deze lessen worden theorie en bruikbare oefeningen afgewisseld. De cursus is daarnaast altijd inclusief een heerlijke lunch, versbereid en zoveel mogelijk biologisch. Kortom, heel bewust! Kijk voor meer informatie en de exacte data op www.heelhuus.nl/instapworkshop en www.heelhuus.nl/basiccursus.



De Gaikhorst 2, 7231 NB Warnsveld | T 0575-746046 | www.heelhuus.nl

Traptorens

Ooit bouwden de rijkste Zutphenaren torens tegen hun huizen aan met een wenteltrap erin. Zo'n traptoren gaf status. Nu zijn ze vaak vergeten en verborgen.

Iedereen kent wel de kerktorens in de stad, maar als je goed oplet zie je dat ook sommige middeleeuwse huizen torens hebben! Deze hoge, slanke traptorentjes werden tegen rijke huizen aangebouwd. Via de houten of stenen wenteltrap in zo'n toren kon je op alle verdiepingen van het huis komen.



In Zutphen zijn nog enkele van deze traptorens bewaard gebleven. Ze vallen tegenwoordig minder op door de omringende bebouwing en je moet dus goed kijken om ze te ontdekken. Je kunt er bijvoorbeeld één zien binnen in het nieuwe stadhuis, één in de Beukerstraat tegenover de HEMA en één vastgebouwd aan de toren van de Walburgiskerk.

Omdat een toren naast je huis status gaf, werd hij meestal veel hoger gemaakt dan noodzakelijk. Men zette er dan een mooie spits of een ui-vormig dak op en dan kon iedereen zien dat je rijk en machtig was en dat je smaak had.

Zutphen was een populaire plek voor edelen die 's zomers op hun kastelen woonden en in de winter naar de stad trokken. Zij bouwden hier hun kleine winterpaleizen met traptorens die ze bij hun kastelen ook hadden. Kijk maar eens bij kasteel Vorden. Dat maakte dat er in Zutphen meer traptorens voorkwamen dan in andere steden. Ook belangrijke geestelijken, zoals de proost (de belangrijkste geestelijke man van de Sint-Walburgiskerk) had een traptoren tegen zijn huis.

De skyline van Zutphen werd rond 1500 dus gekenmerkt door tientallen traptorentjes tussen de kerktorens en muurtorens. Na 1700 raakten de traptorens uit de mode. Rijk versierde houten trappen in ontvangsthallen van chique huizen namen hun



plaats in. Veel traptorens zijn inmiddels gesloopt maar her en der kun je nog een restant van zo'n toren vinden achter huizen, op binnenplaatsen en in steegjes. En ze zijn vast nog niet allemaal ontdekt.

In detail: van trap naar gang

Als je het nieuwe stadhuis van Zutphen binnenloopt kun je rechts een traptoren zien. Dit was de toren van de Nieuwe Hof van Bronckhorst, het winterhuis van de adellijke familie van Bronckhorst-Borculo. De traptoren, gebouwd in 1630 staat in de binnenhoek van twee vleugels van dit gebouw. Later werden gebouw en toren opgenomen in het stadhuiscomplex. Oorspronkelijk stond er een ui-vormige bekroning op de toren, maar in 2001 kwam er een glazen spits op die 's avonds verlicht wordt. Dat de traptoren in de binnenhoek van de twee vleugels gebouwd is, is geen toeval. Op deze manier kun je heel makkelijk op alle

Historische Vereniging Zutphen



verdiepingen van de beide vleugels komen én kwam je per verdieping telkens uit op een centraal gelegen ruimte. Tussen de aangrenzende kamers bevonden zich toen nog geen gangen. Je moest door elke kamer lopen om het volgende vertrek te bereiken. De plek van de traptoren was dus slim gekozen. Op die manier hoefde je door zo min mogelijk kamers van anderen te lopen om je eigen kamer te bereiken.

Later vond men het storend dat vooral in voornamen huizen de bedienden door al die vertrekken moesten lopen om hun werk te doen. Toen werden eigenlijk de gangen uitgevonden. De bedienden en anderen die in de vertrekken niets te zoeken hadden, konden nu om die kamers heen lopen, zoals wij dat in onze tijd gewend zijn te doen.

Verhaal: de bange proost

Rond 1530 was het hertogdom Gelre, waar Zutphen onder viel, in oorlog met het machtige rijk van keizer Karel V. Toen de oorlog echter langer dan dertig jaar duurde wilden de steden de hertog van Gelre niet langer steunen. Er ontstond een burgeroorlog en de hertog liet dwangkastelen bouwen in de opstandige steden om de burgers onder de duim te houden. Ook in Zutphen kwam zo'n gehaat kasteel, onder aan de Zaadmarkt, waar nu het huis 'Dat Bolwerck' staat.

Direct naast het dwangkasteel woonde proost Zweder van Kervenheim, de baas van de Sint-Walburgiskerk. Hij was een machtig man en steunde de hertog in zijn strijd. In ruil daarvoor werd zijn huis, de proosdij, met geld van de hertog vergroot. Zo werd in het hart van de proosdij een traptoren gebouwd, van waaruit de proost alle ruimtes kon bereiken. De burgers van Zutphen haatten

hem zodanig dat hij niet meer veilig over straat kon. Zelfs de kerk tegenover zijn huis, enkel gescheiden door een smal straatje, was voor hem niet te bereiken.

Een bron uit 1532 meldt de bouw van: eynen ganck van der praistien in die kerck myt twe wyndeltrappen und die gedeckt myt leyen, daarbij een ordoeys in die kerck daer Syn Fursteliche Genaede beliefften myt te hoeren (een gang van de proosdij in de kerk met twee wenteltrappen die met leien gedekt zijn en een balkon in de kerk zodat Zijne Vorstelijke Genade (de hertog) de kerkdienst kan bijwonen). Er kwam dus een luchtbrug van de proosdij naar de kerk, aan beide zijden bereikbaar via traptorens. Zo kon Zweder zich veilig verplaatsen zonder door zijn tegenstanders in de stad te worden aangevallen. In 1537 moest de hertog zijn kasteel aan de stad overdragen en de stad begon meteen met de sloop van het gehate kasteel. Zweder van Kervenheim vluchtte de stad uit, waarna ook de luchtbrug werd gesloopt.

Het Torenpject is een publicatie van de Werkgroep Bouwhistorie, onderdeel van de Historische Vereniging Zutphen.

***www.historiezutphen.nl, www.zutphenopdekaart.nl
www.regionaalarchiefzutphen.nl***



DAGJE UIT CARNAVAL IN BRABANT



Carnaval 2019 staat voor de deur. Van 3 tot en met 5 maart kun je feestvieren tot je erbij neervalt in plaatsen als Oeteldonk, Kielegat, Lampegat, Kaaiendonk, Kattegat, Kruikenstad en Tullepeteonestad. Met zijn allen in de polonaise op muziek van een dweilorkest of genieten van de optocht. Verkleed als banaan, dansmarietje of in boerenkiel. Carnaval is een feest voor iedereen! Kun je niet wachten om naar een optocht te gaan kijken? In Wouwse Plantage is de carnavalsoptocht al een week voor carnaval te bewonderen. Die optocht wordt door veel wagenbouwers als try-out gezien.

zondag 3 t/m dinsdag 5 maart
www.visitbrabant.com/nl/wat-te-doen/carnaval

FILMPJE KIJKEN VERLIEFD OP CUBA

Verliefd op Cuba is de nieuwe Nederlandse komedie van Johan Nijenhuis met Susan Visser en Abbey Hoes. Loes is na haar echtscheiding het vertrouwen in de liefde verloren. Wanneer haar dochter Maartje besluit te trouwen met een Cubaan (Rolf Sanchez), vliegt ze direct naar het Caribische eiland om aan te tonen dat haar schoonzoon in spe enkel uit is op een verblijfsvergunning. Eenmaal geland op het betoverende eiland leert Loes meer over de liefde dan ze ooit had verwacht.

**VERLIEFD OP CUBA draait vanaf
14 februari in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN MOEDERS LICHAAM



Piet van der Molen is een kinderloze vrijgezelle die nooit heeft gewerkt en altijd thuis is blijven wonen in het Zuid-Limburgse dorp Oirsbeek. Als moeder in de snikhete zomer van 2013 overlijdt, besluit Piet haar in huis te houden. Hij blijft gesprekken met haar voeren, zijn verdriet is groot. Tweeënhalf jaar later staan er agenten bij hem op de stoep. Een paar uur later takelen mensen in witte pakken een gammele kist naar buiten. Gegrepen door dit voorval reist Joris van Casteren naar Oirsbeek af. Tussen Piet en hem ontstaat een wonderlijke vriendschap. **MOEDERS LICHAAM van JORIS VAN CASTEREN is vanaf 28 februari te koop voor € 19,99**

Wil je vitaler, gezonder en krachtiger worden, maar heb je geen tijd om uren in een sportschool door te brengen, dan is Curves misschien wel wat voor jou. In slechts dertig minuten per keer kun je hier werken aan jouw persoonlijke sportdoelen.

Intensieve **work-out** *in dertig minuten*

GEEN AFVALCLUB

“Onder begeleiding van zeer enthousiaste en bevlogen coaches werken we hier in Zutphen al tien jaar met dit concept: een circuit-training van een half uur, uitsluitend voor vrouwen. Een half uur intensief sporten, waarin je een complete cardio- en krachttraining ondergaat en per keer tot wel vijfhonderd calorieën verbrandt. Overigens zijn we geen afvalclub. Natuurlijk kan afvallen een van je doelen zijn, maar je kunt hier ook komen als je bijvoorbeeld meer energie wilt krijgen of beter in je vel wilt zitten.”

“MOCHT AFVALLEN WEL JE HOOFDDOEL ZIJN, dan bereik je dat over het algemeen niet door

sporten alleen. Speciaal voor deze groep mensen bieden we ook begeleiding op het gebied van voeding. Informeer gewoon eens naar de mogelijkheden.”

ALLEEN VROUWEN

“Sporten bij Curves betekent sporten in een gemoedelijke en ontspannen sfeer, mede doordat het alleen voor vrouwen is. Je bent dus gezellig onder elkaar en voelt niet de eventuele druk om er zelfs tijdens het sporten op je best uit te moeten zien. Bovendien zijn de toestellen die wij gebruiken speciaal ontwikkeld voor vrouwen. Mannen zouden hier dan ook simpelweg niet op hun plek zijn.”

“VOORDEEL VAN CURVES IS dat je altijd onder professionele begeleiding sport op het moment dat het jou het beste uitkomt. Niet sporten op vaste tijden dus, maar gewoon binnen komen lopen wanneer jij kunt. We adviseren om dat meerdere keren per week te doen en, hoe vaak je ook komt, het tarief blijft altijd hetzelfde.”

Test een week
GRATIS of Curves
ook iets voor jou is.
Bel ons nu voor
een afspraak.

BRUISENDE/ZAKEN

Curves





All you need is.

1. Badkristallen Cherry Blossom van Kneipp, € 8,49 www.kneipp.nl
2. Kimono van Leg Avenue, € 37,95 www.legavenue.com
3. Absolie Drama Matte van Lancôme, € 35,- www.lancome.nl
4. Lip Gloss Hollywood Red van Bobbi Brown, € 27,50 www.bobbibrown.nl
5. Valentines day essielove van essie, € 9,99 www.essie.nl



Love

Februari is de maand van de liefde en van de kleur rood. Gelukkig is de liefde iedere maand belangrijk, zodat je deze rode producten en items na Valentine's Day gewoon kunt blijven gebruiken en dragen.

- 6. Idéalia dagverzorging droge huid van Vichy, € 26,96 www.vichy.nl
- 7. Pure XS for her eau de parfum van Paco Rabanne, vanaf € 59,50 www.pacorabanne.com
- 8. Florian Red van SMAAK Amsterdam, € 249,- www.smaakamsterdam.nl
- 9. Elastiek met dubbelzijdige bloem van Zenner, € 5,99 www.zenner.nl
- 10. Sneakers van s.Oliver Women, € 59,95 www.soliver.nl

**Nieuwe
outlet
meubels**



*Wij geven uw spullen
een 2e kans...*

www.kringloopdecirkel-deventer.nl

complete woningontruiming • verhuizingen

Openingstijden:

ma-za 9.00-17.00 uur (Deventer)

ma-za 9.00-17.00 uur (Borculo)

Heeft u spullen over?

U kunt het bij ons inleveren
of wij halen het gratis op.

Kringloop de Cirkel

Arnhemstraat 16 | 7418 CL Deventer | 0570-594824 | 06-30376380

Graaf Wichmanstraat 1 | 7271 CC Borculo | 0545 - 224947 | 06-57992875

www.kringloopdecirkel-deventer.nl | KDC@hotmail.nl

Onduidelijkheden

Na een huwelijk van meer dan 60 jaar was haar man rustig overleden.

Mevrouw was verdrietig maar had er vrede mee. Zij hadden een mooi leven gehad met z'n 2-en.

Thuis opbaren behoorde niet tot de mogelijkheden, zodat wij meneer naar 't uitvaartcentrum brachten waar hij tot aan de uitvaart zou verblijven.

Mevrouw wilde voor de uitvaart heel graag haar geliefde man bezoeken. Omdat zij geen vervoer en geen kinderen had, bracht ik haar op een zonnige dinsdagochtend naar haar echtgenoot. Ik wilde net de kamer uitgaan, toen mevrouw me verschrikt vroeg of zij wel alleen met haar man mocht zijn. En of zij haar man wel mocht aanraken. Waarop ik verschrikt reageerde, natuurlijk mag je even alleen zijn met je (overleden) man én mag je hem aanraken! Waarom niet?

Soms lijkt het erop dat er hier en daar nog onduidelijkheden bestaan wat betreft afscheid en uitvaart. Reden om samen met collega Gisela Boers eens een themabijeenkomst voor te bereiden over zaken die zich kunnen voordoen die betrekking hebben op afscheid en uitvaart.

Themabijeenkomst: "Feiten en fabels rondom afscheid en uitvaart"

Datum: zondag 17 februari 2019 om 14.00 uur
 Locatie: Atelier 't Pakhuys, Berkelkade 15a te Zutphen
 Toegang: gratis
 Aanmelden: info@gelre-uitvaartvrouwen.nl of tel. 06 - 24 37 44 37

Een andere bijzonder interessante lezing die wij organiseren is een lezing door prof. dr. Manu Keirse, dé autoriteit op het gebied van rouw en verlies. Zijn lezingen zijn boeiend, interessant en kunnen helend zijn.

Lezing: "Helpen bij verlies en verdriet"

Datum: dinsdag 19 maart 2019 om 20.00 uur
 Locatie: Het Koelhuis, Coenenparkstraat 1 te Zutphen
 Toegang: € 5,-
 Aanmelden: uitsluitend online: hetkoelhuis.nl/evenementen



Pauline Rischen

persoonlijke uitvaartbegeleiding

Graaf Ottosingel 119 Zutphen
 06-24374437 | pauline@rischen.nl
www.rischen.nl



Ontsluiering

Loslaatcoach en energetisch werker

Klaar voor de volgende stap?

Patronen herkennen en er iets aan durven doen!

Het alledaagse leven kan soms ongemerkt voorbijgaan. Op een gegeven moment merk je dat je graag wat wilt veranderen in je leven, maar je weet niet goed hoe of wat. Soms durf je het gewoon niet vanwege alles wat er boven kan komen. Je mist de tools om de wenselijke situatie te scheppen. Ik bied je de mogelijkheid hier beweging in te krijgen.

Workshop zaterdag 16 februari

Deze dag zal je transformatie op gang brengen of uitbreiden. We werken aan thema's die groepsgewijs worden opgepakt en waarbij we de blokkerende energieën loslaten. Er worden blinde vlekken belicht, wat weer inzicht geeft. Je krijgt hierdoor meer balans en leert hierdoor breder te kijken. Ik geef

specifieke meditaties die een diepere laag aanspreken, die de weg vrij maken voor de volgende stap en gericht zijn op een thema. Muziek en beeld zijn er als ondersteuning.



**Workshop
zaterdag 16 feb.**

Ervaren

De dag staat bol van energie met hoge trilling. De aangereikte informatie wordt ook ervaringsgericht ondersteund. Zo ervaar je wat jouw waarheid is. De methodiek om zelf te leren loslaten wordt uitgelegd en samen gedaan.

Heb je interesse meld je dan aan via mijn website.



Workshop "De volgende stap"

zaterdag **16 februari** – 10.00 tot 17.00 uur

De garage, Oude Kanonsdijk 44,
7205 AR Zutphen

De kosten voor deze
dag zijn €65,-.

*Of misschien ervaren hoe ik
werk en of het voor jou werkt?*

Maak dan een persoonlijke afspraak.



Professionele behandelingen met persoonlijke aandacht, daarvoor ben je bij Studio voor Huidverbetering Anne-Marie Tempelaars zeker aan het juiste adres. Anne-Marie staat persoonlijk voor al haar klanten klaar.

HUIDADVIES OP MAAT



Wil je meer weten?
Vraag vrijblijvend een intakegesprek aan. Dan kijken we samen naar de mogelijkheden.

HAREN: LAST OF LUST?

Al door de eeuwen heen hebben haren een betekenis op het gebied van uiterlijke schoonheid. En nog steeds besteden we bij feesten, partijen en bij officiële gelegenheden extra aandacht aan ons kapsel. We laten het (ont)krullen, verven, föhnen; net wat ons het meeste aanspreekt. Ook de wenkbrauwen krijgen volop aandacht. Of ze nu worden gestyled, geëpileerd of geverfd, van jong tot oud houdt men zich hiermee bezig.

Vervelender is het als we haren hebben op plekken waar we ze liever niet zien. Denk aan je kin, bovenlip, rug, benen of rondom je tepels. Gelukkig zijn er diverse methodes om dit te bestrijden. De meest traditionele zijn harsen, epileren of scheren.

Om meer definitief met die haren af te rekenen kun je je laten behandelen met IPL-lichtflits. Via geconcentreerd licht wordt dan de warmte via de haar naar het haarzakje vervoerd zodat hier geen nieuwe haar meer kan groeien. Een voordeel van deze methode is dat je in korte tijd grote gebieden kunt aanpakken. Een belangrijke voorwaarde voor succes is dat er kleur in de haartjes zit.



Een andere methode is het elektrisch epileren. Dit gaat weliswaar haar voor haar maar je kunt dit bij alle soorten haren toepassen, dus ook bij witte en grijze haren.

Studio voor Huidverbetering



Anne-Marie Tempelaars

Deventerweg 171, Zutphen | 0575-516045
info@huidverbeteringtempelaars.nl
www.huidverbeteringtempelaars.nl

 salonvoorhuidverzorging

Treed in de voetsporen van Jheronimus

In 's-Hertogenbosch ontmoeten oud en nieuw elkaar. Het is een prachtige vestingstad boordevol monumenten, maar het is ook de stad van eigentijdse kunst, design en hippe winkels. De stad van middeleeuws wonen boven de Binnendieze en van eigentijdse woningen in het Paleiskwartier. Meer informatie vind je op www.bezoekdenbosch.nl.

Den B

WANDELEN

Vrijwel alles in de binnenstad van Den Bosch is makkelijk te voet bereikbaar. De meeste winkels en toprestaurants liggen in het bruisende centrum van 's-Hertogenbosch. De Parade bijvoorbeeld, bekend van de vele feesten en evenementen, is binnen een kwartiertje te lopen vanaf het Centraal Station.

WIL JE LIEVER NIET LOPEN?

Maak dan gebruik van het GRATIS BINNENSTADSBUSJE. Deze gratis bus rijdt een vaste route door de stad. Ieder kwartier vertrekt er een busje vanaf het station.

FORT ISABELLA, BUITENSTAD OM VAN TE HOUDEN Er zijn van die plekken die het gewone overstijgen: Fort Isabella in Vught is zo'n plek. Een bruisende locatie met een bijzonder karakter, midden in de natuur. De historie leeft er voort én er is ruimte voor allerlei nieuwe activiteiten en evenementen. www.fortisabella.nl

HET MUSEUMKWARTIER

Het Noordbrabants Museum vormt samen met het Design museum Den Bosch een van de grootste culturele attracties van Nederland. Het Museumkwartier, dat zich bevindt in het hart van de stad, biedt een veelheid aan cultuur, historie, kunst en design onder één dak. www.museumkwartiershertogenbosch.nl



HISTORIE

Het is de trots van Den Bosch: de Sint-Janskathedraal. De kathedraal is vanuit vele uithoeken zichtbaar en reikt ver boven de stad uit. Kenmerkend zijn de hoge ramen, de kruisbogen en de lucht-Paradebogen aan de buitenzijde. Vanaf de Parade heb je prachtig uitzicht op de Sint-Jan.

Bosch

osch



Nergens ter wereld vind je zo'n compleet overzicht van het werk van Jheronimus Bosch als in het **JHERONIMUS BOSCH ART CENTER**. In deze oude kerk hangen unieke replica's van de kunstschilder. www.jheronimusbosch-artcenter.nl

'S-HERTOGENBOSCH/BRUIST

CARNAVAL

OETELDONKS GEMINTEMUZEJUM

In Den Bosch vind je het Oeteldonks Gemintemuseum. Een plek waar je wordt ondergedompeld in de rijke historie van het nationale, internationale én Oeteldonkse carnaval. Ze zijn het gehele jaar geopend op dinsdag tot en met zondag van 13.11-17.11 uur.

www.carnavalsmuseum.nl



CULTUUR

(ER)VAAR DE BINNENDIEZE De Binnendieze is met recht één van de grootste publiekstrekkingen in 's-Hertogenbosch. Vaar in een karakteristieke open boot onder de bebouwing door en ontdek het eeuwenoude stelsel van alle waterlopen en imposante vestingwerken van de Brabantse hoofdstad.

WINTERWANDEL-VAARTOCHT Bezichtig de stadsmuren en vestingwerken tijdens de stadswandeling en geniet van de levendige verhalen die worden verteld vanaf het water, onder genot van een heerlijke warme glühwein. Elke zaterdag t/m 31 maart.

SMULLEN

DE ECHTE BOSSCHE BOL Je bent niet in 's-Hertogenbosch geweest als je niet zo'n heerlijke, met slagroom gevulde en chocolade geglazuurde sjekladebol hebt gegeten! Banketbakkerij Jan de Groot verkoopt de enige échte Bossche Bol.

www.bosschebollen.nl



Wees
welkom
om onze
**nieuwe,
kleurrijke
collecties**
te bekijken!



Volg ons
nu ook via
Instagram

Onze merken

Kyra&Ko | Summum | Juffrouw Jansen | Zilch | Sylver
Simple | La Fee Maraboutee | B.yu. | Hiltje H
American Vintage | Schoeisel o.a. Clumpy's en Maruti

Openingstijden: maandag 14.00-17.00 uur
dinsdag t/m zaterdag 10.00-17.30 uur

Net
&
Mia

Turfstraat 17
Zutphen
0575-543779
 **netenmia**

Jouw *huid* in de winter

Nu de temperaturen buiten flink dalen en we de behaaglijkheid binnen bij de verwarming opzoeken, verandert de behoefte aan verzorging van onze huid.



Door de winterse invloeden wordt je huid sneller droog en voelt deze soms zelfs schraal aan. Beschermen is dit seizoen daarom een absolute must! Bruist geeft je daarvoor de volgende tips:

HYDRATEER JE HUID Gebruik voor een bruisende en energieke huid minimaal een keer per week een hydraterend gezichtsmaker. Ook is het belangrijk om iedere dag - na het douchen - je lichaam met bodylotion in te smeren. Dit zorgt voor extra vocht. Een hete douche is heerlijk in de winter, maar je krijgt er wel een droge huid van. Probeer te douchen met lauw water en dep daarna je lichaam zachtjes met een handdoek.

VOORKOM GESPRONGEN LIPPEN. Eén van de grootste winterproblemen zijn gescheurde lippen. Gebruik een milde lippenbalsem voor overdag en smeer 's avonds voor het slapen vaseline op je lippen.

VERZORG JE HANDEN, VOETEN EN ELLEBOGEN Ook deze lichaamsdelen hebben extra zorg nodig. Gebruik producten die sheaboter, mineralenolie of glycerine bevatten. Een intense verzorging krijg je door je voeten en handen in te smeren met olie en daarna met sokken en speciale handschoenen aan te gaan slapen.

“Uiteindelijk leert ieder kind praten”

Een uitspraak die ik als logopedist regelmatig hoor. Maar praten is niet hetzelfde als een gesprek kunnen voeren, of opdrachten echt begrijpen. En in onze maatschappij praten we de hele dag.



De meeste kinderen krijgen zonder logopedie ook wel een basis in het praten, maar kinderen met een taalstoornis missen juist de fijnere nuances van de communicatie en ze vinden het lastig om een gesprek op gang te houden. Vaak vinden ze begrijpend lezen ook moeilijk. Later kunnen ze niet altijd de opleiding volgen die bij hun intelligentie zou passen.

Uit onderzoek is gebleken dat logopedie effect heeft. Het kind kan dan eindelijk vertellen wat er op school is gebeurd of waar het nou zo bang voor is. En opa en oma kunnen hun kleinkind ook verstaan. En het kind kan zo goed mogelijk presteren op school. Toch wordt er regelmatig nog veel te laat hulp ingeroepen. Een kind van twee jaar dat nog niet praat, heeft al een behoorlijke achterstand. Dat kind kan dus niet normaal communiceren met zijn ouders. De interactie tussen

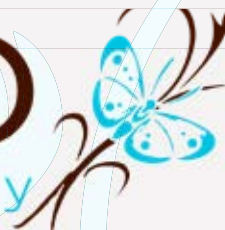
ouder en kind kan dan anders gaan verlopen, dan bij andere tweejarige kinderen. Alle ouders weten hoe lastig het kan zijn wanneer je niet begrijpt of verstaat wat je kind zegt. Dat kan maar beter zo snel mogelijk over zijn!



logopediepraktijk
rondom taal

Vijfmorgenstraat 18 Zutphen | 06-16818979
www.logopediepraktijkrondomtaal.nl

puro
face & body
huidverbetering en wellness



UW HUID VRAAGT EXTRA VERZORGING TIJDENS DE WINTERMAANDEN!

Kou, regen en sneeuw, we hebben er allemaal mee te maken. Onze kleding passen we er allemaal op aan maar onze huid heeft in deze tijd van het jaar ook behoefte aan extra verzorging.

Denk bijvoorbeeld aan een serum dat 4x zoveel werkstoffen bevat als een crème, is veel dunner van structuur en kan dus beter en dieper in de huid komen waardoor de huidverbetering veel sneller gaat. BABOR heeft maar liefst 16 verschillende serums van hydratatie tot couperose, versteviging, kalmerend, enz.

Wij adviseren u graag!



Adres Oude Doetinchemseweg 11
7051 DZ Varsseveld
Telefoon 0315 - 23 16 24
E-mail info@purofacebody.nl
Internet www.purofacebody.nl



**Februari
voordeelactie:**
1 serum 10% korting
2 serums 15% korting

Februari

Ram 21-03/20-04

Doordat je zo met jezelf en je carrière bezig bent, is er minder tijd over voor je partner. Zorg voor een goede balans tussen privé en carrière, Ram.

Stier 21-04/20-05

Je bent in dezelfde stemming als jouw collega's en dat is de reden waarom teamwork zeer productief zal zijn. Doe deze maand ook iets voor je lichaam.

Tweelingen 21-05/20-06

Tweelingen lossen kleine geschillen efficiënt op en stellen een compromis voor dat gunstig is voor beide partijen. Je zult de harmonie herstellen tussen de mensen om je heen.

Kreeft 21-06/22-07

De situatie ziet er vanuit een andere hoek niet zo moeilijk uit als het eerst leek. Gewoon goed nadenken, plannen hoe je verder gaat en de situatie onder controle houden.

Leeuw 23-07/22-08

Tussen jou en het andere geslacht vliegen de vonken ervan af. Niet afwachten en wees niet bang om initiatief te nemen. Het geluk is met wie goed voorbereid is

Maagd 23-08/22-09

In relaties zullen Maagden de neiging hebben om eerder hun hart te volgen dan hun hoofd. Op zo'n moment zul je kwetsbaar zijn, dus kijk uit bij wie je jouw hart openstelt.

Weegschaal 23-09/22-10

Wees niet bang om naar buiten te gaan om je lot te ontmoeten. Sla een uitnodiging voor een kopje koffie of een drankje niet af, je weet nooit wat er kan gebeuren.

Schorpioen 23-10/22-11

Schorpioenen zullen genieten van veel geluk in hun privéleven. Een langdurige relatie zal stabiel zijn. Als je volhoudt, kun je in februari jouw doelen bereiken.

Boogschutter 23-11/21-12

Soms is een vriendelijk woord genoeg zodat de andere persoon een mooie dag zal hebben. De beste manier om te ontspannen van je werk is door te gaan sporten.

Steenbok 22-12/20-01

De Steenbok moet deze maand zijn mannetje staan. Je zult het beste ontspannen als koppel of met vrienden en hierdoor al je zorgen vergeten.

Waterman 21-01/19-02

Als je collega's jaloers op je zijn, denk dan na of er iets mis is met wat je doet en probeer aardiger te zijn. Geniet van een leuke avond met je partner.

Vissen 20-02/20-03

Wees niet bang voor een blind date. Het stelt niet zoveel voor. Als de persoon niet bij je past, hoef je hem of haar daarna toch niet meer te zien. En anders geniet je er gewoon van.

Vissen
Wees niet bang voor een blind date. Het stelt niet zoveel voor.

Voornemen of nemen?

Zo in februari kun je vaak al de balans opmaken, hoe staat het met jouw goede voornemens?

- **Wilde jij beter voor jezelf zorgen?**
- **Meer rust ervaren?**
- **Meer genieten?**
- **Meer tijd voor jezelf?**

Een kop thee is mijn perfecte partner in crime voor een me-time moment met een boek, tijdschrift, muziek, of met een heerlijk partijtje voor-me-uit-staren. Dit zijn de momenten dat ik ontlad en oplaad en stil kan staan bij mezelf.

Waar gaat jouw voorkeur meestal naar uit? En lukt het je ook om hier de tijd voor te vinden?

Het grote geheim voor meer van dit soort momenten in je leven?

Stop met VOORNemen en begin met (de tijd/ruimte) NEMEN.

Wat je aandacht geeft groeit en NEEM dus regelmatig de tijd om aandacht aan jezelf te schenken. Om jezelf te ontladen van wat geweest is, op te laden voor wat nog komt zodat je vanuit rust een volgende stap kunt zetten in jouw leven en/of werk.

FiederElske
De coachingspraktijk voor grote en kleine meisjes

Wilgendijk 10, Zieuwent | 06-30119938

elske@fiederelske.nl

www.fiederelske.nl | www.theekransjes.nl

*Neem
tijd voor
jezelf!*



VALT DIT OP?

DAN WERKT DEZE ADVERTENTIE

BRUIST

Ook opvallend adverteren?

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

Wat kan de liefde toch mooi zijn. Liefde voor je partner, voor je kinderen, voor je werk en wellicht nog voor vele andere dingen.

De *liefde* van je leven!

Sommige mensen hebben het geluk dat ze de liefde van hun leven ontmoeten. Wij mogen ons daar ook toe rekenen; Lea en ik zijn blij dat we elkaar hebben mogen ontmoeten en dat we samen een mooi gezin vormen. In onze relatie gaan we voor elkaar, ons gezin en onze gezamenlijke passie: Bruist.

Liefde is mooi, maar tegelijkertijd ook een werkwoord.

Als ondernemer behoort je ook verliefd te zijn op hetgeen je doet. Zonder liefde en passie is het onmogelijk om een goed draaiend bedrijf te hebben en te blijven groeien.

Vanuit de passie en de liefde voor Bruist zijn we elke dag bezig om mee te denken met andere ondernemers. Met collega's nadenken over nieuwe acties en hard werken om de deadlines te halen.

Zo is het ook met adverteren!

Wij denken dat als je in staat bent om de passie die je hebt voor je bedrijf in een mooie advertentiecampaignede te vertalen, dat je daarmee veel meer mensen raakt dan met het tonen van alleen je logo en een slogan.

Wij zeggen altijd: adverteren werkt, mits je op de juiste manier adverteert.

Wij kunnen je helpen om na te denken over de boodschap die je nu uitdraagt. Past die wel bij hetgeen je doet? Of adverteer je helemaal niet? Hoe ga je er dan voor zorgen dat jouw potentiële klanten weten wie je bent en waar je voor staat?

Wil je meer weten over adverteren op de juiste manier?

Neem dan eens contact met ons of één van onze collega's op, bel of mail naar 06-34590975, 076-7115340 of nl@nederlandbruist.nl.

We willen graag het maximale uit jouw advertentiecampaignede halen!

Lea en Marcel Bossers



Cook's Club is een reeks hotels die ontworpen zijn voor de wensen van een nieuwe generatie reizigers: een tof design, heerlijk eten, fantastische cocktails én een perfecte sound van diverse dj's die je van 's morgens tot 's avonds hoort. Het hart van Cook's Club is de zwembadzone waar je de hele dag kan chillen.

Dankzij de urban sfeer is dit de perfecte vakantie voor trendy reizigers die op zoek zijn naar een hotel dat past bij hun persoonlijkheid en levensstijl. Singles, koppels en vrienden verblijven in mooie en comfortabele kamers.

SOUL FOOD

Waar kan je elkaar beter ontmoeten en uitrusten na een dagje in de zon dan rond een tafel met soul food? Cook's Club Cantina pakt uit met verschillende eetkraampjes die geïnspireerd zijn op de hippe food markets.

Cook's Club

hotels voor de



Van overheerlijke veganistische gerechten tot lokale specialiteiten, elke hotelgast vindt wel iets dat bij hem past. Bij Cook's Club wordt gefocust op verse, gezonde en kwalitatieve ingrediënten. Hier vind je geen traditionele buffetten.

ZONNIGE SOUNDTRACKS

Zeg vaarwel tegen je klassieke playlist aan het zwembad. Hier weerklinken de perfecte beats voor een relaxte namiddag aan het zwembad. Dj's zorgen elke dag voor de ideale achtergrondmuziek van jouw vakantie. Ze bouwen de sfeer overdag op en laten het 's avonds knallen. Hotelgasten kunnen chillen aan de bar, een duik



nieuwe generatie

nemen in het nachtleven of staren naar de sterren op het strand. Het is geen typisch partyhotel, maar wel dé perfecte plaats voor reizigers die houden van city vibes aan het strand.

PROEF DE ZOMER

In de Captain Cook Bar kom je onmiddellijk in de juiste vakantie-sfeer. En dankzij de mixology knowhow van de Berlijnse barman David Wiedemann nipt iedereen

van een heerlijke cocktail die gemaakt is met vers fruit, de beste alcoholische dranken én kruiden uit de eigen kruidentuin. Hier proef je gegarandeerd de zomer!

Alle Cook's Club hotels bevinden zich in het midden van de actie en fun. Dicht bij het strand en de lokale bars en restaurants. Als je hier het nachtleven in wilt duiken, hoef je niet ver te zoeken. Er zijn Cook's Club hotels in Sunny Beach (Bulgarije), op Kos (Griekenland), Sardinië (Italië), Playa de Palma (Mallorca), Alanya en Marmaris (Turkije).

URBAN
SFEER VOOR
TRENDY
REIZIGERS

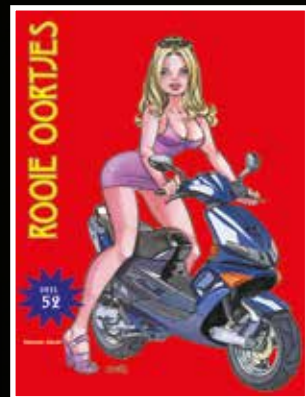
Cadeautip voor VA

Wie kent de strips van Rooie Oortjes niet? Het eerste verhaal werd in 1990 gepubliceerd en was meteen een enorm succes.

De reeks is een strip die erotische humor bevat en bedoeld is voor volwassenen.

Ondertussen is het een internationale strip geworden, want hij verschijnt ook in het Engels, Duits, Frans, Deens, Italiaans, Turks, Afrikaans, Portugees, Spaans en Hongaars.

Naast de publicatie van deze stripverhalen heeft Rooie Oortjes sinds kort een webshop waar je verwenproducten kunt bestellen. In deze webshop vind je vele leuke producten waar jij en je partner wellicht rooie oortjes van krijgen.



www.rooieoortjessexshop.nl

LENTIJN?

Dankzij Fifty Shades of Grey is het gebruik van spannende speeltjes tegenwoordig geen taboe meer. Wil je verschillende producten uitproberen die Christian en Anastasia ook zouden gebruiken?

Willen jij en je Valentijn qualitytime aan elkaar besteden? Dan is deze Grey Box iets voor jullie.

€ 29,95



Grey Bondage Cadeaubox

Cadeaupakket Grey met allerlei spannende bondage toys. Een eneverend cadeau om te geven en te krijgen! Met deze 10-delige set kunnen jullie samen beginnen met aan opwindend bondage avontuur...

in Zutphen e.o.


VRIJDAG 15 FEBRUARI 17.00 - 19.00 UUR
CAFÉ FRANÇAIS

Parlez-vous français? Kom dan naar het Café Français bij de Courant. Tussen 17.00 en 19.00 uur houdt Alliance Française Zutphen alweer voor de negende keer dit café voor liefhebbers van de Franse taal. Dé kans voor alle liefhebbers van de Franse taal om gezellig en informeel, onder het genot van een drankje, met elkaar Frans te spreken over allerlei onderwerpen. Er zijn geen vaste thema's, niets hoeft, alles mag! Toegang is voor iedereen geheel gratis, consumpties zijn voor eigen rekening. Ook scholieren die graag wat Frans willen spreken zijn van harte welkom. Grijp die kans en spreek Frans!

De Courant
 Houtmarkt 66, Zutphen

ZATERDAG 16 FEBRUARI 10.30 - 17.00 UUR
ALCHEMIE MET GOUD

De masterclass Alchemie met goud is een ontdekkingsreis naar glitter en glamour in verf. Kunstenaress Edith Meijering geeft deze

masterclass in samenwerking met de Vrienden van de Musea Zutphen. In haar studio in de oude binnenstad van Zutphen deelt ze haar kennis over goud in de kunst en laat vele technieken zien waarbij met goud, zilver, brons en parelmoer accenten ieder werk een diepere laag ontvangt. Haar passie werkt aanstekelijk en vol inspiratie kun je aan de slag gaan.

Prijzen

€ 119,79 Inclusief koffie en thee, wat lekkers en een likeurtje met Bruidstranen met eetbaar goud en een snackje en een doos aquarel van Finetec Palet 6 kleuren zilver en goud.

Edith Meijering
 Kolenstraat 27, Zutphen
www.edithmeijering.nl

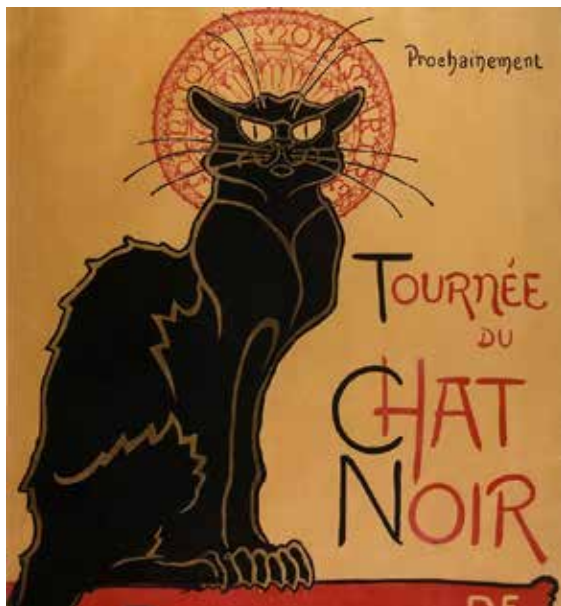
ZONDAG 17 FEBRUARI 11.30 UUR
LE NUOVE MUSICHE

Le Nuove Musiche: vocale muziek van Claudio Monteverdi in Kapel op 't Rijsselt te Eefde op 17 februari 2019. Vocaal ensemble Le Nuove Musiche weet de muziek van Monteverdi op bijzondere wijze naar deze tijd te brengen door te zingen over menselijke emoties.

Prijzen: € 20,00 (t/m 18 jaar gratis entree)

Kapel op 't Rijsselt
 Mettrayweg 25, Eefde





DONDERDAG 21 FEBRUARI 20.00 - 22.00 UUR
MONTMARTRE ET SES ARTISTES

Op donderdagavond 21 februari om 20:00 uur geeft Chloé Perrin (in het Frans) een lezing over Montmartre et ses artistes in 't Warnshuus in Warnsveld. Deze avond laat zij de bijzondere geschiedenis van de kunstenaarsplek Montmartre tot leven komen. Je ziet en hoort waarom deze plek zo populair is bij toeristen.

Chloé vertelt over de artiesten, de schrijvers en muzikanten die eind 19e eeuw tot begin van de 20e eeuw op deze heuvel "la Butte Montmartre" hebben geleefd en hun inspiratie daar gevonden hebben. In haar presentatie toont ze schilderijen en foto's uit die tijd en kan je luisteren naar enkele geluidsopnames. Let op: Franstalig!

't Warnshuus
 Dreiumme 43, Warnsveld, www.afpb.nl

Uitgelicht



DAGELIJKS T/M 7 APRIL 2019
ZUTPHENSE UITBLINKERS

De stad Zutphen zet Uitblinkers in de schijnwerpers - die op geheel eigen wijze - bijdragen aan de naam en faam van de stad. De tentoonstelling Zutphense Uitblinkers is t/m 7 april te zien in het Stedelijk Museum Zutphen. Deze Zutphenaren en Zutphenezen hebben door hun prestaties nationale, of zelfs internationale bekendheid vergaard.

Kom oog in oog te staan met de Zutphense Uitblinkers, zoals Jurianna Matter (ontwerpster), Bas, Bob en Willem - de Sizoo Brothers (fotografen en influencers), Hannah Sophia Bakels (influencer), Douwe Marcare (sporter), Jolande Withuis (schrijfster), Johannette Zomer en Jeroen den Herder (klassieke muziek), Pjotr Golsteyn (rapper), Edith Meijering (kunstenaar), Marc Dullaert (eerste kinderombudsman), Willemijn Voorham (Buddy to Buddy), Amber Willemzjtijn (modeontwerpster) en vele anderen.

Stedelijk Museum Zutphen, 's-Gravenhof 4, Zutphen

GREAT BRITISH EYEWEAR

WILLIAM MORRIS | Black Label

MADE IN JAPAN



Nieuwe collectie 2019

Maak een afspraak voor een goed advies aan onze brillenbar.



Houtmarkt 65, Zutphen

0575-519040

www.lomanenvandeweerd.nl

Volg ons ook op Facebook en Instagram