

# BRUIST



Stedentrip:

*Antwerpen* bruist!

**Like & share**  
voor mooie prijzen

# Voorgoed verlost van bril en lenzen

Stel je het leven voor zonder bril of lenzen: wakker worden en de wereld meteen scherp zien. De krant lezen zonder eerst naar je bril te moeten zoeken. Sporten en zwemmen zonder bril. Nooit meer beslagen brillenglazen. Of een lens die irriteert. Het kan met ooglaseren bij CARE Laser.

CARE Laser heeft het beste voor ogen. Wij staan in Zwitserland al jaren synoniem aan kwaliteit in ooglaserbehandelingen. Wij onderscheiden ons door onze prijs-kwaliteitverhouding. Onze behandelingen zijn betaalbaar. Terwijl we werken met zeer ervaren en gewaardeerde oogchirurgen, optometristen en zeer moderne geavanceerde apparatuur.





# Wij hebben het beste voor ogen

- ✓ Nederlandse kwaliteit met Zwitserse precisie
- ✓ Meer dan 40.000 ogen behandeld
- ✓ Nederlandse artsen en optometristen
- ✓ Allernieuwste lasertechnologie
- ✓ Moderne, comfortabele klinieken
- ✓ Behandeling vanaf € 995,-

Wacht niet langer op het heerlijke leven zonder bril en lenzen. Maak nu een afspraak voor een vooronderzoek of vraag meer informatie aan.

## Bruisend aanbod:

Tot 1 mei 10% korting op een ooglaserverhandeling  
Ga naar [care-laser.nl/bruist](http://care-laser.nl/bruist) of bel 0800 - 1224





10

win

sodastream



# Inhoud

18



## COLOFON

### BRUIST

**UITGEVER** Nederland Bruist B.V.  
**MANAGER** Marcel Bossers  
**OPERATIONEEL MANAGER** Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Bjorn Gort  
**THEMA'S** Nederland Bruist - Annemiek Jansen  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Linda Groothuijse  
**ACQUISITIE** René Moes, 06-19629221

### CONTACT DE ZAASTREEK BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda  
T 076-7115340  
rené@nederlandbruist.nl  
 Facebook.com/dezaanstreekbruist

### CONTACT HOOFDKANTOOR

Nederland Bruist B.V.  
Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda  
T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl  
www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be  
 Like ons op Facebook.com/nederlandbruist

**ABONNEMENT** Ontvang de Bruist uit jouw regio(s) iedere maand in je brievenbus voor € 1,49 p.m. **Meer weten?** Stuur een e-mail naar [abonnement@nederlandbruist.nl](mailto: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. Merknaam De Zaanstreek Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. Nederland Bruist brengt magazines uit in: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Ibiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langsthorst, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsbeek, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildep-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

23



Voel jij ze ook al, die lentekriebels? Heerlijk toch! De dagen worden weer langer, het zonnetje laat zich vaker zien en iedereen om je heen lijkt langzaam te ontwaken uit een winterslaap. Weg met het cocoonen binnen, we willen weer naar buiten, er lekker op uit.

## *Bruisende* **lezer,**

En doe dat dan vooral ook! Ga 16 maart bijvoorbeeld eens heerlijk met een vriendin lunchen op een hopelijk zonnig terras in het kader van Vriendinnendag, of pak het zelfs nog grootser aan en breng een bezoekje aan Antwerpen. Met een gigantisch aanbod van stijlvolle modewinkels, bijzondere musea, architectuur, heerlijke restaurants en gezellig barretjes biedt deze stad voor iedereen een fantastische ervaring. En waar je dan precies moet zijn... dat lees je verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

Met de lente die voor de deur staat, loopt dit fijne seizoen uiteraard als een rode draad door dit magazine. Niet alleen geven we je tips voor een nieuwe (en gezonde) lente, maar ook gooien een aantal bruisende ondernemers als Medi-Mondzorg en Ligthart Uitvaartzorg de deuren open om het zonnetje binnen te laten en jou een kijkje achter de schermen te geven.

Laat die lente maar komen en geniet van dit bruisende magazine.

**René Moes**





# Topbestemming voor een

Met een gigantisch aanbod van stijlvolle modewinkels, bijzondere musea, architectuur, heerlijke restaurants en gezellige barretjes is Antwerpen een fantastische ervaring. Ontdek hier wat je moet weten voor een onvergetelijk bezoek aan deze prachtige stad.

# Antw



## SHOPPEN

### SHOPPING STADSFESTZAAL

ligt midden op de Meir, de Champs Elysées van Antwerpen. De vroegere Stadsfeestzaal, een eclectisch ontwerp uit 1905, was vroeger populair voor feesten, tentoonstellingen en beurzen. Generaties jongeren ontvingen hier hun diploma van het stedelijk onderwijs. Na een brand zijn in 2004 de glazen koepel met bladgoud, mozaïeken, eiken parketvloer en andere oorspronkelijke elementen hersteld in hun oude glorie. Sinds 2007 kan het publiek naar hartenlust winkelen in een veertigtal winkels op 20.500 m<sup>2</sup>.  
[www.stadsfeestzaal.com](http://www.stadsfeestzaal.com)

**GROTE MARKT** Het laatmiddeleeuwse stadhuis en de gildehuizen vormen een van de mooiste bezienswaardigheden van Antwerpen. De driehoekige Grote Markt geeft direct de grandeur weer van Antwerpen in haar gouden 16e en 17e eeuw. In het midden staat een bronzen fonteinbeeld van stadsheld Brabo die de hand van de reus Antigoon in de Schelde werpt.

## HET RUBENSHUIS

Een van de bekendste kunstenaarswoningen ter wereld: het Rubenshuis. Peter Paul Rubens was schilder, verzamelde kunst, ontwierp zijn eigen huis en wist ook nog eens alles over wetenschap. Bekijk topstukken van zijn hand en dwaal door de sprookjesachtige tuin van dit stadspaleis in hartje Antwerpen.

Ook in de Onze Lieve Vrouwekathedraal is zijn werk te zien  
*Wapper 9-11, [www.rubenshuis.be](http://www.rubenshuis.be)*



## STATION

Antwerpen Centraal is uitgeroepen tot één van de mooiste treinstations ter wereld. Het ademt een ongekende grandeur en is spectaculair mooi. Je kunt in stationscafé Brasserie Royal met een koffie, verse croissants en een eitje je dagje Antwerpen in stijl starten.  
*Pelikaanstraat 3, [www.brasserieroyal.be](http://www.brasserieroyal.be)*



stedentrip

Antwerpen



## MUSEUM AAN DE STROOM

Midden op het water, in de kleine jachthaven die de Antwerpenaren 't Eilandje noemen, torent het MAS uit boven Antwerpen. In het rode gebouw is op elke verdieping een apart museum. Wanneer je helemaal naar boven gaat (panorama vrij toegankelijk), kijk je uit over heel Antwerpen. [www.mas.be](http://www.mas.be)



## UNIEKE PLEKJES

**PARK SPOOR NOORD** Dit groene park legt het accent op ruimte, ontspanning, cultuur, sport en evenementen. Het park is aangelegd op een oud spoorwegemplacement dat er al jaren verlaten bij lag.

Het heeft enkele (water)speeltuinen, een spectaculaire bmx-en skatebowl en een shelter met tijdelijk zomerterras van bar Cargo.

**HET ZUID** is een wijk die bekendstaat om zijn leuke restaurants, gezellige kroegen en conceptstores. Je vindt er statige herenhuizen, wijde boulevards en mooie pleinen. Kunstliefhebbers kunnen hun hart ophalen in de vele galeriën en musea als het FOMU en het M HKA.

## BIERTJE?

De Belgische bieren zijn wereldberoemd en Antwerpen is een uitstekende plek om je erin te verdiepen. Een Bolleke De Koninck is het lokale bier bij uitstek en is verkrijgbaar in bijna elk café in de stad. De brouwerij bevindt zich nog steeds in de stad en heeft bovendien een belevingscentrum waar je het verhaal van de brouwerij kan horen, zien én proeven. De plezantste tour van heel 't Stad! [www.dekoninck.be](http://www.dekoninck.be)



Kijk voor je bezoek aan België eens op onze website [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be). We brengen ook bruisende magazines uit in Brasschaat, Kapellen, Schilde-Schoten en de Belgische Grensstreek. Zo doe je nog meer inspiratie op voor een bruisend dagje uit.



15% korting  
Waardebon

bij aanschaf van  
een montuur  
inclusief glazen

Niet met andere acties te combineren



# Markus Passion

## COV Zaanstreek

13 april 2019

Aanvang 20.00 uur

Op 13 april 2019 voert COV Zaanstreek de Markus Passion van J.S. Bach uit in de Westzijderkerk te Zaandam. Van de vier passionen is de Markus Passion de minst bekende, maar zij verdient toch zeker de aandacht: Bach componeerde dit stuk in 1731 maar de bladmuziek is verloren gegaan. De teksten van de koralen en de aria's zijn wel bewaard gebleven.

Diverse componisten hebben in latere tijd een reconstructie gemaakt in de meest waarschijnlijke stijl, met gebruikmaking van de oorspronkelijke muziek van Bach, uit cantates en de andere passionen. Ook dirigent Gerrit Maas heeft er enkele jaren aan besteed om mede vanuit zijn eigen inzicht de Markus Passion op muziek te zetten. De boodschap van het

lijdensverhaal: liefde, vergeving, verdraagzaamheid spreekt ook vandaag de dag veel mensen aan, in een tijd van veel veranderingen en onzekerheid. Het werk wordt voor het eerst in de Zaanstreek uitgevoerd en wordt begeleid door het Orkest Bachcantates Utrecht en vier professionele solisten.

**Plaats:** Westzijderkerk, Westdijk 75, Zaandam

### **Kaartverkoop:**

*Zaandam:* Bruna, Damstraat 11 en Fluxus, Westzijde 148.

*Krommenie:* CD/DVD shop Erwin Vermast, Zuiderhoofdstraat 2.

*Vóór aanvang* in de kerk en *via e-mail:* info@covz.nl.

**Entreprijzen:** € 27,50;  
jongeren t/m 16 jaar, CJP en ISIC € 15,-



Meer informatie: [www.covz.nl](http://www.covz.nl)



### ZACHTE HUID VOOR HEM

Voor een man die voor Bulldog kiest, is niet alleen een goed verzorgd uiterlijk belangrijk. Voor hem tellen ook de innerlijke waarden. Deze huidverzorgingslijn is veganistisch en er worden geen dierproeven voor uitgevoerd. Alle producten van Bulldog zijn vrij van kunstmatige kleurstoffen en synthetische geurstoffen. Ze bevatten natuurlijke ingrediënten zoals aloë, camelina-olie en groene thee.

Te koop via AH en Etos v.a. € 5,99, [nl.bulldogskincare.com](http://nl.bulldogskincare.com)



### ROKJESDAG, BLOTE BENEN

De lente staat weer voor de deur, wat betekent dat de rokjes en jurkjes weer uit de kast worden gehaald. Dan komen de nieuwe scheermesjes van Wilkinson Sword goed van pas. De nieuwe Intuition f.a.b. scheert namelijk niet in één, maar in twee richtingen, waardoor je ook twee keer zo snel een gladde huid hebt.

Vanaf € 13,99,  
[www.wilkinsonsword.nl](http://www.wilkinsonsword.nl)

## LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Maak kans op een uniek en stijlvol koffietafelboek t.w.v. € 40,-

Fietsfabrikant Union lanceert het prachtige boek FRAME/WORK, in samenwerking met de Amsterdamse uitgeverij MENDO. En wij mogen 2 exemplaren weggeven. Wil jij kans maken op één van deze prachtige boeken?

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. FrameWork naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)



# Een nieuwe (gezonde)



### FRAME/WORK

Fietsfabrikant Union lanceert het unieke en stijlvolle koffietafelboek FRAME/WORK, in samenwerking met de Amsterdamse uitgeverij MENDO. Speciaal voor Union interviewde Claire van de Graaff veertien creatieve stedelingen over hun favoriete hotspots in de stad waar zij wonen en werken. Al deze inspirerende verhalen zijn nu gebundeld in een prachtig boek. De fotografie is verzorgd door Jacob van Rozelaar.

Te koop via Mendo, [www.mendo.nl](http://www.mendo.nl), € 40,-

**HET BEGIN VAN GIN**

De Distillers Academy in Schiedam is dé plek die van Gin-fans echte fijnproevers en distilleerexperts maakt. Ze bieden diverse experiences waaronder een masterclass en workshops. **Meer informatie over de workshops en de academy via [www.distillersacademy.nl](http://www.distillersacademy.nl)**

**LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#2**

**Maak kans op een SodaStream bruiswatertoestel.**

Maak van fris kraanwater zelf heerlijk bruiswater in slechts enkele seconden. Je kunt zelf de hoeveelheid bubbels bepalen (licht, medium of intens).

soda**stream**

**Like de Facebookpagina**

van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie!  
**Of stuur je gegevens o.v.v. Lezersactie Sodastream naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)**

# Lente!

**GEZONDE PIZZA**

SUGO Pizza staat bekend om haar gezonde pizza's, gebaseerd op het heerlijke streetfood uit Rome: de pizza al taglio. Deze vierkante pizza van Hugo en Herman is een luchtig, lekker en gezond alternatief voor de traditionele pizza, zonder geuren en smaakstoffen. Je kunt in een filiaal van SUGO in Rotterdam, Amsterdam en Eindhoven terecht voor de heerlijkste smaakcombinaties. [www.sugopizza.nl](http://www.sugopizza.nl)

**EEN CULINAIRE REIS NAAR JAPAN**

De kracht van pure voedingsmiddelen is voor Lima de basis. Dat geldt ook voor de Japanse keuken. Sinds het ontstaan van Lima is Japan daarom een onuitputtelijke bron van inspiratie. Om dit te ondersteunen presenteert Lima zes nieuwe, biologische, Japanse producten. Zo laat Lima je de authentieke smaak van de Japanse keuken beleven!

**Vanaf € 3,99 te koop via natuurvoedingswinkels, [www.limafood.com](http://www.limafood.com)**



Vraag Jennifer Bouwman naar de behandelingen die zij biedt in haar salon en haar lachende antwoord is: "Heb je even?". Het aanbod van Beauty & Body Clinic Zaanstad is namelijk zeer uitgebreid.

# Een heerlijke kleur zonder zon



**Snel een heerlijke teint? Denk eens aan een spray-tan! Een slim alternatief voor de zon, snel bruin & niet schadelijk voor de huid.**

In onze salon bent u van harte welkom voor een full body spray-tan. Ook kunt u er voor kiezen om alleen het gezicht & decolleté of alleen de benen te laten behandelen.

Wilt u samen met vriendinnen thuis behandeld worden? Organiseer dan eens een Spray-Tan Party!

Onze spray tanning producten bevatten aloë vera, vitamine E, retinol, palmolie en vitamine B5. Ze worden gemaakt met natuurlijke ingrediënten van de hoogste kwaliteit. **Snel van je witte armen en benen af!**

Beauty & Body Clinic | Eigenaresse: Jennifer Bouwman

Mahoniehout 10-12 Zaandam | T. 06-57700603  
[www.beauty-and-body-clinic.nl](http://www.beauty-and-body-clinic.nl)



**FULL BODY  
SPRAY-TAN  
NU VAN € 27,50  
VOOR € 22,50**





**HEERLIJK RACLETTEN!**  
MET BIJPASSENDE WIJNEN OF  
MOOIE ZWARTE THEE VAN GEELS EN CO.

## **HEERLIJKE RACLETTE KAAS**

met gepofte aardappel, droge worst soorten en cornichons.  
Ook verhuren wij raclette-apparaten bij aankoop van de  
raclettekaas om echt in de wintersport sfeer te komen.

Zuideinde 38 Koog aan de Zaan Tel. 075-6160244





# Samen **SPORTEN** in de buitenlucht



Staat het idee van sporten in een fitnessruimte je tegen? Dan is het tijd voor Bootcamp! Meld je snel aan bij Bootcamp Zaanstreek en sport voortaan heerlijk in de buitenlucht.



**ACTIEF BEWEGEN  
EN SPORTEN MET  
PLEZIER**

Nu ook  
trainingen in  
**Assendelft!**

**NU 2 maanden  
VOOR DE PRIJS VAN 1**

# Waarom een goede mondhygiëne?

Waarom is het zo belangrijk dat we ons gebit goed reinigen? In de eerste plaats voor een frisse adem en om er verzorgd uit te zien. Maar veel mensen weten niet dat het uitermate belangrijk is voor de algehele gezondheid.

Daarom is ook alleen poetsen niet genoeg en moet er dagelijks ook tussen de tanden en kiezen gereinigd worden. Naast gaatjes bestaat namelijk een veel grotere bedreiging voor het gebit en dat is tandvleesontsteking. Omdat je tandvleesontsteking niet voelt kan deze zich met rasse schreden uitbreiden richting kaakbot en er zo voor zorgen dat de tanden en kiezen los gaan staan en uiteindelijk uitvallen.

De enige manier waarop je ontdekt dat je tandvleesontsteking hebt is als het tandvlees bloedt bij poetsen of stokeren/rageren. Er is dan een teveel aan ongunstige bacteriën in de mond aanwezig welke dan niet alleen een bedreiging vormen voor het gebit zelf maar ook voor bijvoorbeeld de hartspier. Je reinigt je gebit dus niet alleen maar voor een compliment van de tandarts of mondhygiënist, maar vooral voor je algehele gezondheid.

Ik kan helpen bij het verbeteren van de mondhygiëne en elke nieuwe patiënt krijgt een op de persoon gerichte **goodiebag** mee. Mijn behandeling wordt geheel of gedeeltelijk vergoed uit de aanvullende tandartsverzekering en een verwijzing is niet nodig. **Maak vandaag nog die afspraak!**

Willy Kloosterboer is al 35 jaar mondhygiënist waarvan ze 32 jaar op de poli kaakchirurgie in het Zaans Medisch Centrum heeft gewerkt. Vanaf 2004 is zij vrij gevestigd. Zij werkt nog steeds nauw samen met de kaakchirurgen van het ziekenhuis. Nieuwe patiënten zijn van harte welkom.



Heijermansstraat 143-A  
1502 DJ Zaandam  
**075-6414653**  
[www.medi-mondzorg.nl](http://www.medi-mondzorg.nl)

## Klanten blij met krullen

Steeds vaker maken onze stylistes Marijke en Marit onze klanten blij met een Curlsys behandeling. We horen vaak van klanten met krullend haar dat het lastig is een kapper te vinden die de juiste styling weet voor krullen, bij VRIS Kappers hebben ze het gevonden!



Bij deze techniek wordt het haar in bundels verdeeld die van nature bij elkaar vallen. Door elke bundel apart en op een speciale manier te knippen krijgt het haar de ruimte om te krullen.

Inmiddels hebben Marijke en Marit meerdere trainingen gehad van de uitvinder Brian McLean. Voor elke krul weten ze de juiste techniek toe te passen. Volg de Instagram en Facebook-pagina van VRIS Kappers voor meer Curlsys kapsels.



WEIVER 4 - 1561 XD KROMMENIE - 075 640 80 90

INFO@VRISKAPPERS.NL - WWW.VRISKAPPERS.NL  
VOLG ONS OOK OP FACEBOOK EN INSTAGRAM

Op 8 maart is het Internationale **Vrouwendag**, een dag die bedoeld is om aandacht te vragen voor de positie van de vrouw in de maatschappij.

Bel op 16 maart die ene vriendin die je al een tijd niet meer hebt gesproken, of verras je BFF met een lekkere lunch: het is die zaterdag namelijk **Vriendinnendag**.

Schrik niet als je op 17 maart een beschonken **ler in een groen pak** tegen het lijf loopt: het is St. Patrick's Day.

Op 20 maart is de aarde in **balans**: dag en nacht zijn dan even lang, omdat de zon precies in lijn staat met de evenaar. Die woensdag willen we ook geen enkel chagrijnig gezicht zien, want het is de **Dag van het Geluk**. Een mooie dag om vreugde en vrolijkheid te delen met anderen.

In de nacht van zaterdag 30 maart gaat de **zomertijd** in. Ezelsbruggetje: de klok gaat in het **voorjaar vooruit**.

**Rokjesdag** is de dag waarop opvallend veel vrouwen voor het eerst dat jaar een rokje dragen met blote benen.

# Danique was een

## Het gezin Visser

Danique, enige dochter, groeide op in een gezin met twee broers Jan en Dick, kinderen van vader Theo en moeder Roos. Allemaal waren ze gek op voetbal. Op zaterdag gingen ze als gezin kijken naar de spelende broers. Later speelde Danique zelf mee met de jongens. Het leven van dit gezin draaide om voetbal. Op zondag met z'n allen bij de radio 'Langs de Lijn' luisteren en 's avonds commentaar geven op de voetbalwedstrijden bij Studio Sport. Soms gingen ze met het hele gezin naar de voetbalwedstrijd van hun cluppie. Zo ging het elk weekend voor de familie Visser, jaar na jaar.

Met weemoed keek Danique terug naar deze tijd. Zij had nu haar eigen gezin met man en drie kinderen, Thomas, Lucas en Luna. Ook in haar gezin speelde voetbal een grote rol. Ze reisden met z'n allen met de bus naar en de uitwedstrijden en aten steevast op de terugweg een broodje kroket.

## Onheilspellend nieuws

Helaas kreeg Danique van de arts te horen dat ze nog maar een paar maanden te leven had. Vier weken geleden kwam ik bij de familie om in een voorgesprek haar uitvaart door te spreken. Ze wilde dat haar cluppie een rol speelde in het afscheid. De club was het hier roerend mee eens. De condoleance mocht in het supportershome plaatsvinden en de uitvaart in de kantine. In de rouwkaart werd er gevraagd om op een A4tje herinneringen, foto's of grappige gebeurtenissen op te schrijven. Daar konden we later een mooi herinneringsboek van maken voor Gerard en de kinderen.

**In een voorgesprek luister ik naar de wensen van de mensen ten aanzien van hun uitvaart. Ik begeleid ze in het maken van hun keuze en draag mogelijkheden aan. In de komende periode zal ik schrijven over een aantal uitvaarten. De families hebben mij toestemming gegeven hun voorbeeld te gebruiken om u, de lezer een indruk te geven van wat er zoal mogelijk is. Wellicht helpen deze verhalen ook om over uw laatste reis na te denken.**



Ligthart Uitvaartzorg | Weiver 7 1561 XA Krommenie

Telefonisch bereikbaar: 06-34768926 | [www.ligthartuitvaartzorg.nl](http://www.ligthartuitvaartzorg.nl)



@mirelledraaijer



lighartuitvaartzorg



# clubvrouw in hart en nieren

## De dag van de uitvaart brak aan

Het werd een uitvaart met een lach en een traan. Passende muziek die allen raakte en mooie foto's. Danique haar ouders hadden een mooi persoonlijk verhaal over haar jeugd met als afsluiting de tune van Studio Sport en Langs de lijn. Ook andere sprekers hadden een mooi verhaal.

Vanuit de kantine werd de kist van Danique gedragen door familieleden en vrienden naar het hoofdveld, waar de spelers haar in tenue in een erehaag op stonden te wachten bij de middenstip, met de bal aan hun voeten. Daarna werd Danique naar de rouwauto gedragen. Nog even keek ik om naar het hoofdveld. Daar lagen de stilliggende ballen op het veld, wat een bijzonder en aangrijpend beeld was.

We vertrokken in besloten kring naar de begraafplaats waar we met elkaar afscheid namen van een bijzondere vrouw Danique. Alle belangstellenden aten in de kantine een broodje kroket, want dat kon natuurlijk niet ontbreken.



# *Uw gebit*

“Een moderne, nieuwe tandartspraktijk”, zo omschrijft Tessa de Vries-Harder de praktijk die zij in juli 2016 opende in Wormerveer. “Maar zeker een praktijk waar iedereen zich op zijn of haar gemak voelt.”



**NIEUWE PATIËNTEN  
ZIJN WELKOM**

# is onze zorg...



## ENTHOUSIAST EN ERVAREN

Dat iedereen welkom is, is ook precies wat Tessa met haar praktijk wil uitstralen. “Hoe ik mijn praktijk zou omschrijven? Als laagdrempelig en gemoedelijk. En tegelijkertijd voorzien van de best mogelijke apparatuur om iedereen zo goed en pijnloos mogelijk te kunnen behandelen. Ons enthousiaste en gemêleerde team bestaat uit nog twee tandartsen: Marcel Prazsky en Jeanise Tjon Kie Sin. Daarnaast hebben we nog twee mondhygiënisten: Nanda Butter en Karin Lenior en vier assistentes: Dorien, Ichelle, Linsey en Priscilla. Stuk voor stuk ervaren mensen, die precies weten wat ze doen. Dat komt de behandelingen zeker alleen maar ten goede.”



## ANGSTIGE PATIËNTEN

Ook veel patiënten met angst voor de tandarts weten toch hun weg naar Mondzorg Wandelweg te vinden. “Zowel ikzelf als mijn collega tandartsen, Marcel en Jeanise, zijn op dit vlak gespecialiseerd, net als in het behandelen van kinderen.” Maar natuurlijk zijn ook mensen zonder angsten meer dan welkom. “We behandelen iedereen die we kunnen helpen. We hebben momenteel ook nog ruimte voor nieuwe patiënten.”

## PATIËNT STAAT VOOROP

Hoewel elk begin volgens Tessa moeilijk is, loopt de praktijk inmiddels zoals ze voor ogen had bij de start in 2016. “Het is mijn eerste eigen praktijk en ik heb nog geen moment spijt gehad van deze keuze. Het verlenen van zorg aan mensen zit gewoon in mijn bloed en dat kan ik hier doen op de manier die het best bij mij past. En de manier waarbij mijn patiënten zich het prettigst voelen, want die staan bij ons voorop. Het gezond houden van hun gebitten is voor ons als team elke dag weer een uitdaging die wij vol enthousiasme aangaan, met oog voor de patiënt, diens wensen en natuurlijk voor kwaliteit.”

Wij stellen u op uw gemak en besteden veel aandacht aan goede communicatie en een ontspannen sfeer.



**Eigenaar: Tessa de Vries-Harder**

Wandelweg 3 Wormerveer | 075-2047020 | [www.mondzorgwandelweg.nl](http://www.mondzorgwandelweg.nl)

# Maak kennis met onze *extra's*

Iedereen weet wel wat een huisarts doet... voel je ziek, dan ga je daar naartoe. Maar er zijn ook huisartsen, die naast de reguliere huisartsenzorg, nog iets extra's bieden. Zo ook huisartsen-Plus-praktijk van Loenen in Zaandam.

## Wat houdt dat extra's in?

"Wij bieden een aantal extra behandelingen, zoals bovenooglidcorrecties en sterilisatie bij mannen. Het grote voordeel hiervan voor de patiënten is dat ze niet meer naar het ziekenhuis hoeven voor deze ingrepen en dus ook niet meer te maken hebben met de lange wachtlijsten die vaak gelden. Bovendien zijn de kosten bij ons een stuk lager. Als huisarts vind ik dit tegelijkertijd een mooie afwisseling met de rest van mijn werk, dus het is echt een win-winsituatie."

## Goed opgeleid

"In onze praktijk vinden we het heel belangrijk om met de tijd mee te gaan en waar mogelijk te innoveren. Vandaar ook deels deze uitbreiding in behandel-mogelijkheden. Iets waar we uiteraard goed voor opgeleid zijn - ook onze assistentes - voor we die 'extra's' zijn gaan bieden. Ik durf wel te stellen dat wij deze net zo goed uitvoeren als een plastisch chirurg,

dus ook dat is geen reden om toch voor het ziekenhuis te kiezen."

## BIJ DE HUISARTS IS HET VERTROUWD



## Laat je informeren

"Steeds meer huisartsen kiezen er heel bewust voor om naast de reguliere huisartsenzorg zelf kleine operaties uit te gaan voeren, daar zou alleen nog wel wat extra bekendheid aan gegeven mogen worden. Ook aan het feit dat, mocht jouw eigen huisarts deze extra mogelijkheden (nog) niet bieden, je bij een andere huisartsenpraktijk terecht kunt, ook al sta je daar niet als patiënt ingeschreven. Laat je dus goed informeren, want het scheelt allicht flink in de kosten."

**Benieuwd wat voor 'extra's' wij nog meer bieden?  
Neem dan een kijkje op [www.huisartsvanloenen.nl](http://www.huisartsvanloenen.nl)**



# DAGJE UIT

## IBIZA XPERIENCE FAIR 2019



Beleef een beetje Ibiza in eigen land. Laten we de zomer alvast vieren voordat die begonnen is! Bezoek de IBIZA Xperience Fair – Ibiza by Night en ervaar het echte 'happy hippie' gevoel. Je waant je een dagje op de gezellige Ibiza night market, waarbij je shopt bij volle maan. De stands zullen allemaal hun eigen verlichting voeren, zodat je alle spullen goed kunt zien. Er zijn meer dan 150 stands plus nog eens ruim 50 kramen op de gehele 1e verdieping op de bekende Mercado d'Ibiza! Er is dan ook voor ieder wat wils op onze fair. Ibiza bruist!

**Zaterdag 23 & zondag 24 maart**  
**Beursgebouw Eindhoven.**  
[www.ibizaxperience.eu](http://www.ibizaxperience.eu)

## FILMPJE KIJKEN THE MULE

Clint Eastwood speelt in *The Mule* de rol van Earl Stone, een eenzame man op leeftijd en werkzaam als bloemist. Financieel gaat het hem niet voor de wind waardoor hij zich genoodzaakt ziet de zaak dicht te doen. Wanneer hem een simpel baantje wordt aangeboden waarbij hij slechts moet rijden, neemt hij dit direct aan. Wat Earl zich niet realiseert, is dat hij nu een drugskoerier is voor een Mexicaans drugskartel. Naast Eastwood zijn in de film ook rollen weggelegd voor Michael Peña en Bradley Cooper. **THE MULE draait vanaf 7 maart in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN ESTHER VERHOEF



FAÇADE - Twee jaar na haar scheiding komt jonge moeder Iris van der Steen eindelijk aan vakantie toe. Een roadtrip dwars door snikheet Europa met oldtimer Toet en stapels cassettebandjes uit haar jeugd moet haar dichter bij zichzelf en bij haar reislustige moeder in Portugal brengen. Wanneer ze de knappe, charismatische sportinstructeur Mischa de Jong laat instappen, lijkt de reis een romantische wending te nemen. Maar Mischa is niet wie hij zegt te zijn. Façade is Verhoefs meest beklemmende thriller ooit. Je doet geen oog meer dicht.

**FAÇADE van ESTHER VERHOEF is vanaf 12 maart te koop voor € 19,99**





LEERING EN PARTNERS  
GOED VERZORGD

CURLSYS®

# BIJ ONS ZIJN JE KRULLEN IN VEILIGE HANDEN

## DE ENE KRUL IS DE ANDERE NIET

Haar met slag, sterk gekruld of kroes haar, geen enkele krul is hetzelfde. De ene krul heeft ondersteuning nodig om tot uiting te komen, de andere krul krult zo sterk in dat het getemd moet worden en lucht nodig heeft.

## CURLSYS®-KNIPTECHNIEK- RESPECT VOOR JE KRULLEN

Wil je je krullende haar op een goede, professionele manier geknipt hebben, kies dan voor een CURLSYS®-knipbehandeling. Hierbij wordt eerst gekeken wat voor krul je hebt, en wat het nodig heeft om het best tot zijn recht te komen (ondersteuning, lucht, volume etc).

Daarnaast gebruiken we gepatenteerde scharen welke speciaal ontwikkeld zijn voor het knippen van krullend haar. Dankzij intensieve trainingen en continue bijscholing zijn we inmiddels CURLSYS® Masterclass Salon. Geef je krullen wat ze verdienen: CURLSYS®



# Microneedling

In de loop der jaren produceert de huid minder collageen en elastine. De huid wordt slapper, krijgt meer rimpels en verliest volume. Om de huid weer strak en fris te krijgen vinden wij microneedling een fantastische behandeling.



Ik ben Mariëlle Bloem, eigenaresse van de Babor Beauty Spa in Wormer. Ik schrijf de komende tijd een column over beauty en trends, die in mijn vak langsvliegen en waar ik mee te maken krijg.

Microneedling is een behoedzame behandeling voor huidverjonging, en het hydrateren en herstellen van de huid. Bij een microneedling behandeling wordt gebruik gemaakt van een dermapen met zeer fijne naaldjes, deze vibreren op een hoog tempo in de huid. Daardoor worden in de bovenste huidlaag alle huidfuncties geactiveerd, de doorbloeding wordt verhoogd en de natuurlijke huidregeneratie wordt gestimuleerd. De werkstoffen kunnen precies daar in de huid worden gebracht waar ze optimale resultaten bereiken.

De resultaten van de behandelingen zijn een gladdere en frisse huid, verfijning van grove poriën, fijne lijntjes en rimpels, en verbetering van de huidstructuur.

**Behandeling € 120,-**

**Babor Beauty Spa By Mariëlle Bloem** | Eigenaresse: Mariëlle Bloem  
Dorpsstraat 40, Wormer | **075-7370270** | [www.baborbeautyspawormer.nl](http://www.baborbeautyspawormer.nl)





# Prachtig in

1. Rouge Volupté van Yves Saint Laurent, € 38,50 [www.ysl.com](http://www.ysl.com)
2. Bodymist spring is in the air van essence, € 3,59 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)
3. Nomade Eau de Toilette van CHLOË, vanaf € 53,50 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)
4. Minou Eye Palette van bobbi brown, € 36,- [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)
5. Evi Yellow van SMAAK Amsterdam, € 159,- [www.smaakamsterdam.com](http://www.smaakamsterdam.com)
6. Nailpolish tiers of joy van essie, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)



# pastel

Met al deze prachtige pasteltinten komen de lentekriebels vanzelf. Nu nog een beetje warmte en wat zon en het voorjaar kan niet meer stuk!

7. Pure XS for her Eau de Parfum van Paco Rabanne, vanaf € 59,60 [www.pacorabanne.com](http://www.pacorabanne.com)  
 8. Si Fiori Eau de Parfum van Giorgio Armani, vanaf € 72,- [www.armanibeauty.com](http://www.armanibeauty.com)  
 9. Abyssinian Oil Facial Moisture Cream van Beauty Kitchen, € 19,99 [www.hollandandbarrett.nl](http://www.hollandandbarrett.nl)  
 10. Bonding Plex Shampoo van OGX, € 10,99 [www.ogxhair.nl](http://www.ogxhair.nl)  
 11. Palette All Over Spring van Yves Saint Laurent, € 70,- [www.ysl.com](http://www.ysl.com)  
 12. GLAMGLOW® GENTLEBUBBLE™ Daily Conditioning Cleanser, € 24,90 [www.glamglow.com](http://www.glamglow.com)

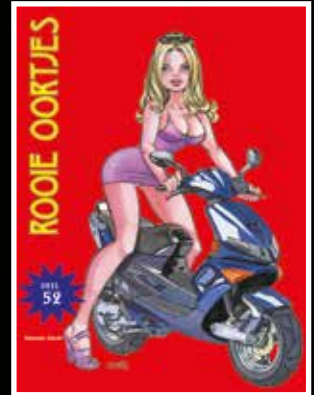
# Cadeautip voor jou

**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](http://www.rooieoortjessexshop.nl)



# uw partner?

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 partner qualitytime aan elkaar besteden?** Dan is deze Grey Box iets voor jullie.



€ 29,95

**Grey Bondage Cadeaubox**, 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...



Egaliseren | PVC | Tapijt | Laminaat | Linoleum



Wanneer u een nieuwe vloer laat leggen of de trap opnieuw laat bekleden, is het belangrijk dat de gebruikte materialen goed zijn en op de juiste manier gebruikt worden. Bij ons staat kwaliteit hoog in het vaandel en service is voor ons niet alleen vanzelfsprekend, het is in onze ogen vaak de service die het verschil maakt.



Joris Takkenberg | 06-28046444 | [www.JTstoffering.nl](http://www.JTstoffering.nl)

# OPVALLLEN?

## ADVERTEER IN BRUIST

Bel **076-7115340** of mail naar [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl)

# BRUIST

# Manicure & Pedicure



## WAT IS EEN MANICURE/ PEDICURE?

Een manicure houdt in: hand- en nagelverzorging.

Een pedicure houdt in: voet- en nagelverzorging.

Bij een manicure/pedicure behandeling worden de handen en nagels behandeld, zodat de behandeling op uw hand/nagel-conditie wordt uitgevoerd. Sommige mensen hebben droge handen, anderen weer vochtige handen of een dunne huid. Ook bij nagels zien we veel verschillen; breken bij de één de nagels makkelijk af, heeft de ander juist sterke nagels. Sommige mensen hebben last van geribbelde nagels en anderen weer van dubbele laagjes. Uiteraard kunnen wij u ook van advies voorzien, om uw huid- en nagelconditie te verbeteren. Wanneer u uw nagels wilt laten lakken, dan kunt u kiezen uit een ruim assortiment aan kleurlakken.

Een manicure is een behandeling van de handen, maar vooral de nagels. Ook degene die deze handeling beroepsmatig uitvoert, wordt een manicure genoemd. De huid wordt gekalmeerd en ontspannen door middel van warme handbaden en vochtregulerende lotions. Bij de nagels wordt de nagelriem naar achter geduwd en de nagel in een mooie vorm gevijld. De dode huidcellen van de natuurlijke nagel worden verwijderd. De nagelriem wordt bevochtigd.

## GOED VERZORGDE NAGELS

Het is belangrijk om goed verzorgde nagels te hebben.

Met gezonde en mooie nagels maakt u altijd een goede indruk en voelt u zich vrouwelijker en zelfverzekerder.

Dit alles komt uw uitstraling ten goede.



Westzijde 45A Zaandam  
**06-44810342** | [www.beautydivas.nl](http://www.beautydivas.nl)

**BRUIST**

*Geluk* kun je  
vermenigvuldigen  
door  
het te delen.



Volg ons op social media @NederlandBruist

**De Gouden Naald**



**D G N**

Kledingreparatie Stomerij Lederwaren



**Sinds  
1997**

**UW KLEDING...  
PAST U WEER**

Veel, heel veel geld hangt er in uw kast,  
namelijk als ongebruikte kleding.

Het oude wordt weer **NIUW**.

Wat vorig jaar uit was maken wij **MODERN**.

**KROMMENIEERWEG 12 - WORMERVEER**

**TEL. 075 628 10 30**

**WWW.DGNLEDER.NL**

**Joël**  
**fashion**  
exclusieve  
kindermode

eind maart bestaan wij

**30 jaar**

dat vieren wij met  
leuke acties..

voor meer info  
houd onze facebook  
& instagram in de gaten!

Zandweg 148 1531AT Wormer



joel.fashion.wormer



Joël Fashion



MESO | MYO | ZUURSTOF | GOLD INFUSION  
BIO FACE LIFTING | HAIRSTROKES / MICROBLADING  
ASIAN GREEN PEEL | LASER | INJECTABLES

Persoonlijke aandacht en advies op maat, of je huid nu verslapt en/of verouderd is, droog, overgevoelig, hypergepigmenteerd of overbehaard is. Overal is een oplossing voor. Wij volgen alle ontwikkelingen op ons vakgebied en integreren de best werkende behandelingen en producten.

Naast ontspannende facials, epilieren, waxen / harsen, werken wij doelgericht en met de beste producten en treatments voor een mooie, gezonde huid !

LOOKING BETTER IN RECORD TIME...

EVERY TIME...

T. 075 642 3332

W. SYLVIAVANKUIJK.NL  
ANTI AGING CENTER



Proef alvast een beetje lente met deze heerlijke recepten. Met lekker veel groente, gezonde vis en krachtige kippenbouillon. Zo komen we deze laatste wintermaand wel door.

# Vislasagne met *spindzie*

4 PERSONEN - 20 MIN- 45 MIN OVENTIJD

## INGREDIËNTEN

300 g (diepvries)  
kabeljauwfilets  
peper  
100 g gerookte zalmblokjes  
1 el milde olijfolie  
400 g verse spinazie  
15 g verse dille  
250 ml kookroom light  
250 g verse lasagne  
all'uovo  
150 g geraspte belegen  
geitenkaas

Verwarm de oven voor op 180 °C. Dep de kabeljauwfilets droog, bestrooi met peper en snijd in stukken van 2 cm. Meng met de zalmblokjes. Verhit de olie in een wok of hapjespan en laat de spinazie in delen in 5 minuten slinken op laag vuur. Snijd ondertussen de dille fijn. Voeg de kookroom en dille toe aan de spinazie en laat 1 minuut koken. Neem van het vuur en pureer met de staafmixer. Vul de ovenschaal met 1/3 van de spinazie-dillesaus, 1/3 van de lasagnebladen en 1/3 van de visblokjes. Maak zo nog 2 lagen. Bedek de laatste laag met geitenkaas. Bak de lasagne in de oven in circa 45 minuten gaar.



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

Doe warme melk in een bijna lege pot Nutella, je krijgt dan heerlijke warme

**CHOCOLADEMELK!**



LEG VIS ONDER  
DE GRILL *met  
citroenschijfjes ertussen;  
zo blijft de vis niet  
vastplakken en smaakt  
hij extra lekker!*

Met een lepel kun je eenvoudig de  
**SCHIL VAN  
GEMBER** eraf  
schrappen.



Als je EIEREN  
INSMEERT MET  
OLIE zijn ze een  
paar weken langer  
houdbaar in de  
koelkast!

# Kippensoep

## met kokosmelk

4 PERSONEN - 15 MINUTEN

### INGREDIËNTEN

250 g fijne mienestjes  
 1 el arachideolie  
 320 g scharrelkipfiletblokjes  
 400 g Thaise wokgroente  
 350 ml krachtbouillon kip  
 400 ml kokosmelk  
 500 ml kraanwater  
 450 g diepvries tuinerwtjes extra fijn  
 peper en zout  
 1 limoen

Kook de mie volgens de aanwijzingen op de verpakking. Verhit ondertussen de olie in een soeppan en roerbak de kip 2 minuten. Voeg de wokgroente toe en roerbak 1 minuut mee. Voeg de krachtbouillon, kokosmelk en het water toe en breng aan de kook. Laat 3 minuten koken. Voeg de laatste minuut de tuinerwten toe. Breng op smaak met peper en eventueel zout. Boen de limoen schoon en pers de helft boven de soep uit en snijd de andere helft in partjes. Verdeel de mie over de kommen, schep de soep erover en serveer met de limoenparten.



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

Houd een **AVOCADO**  
**VERS** door hem samen  
 met een stukje ui in een  
 bakje te bewaren!



*Doe een*  
**SCHIJFJE APPEL**  
*in het bakje waar je*  
*je zelfgemaakte*  
*koekjes in bewaart*  
*en ze blijven langer*  
*lekker!*



Maak  
 aardappel-  
 partjes met  
 je **APPEL-  
 SNIJDER**,  
 ideaal!



**KOOK OUDE**  
**HOUTEN**  
**POLLEPELS** in heet  
 water en leg ze dan  
 in de zon te drogen.  
 Ze zijn weer als  
 nieuw!

OPNIEUW UITGEVONDEN

# PEUGEOT 508

ULTIEME PERFECTIE



www.nieuwe508.nl

**VANAF € 38.170**

PRIVATE LEASE V.A. € 619/MND.

Let op! Geld lenen kost geld 

**Van Mossel**