

ROTTERDAM



MEI 2019 [WWW.ROTTERDAM-BRUIST.NL](http://WWW.ROTTERDAM-BRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

BRUIST



*Breda*, de Parel  
van het Zuiden

Cadeautips  
voor **Moederdag**

# Skintastics

Cosmetische Kliniek Rotterdam

Bent u op zoek naar een cosmetische kliniek in Rotterdam? Skintastics is de expert op het gebied van diverse cosmetische behandelingen, Fibroblast plasmage, LPG Endermologie, laser ontharen, huidtherapie, injectables. Bij ons staat de klant altijd centraal. Wij vinden persoonlijke aandacht dan ook zeer belangrijk.

Is het uw eerste cosmetische behandeling en/of huidtherapie? Onze cosmetische specialisten - artsen, huidtherapeuten, schoonheidsspecialisten - geven u tijdens een kennismakingsgesprek persoonlijk advies en informeren u over de diverse cosmetische behandelingen. Zij stellen u op uw gemak, beantwoorden tijdens een consult al uw vragen en adviseren welke behandeling voor u het beste is. Zo weet u precies wat u kunt verwachten!



Manager / Owner S. Yokolma-Kaymaz

SKINTASTICS  
COSMETISCHE KLINIEK

17 MEI  
18.30 tot 21.00 uur  
LPG ENDERMOLOGIE  
DEMO AVOND

**U goed voelen in uw lichaam begint met een gezonde huid!**

## Huidverstrakking, cellulitisbestrijding en afslanken!

LPG endermologie® is een 100% natuurlijke bindweefsel-massage om lichaamseigen cellen te stimuleren zonder bijwerkingen, pijn en risico's, maar wel effectief.

De gepatenteerde techniek is voor zowel lichaam als gezicht en voor zowel dames als heren. Samen met de Huidtherapeut wordt met u een passend behandelplan opgesteld om zo samen uw doel te bereiken.

### Hoe werkt het?

Endermologie kan het lichaam effectief contouren. Vetverbranding wordt plaatselijk tot wel 70% verhoogd, we kunnen de huid verstevigen door de fibroblast te reactiveren om zo meer collageen, elastine en hyaluronzuur aan te maken en cellulite wordt duidelijk gladder. Daarnaast kan de Huidtherapeut veel medische aspecten behandelen. Littekens worden intensief versoepeld en egaler qua structuur en kleur. Circulatie problemen kunnen effectief worden aangepakt, en vocht wordt afgevoerd. Endermologie®  
Indicaties lichaam: Cellulite, plaatselijke vet, verslapping, lipoedeem, lymfoedeem en littekens.

### 25% korting op alle LPG behandelingen

(niet geldig op pakketten). **LPG kan worden  
vergoed vanuit een aanvullende zorgverzekering.**



De juiste boost voor een frisser en jonger gezicht

# Voor een prachtige gloed in je gezicht!

Endermologie® werkt als fitness voor je gezicht. De bindweefsel-massage activeert de fibroblasten om zo de aanmaak van collageen, elastine (+46%) en hyaluronzuur (+80%) te stimuleren. De circulatie wordt ook zichtbaar beter waardoor de huid meer zuurstof en voedingsstoffen krijgt.

Dit resulteert in strakkere contouren zoals kaaklijn en hals, rimpels worden opgevuld, de teint en glans wordt tot wel twee maal beter, fijnere huidstructuur en de huid wordt weerbaarder. Endermologie® kan zelfs zichtbaar de onderkin reduceren door de vetverbranding plaatselijk te stimuleren en donkere kringen te vervagen door de circulatie te stimuleren.

LPG endermologie® (per zone gelaat 10 minuten, combineren mogelijk tot 40 minuten): Mondzone, donkere kringen ogen, anti-aging ogen, kaaklijn/wangen (ovaal), onderkin vet verbranden, hals verstevigen, decollete en buste.

## Actie tarieven LPG Endermologie

(na de proefbehandeling):

**20 minuten** normaal € 40,- nu € 30,-

**30 minuten** normaal € 60,- nu € 45,-

**40 minuten** normaal € 80,- nu € 60,-

## Onze specialisten



**Shannon van Beek**  
Allround Huidtherapeut

**Babak Mahdavian Delavary**  
Cosmetisch arts

**May-Lin Scheffer**  
Allround Huidtherapeut

**Nhu-Y Nguyen**  
Allround Huidtherapeut

**Angela Paalvast**  
Allround Schoonheids-specialiste, Allround Huidtherapeut i.o.

**Deborah Meulema**  
Receptioniste/gastvrouw

**Safak Yokolma-Kaymaz**  
Manager / Owner  
Skintastics

**PROEF-  
BEHANDELING**  
40 minuten +  
intake LPG specialist  
normaal € 80,-  
nu € 50,-

# OP ZOEK NAAR SFEER IN HUIS?

Uw open haard & kachelspecialist heeft alles op het gebied van sfeerverwarming en schoorsteentechniek. Kom gerust eens langs in onze ruime showroom op het industrieterrein Prinsenland in Rotterdam of kijk vast even rond op onze website voor een indruk van ons assortiment.

**NOG GEEN SFEERVERHOGENDE  
OPEN HAARD OF KACHEL VAN  
TOPKWALITEIT GEVONDEN?  
KOM DAN NAAR:**

**UW HAARDEN SPECIALIST  
IN ROTTERDAM**

---

## DE GRIFFIOEN

Anthonetta Kuijlstraat 36  
Industrieterrein Prinsenland Rotterdam  
010-4046459 | [info@griffioenrotterdam.nl](mailto:info@griffioenrotterdam.nl)

[WWW.GRIFFIOENROTTERDAM.NL](http://WWW.GRIFFIOENROTTERDAM.NL)





## KIJKJE IN ONS ASSORTIMENT

- Houtkachels
- CV Houtkachels
- Gaskachels
- Pelletkachels
- Elektrische kachels
- Sierschouwen
- Plateau's
- Tuinhaarden





**BOREK • MAX&LUUK • MINOTTI • B&B ITALIA • KETTAL**

**Het Open Huis Designcenter**

Newtonweg 18 | Gorinchem | T: 0183 218 008 | [info@next-outdoor.nl](mailto:info@next-outdoor.nl)



**NEXT**  
OUTDOOR

[next-outdoor.nl](https://next-outdoor.nl)



10



14



12

# Inhoud



20



46



23

## COLOFON

### BRUIST

**UITGEVER** Nederland Bruist B.V.

**MANAGER** Marcel Bossers

**OPERATIONEEL MANAGER** Lea Bossers

**TRAFFIC** Nederland Bruist

**VORMGEVING** Nederland Bruist - Ron Schouwenaar

**THEMA'S** Nederland Bruist - Annemiek Jansen

**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist

**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist

**EINDREDACTIE** Astrid Berkhout

**ACQUISITIE** Marcel Bossers, 06-34590975

#### CONTACT ROTTERDAM BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340

nl@nederlandbruist.nl

Like ons op Facebook.com/rotterdambruist

#### 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. Merksnaam Rotterdam 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, Ibiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsbeek, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildep-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.



## ADVERTEREN?

Mail naar  
 nl@nederlandbruist.nl  
 of bel  
 06-34590975

Mei, de maand van Dodenherdenking en Bevrijdingsdag, maar ook van Moederdag en van meizoentjes. Niet iedereen kent deze laatste term misschien nog, maar zodra je de meizoentjes (oftewel madeliefjes) her en der in het gras ziet verschijnen, weet iedereen hoe laat het is: tijd om naar buiten te gaan. De zomer komt eraan!

## *Bruisende* lezer,

En als je dan toch naar buiten gaat, waarom dan niet een uitje inplannen naar de bourgondische 'Parel van het Zuiden'? Niet voor niets kreeg Breda de titel 'Beste Binnenstad' van Nederland. Omdat wij best snappen waarom ze die titel kregen, geven we je verderop in deze nieuwste editie van Bruist wat tips voor een dagje Breda. Zo kun je zelf ervaren of jij het er ook mee eens bent.

Natuurlijk zijn dit niet de enige tips die je deze maand van ons krijgt. Zoals je inmiddels wel van ons gewend bent, tippen we je ook maar al te graag weer over een aantal bruisende ondernemers. Zo geven Staeluisebos Groenspecialisten en DVB Design je een kijkje achter de schermen en deelt ook Whoops zijn bruisende verhaal.

Nog meer tips? Zeker! Blader verder en doe inspiratie op voor een leuk cadeautje voor Moederdag. Daar scoor je ongetwijfeld punten mee bij jouw moeder!

Succes met alle tips en veel leesplezier!

**Lea en Marcel Bossers**

# De bourgondische Parel van het Zuiden

Een dagje Breda is altijd goed. De stad draagt niet voor niets de titel 'Beste Binnenstad' van Nederland. Slenter door de knusse straatjes, lunch of dineer bij fijne restaurants, bekijk de stad vanaf het water en shop in de vele boetiekjes die de stad rijk is.

# Breda



## SHOPPEN

De gezellige, bourgondische sfeer is één van de eerste dingen die je opvallen als je de Bredase wijk **HET GINNEKEN** betreedt. Het is een plek waar de winkels geen ketens maar speciaalzaken zijn, met ondernemers met passie voor hun zaak. Ook voor goede horeca kan men in het Ginneken terecht. Er is keuze genoeg uit de vele cafeetjes, bistro's en restaurants die vooral rond de Ginnekenmarkt liggen. Ook heeft dit gedeelte van Breda een rijke historie en veel bezienswaardigheden, zoals de Sint Janskerk en de historische waterpomp op 't Ginnekenmarktje.  
[www.hetginnekenbreda.nl](http://www.hetginnekenbreda.nl)

**MOEKE** is een begrip in veel steden en dat geldt ook voor Breda. Of je nu langskomt voor een kop koffie of om 's avonds aan te schuiven voor het diner, de sfeer is altijd huiselijk en warm. [www.moekeginneken.nl](http://www.moekeginneken.nl)

**RINGS & SUITS** in het Ginneken staat voor trouwringen en trouwpakken. Met 1000 paar ringen en 1500 stoffen wordt het gezellig winkelen voor je bruiloft met alles onder één dak. [www.ringsuits.nl](http://www.ringsuits.nl)

## CULTUUR

Met de **AR STADSTOUR** komen alle historische plekken in Breda weer tot leven. En dat op je eigen smartphone! De app is gratis te downloaden en brengt je langs de mooiste historische plekken in Breda, zoals de Onze Lieve Vrouwe Kerk en de kleine hofjes en straatjes rondom het Kerkplein waar je na de tour neer kunt ploffen op een zonovergoten terras. Voor meer informatie over de Augmented Reality Stadstour ga je naar de VVV. [www.vvbreda.nl](http://www.vvbreda.nl)



## DE KOEPEL

Prison Escape is een interactieve beleving met de Koepelgevangenis van Breda als speelveld. Prison Escape geeft je het gevoel dat je regelrecht in een gevangenisfilm bent gestapt. Durf jij het aan en streep jij een gevangenisontsnapping van je bucketlist? [www.prisonescape.nl](http://www.prisonescape.nl)






## FESTIVAL

**HET BREDAJAZZFESTIVAL** is het oudste en grootste jazzfestival van Nederland en Europa. Alle buitenconcerten zijn gratis toegankelijk en door de brede programmering met diverse jazz gerelateerde muziekstijlen is er voor ieder wat wils. In totaal vinden gedurende de vier festivaldagen, van 30 mei tot en met 2 juni, ongeveer 180 verschillende optredens plaats.

[www.bredajazzfestival.nl](http://www.bredajazzfestival.nl)



## ZOEK DE RUST OP

Niets fijner dan in de hectiek van de stad even de rust opzoeken.

**PARK VALKENBERG** ligt in de binnenstad van Breda, op de doorgangsroute van het Centraal Station naar het centrum van de stad. Vroeger was het park de tuin van het Kasteel van Breda.

Naast Park Valkenberg ligt **HET BEGIJNHOF**. Wie aan de Catharinastraat de poort van het Begijnhof binnenstapt, waant zich eeuwen terug in de tijd.

## BOOTJE VAREN

Bekijk Breda eens vanaf het water en maak **EEN RONDVAART** door de haven en over de singels. De schipper vertelt onderweg over de geschiedenis van de stad en de bezienswaardigheden die je passeert. Een rondvaart is mogelijk van 31 maart t/m 31 oktober. Na de boottocht tijd voor een biertje? Aan de Haven, één van de oudste straten van Breda, vind je heel veel leuke tentjes en terrasjes. Proost!

[www.bootjevarenbreda.nl](http://www.bootjevarenbreda.nl)



Ben je een dagje in Breda en is het zonnig weer? Dan is **BELCRUM BEACH** de uitgelezen plek om neer te strijken voor een lekker verkoelend drankje en dat fijne strandgevoel. Vanaf het centrum is het goed te lopen naar het stadsstrand waar bijna alles van restmateriaal gemaakt is. [www.belcrumbeach.nl](http://www.belcrumbeach.nl)



# Luxe oosterse



Ela Quality Resort staat bekend als kwalitatief één van de beste hotels van Turkije. De topservice in het vijfsterrenresort wordt erg op prijs gesteld door families en liefhebbers van wellness, yoga en sporten. De stijl van het hotel is hartverwarmend oosters en creëert een luxueuze vakantiesfeer. Voeg daarbij een geprivilegieerde ligging bij het mondaine Belek, vlak aan de Middellandse Zee en het fijne zandstrand, de ruime, weelderige tuin, de vele zwembaden, uitstekende restaurants, faciliteiten voor sport en ontspanning én alles is all-inclusive... Dan kan de vakantie toch niet meer stuk?



# hospitality

VOOR HET HELE GEZIN

**Ela Quality Resort is verkozen** tot 'Best managed children's event hotel' bij de Quality Management (QM) Awards, de belangrijkste Turkse toerisme-awards. Service en kwaliteit staan voorop in het beleid van het hotel dat zich richt op families. In de stijlvolle kamers, de villa's en de suites is aan elk detail gedacht om families met het toppunt van luxe en comfort te ontvangen, met een exclusief design en bijzondere privileges.

## Gastronomie

De kwaliteit op gastronomisch vlak is top met de beste gerechten uit de Turkse en internationale keuken. Er is een hoofd-restaurant en er zijn zeven thematische à-la-carterestaurants met internationaal bekroonde chef-koks en exclusieve concepten.

## Wellness

De AB-I ZEN SPA & WELLNESS in Ela Quality Resort is een prachtige oosterse oase van 4500 m<sup>2</sup>, ontworpen voor gasten die zich willen laten verwennen met een keuze uit een breed spectrum van maar liefst 160 massages en therapieën.

## Te beleven

Bij Ela Quality Resort kies je uit een enorme waaier aan (sport) activiteiten en kun je het een na het ander uitproberen. De uitgestrektheid van het domein waarborgt daarbij sereniteit. 's Avonds is er kwalitatief hoogwaardig entertainment met shows, live-muziek en party's in het amfitheater en de geluiddichte nachtclub.

## Kinderen

Voor kinderen en tieners is er Everland Q Kids Club, een fantastisch kinderparadijs met activiteiten voor kinderen en tieners in de leeftijd van een tot zeventien jaar, onder begeleiding van een professioneel kinder-animatie en -verzorgingsteam. Bijzonder zijn het zwembad met glijbanen, een avonturenpark, een hobbykeuken en een restaurant exclusief voor kinderen.

## Ela Quality Resort Belek

Iskele Mevkii, Belek  
Antalya, Turkije  
+90 444 1 352



ELA

QUALITY RESORT BELEK



Voor meer info en reserveringen: [www.elaresort.com](http://www.elaresort.com)

Lucardi  
—juwelier—

GRAVEREN  
7<sup>99</sup>

ZILVEREN  
KETTING  
39,<sup>99</sup> **29<sup>99</sup>**

ZILVEREN  
ARMBAND  
29,<sup>99</sup> **24<sup>99</sup>**

ZILVEREN RING  
34,<sup>99</sup> **29<sup>99</sup>**

# Speciaal voor

Kortings-  
code  
BRUIST2019

Shop jouw cadeau op [www.lucardi.nl](http://www.lucardi.nl)

en ontvang t/m 12 mei 2019 10% EXTRA KORTING  
op online bestellingen met kortingscode: bruist2019

*\*Zie de actievoorwaarden op [www.lucardi.nl](http://www.lucardi.nl) voor de uitsluitingen.*



**D** DUIFHUIZEN  
Tassen & koffers

# Moederdag

1. Emily & Noah buideltas white, € 49,95 2. Duifhuizen Tassen & Koffers, koffer, titan paradoxx white 68 cm, € 109,95  
3. DKNY Hutton handtas blush, € 248,- 4. Guess Fleur shopper M roze, € 135,- 5. Valentino Divina portemonnee L cipria, € 55,- 6. Guess Fleur portemonnee roze, € 54,95 7. Charm crossbody tas white, € 25,- 8. Ted Baker Aubrie make-up tas light pink, € 39,- 9. Ted Baker Candice toiletas L nude, € 46,-

De meeste modellen zijn ook in andere kleuren/varianten verkrijgbaar. Ga naar [www.duifhuizen.nl](http://www.duifhuizen.nl) voor meer informatie.



**Aileen Marbus**

Onze salon ligt in een fijne rustige omgeving met gratis parkeergelegenheid aan de rand van het centrum van Rotterdam.


Klantvriendelijkheid en hygiëne hebben wij hoog in het vaandel staan. Tijdens een eerste intake kijken wij graag samen met jou wat de wensen en mogelijkheden zijn zodat we tot een goed eindresultaat kunnen komen. Voor verdere

info mail of bel me!  
**Salon GGD goedgekeurd**



**Beautiful me**  
*by Aileen*

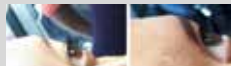
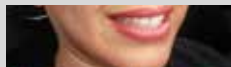
Pieter van Rijsselstraat 5  
Rotterdam | 06-34959377  
aileenmarbus@gmail.com

 beautifulmebyaileenrotterdam

[www.beautifulmebyaileen.nl](http://www.beautifulmebyaileen.nl)

## Ga je ook voor het perfect haalbare plaatje?

“Mooi gevormde wenkbrauwen tekenen je gezicht. Het is steeds weer een uitdaging om de wenkbrauwen te creëren die het beste passen bij jouw gezicht. Daarbij streef ik naar een zo natuurlijk mogelijke uitstraling. Door alles zorgvuldig uit te tekenen en uit te meten werken we toe naar het perfecte plaatje. Het is geweldig om te zien hoe blij je mensen daarmee kunt maken.”



### Swiss Color

“Met een speciale machine breng ik pigment aan in de huid om een prachtige wenkbrauw, lippen of eyeliner te realiseren. Ik werk met de pigmenten van het Zwitserse kwaliteitsmerk Swiss Color. Die zijn dierproefvrij en bevatten geen parabenen, conserveringsmiddelen of schadelijke ijzeroxide. Daardoor zijn ze voor bijna iedereen geschikt. De pigmenten zijn bovendien fotostabiel, wat wil zeggen dat ze niet verkleuren maar in de loop der tijd langzaam vervagen.”

### Advies

“In het eerste gesprek bespreken we wat precies de wensen en de mogelijkheden zijn. Zekerheidshalve gaan we altijd na of jij - gezien je medische geschiedenis - überhaupt permanente make-up kunt laten plaatsen. En uiteraard geef ik nazorginstructies mee voor een optimaal resultaat.”

### Huiselijke salon

“Mijn knusse salon is aan huis gevestigd, waardoor je je hier snel op je gemak voelt. Er is niemand die na jou zit te wachten, we hebben alle tijd.” Bij Aileen word je dus niet alleen professioneel maar ook persoonlijk geholpen!

**Dus kom langs en maak een afspraak!**



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



Wacht met het buitenzetten van vorstgevoelige planten tot na de ijsheiligen. Na 15 mei treedt er namelijk **geen nachtvorst** meer op.

Mensen die in mei worden **geboren**, zijn vaak langer dan gemiddeld vanwege het **daglicht** waar de zwangere vrouwen aan zijn blootgesteld.

In mei zie je overal **meizoentjes** (madeliefjes) in het gras verschijnen. Je kunt zowel de bloemetjes als het blad eten. **Madeliefjes in de knop** smaken nootachtig. Een geopende bloem smaakt wat bitter.

Op 17 mei wordt wereldwijd in ruim 130 landen **IDAHOT** gevierd, de Internationale dag tegen homo-, bi- en transfobie.

**Last van een dipje?** Van de **geuren** munt, sinaasappel, kaneel en eucalyptus is bekend dat ze opwekkend werken.

Doe iets waar je **heel blij** van wordt, zoals je moeder een lief berichtje sturen of een praatje maken met een gezellige en grappige collega. Je voelt je snel positiever en je krijgt weer **nieuwe energie**.



**J&B EXCLUSIEVE  
TUINMEUBELN**

# EEN 'BUITENGEWOON' LEVEN IN DE TUIN

VOOR DE MEEST  
UITGEBREIDE KEUZE  
AAN BUITENMEUBELEN  
KOMT U NAAR J&B  
IN BREDA

CREOO  
DIPHANO  
FUERADENTRO  
GLATZ  
**GLOSTER | KAY**  
HEATSAIL  
HEATSCOPE

JARDINICO  
MANUTTI  
MARZINI  
MORSO  
NET-ECHT  
OASIQ  
ROYAL BOTANIA

SOLPURI  
TODUS  
TRADITIONAL TEAK  
UMBROSA  
UNKNOWN FURNITURE  
VARASCHIN  
VINCENT SHEPPARD



J&B EXCLUSIEVE TUINMEUBELEN | ETTENSEBAAN 17A1 | 4812 XA BREDA | WWW.JENB.NL



Ik leef, beweeg en adem Rotterdam.  
De stad die mij inspireert door de dynamiek  
en diversiteit aan mensen, culturen en alle  
soorten haar.

Onze multiculturele klantenkring eist van  
ons excellentie in haarstyling. Ik ben gek op  
kleur en gek op mensen. Het kappersvak  
stroomt door mijn aderen. Met liefde,  
passie en toewijding sta ik hier en ben ik er  
voor jou om je te adviseren en de mooiste  
kapsels te creëren. **We zijn 7 dagen per  
week open. Dit is Rotterdam.**

#### **Whoops in de Stad.**

Wat we vandaag mooi vinden, kan  
morgen ECHT anders zijn. Ons team is  
constant in beweging, volgt én creëert  
veranderingen. Daarom is Whoops lid van  
Het Spectrum (een onafhankelijke kring  
van haarkleurspecialisten). Volgen wij de  
beurzen en shows in binnen- én buitenland  
en ontwerpen eigen collecties.

#### **Betlem Taravilla**

(eigenaresse Whoops)



# GENOMINEERD VOOR DE CONSUMER AWARD!

COIFFURE AWARD 2019



MAAKT KANS!

**STEM MEE SMS CA <SPATIE> 5 NAAR 4004**

**(€ 0,80 P.O.B. PLUS DE KOSTEN VAN HET GEBRUIK VAN JE MOBIELE TELEFOON)**

**OF VIA [WWW.COIFFUREAWARD.NL/STEMENWIN](http://WWW.COIFFUREAWARD.NL/STEMENWIN)**

# Hoeso 1 Europa?

## Gas hier fout, maar in Duitsland top!

Tering! CV'tje is naar de gallebiese. Kijk, ik bent foor ut milieu. Maar wat mot je nou kieser? 'n Warmtepompie dat aartwarmte gebruik, of tog nog gas? Ut mot ook nie tefeel koste. Tis eigelijk besjogge dat wij as jan boerelulle die keuse motte make. In de jare 60-tug most iedereen an ut gas. Niet for ut milieu, want dat was toen nog geen issioe. Alles wert nog so de lug ingespotte.

En nu is dat gas hartstikke fout!. Se motte nu gas kope fan die Nore en Russe, want we motte stoppe met gas omdat Grooningu in de shit sakt.

Effe 'n stukkje historie! Rotterdammert en buiteland hotemetoot Lunsie, die KVP'er met die hete aardappul in se strot, gaf met de NAM (Shell en Esso) ut gas for bijna noppes weg in ruil for goeje relasies met lande. Ekonomie-hotemetoot De Uil dag dat atoomenersjie de toekomst sou worre en ut gas dan geen moer meer sou

oplefere dus hij dag weg met die handel. De comministe fan de CPN seie "tog nasionalisere", sodat de poen niet naar olietycoons gaat, maar naar wij met se alle. De PvdA sei ja, maar De Uil nee. Foutje bedank!. Dat hep ons dus hondurt miljart gekost!

En nu roep de scheepvaart hosanna omdat se met gas feel schoner worre dan met die fiese gasolie. En in Duitsland, waar se na die ellende in Jappan, alle schoone atoomcentrales hebbe dichtgepleurt, krijgje supsidie assie aartgas neemp. Want ut is goed for ut milieu! Hoeso 1 Europa? Afijn, ik denk dat ut gas wort, want die hotemetote blijfe draaikonte, omdat se steeds compromisse motte sluite. En dan is ut afwagte uit welke hoek de wint komp. Besjoer!



**Japie Bloemhof** is de koosnaam van een "Rotterdammert", die in de gelijknamige wijk op Zuid is geboren en getogen. Hij woont er nu samen met z'n vriendin Chantal. Japie was geen studiebol, dus pakt hij alle klussen aan, of dat nou in de haven is of als koerier. Japie ziet en beleeft dus veel. En daar heeft hij een eigen, ongezoeten en vooral Rotterdamse mening over.

**Besjoer!**

# DAGJE UIT

## NATIONALE MOLENDAG



Bezoek één van de 950 molens die op Nationale Molendag hun deuren openen. Molenaars doen hun uiterste best om hun molen zo mooi mogelijk te versieren met vlaggen en bloemen. Je wordt door de molenaar rondgeleid, ontvang een uitgebreide uitleg over het type molen en mogelijk mag je de molenaar een handje helpen bij het draaien van de wieken. Voor kinderen worden vaak leuke activiteiten georganiseerd, waarmee ze op speelse manier in contact komen met het molenaarsvak. De beste en leukste manier om de molens te bezoeken is op de fiets. Haal een fietsroute bij een lokale VVV.

**Elk jaar in het tweede weekend van mei, dit jaar op 11 en 12 mei.**  
[www.molens.nl/nationalemolendag](http://www.molens.nl/nationalemolendag)

## FILMPJE KIJKEN

### DETECTIVE PIKACHU

In de eerste live-action Pokémon-film zien we Pikachu zoals we hem nog nooit gezien hebben. Het verhaal begint wanneer privé-detective Harry Goodman vermist raakt. Zijn zoon Tim gaat op zoek naar de reden van zijn verdwijning. Hij krijgt hierbij hulp van de voormalige partner van zijn vader: detective Pikachu, een schattige, hilarische, maar verwarde detective. Het enige mens-Pokémon duo dat elkaar kan verstaan, besluit samen te werken om het mysterie te ontrafelen.

**POKÉMON DETECTIVE PIKACHU draait vanaf 8 mei in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN DIANA LEEFLANG



Vlogger Diana Leeflang, beter bekend als D is for Dazzle, presenteert in OFFLINE creatieve projecten voor een middag zonder laptop en smartphone. Maar liefst 270.000 YouTube abonnees en 240.000 Instagram volgers kijken dagelijks mee in haar leven. Toch heeft de populaire Nederlandse blogger en vlogger ook wel eens behoefte aan een offline moment. Wie niet? In dit boek laat Diana zien hoe je alledaagse dingen verandert in een creatief project. Ook word je door middel van de vragen en opdrachten uitgedaagd iets nieuws te leren over jezelf. Aan de slag! **OFFLINE van DIANA LEEFLANG is vanaf 7 mei voor € 15,- te koop bij de boekhandel.**

## RENÉ VERHAGEN SCHILDERWERKEN

René Verhagen Schilderwerken is een bloeiend bedrijf dat al jaren uitsluitend samenwerkt met professionals. Voor zowel bedrijven als particulieren voeren wij schilderklussen (en meer) uit.

Bij ons staat de mens centraal. Oprechte interesse in de mensen tonen en al pratend erachter komen wat men precies wilt, leiden tot een goed eindresultaat.

### ONZE EXPERTISE

Schilderwerk: binnen- en buiten

Latex spuiten en rollen

Behangen / plafond- en vloerafwerking

Stuken

Vervangen van kozijnen

Vervangen van glas / plaatsen isolerend glas

Advies voor materiaal- en kleurgebruik

### “De klant is koning”

De service houdt niet op als het werk gedaan is. Mocht u toch nog tegen iets aanlopen waar u niet tevreden over bent, dan lossen wij dat snel en zo goed mogelijk op. De tevredenheid van de klant staat voorop!

VOOR AL UW SCHILDERWERK  
RENÉ VERHAGEN



MAASSLUIS | 010-5928139

[WWW.RENEVERHAGENSCHILDERWERKEN.NL](http://WWW.RENEVERHAGENSCHILDERWERKEN.NL)

# Gladde wand?



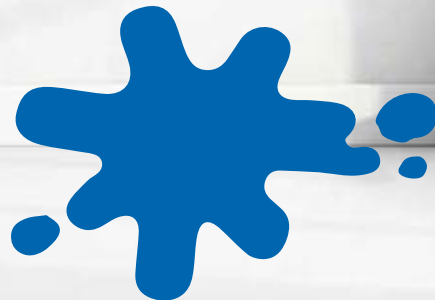
Er zijn verschillende redenen waarom u kiest voor stucwerk. In de eerste plaats geldt het als finishing touch van uw ruwe muur of plafond en zorgt een fraaie afwerking voor een mooie uitstraling van wanden en plafonds.

In de tweede plaats kunt u voor stucwerk kiezen, omdat het de thermische isolatie bevordert en het een brandvertragende en vochtwerende werking heeft.

### Verschillende soorten stucwerk

- Glad stucwerk
- Sierpleister (spachtelputz, rustiekputz of granol)
- Schuurwerk
- Spackspuitwerk
- Behangklaar stuken
- Sausklaar stuken
- Tegelklaar stuken

**Wil je weten wat René voor je kan betekenen? Vraag vrijblijvend een offerte aan via 06-41279124.**





# Werken bij IN2ACTION

Aanvragen opvullen, plannen, telefoneren, vacatures plaatsen, overleggen, administratie bijhouden, roosteren, contact houden met de uitzendkracht en natuurlijk ook met de klant. Het hoort allemaal bij mijn functie als intercedent. Wat ik het leukste vind? Het contact met mensen! Erachter komen wat iemand zijn motivatie is om te werken en de persoon achter de uitzendkracht leren kennen. Mijn werk is nooit saai, integendeel zelfs. Als mensen mij vragen hoe het op mijn werk gaat, dan heb ik altijd wel een verhaal.



Suzanne van Vliet

Zo bedankt één van de meest gemotiveerde uitzendkrachten ons met een bos bloemen, terwijl ze het geld hard kan gebruiken. Ze heeft altijd wel super veel werk, maar dat heeft ze zeer zeker aan zichzelf te danken. Zij is namelijk degene die altijd ja zegt en die haar hand nergens voor omdraait. Iedere klant vraagt haar terug, waardoor wij op een gegeven moment nee voor haar moeten zeggen. Als het aan haar ligt werkt ze namelijk minimaal 60 uur per week.

En dan hebben we DE mannen die werken in de nacht. Het is sowieso altijd fascinerend om te zien hoeveel mensen er nog aan het werk zijn in de nacht, je waant je in een heel andere wereld. De motivatie van deze mensen? Een hechte groep collega's, ze zien in hun vrije tijd meer daglicht dan wij en sommige mensen werken nou eenmaal liever 's nachts dan overdag.

## Hoe zit het dan met mijn motivatie?

Wat voor mij altijd het meest motiverend werkt is een tevreden klant en een tevreden uitzendkracht. Als de klant tevreden is over onze uitzendkrachten, dan is dat voor mij een compliment. Dat betekent namelijk dat ik een goede werving en selectie heb gedaan en ik uiteindelijk meer werk kan aanbieden. Als de uitzendkracht tevreden is, dan betekent het dat ik iemand een realistisch beeld heb gegeven van de werkzaamheden en natuurlijk dat wij super leuke klanten hebben, ha ha.

Wil jij ons team komen versterken, draai jij je hand niet om voor een beetje administratie en het allerbelangrijkste werk jij ook graag met mensen? Solliciteer dan direct met jouw cv en motivatie, want wij zijn altijd op zoek naar gemotiveerde medewerkers.

**IN2ACTION**  
UITZENDBUREAU B.V.

Goudsesingel 22, Rotterdam  
010-2298221  
info@in2actionuitzendbureau.nl



Ben jij op zoek naar  
schoonmaakwerk?

Bel of kom langs om  
een afspraak  
te maken





# Voor de liefste



1. Scandal à Paris Eau de Toilette van Jean Paul Gaultier, vanaf € 52,- [www.jeanpaulgaultier.com](http://www.jeanpaulgaultier.com)
2. Sensuous Hair Mist van de Suede Orris Collectie van Molton Brown, € 60,- [www.moltonbrown.com](http://www.moltonbrown.com)
3. Bloom of Rose Eau de Toilette van Guerlain, vanaf € 64,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
4. my glow passion blush van essence, € 2,89 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)
5. Dove Shower Mousse Acai Oil, € 6,99 [www.dove.com](http://www.dove.com)
6. Aladdin Lipstick Whole New World van MAC Cosmetics, [www.maccosmetics.nl](http://www.maccosmetics.nl)



*moeder*

De allerliefste vrouw is natuurlijk je moeder en die verwen je op Moederdag met een heerlijk ontbijt op bed en uiteraard ook met een leuk cadeau. En omdat iedere vrouw nu eenmaal ges is op beauty, zit je met deze gifts altijd goed!

7. Blooming Radiance sheet mask van Love Beauty and Planet, € 3,99 [www.lovebeautyandplanet.com](http://www.lovebeautyandplanet.com)  
 8. Good Girl van Carolina Herrera, vanaf € 62,30 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)  
 9. La Vie est Belle en Rose van Lancôme, vanaf € 84,- [www.lancome.nl](http://www.lancome.nl)  
 10. Délice de Poudre Bronzing Powder van Bourjois, € 16,99 [www.bourjois.com](http://www.bourjois.com)  
 11. Chloé les Mini, per stuk € 35,- [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)  
 12. Royal Palette Queen Tarzi, € 44,99 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)



## DVB DESIGN, INTERIEURBOUW & MEUBELMAKERIJ

Welkom bij DVB Design, een **meubelmakerij** waar op een persoonlijke en professionele manier ontwerpen worden gerealiseerd tot een op maat gemaakt meubel. Wij helpen u graag bij elke interieurwens en realiseren samen met u de keuken, het dressoir, de inloop kast of de tuinbank waar u naar op zoek bent. Eiken meubelen vormen onze specialiteit. Van een robuuste massief **eiken tafel** tot een eiken keuken, al het eiken wordt van boomstam tot eindproduct handmatig geselecteerd en verwerkt tot unieke meubels.

Dankzij scholing van ambachtelijke meester meubelmakers en jarenlange ervaring zijn wij zeer bedreven in **interieurbouw**. Het vervaardigen van interieuroplossingen, en meubels waarbij kwaliteit en design voorop staan. Doordat wij geen concessies doen aan het gebruik van authentieke materialen, zijn wij in staat om hoge kwaliteit te combineren met uniek design waarbij vooral aan uw wensen wordt gedacht. Mocht u vragen hebben of benieuwd zijn naar wat wij voor u kunnen betekenen, neem dan vrijblijvend contact op of bel ons voor een afspraak.

**Wij staan u graag bij van ontwerp tot eindresultaat!**



# DVB DESIGN

**KIJK OP DE WEBSITE  
voor een origineel en  
eerlijk product!**

-  
**Kijk wat we voor u  
kunnen betekenen!**



A photograph of a dining area featuring a light-colored wooden table and three green upholstered chairs with black legs. Two glass terrariums with green plants and pebbles sit on the table. In the background, there is a wooden wall and a white door with a black handle. The floor is made of light-colored tiles.

**MEUBEL ONTWERPEN**

**INTERIEUR ONTWERPEN**

**KEUKEN ONTWERPEN**

**SPECIAAL VOOR U ONTWERPEN EN GEMAAKT**

# Vlooiën & teken

*hoe kom je er vanaf?*

Voorkom vlooiën in huis en teken bij je huisdieren. **Behandel uw hond of kat op tijd.**



**MILAN'S DIERVOEDING**

Peppelweg 17-19a, Rotterdam | 010-4185603  
milansdiervoeding@gmail.com | [www.milansdiervoeding.com](http://www.milansdiervoeding.com)

## *Jouw speciaalzaak voor brei-, haak- en borduurbenodigheden.*

*Cursussen en workshops.*



**3 mei** Borduren op T-shirts

**11 mei** Ajour breien

**18 mei** Open borduurwerk

**22 juni** Haken voor beginners

Meer info op onze site.

*Het Garenrijk*

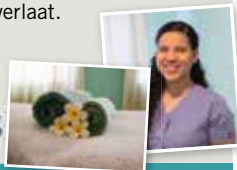
Jonker Fransstraat 101A, Rotterdam | 010-4136697  
info@hetgarenrijk.nl | [www.hetgarenrijk.nl](http://www.hetgarenrijk.nl)

## Genieten van een wilverdiende massage?

**MOEDERDAGTIP!**

Door haar fysiotherapeutische kennis en kennis over verschillende massage methodes spitst zij de massage toe op jouw klachten en zorgt zij ervoor dat je weer klachtenvrij de massagestudio verlaat.

  
**MENDING HANDS**



Mending Hands | Kortenaerstraat 24A, Rotterdam  
danie@mendinghands.nl | 06-24973320 | [www.mendinghands.nl](http://www.mendinghands.nl)

## OPVALLEN? ADVERTEER IN BRUIST

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

**BRUIST**

Bergse Dorpsstraat 53A  
3054 GB Rotterdam  
www.Nowthemoodstore.nl

*Wil je graag op de hoogte blijven?*

Volg ons op:



@Nowthemoodstore



Fashion, Living and Giving



@Nowthemoodstore

*Geen tijd om langs te komen?*

☎ 010418 4233

Bestellen via 

of

Miinto.nl/shops/

b-1452-now-the-moodstore



# Het mooiste eiland van *Santorini*

Het Griekse Santorini behoort tot de eilandengroep der Cycladen in de Egeïsche Zee. Het bestaat feitelijk uit zes eilanden (Thira, Thirassia, Aspronisi, Paléa Kaméni, Néa Kaméni en Christiani) die zijn ontstaan tijdens de uitbarstingen van de vulkaan, circa 3.500 jaar geleden, in het midden van het eiland.



Santorini spreekt tot de verbeelding, met de blauwe daken, de witgekalkte huizen en de prachtige zee eromheen. Vooral het landschap aan de westkant van het eiland is erg imposant met de enorme, uit zee oprijzende, steile klippen waarvan de toppen worden gesierd door helderwitte huisjes. Terrasjes met tavernes, bars, winkeltjes en kerkjes geven Santorini een eigen sfeer en stijl. Door vulkaanuitbarstingen in het verleden bestaan de meeste stranden van het eiland uit zwart lavazand. Verder zijn er kiezelstranden, witte stranden en zelfs rode stranden met opvallende rode rotsen.

**DE AUTO IS DE ENIGE MANIER** om het eiland met de bergen en heuvels te verkennen. Te voet of met de fiets is geen optie. Ook het openbaar vervoer is matig geregeld. Met de auto kun je de allermooiste plekjes bereiken, zoals Red Beach (het rode strand) bij Akrotiri, Perivolos Beach of het prachtige oude stadje Megalochori.

**NIET TE MISSEN PLEKJES** zijn het schilderachtige Pyrgos en Akrotiri, waar je Nikolas Cave zeker een bezoekje



# de Cycladen

BRUIST/REIZEN



moet brengen voor hun wereldberoemde tomatenballetjes. Rijd je langs de westkust naar het noorden, bezoek dan ook zeker de 17de eeuwse stad Megalochori en Santo Wines, de grootste wijnproducent van het eiland, voor een heerlijk glas lokale wijn. De gastvrijheid van de lokale bevolking en de heerlijke keuken van de Middellandse Zee maken Santorini tot een paradijsje. In de keuken wordt veel knoflook gebruikt, de tzatziki is heerlijk en de wijnen van Santorini van de typerende Assyrtiko druif zijn superlekker.

## **SANTORINI STAAT BEKEND OM ZIJN MOOIE ZONSONDERGANGEN.**

De bekendste is bij Oia, maar daar kan het erg druk zijn. Rijd daarom eens naar de vuurtoren van Akrotiri. Van hieruit heb je een spectaculair zicht op de zonsondergang en op de vulkaan. Je kan ook naar Skaros Rock klimmen, waar het uitzicht op Fira en Imerovigli prachtig is.

## **ISLAND HOPPEN**

Je kan een week (of langer) verblijven op Santorini, maar je kunt ook gaan 'island hoppen'. Dan combineer je meerdere Cycladen eilanden tijdens één reis.

.....  
SANTORINI  
SPREEKT  
TOT DE  
VERBEELDING



**MEYER**  
TROUSERS FOR A PERFECT FIT

Wij zijn graag  
uw dealer:

**Meyer  
Cardin**

**Tenson**

**Casa Moda**

**Calabria**

**Meantime**

**Fellows**

**Ledûb**

**Schiesser**

**Alan Red**

**Falke**

**Burlington**

**e.a.**

HERENMODE

**PIET LAP**

# De ideale kast op maat?

Als standaard niet aan uw wensen voldoet!

perfectie  
tot in detail

wij maken alles  
100% op maat

Kasten

Plafonds

Vloeren

**degraaf**  
Kasten Plafonds Vloeren

Als familiebedrijf meer dan 40 jaar actief. Een eigentijdse showroom met een uitgebreid assortiment: kasten op maat, plafonds, wanden en vloeren. Wij bieden passende maatwerkoplossingen voor uw interieur. Ervaar de grenzeloze mogelijkheden in onze showroom. U bent van harte welkom!

Gerard Burgerlaan 7, Vlaardingen | Woonboulevard Hoogstad | [www.degraafbv.nl](http://www.degraafbv.nl)

Nú met  
Sportpakket t.w.v.  
**€ 5.000,-**



## CLA Sport Edition Limited

Een uitdagend uiterlijk dat is wat de CLA Sport Edition Limited kenmerkt. De Sport Edition Limited Coupé is al leverbaar vanaf **36.995,-** en de CLA Shooting Brake Sport Edition Limited vanaf **37.495,-** beide met een **voordeel** van ruim **5.000,-**. Het sportpakket bestaat onder anderen uit AMG line met lederen stuurwiel, 18" vijf-dubbelspaaks AMG-velgen, LED-koplampen, zitcomfortpakket, achteruitrijcamera, actieve parkeer-assistentie en meer. Vraag nú een proefrit aan met deze droomauto op onderstaand web-adres.



**Van Mossel** Mercedes-Benz is gevestigd in Rotterdam en Gouda: [www.mb.vanmossel.nl](http://www.mb.vanmossel.nl)

Wij kunnen niet blijven wachten op de perfecte tijd.

# Nu is de Tijd!

Net zoals de regens en de winden wordt ieder huis, bedrijf, en ook het gezin getest, zo zijn wij als Victory Outreach Rotterdam ook getest deze eerste 24 jaar. Wij bouwden dit huis, door stormen van vijandigheden en overstromingen van onrechtvaardigheid heen. To God be the Glory!

Jesus vertelt in Mattheus 7:24-27 een verhaal over twee personen: *“Wie naar mij luistert en doet wat Ik zeg, is verstandig. Hij lijkt op een man die zijn huis op een rots bouwt. Het kan er regenen, er kan een overstroming komen en het kan stormen. Maar het huis blijft staan, want het heeft een goede fundering. Maar wie hoort wat Ik zeg en zich er niets van aantrekt is dom. Hij lijkt op een man die zijn huis op zand bouwt. Als dat huis te lijden krijgt van regen, overstroming en storm, stort het met donderend lawaai in.”*

En God is getrouw geweest... Dankzij Hem staan wij. Op Jezus Christus, ons vaste fundament. Dankzij Hem hebben wij de stormen tegen onze persoonlijke levens kunnen doorstaan. Het is ons gezamenlijk verhaal! Wij hebben redenen om stil te staan, redenen om God groot te maken en feest te vieren. Wij zijn dankbaar dat God met ons is. En dit is slechts het begin. Het beste moet nog komen. Wij zijn gericht op de toekomst. ‘We are moving forward.’ Wij nodigen u van harte uit om samen met ons voorwaarts te gaan!

Als u wacht op een wonder; geloof dat nu de tijd is. Als u vast zit aan slechte gewoonten en er vanaf wilt; stop met het maken van excuses. Als u graag meer tijd wilt doorbrengen met uw gezin; begin dan vandaag. Belangrijk: Dat de invloed van negatieve mensen jouw vooruitgang kan tegenhouden. Zijn er negatieve invloeden in ons leven op dit moment? En wat kun je doen om hiervan los te komen?

*Jerry Mendeszoon*

Senior Pastor



Wij hebben vier dochters, allemaal geboren Rotterdamers. Wij zijn in 1995 naar Rotterdam verhuisd.

Wij zijn hierheen gekomen omdat wij de toestand van de verslaafden op het toenmalige Perron Nul zagen. Wij voelden de roepstem van God om iets te doen, om een verschil uit te maken. Zo is de Victory Outreach kerk in Rotterdam begonnen. Het is geen gemakkelijke weg geweest, maar ik kan mij heel goed vinden in het wapen van Rotterdam: Want je wordt slechts sterker door strijd.

*Jerry & Xannelou Mendeszoon*



**VICTORY  
OUTREACH**  
ROTTERDAM

Mijnsherenplein 9, Rotterdam

010 - 4665905

info@vorotterdam.nl

www.vorotterdam.nl



# Dierencrematorium Majesta Rotterdam



010 – 202 18 65



## Verzorgt met liefde de crematie van uw overleden huisdier

Uw huisdier maakt deel uit van uw leven en uw gezin. Maar u weet dat het moment zal komen dat u afscheid moet nemen van uw kameraadje. Steeds vaker kiezen mensen ervoor hun geliefde huisdier na overlijden te laten cremeren. Een respectvol afscheid doet recht aan de liefde voor uw huisdier en de emoties die het verlies met zich meebrengt.

### Meer weten?

Op onze website kunt u alles lezen over de mogelijkheden die Dierencrematorium Majesta Rotterdam u kan bieden. Ook vindt u er veel nuttige informatie die voor u, als eigenaar van een huisdier, van belang kan zijn. Want als het moment daar is, dat u afscheid moet nemen, dan is het prettig dat u een weloverwogen besluit kunt nemen. Zo krijgt u achteraf geen spijt. Uiteraard zijn onze medewerkers altijd bereid om, geheel vrijblijvend, uw vragen te beantwoorden.

Satijnbloem 31, 3068 JP Rotterdam

010 – 202 18 65

[info@dierencrematorium-rotterdam.nl](mailto:info@dierencrematorium-rotterdam.nl)

[www.dierencrematorium-rotterdam.nl](http://www.dierencrematorium-rotterdam.nl)



Onderdeel van  Majesta Uitvaartzorg voor dieren

# Slaap jij ook slecht?

's Avonds moeilijk in slaap komen, midden in de nacht wakker worden en vervolgens uren wakker liggen? Dat je niet de enige bent, is slechts een schrale troost. Bruist geeft een paar handige slaaptips.



**DRINK NIET TE VEEL ALCOHOL** Huh? Maar als ik alcohol gedronken heb, val ik juist zo lekker in slaap. Klopt. Maar de slaap die je krijgt na een aantal wijntjes is een stuk minder goed. Dit komt doordat alcohol uitdrogend werkt.

**ZORG VOOR ROUTINE.** Naar bed gaan en opstaan op hetzelfde tijdstip helpt écht. Dit zorgt voor een stabiele, natuurlijke slaapcyclus die het lichaam nodig heeft om goed uit te rusten.

**HET IS BELANGRIJK DAT JE RUST** in je hoofd hebt voordat je gaat slapen. Heb je duizend dingen die je nog wilt doen en kun je daar in bed alleen maar aan denken? Schrijf ze op, zodat ze niet meer in je hoofd zitten.

**OVERDAG REGELMATIG BEWEGEN** zorgt ervoor dat je 's avonds heerlijk kunt slapen. Maar 's avonds sporten is niet slim als je moeite hebt met slapen. Doe het dan rustig aan of maak een fijne, ontspannende wandeling.

**BLAUW LICHT VAN TELEFOON** of televisie laat op de avond zorgt ervoor dat je niet goed slaapt. Kun je je telefoon echt niet weerstaan? Houd hem dan tenminste 35 centimeter van je ogen en zet je scherm op nachtmodus.

“Bij **Luxexcellent** kom  
je helemaal tot **rust**”

# *Optimaal relaxen*




Luxexcellent heeft haar deuren geopend in de Hoolstraat te Nuland. Een luxe privésauna waar je in alle privacy, met maximaal 4 personen, kunt genieten van elkaars gezelschap en alle beschikbare faciliteiten.

## **TIP**

Een verblijf bij Luxexcellent is erg origineel als verrassing voor je partner bij een speciale gelegenheid.







Tijdens je verblijf (vanaf 2 uur) kun je gebruikmaken van een saunacabine (80°C), een bubbelbad in de buitenlucht onder de sterrenhemel, douches, een relaxruimte met open haard en tv, een ruime tuin en een bed om te ontspannen. Ideaal voor stellen die op zoek zijn naar wat romantiek of vrienden en vriendinnen die een keer echt de tijd voor elkaar willen nemen.

# *in luxe privésauna*



## **Arrangement op maat**

Je kunt je nog eens extra in de watten laten leggen door een massage bij te boeken of een heerlijke maaltijd bij te bestellen. Als je wilt, kun je bovendien samen lekker blijven overnachten in de slaapkamer op de eerste verdieping van het privé-saunacomplex. Om vervolgens in de ochtend wakker te worden van de geur van vers gezette koffie en warme broodjes.

## **Heb je speciale wensen?**

Bij Luxexcellent denken we actief met je mee om er een onvergetelijke Wellness-ervaring van te maken!



Hoolstraat 7 Nuland  
06-36272536  
info@luxexcellent.nl  
www.luxexcellent.nl

**21 JULI**

VANAF 14.00 UUR

**BRADERIE MUZIEKFEEST OP HET PLEIN**

DJ GOLIATH, WIM DALMEE, SANDER KWARTEN & WENDY RIVERS

**3 AUGUSTUS**

VANAF 20.00 UUR

**LINBERG XL PARTY**

MET OPTREDENS VAN WILLEM BARTH, WESLEY BRONKHORST,  
BOUKE, QUIDO & BRAIN VOET

KAARTEN VERKRIJGBAAR BIJ DE RECEPTIE





# Er valt zoveel te beleven!

Het hele jaar door, voor een kort of lang sfeervol verblijf.

**Gastvrij, uitdagend, groen en bourgondisch,  
voor jong en oud lekker genieten.**



**Wonderland**  
Gastvrij  
Bourgondisch ontmoeten in het Hart van Brabant



**Kids  
Wonderland**

RECREATIECENTRUM  
**LINBERG  
PARK**

Molenschotsebaan 21 en Heideweg 6, 5124 NG Molenschot in het Hart van Brabant  
[www.gasterijwonderland.nl](http://www.gasterijwonderland.nl) - [www.kidswonderland.nl](http://www.kidswonderland.nl) - [www.linbergpark.nl](http://www.linbergpark.nl)

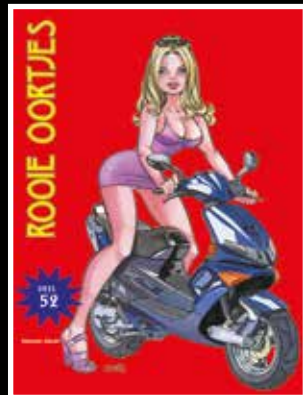
# Vier samen een ni

**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)

# euwe lente

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 aan een opwindend bondage avontuur...



## Een droomtuin is een cadeautje...

Mijn naam is Robert-Jan Uitterdijk, ik ben al meer dan 35 jaar tuinontwerper van het Staelduinsebos.

**Het oriëntatiegesprek is het uitgangspunt voor een bepaald gevoel. Dit gevoel bepaalt, denk ik, heel goed de aard van het cadeau.**

**We verdiepen ons in de wensen en natuurlijk is de situatie van de opdrachtgever zeer belangrijk!**

De uitvoering wordt gerealiseerd door ervaren vakmensen met verstand van materialen en beplanting. Pas dan wordt uw tuin een echte droomtuin! Uiteraard kunt u ook rekenen op onze vakbekwame hoveniers voor het onderhouden van uw tuin of groenvoorziening.

Buiten onze traditionele werkzaamheden zijn wij ook gespecialiseerd in het maken van houten overkappingen en vlonders. Het maatwerk zorgt er voor dat er voor elke tuin een buitenverblijf mogelijk is.



Taanderijstraat 25a, Vlaardingen  
010-2486991 | [info@staelduinsebos.nl](mailto:info@staelduinsebos.nl)

[www.staelduinsebos.nl](http://www.staelduinsebos.nl)





**Wil je ook een  
droomtuin?**  
Maak dan een  
afspraak  
010-2486991

# Door verstopping of wateroverlast in de knel?



TOS Ontstoppings Service BV  
uw adres voor:

- Ontstoppingscontracten
- Onderhoudscontracten
- Preventief onderhoud  
(riool/dakgoten)
- Inspecties en reparaties
- Ad-hoc- en/of regioopdrachten



ONTSTOPPINGS SERVICE BV

Baarsweg 124,  
3192 VR Hoogvliet  
T 010-4383599

[www.tostotaal.nl](http://www.tostotaal.nl)

Voor woningbouwverenigen  
overheid - bedrijven - partners  
VvE's en particulieren

Lid van

UNETO VNI

