

ROTTERDAM



JUNI 2019 WWW.ROTTERDAM-BRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Nijmegen

Gezellige
historische stad

Cadeautips
voor **Vaderdag**



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 kennismakings-gesprek 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

ONZE BEHANDELINGEN

- LPG Endermologie
- Laser ontharen
- Huidtherapie
- Vaatlasertherapie
- Elektrische epilatie
- Microneedling
- Microdermabrasie
- Acnetherapie
- Littekentherapie
- Led Therapie
- (TCA) Peelings
- **Mesotherapie:**
 - RRS® HA Eyes
 - XL Hair®
 - Skinboosters

GECERTIFICEERD SALON



Wij werken met een U225 Mesogun

Huidverbetering waar je mooier van wordt

Voor verbetering van je huid zul je misschien niet zo snel aan een cosmetisch arts of soortgelijke specialist denken. Eerder aan een goede crème, peeling of een afspraak met de schoonheidsspecialiste. Toch biedt Skintastics hier uitkomst!

Uiteraard is het prettig als je huid jong, soepel en probleemloos is maar als je huid het zwaarder te verduren heeft, gevoeliger is en er storende pigmentvlekken, een valse huid, grote poriën of fijne lijntjes zichtbaar zijn, dan wil je ook een aanpak die daarbij past en werkt. Wij kunnen je daar bij helpen!



Een skinbooster doet meer dan een crème

Is je huid droog of vaal, zie je fijne lijntjes of de eerste tekenen van volumeverlies in je huid? En heb je het gevoel dat je crèmes en maskertjes niet helemaal doen wat je wilt dat ze doen? Dan is een skinbooster iets voor jou!



Moe van je eigen vermoeide blik? Heb je wallen of donkere kringen onder je ogen? Krijg je vaak bezorgde blikken en de vraag of je moe bent of slecht geslapen hebt? Word je moe van je eigen vermoeide blik? RRS HA Eyes biedt hier een oplossing voor!



Steeds meer hoofdhuid tussen de haren te zien?

Haarverlies, dunner wordend haar; het overkomt mannen en vrouwen, maar bij mannen is het 'gewoner'. Veel vrouwen hebben er ook mee te maken en er vaak meer moeite mee dan mannen. Herkenbaar? Probeer dan eens een behandeling met XL Hair.

PAKKETPRIJZEN:

- 4 sessies RRS HA Eyes + serum € 470,-
- 4 sessies Skinboosters + skintech creme € 670,-
- 6 sessies XL Hair + pre shampoo & hair enegizer spray € 890,-

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

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

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



NEXT
OUTDOOR

next-outdoor.nl

10



voor
vader



14

46



Inhoud

20



34



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

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, IJbiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsenbeek, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schilde-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

ADVERTEREN?

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

Je merkt het aan alles: de zomer staat weer voor de deur. De zon schijnt meer en meer, de terrassen zitten voller en voller en, ligt het aan ons of worden ook de mensen zelf steeds vrolijker? Hier bij Bruist is dat in ieder geval wel zo!

Bruisende lezer,

En wat doe je in de zomer? Lekker naar buiten gaan! Optimaal genieten van alle mooie dagen. De ene keer heerlijk aan het water, de andere keer heb je misschien wel meer zin in een dagje stad. Waarom dan niet een keer naar Nijmegen? Een schitterende stad waar we je in dit magazine dan ook graag wat meer over vertellen. En het mooie is, deze stad ligt aan de Waal met z'n vele Waalstrandjes. Hier hoeft je dus eigenlijk niet te kiezen tussen een dagje stad en een dagje aan het water, want Nijmegen biedt het beste van beide.

Mooie tips voor een dagje uit dus in deze nieuwste uitgave van Bruist, maar zeker ook tips voor het vinden van het leukste cadeautje voor Vaderdag. Want ook die dag staat weer op de agenda; om precies te zijn op 16 juni.

Nog meer? Yes! Ook deze maand bieden we je weer meer dan genoeg te lezen en vertellen bijzondere ondernemers als Whoops en J&B Exclusieve Tuinmeubelen je over hun bedrijf. En de rest? Ontdek het vooral zelf...

Geniet van de zon en van Bruist!

Lea en Marcel Bossers

Eén van de oudste steden van

Nijm

In deze schitterende historische stad weten ze prima wat gezelligheid inhoudt! Of je nu voor cultuur, natuur, winkels of een hapje en drankje gaat, Nijmegen heeft voor ieder wat wils. Wandel vanuit de stad zo de natuur in of plof na een dagje shoppen neer op een van de vele terrassen. www.visitnijmegen.com



HARTING OPTIEK is een gezellige winkel in de Hertogstraat. Of je nu voor een (zonne)bril, lenzen, oogzorg of iets anders komt: Harting Oogmode & Oogzorg geeft altijd advies op maat. www.hartingnijmegen.nl

Al meer dan 70 jaar lang is **TIJSEN MODE** dé herenmodezaak in het centrum van Nijmegen. Hier vind je een ruime selectie kleding voor verschillende stijlen en gelegenheden. Ook online dé herenmode specialist. www.tijssenmode.nl

SHOPPEN

In het oude stadscentrum kun je al slenterend de historische pareltjes spotten, maar je kunt er ook uitstekend shoppen in de **LANGE HEZELSTRAAT**, de oudste winkelstraat van Nederland. Naast de grote ketens vind je hier vooral exclusieve boetiekjes en leuke speciaalzaken.

www.hezelstraatnijmegen.nl

In **DE MARIKENSTRAAT**, de leukste winkelstraat gelegen in het hart van Nijmegen, is het zeer diverse aanbod van winkels verdeeld over maar liefst twee niveaus. Er worden ook regelmatig bijzondere activiteiten georganiseerd. Kortom: genoeg te beleven in de Marikenstraat! www.marikenstraat.nl



CULTUUR

In **MUSEUM HET VALKHOF** duik je in het Romeinse verleden van Nijmegen, maar bekijk je ook moderne kunst. Het gloednieuwe museum **DE BASTEI** leert je alles over natuur en cultuur. En in het **MUZIEUM** ervaar je hoe het leven is als je blind of slechtziend bent. En zo kunnen we nog wel meer musea noemen! Daarnaast zijn er verschillende galeries en exposities te bezoeken. www.visitnijmegen.com/overzicht/museum

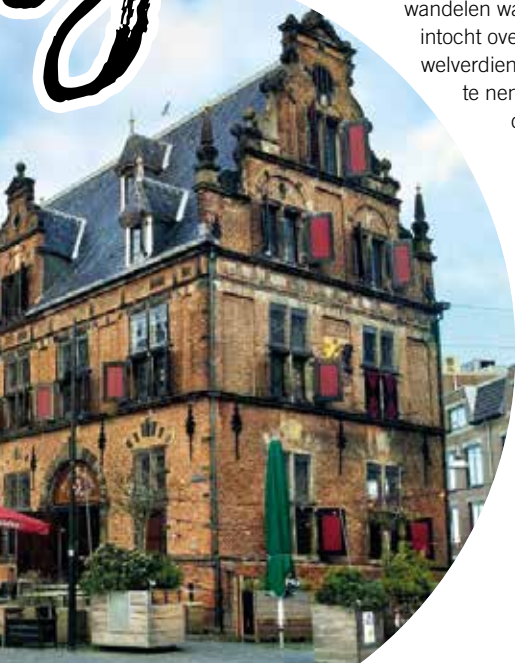


BEREIKBAARHEID

Nijmegen is goed bereikbaar met het openbaar vervoer, dankzij de vele trein- en busverbindingen. Voor zowel auto's als fietsen beschikt het centrum over voldoende parkeerplaatsen en (gratis) stallingmogelijkheden. Fietsers zitten sowieso goed in de 'fietsstad van 2016', met al haar snelfietspaden. Ook kun je een handige leenfiets pakken.

Nederland

egen



NIJMEGEN/BRUIST

VIERDAAGSE

Vanuit heel de wereld komen jaarlijks tienduizenden wandelaars naar Nijmegen om vier dagen te wandelen in de Waalstad en haar prachtige, bosrijke omgeving. Na vier dagen wandelen wacht de wandelaar een glorieuze intocht over de Via Gladiola om daarna het welverdiende Vierdaagsekruis in ontvangst te nemen. De 103de Vierdaagse vindt dit jaar plaats van 16 t/m 19 juli.

www.4daagse.nl



WAAI UIT LANGS DE WAAL

Wandel vanuit de historische binnenstad richting de Waal om uit te waaien aan de waterkant of neer te ploffen op een van de terrassen. Vanaf **DE WAALKADE** wandel je zo het hooggelegen **VALKHOF PARK** in. Vanuit dit historische stadspark heb je een schitterend uitzicht over de iconische Waalbrug. Ook kun je er een kijkje nemen in de Valkhofkapel, het oudste stenen gebouw van Nederland (1030). Een ander mooi park in Nijmegen is het door Frank Boeijen bezongen **KRONENBURGER PARK** waar nog een gedeelte van de oude stadsmuur staat met de 30 meter hoge Kronenburgerstoren uit 1425.

INSPIREREND TREFPUNT

Wie de laatgotische Stevenskerk in het historische centrum van Nijmegen binnenstapt, raakt direct onder de indruk van het indrukwekkende lijnenspel in de architectuur en de bijzondere lichtval door de glas-inloodvensters. **DE STEVENSKERK** is ook een bijzondere locatie voor een congres, evenement, bijeenkomst of diner. De grote kerk is zowel geschikt voor grootschalige als intiemere ontvangsten. www.stevenskerk.nl



Met 36 uitgaven is Nederland Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland, België, op Ibiza en in Marbella. Naast de glossy uit jouw regio, brengen we ook een stadsmagazine uit in Nijmegen. **DUS OOK HET MOOIE NIJMEGEN BRUIST!**





**J&B EXCLUSIEVE
TUINMEUBELN**



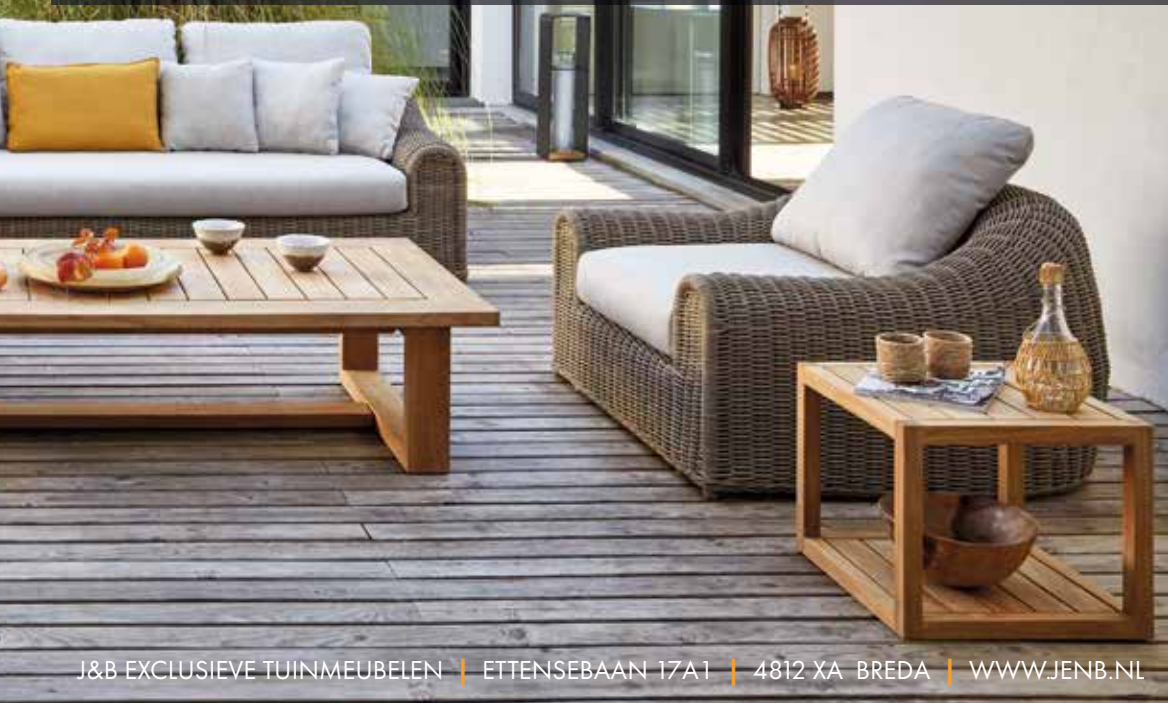
EEN 'BUITENGEWOON' LEVEN IN DE TUIN

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

CREOO
DIPHANO
FUERADENTRO
GLATZ
GLOSTER
HEATSAIL
HEATSCOPE

JARDINICO
MANUTTI
MARZINI
MORSO
NET-ECHT
OASIQ
ROYAL BOTANIA

SOLPURI
TODUS
TRADITIONAL TEAK
UMBROSA
UNKNOWN FURNITURE
VARASCHIN
VINCENT SHEPPARD





DESIGN THEE VOOR VADER

Theeën vertellen een bijzonder verhaal. Over exotische landen, waar theebladeren met de hand worden geplukt. Een delicaat proces, waarbij de plukker de kwaliteit van de thee grotendeels bepaalt.

Arte & Zayne thee vanaf € 6,95. www.artezayne.com

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Maak nu kans op een overheerlijk vaderdagpakket.

Dit complete pakket wordt aangeboden door Slijterij Prinsenbeek, www.slijterijprinsenbeek.nl



NIX78
Drink met mate.

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 #SlijterijPrinsenbeek naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**

BRUIST Deal

BIJ HOTEL DE LEIJHOF OISTERWIJK

Overnachting in een Comfort Room
Culinair 3 gangenmenu du chef
Luxueus ontbijt - Wifi internet - Parkeren

€ 79,50 p.p.*

**excl. lokale heffingen. Op basis van minimaal 2 pers.*

**Reserveer via www.leijhof.nl
met promocode BRUIST**

Tips voor

SPORTIEF CRUISEN

De E-Lite van Union is een elektrische fiets waardoor je met gemak een flink aantal kilometers kunt maken. Of je de fiets nu gebruikt voor een rondje door het park of om de stad te doorkruisen: trendy ben je sowieso!

Vanaf €1.999. www.union.nl





BRUISENDE SMAKEN

De SodaStream Flavors Red Berry Mix, Blackcurrent, Fruit Mix en Orange Mix zijn unieke smaken met 50% vruchtensap om je SodaStream (bruis) water een extra fruitige smaak te geven. **Glazen fles met SodaStream Flavors, € 4,99.** www.sodastream.nl/flavours

Nederdag

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#3

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).



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**

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#2

Maak kans op twee vrijkaarten voor Wonderfeel op vrijdag 19 juli.

Wonderfeel is een driedaags buitenfestival voor klassieke muziek op Landgoed Schaep en Burgh in 's-Graveland. www.wonderfeel.nl



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 #wonderfeel naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**

VOOR DE STIJLVOLLE MAN heeft Previa een exclusieve haarverzorgingslijn ontwikkeld die het haar en de hoofdhuid voedt, verzorgt en haaruitval tegengaat. **Previo Man Energising Treatment Kit, € 37,95.** www.hairsuite.nl





Femke van de Kreeke, huidtherapeut

Ceulen Klinieken is ontstaan vanuit de overtuiging dat sommige routinematige behandelingen efficiënter kunnen in een gespecialiseerd, zelfstandig behandelcentrum dan in een ziekenhuis.

Door korte communicatielijnen en efficiënte behandeltrajecten heeft Ceulen Klinieken geen wachtlijsten en houden we de kosten laag.

Bij de dermatologen kunt u terecht voor de behandeling van spataderen, aambeien, huidkanker, moedervlekken en alledaagse huidproblemen.

De huidtherapeuten zijn gespecialiseerd in de medische behandeling van acne en oedeem. Laserontharing, huidverbetering met chemische peeling en voor laserbehandeling van o.a. ontsierende bloedvaatjes en pigment.

In het Cosmetisch centrum bieden de dermatologen cosmetische behandelingen zoals ooglidcorrectie, miraDry behandeling tegen overmatig zweten en anti-rimpelbehandelingen met injectables.

www.ceulenklinieken.nl

ceulen klinieken
polikliniek huidziekten en spataderen

Laan van Bol'Es 3f, Schiedam

085 - 043 24 54

Overmatig zweten

Miljoenen mensen hebben er last van: overmatig zweten, ook wel hyperhidrose genoemd. De productie van zweet is dermate hoog dat zweetplekken onder de oksels of onaangename geurtjes kunnen zorgen voor veel ongemak in het dagelijks leven. Daarnaast kan overmatig zweten activiteiten bemoeilijken, zoals autorijden (door een glippend autostuur) of handen schudden.

Zweetpoli

U kunt zich eenvoudig laten behandelen voor overmatig zweten met behulp van Botox of de miraDry methode. Botox blokkeert (tijdelijk) de weg tussen de zenuwen en de zweetklieren en stopt zo het zweten en de vervelende geur. Een Botoxbehandeling duurt ongeveer twintig minuten en is vrijwel pijnloos. Een verdoving is dan ook niet nodig. Na zes tot negen maanden is de Botox uitgewerkt en uit uw lichaam verdwenen. U kunt dan kiezen voor een herhalingsbehandeling. MiraDry is dé definitieve methode voor de behandeling van okselzweet.

Hoe werkt de miraDry?

Er worden geen agressieve chemicaliën of gifstoffen gebruikt. Ook hoeft er niet gesneden te worden, waardoor er nauwelijks hersteltijd nodig is. Het miraDry systeem geeft gedoseerde energie af waar de okselzweetklieren zich bevinden, waardoor de zweetklieren in de oksel verhit worden totdat ze stukgaan. Zweetklieren die geëlimineerd zijn, komen nooit meer terug en groeien ook niet opnieuw aan.

Resultaat

Het resultaat is snel merkbaar, u kunt binnen enkele weken na de behandeling zweetvermindering verwachten. MiraDry heeft alleen effect op de zweetklieren die zich in de oksel bevinden. Compensatiezweten treedt daarom niet op.

Psst... Het is al **juni**, maar dat blijft even tussen mei & juli.

Liefde is te mooi om in een kast verborgen te houden.

Elke minuut dat jij je druk maakt om het verleden,
gaat af van de **toekomst!**

Wil ik net mijn **roze bril** afzetten, kom ik jou tegen.

Koud afdouchen versnelt je stofwisseling,
stimuleert de bloedsomloop en voorkomt een duf gevoel.

Hoe lang of kort je ook wandelt, je **verslaat** altijd
iedereen die op de bank ligt!

Mensen kunnen niet zonder muziek. Het zorgt voor ontspanning,
opwinding, **kippenvel**, tranen en emoties.

Wie een **regenboog** wil zien, moet eerst de regen trotseren.

Wanneer je met een **andere bril** kijkt, kan je
toekomst er ineens heel anders uitzien.

Was de weg naar de **sportschool** maar net zo
makkelijk als die naar de koelkast.

Geloof niet alles wat je denkt.



J&B

**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
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)



VOEL DE TEXTUUR IN JE HAAR



WHOOPSKAPPERS

MAAKT HET WAAR!

OOK ONZE PASSIE
VOOR VAKMANSCHAP ERVAREN?
MAAK DAN NU EEN AFSpraak EN
BEL 010-4119911

Tof so'n fernislagie, maar de shit sien se niet!

Tering. De klok sjeest as 'n tierelier. Al weer 'n half jaar forbei. Nog ff en dan hep ikke twee huilebalkies. En wat denkie van de stad. 't nieuwe Centraal en de Marthal bestaan al vijf jaar! Soals jullie wete kar ik feel door die stad. En dan is het ekstra oppase for die asiate die met foon of kamerra rontbanjere.

Laatst had ik nog bijna babipanggang gemaak fan eentje, die samaar overstak for 'n leuk kiekie fan de kubuswoninkies. Bij 't nieuwe Centraal sie ik se met horde ankomme en wat denk-ie in de Marthal. Se lope steeds for je pote! Das ff wenne as ras-Rotterdamert, want froegur wilde je niet dood gefonde worre in Rotjeknor.

Nou mot ik toegefe dat ik best 'n beetje groos ben op de stad, want 'd'r benne mooie gebauwe en 't is gezelluger. Naar buite toe wort Rotjeknor neergezet as 'n stad die je

gesien mot hebbe. En steeds meer bedrieffies kieser for ons en dat beteknet meer jobs. Tof so'n fernislagie, maar de serieneuse shit sien die toeriste en ook die hotemetote, die sich ferschuile agter die fees lift, niet. Daarom tof dat de gele hessies met onse hotemetoot+ hebbe gekeufelt. Niet dat 't help, daarom motte de aksies ook doorgaan, maar se kenne niet segge dat se 't nie wiste as 't uit de klauwe loop. In ons kikkerlandje lefe 400.000 kids in armoe en hullie hebbe 'n tiefus achterstand op schole, blijk uit onderzoek fan 'n bank. En wat flikt so'n hotemetut, die for ons op de krent sit in 't Europa praathuis. Sakke fulle met onse cente! Se hep niks fout gedaan, segge se daaro, allenig gebruik gemaak fan de declarasieregels. Hoe leggie dat uit an mense hiero die in de shit sitte? Besjoer!



Japie Bloemhof is de koosnaam van een "Rotterdamert", 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 2 FESTIVALS

LUISTEREN EN LUIEREN OP WONDERFEEL

Wonderfeel is een driedaags buiten-festival voor klassieke muziek met de ongedwongen sfeer van een popfestival. De zeven podia bieden voor elk wat wils: van Mozart tot Aart Strootman, van Rameau tot Pärt met lijntjes naar jazz, wereld- en popmuziek. **LIKE & SHARE LEZERSACTIE#2 EN WIN TWEE VRIJKAARTEN VOOR 19 JULI!**

19, 20 en 21 juli in 's-Graveland
www.wonderfeel.nl



50 JAAR WOODSTOCK

Kom 17 of 18 augustus naar het Goffertpark voor twee dagen vol Peace, Love & Music met gelouterde tributebands en -acts uit de hele wereld die een ode brengen aan hun helden: Janis Joplin, The Who, Jimi Hendrix, Santana, Joe Cocker en nog vele, vele anderen.
www.openluchttheaters.nl/site/programma/50-jaar-woodstock

FILMPJE KIJKEN YESTERDAY

Wat als The Beatles nooit hadden bestaan en jij de enige persoon bent die hun nummers kent? 'Yesterday' volgt het leven van een worstelende muzikant. Jack (Himesh Patel) komt erachter dat hij van de ene op de andere dag de enige persoon op aarde is die zich The Beatles kan herinneren. Met de kennis van al hun muziek is hij vervolgens relevanter dan ooit. Film van regisseur Danny Boyle (Slumdog Millionaire) en scenario-schrijver Richard Curtis (Love Actually, Notting Hill). Verder met o.a. Lily James, Kate McKinnon en Ed Sheeran. **YESTERDAY draait vanaf 27 juni in de bioscoop.**



BOEKJE LEZEN WIL SCHILDERS



DE SUDOKU... vrijwel iedereen zal er weleens een hebben opgelost of een poging gedaan hebben tot. Heb je daar wat moeite mee of zou je je sudokukwaliteiten willen verbeteren, dan is het boek 'Los elke sudoku op' een aanrader. Wil Schilders: "Ik heb er al zoveel opgelost dat ik inmiddels door heb hoe sudoku's werken. Kennis die ik graag wil delen." Vandaar dat hij enkele jaren geleden dit boek schreef dat zelfs al in meerdere talen is vertaald. "Als je dit boek stap voor stap doorloopt, leer je steeds moeilijkere sudoku's oplossen."

LOS ELKE SUDOKU OP van WIL SCHILDERS is voor € 19,95 te koop via www.loselkesudokuop.nl

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 wil, 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

Weer strak van binnen?

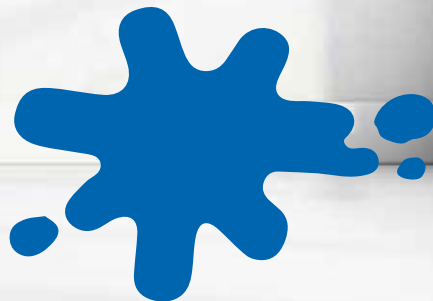


De kwaliteit en kleur van het binnenschilderwerk beïnvloedt de uitstraling van uw pand of woning. Met deskundig advies en uitsluitend verfproducten van topkwaliteit maken wij van uw idee een realiteit. Met onze professionals leveren wij kwaliteit en de klus is pas geklaard als u er helemaal tevreden over bent.

Verfproducten van topkwaliteit

Wanden, plafonds, kozijnen, deuren, plinten en trappen werken we strak en stijlvol af met het gewenste product. Onze schilders plakken af, plamuren, schuren, grondverven, verfspuiten, lakken of schilderen.

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



Focus en ga ervoor...

Als je A doet gebeurt er B. Dit lijkt een heel simpele regel, maar het tegendeel is waar. Het is de moeilijkste les in het leven die je moet leren. Wanneer je snapt dat je met je eigen daden je leven en de uitkomst van gebeurtenissen vaak zelf kunt bepalen, heb je de sleutel gevonden om van jouw leven een succes te maken. Want hoe beter je bent in het vooraf inschatten van de gevolgen van je eigen acties, hoe beter de uitkomst.

Wij maken in ons werk vaak nog mee dat mensen zichzelf zien als slachtoffer van de omstandigheden. Wij hebben bijvoorbeeld een gulden regel "wanneer je twee keer in korte tijd niet op het werk bent, kun je niet meer voor ons aan het werk". Bij het intake gesprek met een uitzendkracht wordt dit nadrukkelijk genoemd. Na de eerste keer dat iemand er niet is, zonder af te melden met een geldige reden nemen wij contact op en geven we aan dat het de laatste kans is. Maar al te vaak wanneer de uitzendkracht dan 2x niet geweest is zonder af te melden, is diegene toch boos op ons dat hij of zij niet meer voor ons hoeft te werken.

Veel van onze uitzendkrachten hebben schulden, loonbeslagen enzovoorts maar ook dit is in hun ogen vaak de schuld van de incassobureaus en andere instanties. Natuurlijk wil niemand schulden hebben

maar erken dat je er zelf iets aan kunt doen. Je kunt het zelf oplossen. Wij zien dat mensen die het willen oplossen en er echt voor gaan dat altijd voor elkaar krijgen. Zo zijn er nog veel voorbeelden op te noemen van situaties waarin je eigen inbreng van groot belang is. Eigenlijk is dat met alle problemen die je tegenkomt zo, alleen jij kunt ze oplossen.

Graag zou ik daarom een advies willen geven omdat het mij heeft geholpen mijn dromen te verwezenlijken en nog iedere dag helpt. Stel je doelen, wat wil je in dit leven? Hoe wil je dat het er voor jou uit ziet? Bedenk het... Beeld het je in. Doe dit iedere dag en focus op hetgeen dat je ervoor moet doen en moet laten. Want dan kun je je eigen toekomst creëren. Natuurlijk heb je dan nog steeds tegenslagen. Maar huil uit en begin opnieuw. Focus en vecht voor jezelf. Speel de hoofdrol in je eigen leven en vermijd die slachtofferrol. Neem het heft in eigen handen. Dan zullen er veel dingen jouw kant op komen.

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





Beach

1. Waterlover Sun Mist van Biotherm, € 37,50 www.douglas.nl
2. Face Spray Glowing Summer van Babor, € 24,90 www.babor.nl
3. Terracotta Route des Indes Zonnepoeder & Blush van Guerlain, € 67,- www.guerlain.nl
4. Strandhoed van Comma, € 29,99 www.comma-store.eu
5. Broekje van Beachlife, € 29,95 www.beachlife.nl
6. Fake It van Mádara, € 27,- www.drogisterijnet.nl



lovers

Het strandseizoen staat weer voor de deur! En of je nu wel of niet dicht bij zee woont of binnenkort een strandvakantie hebt gepland, we willen allemaal hetzelfde: onze huid optimaal beschermen, er absolutely fabulous uitzien en... zon natuurlijk!

7. Capital Soleil Hydraterende Bodymelk SPF 50+ van Vichy, € 27,50 www.vichy.nl
 8. French Riviera Eau de Toilette van Lancaster, € 44,90 www.douglas.nl
 9. Slippers van Ipanema, € 16,99 www.ipanemashop.nl
 10. Zonnecrème SPF 50+ van Zwitsal, € 18,99 www.zwitsal.nl
 11. Vernis à Lèvres WaterStain van Yves Saint Laurent, € 38,50 www.ysl.com
 12. Refreshing After Sun Gel of Balm van Clarins, € 31,- per stuk www.clarins.nl

Leer elke sudoku

De sudoku... vrijwel iedereen zal er weleens een hebben opgelost of een poging gedaan hebben tot. Heb je daar echter wat moeite mee of zou je je sudokukwaliteiten willen verbeteren, dan is het boek 'Los elke sudoku op' zeker een aanrader.



Wil Schilders



KENNIS DELEN

“Als wiskundige probeer je altijd te ontdekken hoe dingen werken”, vertelt Wil. Toen hij in 2004 geïnteresseerd raakte in het oplossen van sudoku’s, was dat dan ook precies wat hij deed. “Ik heb er zoveel opgelost dat ik inmiddels door heb hoe sudoku’s werken. Kennis die ik graag wil delen.”

HET WERKT ECHT

Vandaar dat hij enkele jaren geleden dit boek schreef dat zelfs al in meerdere talen is vertaald. “Als je dit boek stap voor stap doorloopt, leer je steeds moeilijkere sudoku’s oplossen. Er zijn heel wat sudoku-leerboeken op de markt, maar van de meeste leer je vrij weinig. Van mijn boek word je daarentegen echt steeds beter, mede door de vele kennis die ik heb vergaard, maar ook doordat deze kennis op zeer heldere wijze gedeeld wordt in het boek.”

**Wil je dus ook je sudokukwaliteiten verbeteren?
Ga dan naar www.loselkesudokuop.nl en bestel het boek!**

Boek: Los elke sudoku op | Auteur: Wil Schilders | www.loselkesudokuop.nl

oplossen!

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

Weet jij de oplossing al?
Of kun je wat hulp gebruiken?

Naturis vlees en brokken

*uitstekende kwaliteit
en 100% natuurlijk*

Ook voor honden met allergie klachten kunt u prima het verse vlees nemen voor uw viervoeter. Verkrijgbaar in 6 x 150gr / 500gr / 1kg



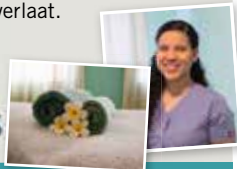
MILAN'S DIERVOEDING

Peppelweg 17-19a, Rotterdam | 010-4185603
milansdiervoeding@gmail.com | www.milansdiervoeding.com

Genieten van een welverdiende massage?

Door haar fysiotherapeutische kennis en kennis over verschillende massage methodes spijst 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



Speyertherapie

Is een unieke, intensieve 10-daagse lichaamsgerichte therapie. Ben je vastgelopen in je werk (burn-out), relatie, heb je terugkerende privéproblemen, of zit je in de knoop, dan is dit wellicht dé oplossing voor jou.

Het gaat om terugkerende problemen, die al vaak jaren geleden zijn ontstaan. Caroline werkt onder andere met gevoelens en emoties. De veranderingen die dit teweegbrengt, komen vanuit het gevoel. Het resultaat is dat je vrijer wordt en echte vrije keuzes leert maken.

HET IS DUS NIET veranderen door het krijgen van goede adviezen of inzichten. Deze veranderingen komen meer vanuit het verstand. Deze therapie zorgt ervoor dat hoofd, hart en buik gaan samenwerken.

In een vrijblijvend voorgesprek gaat Caroline samen met jou na of de klachten te verhelpen zijn met deze manier van werken.

Ook Counseling, rouw-en traumaverwerking en gespecialiseerd in HSP.

Koraalrood 153, Zoetermeer | 06-22180976
www.caroline-dekker.nl

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?

☎ 010 418 4233

Bestellen via 

of

[Miinto.nl/shops/](https://www.miinto.nl/shops/)

b-1452-now-the-moodstore



Inpakstress is bijna niet te voorkomen als je op vliegvakantie gaat. En nu je bij veel luchtvaartmaatschappijen moet betalen voor je koffers wordt het er niet gemakkelijker op. Het is meer dan ooit zaak om het aantal bagagekilo's scherp in de gaten te houden. Tien tips voor het snel, efficiënt en kreukvrij inpakken van je koffer.

Inpakken zonder



- 1. LEG IN DE DAGEN VOOR VERTREK** alvast dingen klaar die je mee wil nemen. Die fijne jeans die net uit de wasmachine komt, een nieuwe fles zonnecrème, een boek dat je echt wil lezen en zaken die echt niet vergeten mogen worden zoals een zonnebril en medicijnen.
- 2. CHECK BIJ HET HOTEL OF ER STRANDHANDDOEKEN** beschikbaar zijn. Het is heerlijk om je neer te vleien op een lekkere grote handdoek, maar minder fijn om die joekel in je koffer mee te moeten sjouwen.
- 3. VOUW TOPJES, BLOESJES, VESTJES** en eventueel een trui maar één keer dubbel om kreukelen te voorkomen. Jurkjes en rokjes pak je als laatste in. Sla deze één keer dubbel en leg ze zo glad mogelijk bovenop.
- 4. BOEKEN, REISGIDSEN EN SCHOENEN** gaan onderop in de koffer. Schoenen vul je op met sokken of opladers. Stop de schoenen eventueel in een schoenenzak of plastic zakje om je kleren niet vuil te maken.
- 5. NEEM JE 'ZWARE' KLEDIJ MEE** op vakantie (bijvoorbeeld een jeans of wandelschoenen), trek die dan aan tijdens de reis. Dat scheelt veel gewicht in je koffer.



stress

6. WEEG DE KOFFER VOOR VERTREK.

Teveel kilo's is niet alleen duur, het is ook een stressfactor wanneer je op de luchthaven spullen moet overladen van koffer naar handbagage.

7. GAAT ER EEN STAPEL T-SHIRTS

MEE? Rol deze dan op en leg ze op lege plakjes in de koffer, bijvoorbeeld aan de randen. Oprollen voorkomt kreuken en het scheelt veel ruimte. Ook ondergoed en badkleding leent zich goed voor het opvullen van loze ruimtes.

8. TOILETSPULLEN PAK JE ALS

LAATSTE IN. Neem crèmes, shampoo

et cetera mee in kleine reisflesjes. Om het risico van lekken te voorkomen is het handig de dopjes af te plakken met tape.

9. MAAK EEN INPAKLIJST en vul deze na de vakantie aan met spullen die je achteraf toch gemist hebt. Gebruik die lijst bij alle vakanties. Zo ga je nooit meer met te veel óf te weinig op pad. Bewaar de lijst gewoon in je koffer.

10. BEHOED JEZELF VOOR OVERTOLLIGE, DURE BAGAGEKILO'S en neem alleen dat mee wat je echt nodig hebt. Bijvoorbeeld een paar leuke setjes voor 's avonds die je met elkaar kan combineren en maximaal drie paar schoenen. Slippers wegen trouwens vrijwel niets...

..... NEEM ALTIJD
EEN PLASTIC
ZAK MEE
VOOR DE
..... VUILE WAS



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



Bij Maison Cosmetic kunt u terecht met al uw huidproblemen.

Wij werken met de nieuwste technologie en blijven ons innoveren op het gebied van huidverbetering en verjonging en kunnen u daardoor moderne behandelingen aanbieden zoals:

MICRODERMABRASIE

MICRONEEDLING

MESOTHERAPIE

L.E.D. LICHTTHERAPIE

FILLERS

PEELING

E-LIGHT ONTHARING

LIPOLYSE

Voor zowel mannen als vrouwen en met elk huidtype, dus ook de donkere huid en elke leeftijd.

Om te zorgen dat u en uw huid in goede handen zijn, werken wij uitsluitend met huidtherapeuten en cosmetische specialisten.

Zo profiteert u altijd van persoonlijke aandacht en deskundigheid.

MAISON COSMETIC

Aelbrechtskade 63-64, Rotterdam
06-10902891 | info@maisoncosmetic.nl

www.maisoncosmetic.nl

Ook weer een strakke en stevige huid?

Bij het verouderen wordt de huid ook minder elastisch. Dat komt doordat de huid in de loop der jaren minder collageen en elastine produceert. De huid wordt slapper, krijgt meer rimpels en verliest volume. Om je huid toch jong en fris te krijgen, is microneedling een fantastische behandeling.

Wat is microneedling?

Ten eerste het belangrijkste: wat is microneedling nu precies? Om goed te beginnen stellen we graag allereerst de Dermapen voor. Deze pen gebruiken wij in onze behandelingen. Bij microneedling wordt gebruik gemaakt van zeer fijne naaldjes. Zo heeft de Dermapen al deze fijne naaldjes dicht op elkaar, zodat de pen heel precies gebruikt kan worden. Deze naaldjes vibreren op een hoog tempo in de huid. Behandeling met de DermaPen is een effectieve manier om de huid te vernieuwen en te verfrissen zonder de opperhuid te beschadigen. Huidverjonging en verbetering met de DermaPen heeft veel voordelen: de huid heeft minder hersteltijd nodig en de behandeling is comfortabeler en nauwkeuriger.

Resultaten:

- Versteving van de huid + vermindering van rimpels en fijne lijntjes
- Vernieuwing van de huidcellen + zuivering
- Egalisering van de huidteint

Waar wordt microneedling op toegepast?

- Fijne lijntjes en rimpels
- Acne littekens en littekens van andere aard
- Zonbeschadiging
- Pigmentstoornis
- Grove huidstructuur / vergrote poriën
- Striae / striemen
- Alopecia



**BOEK UW
AFSPRAAK OP
ONLINE!**

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

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

Lid van

UNETO VNI



Rotterdam bruist! Helaas niet overal.

Familie is in Nederland nog steeds belangrijk. Het gezin als middelpunt in het leven van alledag. Dat geldt echter niet voor iedereen. Nog steeds zijn er daklozen, verslaafden, mannen en vrouwen vastgelopen in het leven, verlaten, eenzaam en vaak op zoek om de leegte in het hart te vullen.

Victory Outreach Rotterdam Kerk gelooft dat er ook voor deze mensen een betere weg mogelijk is en dat zij die weg niet alleen hoeven te gaan. Victory Outreach staat klaar voor hen, helpt hen, als kerk natuurlijk ook met geloof in een God, die de lege harten weer vullen kan met liefde en blijdschap.

Al 23 jaren ziet Victory Outreach in Rotterdam resultaten met deze hulp aan deze mensen en ziet:

- een keerpunt en groei in hun leven
- met discipline en respect voor elkaar
- met weerbaarheid en ontplooiing
- het ontdekken van talenten
- het krijgen van een doel in het leven met taak en functie
- het zelf worden van een rots voor anderen in hulp en zorg

**Herkent u uzelf of een familielid in deze omschreven nood?
Hulp en ondersteuning nodig?**

Jerry Mendeszoon

Senior Pastor



Wij hebben vier dochters, allemaal geboren Rotterdammers. 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



Mijnsherenplein 9, Rotterdam
010 - 4665905
info@vorotterdam.nl
www.vorotterdam.nl

Touch of Gold[®]

micro infusion system[™]

Touch of Gold is een gepatenteerd micro-infusie systeem met haarfijne naaldjes van 24-karaats goud, die pijnloos een gepersonaliseerde 'cocktail' direct in de huid aanbrengt.

Toepassing en mogelijkheden.

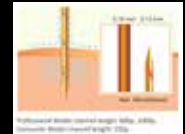
De Touch of Gold unit bestaat uit een glazen flesje met afschroefbare dop, die u voor verschillende zones kunt gebruiken.

Zowel gelaat, hals en decolleté, alsmede de handen kunnen eenvoudig behandeld worden .

- verstrakking
- versteviging
- volume herstel
- verbetering rimpels
- acne
- couperose
- donkere kringen

... en nog zoveel meer

Touch of Gold is beter dan andere micro needling systemen (zoals bv een dermapen). Dankzij Touch of Gold - bestaande uit 20 micro kanaaltjes die zijn vervaardigd van 24-karaats goud (die stuk dunner zijn dan een menselijke haar) - kunnen de werkzame stoffen direct in de huid dringen ZONDER deze te beschadigen.



Voor meer
info bel
06-25134944

Hilda van Dijk



hildavandijk@live.nl
06 - 251 34 9 44



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

Mooie, verzorgde voeten

Zijn jouw voeten al mooi voor slippers? Maak ze nu klaar om die dichte schoenen of laarzen uit te schoppen. Je voeten mogen weer gezien worden.



VERWIJDER NAGELLAK Zitten er nog restjes nagellak op je teennagels? Verwijder die eerst.

NEEM EEN VOETENBADJE Vul een teiltje met lauwwarm water. Doe er een scheutje olie bij en laat je voeten 10 minuten weken. Scrub je voeten daarna. Vergeet je hielen en enkels niet.

VERWIJDER EELT Door het voetenbad is je eelt zachter en kun je het makkelijker verwijderen. Dat doe je met een voetvilt of een puimsteen. Zorg dat je niet te veel verwijdert, dat kan pijnlijk zijn met lopen.

NAGELS KNIPPEN Knip of vijl je nagels recht af om ingegroeide teennagels te voorkomen.

SMEER JE VOETEN IN Gebruik een dikke laag crème. Smeer je voeten het liefst 's avonds in en trek daarna katoenen sokken aan zodat de crème (heel de nacht) goed kan intrekken.

NAGELS LAKKEN EN BIJHOUDEN Mooi: subtiel pastel, een Franse manicure of een zomerse knalkleur. Een vrolijk kleurtje op je nagels zorgt ervoor dat je voeten er vrolijk en verzorgd uitzien.



BEDDEN

SLAPEN



STEIGERHOUTEN
MEUBELS VOOR
PARTICULIEREN EN
BEDRIJVEN



KLEDINGKASTEN

Steigerhuys | 4e Industriestraat 36a, Vlaardingen | 06-23768880 | info@steigerhuys.nl | www.steigerhuys.nl

Nelly's

GEZOCHT

Een ervaren haarstyliste!

Wij zijn op zoek naar een creatieve, ervaren en flexibele kapster voor 3 á 4 dagen per week (zaterdag en één koopavond inbegrepen).

Ben jij op zoek naar een baan waarbij je jezelf kunt ontwikkelen? Met aanbod van diverse cursussen?

Solliciteer bij de meest sfeervolle kapsalon.

Stuur je CV met foto en motivatiebrief naar info@nellyshaarmonie.nl en wie weet tot snel.

Peppelweg 66-A, Schiebroek | 010 - 422 60 20
info@nellyshaarmonie.nl | www.nellyshaarmonie.nl

BRUIST

Wat de vraag ook is...
het antwoord
is altijd

Chocola



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

Ontdek jij ook de kracht van hypnose?

Tijdens een cursus Neuro Linguïstisch Programmeren (NLP) maakte Ricardo Nielsen kennis met hypnose. In totaal viel hij in die periode 28 kilo af, waarvan de laatste 9 kilo dankzij een moderne toepassing van deze eeuwenoude techniek; de virtuele maagband. Sindsdien probeert hij gedreven ook anderen te overtuigen van de ongekende mogelijkheden van hypnose.

Ingrijpen op het onbewuste “Het mooie van hypnose is dat je heel snel iets kunt veranderen bij mensen. Vaak heb je te maken met ingesleten gedragspatronen die al jaren de boventoon voeren. Maar liefst 90% van ons gedrag wordt aangestuurd door ons onbewuste. Dan is het niet zo vreemd dat afvallen en op gewicht blijven zo lastig is als je dat alleen met je bewustzijn, ofwel je wilskracht probeert te doen.”

Geen wondermiddel Ricardo kan onder hypnose een virtuele maagband plaatsen. “Het is dé oplossing als je tot nu toe al van alles hebt geprobeerd om gewicht te verliezen, zonder succes. Je profiteert van de voordelen van een fysieke maagband, en ondervindt niet de nadelen. De resultaten zijn indrukwekkend, al snel vliegen de kilo's eraf. De virtuele maagband is

echter geen wondermiddel. Je zult uiteindelijk toch zelf je leefstijl moeten aanpassen.”

Het programma Natuurlijk helpt Ricardo je daarbij. Na het plaatsen van de virtuele maagband volgen nog 5 hypnose behandelingen. “Daarnaast krijg je leefregels en een MP3 mee naar huis die je dagelijks kunt beluisteren. Middels hypnose en gesprekken word je je bewust van de emoties, gedachten en overtuigingen die ten grondslag liggen aan je eetgedrag. Alleen door die te veranderen, kun je op jouw ideale gewicht komen en blijven.”

Goed om te weten: hypnose helpt niet alleen bij het afvallen, maar bijvoorbeeld ook bij het stoppen met roken, angsten en fobieën, en zelfs allergieën en hooikoorts.



Hypnose is een normale bewustzijnstoestand, waarbij de onbewuste geest instructies kan krijgen. Zo'n beetje alle hypnosetechnieken zijn bedoeld om in je manier van denken een verandering teweeg te brengen.

RICARDO NIELSEN

Adm. Lucashof 12, Schiedam | info@ricardonielsen.nl | www.ricardonielsen.nl

WIL JE MEER
WETEN?
KIJK DAN OP MIJN
WEBSITE!

“Ideaal voor in de trapkast!”

Het draaibaar kastsysteem van Van der Ven biedt ongekennde mogelijkheden...

De Inzetkast is een stevige houten kast, gevat in een stalen frame, waardoor deze kast niet zal gaan doorzakken of schranken, zelfs niet bij zijn maximale belading van 75 kilo. Geplaatst op een kogeltaatslager draait de kast verbazend soepel. En vrij van uw vloer, alsof hij over uw vloer zweeft.

De inzetkast past altijd, een stelling die wij durven te beweren na al de jaren dat wij deze kasten leveren.

Opbergproblemen?

Wij bedenken graag met u een maatoplossing!

Aarzel niet.

Bel ons vrijblijvend op

076-5021879

Kijk op

handigekasten.nl

voor meer informatie over:

- Inzetkast
- Slaapkamerkast
- Zolderkast
- Knieschotkast
- Dubbele ordnerkast
- Computermeubel



Accessoires voor je haar!

Verschillende borstels, een kam, een föhn, haarclips, elastiekjes en een stijltang; de meeste vrouwen hebben het allemaal in huis. En toch zitten we soms met onze handen in het haar. Daarom een aantal tips en adviezen over onmisbare accessoires voor mooi haar.

De perfecte borstel Een goede borstel is een must. Kies voor het dagelijks borstelen van je haar voor een soepele borstel met natuurlijke haren. Op die manier wordt het haar niet beschadigd.

Elastiekjes Het gebruik van elastiekjes is sterk af te raden. Door een sterke trekkracht uit te oefenen op het haar, maken ze niet alleen het haar op de lange delen kwetsbaar, maar ook bij de wortels. Gebruik bij voorkeur geen elastiek, maar lint of band.

Föhnen Gebruik 2 of 3 ronde borstels met een verschillende diameter, al naar gelang je het haar glad wilt maken, een beweging wilt creëren, rollers wilt zetten etc.

Haarclips Pas op met grote clips! Het haar komt snel vast te zitten in het scharnier en de sluiting kan dan breken. Gebruik ze dus niet te vaak.



Have a nice (hair) day

salon
backstage

In de salon bevindt zich tevens een browbar met gecertificeerde brow-stylistes. De salon is voorzien van ligbedden voor tijdens de wasmassage, een aparte color zone en een gezellige koffiecokorner met heerlijke verse variaties van koffie en thee. Met uitgebreide openingstijden (doordeweeks tot 20.00 uur geopend) en openstelling het gehele weekend is er altijd plek voor jouw op maat gemaakte kleur en/of knip behandeling.

COMPLEET



GENIETEN



Hotel de Leijhof
EST. Oisterwijk 1874

EST. THE 1874
GEORGE
RESTAURANT

Verblijf in Hotel de Leijhof Oisterwijk met deze Bruist Deal.

Overnacht in onze Comfort Room, geïnspireerd door de bosrijke omgeving en laat u culinair verrassen door onze Chef Dylan van Hirtum in Restaurant The George middels ons 3-Gangen Menu Du Chef. Beleef de geur van verse kruiden uit onze eigen kas en neem een kijkje in de wijnbibliotheek samen met onze sommelier Maikel Ginsheumer. Na een heerlijke nacht in dit luxe boutique hotel met de charme van een landhuis, kunt u genieten van een heerlijk luxueus ontbijt.

BRUIST
Deal

€ 79,50 P.P.*

PROMOCODE: **BRUIST**

RESERVEER NU VIA
WWW.LEIJHOF.NL

Overnachting in een
Comfort Room van één van
de meest luxe boutique hotels
van het bosrijke Oisterwijk

Culinair
3-Gangen Menu Du Chef
Luxueus ontbijt

Parkeren

* Bovenstaande prijs is op basis
van minimaal 2 personen
exclusief lokale heffingen.

Heusdensebaan 7 Oisterwijk
+31 (0)13 523 1123
www.leijhof.nl

Groeten uit Oisterwijk



Meubels/woonaccessoires upcycled?

Het creatieve met het nuttige verenigen!

De zorg omtrent ons milieu en wat er aan te doen, ligt ten grondslag aan het idee voor mijn atelier. In mijn atelier vind je alleen maar spullen die zoveel mogelijk van afval, afgedankt of rest materiaal zijn gemaakt. Mijn basismaterialen komen dan ook vaak van de kringloop en marktplaats of uit mijn eigen afvalbak!

Een bijzet kastje heeft een tweede leven gekregen. De kast is eerst opgezet met een zand kleur. Daarna met Amazona ecologische krijtverf 'zonnestraal groen' de buitenkant geverfd en met zwarte colourwas afgewerkt voor een mooi diepte-effect. In de panelen heb ik de frottage techniek gebruikt.

OUDE BIJZET
KASTJE



JUISTE WIJZE
BEWERKEN



EEN HERBOREN
BIJZET KASTJE



Maison7

Indira Zevenhuizen

re-styled oude en vintage meubels
en huisraad op haar "eigen wijze".

Met een mix van verschillende
verftechnieken, stof, behang en
handlettering in haar eigen stijl.

Voorschoterlaan 68 Rotterdam
010-2120127 of 06-33849067
maison7rotterdam@gmail.com

www.maison7.nl

Wil je dit ook leren?

Kijk op mijn website voor de
mogelijkheden, workshops of werken in
mijn atelier onder begeleiding.

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 maatwerk oplossingen voor uw interieur. Ervaar de grenzeloze mogelijkheden in onze showroom. U bent van harte welkom!

Gerard Burgerlaan 7, Vlaardingen | Woonboulevard Hoogstad | www.degraafbv.nl



Gecombineerd verbruik: 3,8 - 6,7 l/100 km, 26,3 - 14,9 km/l. CO₂-uitstoot: 100 - 153 g/km (NEDC).

De nieuwe CLA Coupé, Play by your rules.

De nieuwe CLA Coupé kent geen regels, behalve die van u. Stap in en bepaal ze zelf, intuïtiever dan ooit, met het revolutionaire MBUX-systeem. Maak een statement, met z'n sportieve, elegante design. Z'n adembenemend dynamische daklijn lijkt zelfs bij stilstand in beweging te zijn.

U rijdt de nieuwe CLA Coupé al vanaf **€ 36.364,-**

Voor meer informatie over de nieuwe CLA Coupé: www.mb.vanmossel.nl/cla-coupe



Van Mossel Mercedes-Benz is gevestigd in Rotterdam en Gouda: www.mb.vanmossel.nl