

DE ZAA NSTREEK 

DECEMBER 2019 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.ZAANSTREEKBUIST.NL

# BRUIST

Met leuke  
cadeautips en  
Bruist Deals

Vier deze  
*feestmaand*  
met Bruist



# COMPLEET GENIETEN



Hotel de Leijhof  
EST. Oisterwijk 1874

EST. 1874  
**THE 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](http://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.

Heusdensedaan 7 Oisterwijk  
+31 (0)13 523 1123  
[www.leijhof.nl](http://www.leijhof.nl)



*Groeten uit Oisterwijk*

# The Perfect Gift



EXCLUSIEF VERKRIJGBAAR OP  
[SODASTREAMSTORE.NL](https://www.sodastreamstore.nl)

sodastream®

## THE GORGEOUS GIFT YOU FEEL GOOD GIVING

Ook tijdens de feestdagen kun je bewust duurzaam bezig zijn. De Limited Gold Edition is de glamoureuze uitvoering van ons vertrouwde bruiswatertoestel, de Spirit. De stijlvolle witte uitvoering en de bijbehorende herbruikbare fles zijn tijdelijk beschikbaar met gouden of roségouden kleuraccenten. Lekker voor het feestgevoel en tevens goed voor het milieu.

Geef je iemand de SodaStream Gold Edition cadeau, dan help je hem of haar met het besparen van duizenden plastic wegwerpflessen. Met SodaStream maak je van kraanwater namelijk in een handomdraai verfrissend bruiswater, een fruitig drankje of een knallende cocktail!

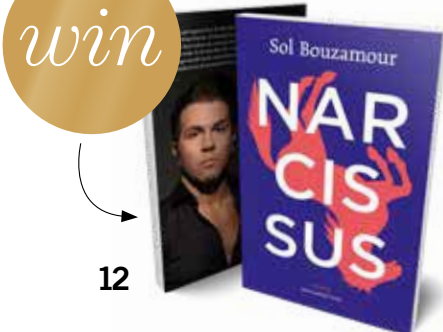


Zin in een bruisende, feestelijke cocktail?

Kijk voor alle recepten op [sodastream.nl/recepten](https://www.sodastream.nl/recepten)

Help mee aan een wereld zonder wegwerpplastic!





# Inhoud

8

12

26

## COLOFON



37

42

23

### BRUIST

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

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

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

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

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

**ADVERTEREN?**  
 Mail naar  
[nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl)  
 of bel  
 076-7115340



Foto: Ron Eskens, scoonpictures.nl

## Bruisende lezer,

Kunnen jullie er ook zo van genieten, die heerlijke decembermaand? Buiten mag het dan misschien wat koud zijn, binnen is het een en al warmte wat de klok slaat. De feestdagen staan weer voor de deur, een tijd die de meeste mensen – net als wij zelf – doorbrengen met degenen die ze liefhebben. Samen op de bank genieten van een mooie kerstfilm, of een heerlijke winterse wandeling maken. Wat ons betreft kunnen die dagen niet lang genoeg duren...

Maar december is meer dan alleen de maand van Kerstmis, het is bijvoorbeeld ook de maand van WereldLichtjesDag. En voor ondernemers is het ook gewoon een maand waarin weer (keihard) gewerkt moet worden. Nog even snel die laatste meters maken voor ze vol frisse moed aan het nieuwe jaar kunnen beginnen. Zo ook By Nesli Bodycare en Ydee Atelier die je maar al te graag wat meer vertellen over hun werkzaamheden. Je leest er verderop in deze nieuwste editie van Bruist meer over.

Voor nu rest ons nog slechts een ding: al onze lezers ontzettend fijne feestdagen en alvast een heel bruisend 2020 toewensen. Geniet van deze feestelijke maand, geniet van alle mensen om je heen en – niet te vergeten – geniet van dit mooie magazine!

Tot volgend jaar,  
**Lea en Marcel Bossers**

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

## DE VOORPRET

## Het leukste aan

kerst

BRUIST WENST  
IEDEREEN FIJNE  
FEESTDAGEN

Hoewel Kerstmis maar twee dagen duurt, staat vaak de hele maand december in het teken van gezelligheid, vrienden en familie. Weken voor kerst beginnen we al met de voorpret. We versieren ons huis, bedenken wat we gaan eten en gaan kerstshoppen. Heerlijk! Met deze tips geniet jij nog meer van die gezellige decembermaand.

## BEGIN MET DE KERSTVERSIERING

Nu de dagen steeds korter worden, is het extra gezellig om het huis mooi te versieren. Zet wat extra kaarsjes neer, zet een klein kerststuk op tafel en fleur je huis op met wat winterse accessoires. Zo breng je je huis stap voor stap in kerstferen.

## KIJK EEN KERSTFILM

Breng wat meer gezelligheid in de donkere dagen voor kerst door heerlijk met de hele familie op de bank een kerstfilm te kijken. De perfecte manier om in de kerststemming te komen. Vergeet ook zeker niet om warme choco of thee te maken en een paar sfeervolle kaarsjes aan te steken. Laat de voorpret maar beginnen!

## MAAK EEN WINTERSE WANDELING

De winter in Nederland is prachtig! Trek daarom een dikke jas aan en ga erop uit. Extra leuk is het als er sneeuw ligt. Want wat geeft nu meer kerstfeer dan een winterse wandeling door de sneeuw?

## SLA AAN HET KERSTBAKKEN

De dagen voor kerst zijn hét moment om alvast wat recepten uit te proberen. Zo kun je iedereen verbazen met de allerlekkerste broodjes voor het kerstontbijt of met een verrassend dessert. Van gezellig kerstkoekjes bakken met het hele gezin tot een heuse christmas cake. De heerlijke geur vanuit de oven brengt je sowieso al in feeststemming. Dat wordt genieten!





Voor groot en klein moet u bij **HENK BOUW OPTIEK** zijn met ruim **500 kinderbrillen!**



**Grootste kinderbrillencollectie van Noord-Holland**

**HENK BOUW OPTIEK**  
KERKBUURT 17A  
1511 BB OOSTZAAN  
**075-6842760**  
WWW.HENKBOUWOPTIEK.NL

VOLG ONS OP FACEBOOK



# Relatiegeschenken!



WIJ  
VERZORGEN  
ZE GRAAG  
VOOR U!

Voor uw relaties stellen wij graag passende geschenken op maat samen. Wij werken met mooie wijnen, heerlijke kazen en verfijnde delicatessen.

Wijnen in houten kist, doos of cellofaan, mooie gecombineerde manden, maar ook voor kleine attenties kunt u bij ons terecht.

**Neem voor informatie of een afspraak, contact met ons op zodat wij u onze mogelijkheden kunnen tonen.**



Le Cockelon | Eigenaar: Paul Samuels | Zuideinde 38 Koog a/d Zaan | **075-6160244** | [www.lecockelon.nl](http://www.lecockelon.nl)



### BEAUTY AWARD WINNER

MGC Derma staat voor pure en luxe huidverzorgingsproducten. Het merk is ontwikkeld door experts op het gebied van natuurlijke huidverzorging en ze hebben gebruikgemaakt van de meest hoogwaardige ingrediënten. Daarnaast heeft MGC Derma aan al haar producten CBD toegevoegd, de nieuwste trend in de beauty-industrie.  
[www.mgcderma.nl](http://www.mgcderma.nl)

### DEENS DESIGN

Angulus staat voor kwaliteit en een tijdloos Scandinavisch design waarbij de fit en comfort bovenaan staan. Ieder seizoen kenmerkt de collectie zich door de fijnste leersoorten en duurzame materialen. Ook de crêpezool, gemaakt van zeer hoogwaardig rubber, is iconisch voor Angulus.

[www.angulus-schoenen.nl](http://www.angulus-schoenen.nl)



# BRUIST Deals

Ook deze maand hebben we weer enkele mooie Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Ga naar [www.nederlandbruist.nl/lezersacties](http://www.nederlandbruist.nl/lezersacties) en profiteer van mooie kortingen van onze bruisende ondernemers.

win

# Wij pakken uit!

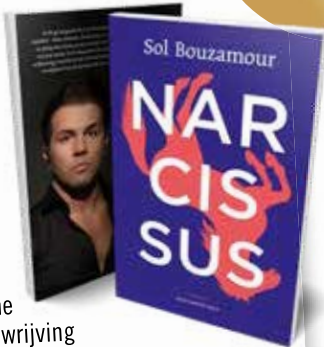
IN DECEMBER

### LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 3 boeken van Sol Bouzamour.

In de gevangenis leert de Marokkaanse Joshua - die zich voordoeft als Israëliër - Klaas kennen, de koning van de Wallen. Deze veelal autobiografische debuutroman gaat over de wrijving tussen culturen.

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #NARCISSUS naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**



### NUDE GLAS

De ontwerpen zijn simpel, maar prachtig door eenvoud. De mooie glazen, karaffen, kannen en olieflesjes worden gemaakt van loodvrij kristal. Het glaswerk is hierdoor heel helder waardoor de kleuren van drank goed tot hun recht komen. Er is zelfs al een keer glaswerk genomineerd voor de Duitse design awards. Nude is simple, simple is beautiful. **Meer informatie op [eu.nudeglass.com](http://eu.nudeglass.com)**



### LEZERSACTIE

Maak kans op één van de Peach Blossom Smoothing Body Wash.

Ruik ook in december het voorjaar met deze heerlijke body wash op basis van perzikenbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met de Peach Blossom Body Wash van O'right.

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #BODYWASH naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**



### LEZERSACTIE

Maak kans op een cadeaubox met producten van Previa, speciaal voor krullend haar.

Behandeling voor krullend haar met verzorgende en conditionerende werking. Een extra dosis hydratatie en voeding in een formule die krullen niet verzaart.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #PREVIA naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### COMPLIMENTEN GEGARANDEERD!

Colette Sol Shoes is een jong Nederlands label. Elk paar schoenen wordt op ambachtelijke wijze gemaakt van exclusief leer. Een groot deel van de opbrengst gaat naar de Colette Sol Foundation die verschillende vrouwenprojecten ondersteunt. [www.colettesol.com](http://www.colettesol.com)



De Gouden Naald  D G N  
Kledingreparatie Stomerij Lederwaren



  
**DEALER**  
WORMERVEER

Sinds  
1997

KROMMENIEERWEG 12 - WORMERVEER  
TEL. 075 628 10 30  
WWW.DGNLEDER.NL

## Jouw diëtist in de Zaanstreek!

Of je nu komt voor tips over voeding of dat je het hoog tijd vindt om iets aan je gewicht te doen... iedereen ontvangt een warm welkom bij diëtistenpraktijk stay2balance.



Stay2balance  
Diëtistenpraktijk

06-18168602 | De Werf 5 Zaandam & Boterbloem 1A Purmerend  
[www.stay2balance.nl](http://www.stay2balance.nl)  
Facebook: Diëtistenpraktijk Stay2Balance

# Open huis met exotisch tintje

Zaterdag 14 december a.s. van 19.00 – 22.00 uur

Wanneer heb jij voor het laatst echt tijd en aandacht aan jezelf besteed? Je gezicht, handen en haar zijn je visitekaartje, verzorg ze daarom goed. Wij behandelen alle huidtypen m/v en tieners, werken discreet en op afspraak.

Schaam je niet voor welk lichaamsprobleem dan ook, je zult niet de enige zijn. Mensen met een staand of zwaar beroep zouden veel baat hebben bij maandelijkse pedicure en/of Spa behandelingen. Bodyscrubs, pakkingen (therapeutische) massages brengen je geest, ziel en lichaam weer in balans.

Maak op 14 december kennis met het team, laat je informeren en krijg bruikbare tips. Onder het genot van een hapje en een drankje kun je gezellig shoppen voor de feestdagen op sieraden m/v fashion, sauna-, en cadeaubonnen, cosmetica en parfum.

Aanmelden gewenst via: 0615314179



Ontvang  
10% korting  
op een  
Kaviar DeLuxe  
behandeling op  
vertoon van deze  
advertentie.

## ZAANSCH FAAM

WONEN & CADEAUS



 /ZAANSCH\_FAAM  
 /ZAANSCHFAAM

WWW.ZAANSCHFAAMWEBSHOP.NL | WESTZIJDE 130 ZAANDAM

BEAU VICTOIRE Health Beauty & Wellnesscenter | Ondernemer: Stephanie Timmerman  
Stuyvesantstraat 91 zwart, Haarlem | 06-15314179 | [info@beavictoire.nl](mailto:info@beavictoire.nl) | [www.beavictoire.nl](http://www.beavictoire.nl)





Egaliseren | PVC | Tapijt | Laminaat | Linoleum

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

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



DIJTJES/DATJES

De M is de meest verkochte **chocoladeletter**.

Elke 2e zondag van december is het **WereldLichtjesDag**.

Over de hele wereld steken mensen om 19.00 uur **kaarsjes** aan ter nagedachtenis van overleden kinderen.

Het verschil tussen een kerst- en een paasbrood?

Op het eerste brood hoort **poedersuiker**, op het andere niet.

13 december is het **Paarse Vrijdag**, de dag waarop je door het dragen van de kleur paars je **solidariteit** kunt tonen met homo- en biseksuele, lesbische en transgender jongeren.

**Kerst** is de beste tijd om te pieken.

**Tweede kerstdag** is ontstaan doordat het dienstpersoneel op eerste kerstdag moest werken. De volgende dag waren ze vrij en kregen ze eten mee voor de familie. Uit die traditie is

**het kerstpakket** ontstaan.

De ultieme kerstverlichting is natuurlijk gewoon een **sterrenhemel**.

# COMPLEET GENIETEN



Hotel de Leijhof  
EST. Oisterwijk 1874

EST. 1874  
**THE 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](http://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.

Heusdensedaan 7 Oisterwijk  
+31 (0)13 523 1123  
[www.leijhof.nl](http://www.leijhof.nl)



*Groeten uit Oisterwijk*

# Bovenooglidcorrectie

Bij ons kost de (dubbele) bovenooglidcorrectie € 520,-

Wij voeren reeds vier jaar met veel succes bovenooglidcorrecties uit. Naast het feit dat wij heel veel complimenten krijgen voor de kwalitatief goede operaties (ook door oogartsen), doen wij het ook voor een zeer aantrekkelijke prijs.

**Het is absoluut niet nodig om naar een speciale kliniek of naar het ziekenhuis te gaan!**



## Waarom zou u door ons uw ooglidcorrectie laten uitvoeren?

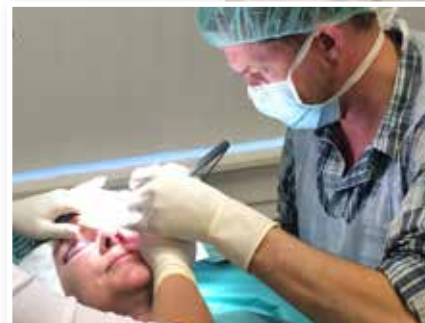
- Zeer ervaren huisarts in het opereren van bovenoogleden
- Gratis intake en uitgebreide informatievoorziening
- U wordt door ons niet behandeld als een nummer
- Gezellige, rustige sfeer
- We kunnen relatief goedkoop de operatie uitvoeren
- Er mogen altijd (max. 2) personen (familie, vrienden) aanwezig zijn als wij de operatie bij u uitvoeren
- Duidelijkheid in wat we doen voor, tijdens en na de operatie
- Geen 'addertjes onder het gras'

Dokter van Loenen heeft een aparte opleiding gevolgd om de bovenooglidcorrectie uit te kunnen voeren (bij huisartskliniek.nl), zoals onze beroepsgroep ook wenst. U kunt veel recensies over ons lezen op zorgkaartnederland.

Op onze Media-pagina staat een kort filmpje over Medisch Centrum Zaan Zorg, waar u ook dokter van Loenen een ooglidcorrectie ziet uitvoeren. (Let op: Vaak wordt er door klinieken negatieve informatie verstrekt over opererende huisartsen in het algemeen. Erg flauw, maar wij snappen dat als huisarts heel goed! U kunt bij ons voor veel minder geld terecht, met net zo'n goed resultaat!)

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

Zoekt u informatie over andere operaties die wij uitvoeren? kijk op [www.huisartsvanloenen.nl/](http://www.huisartsvanloenen.nl/) chirurgische-ingrepen



Nieuwe  
outlet  
meubels



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

[www.kringloop-boeldag.nl](http://www.kringloop-boeldag.nl)

complete woningontuiming • verhuizingen

Openingstijden:

ma-za 10.00-17.00 uur

**Heeft u spullen over?**

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

**Kringloopwinkel Boeldag**

Breedweer 41, Koog aan de Zaan | 075-6312090

[info@kringloop-boeldag.nl](mailto:info@kringloop-boeldag.nl) | [www.kringloop-boeldag.nl](http://www.kringloop-boeldag.nl)

# DAGJE UIT AMSTERDAM LIGHT FESTIVAL



Tot 19 januari worden tijdens het Amsterdam Light Festival de grachten in Amsterdam opgesierd door de beste lichtkunstenaars uit binnen- en buitenland. Dagelijks van 17.00 tot 23.00 uur ziet u de mooiste projecties langs de rivier de Amstel of langs de schitterende grachten in het centrum. Via meerdere routes is het festival varend, fietsend en wandelend te beleven. U kunt dit op eigen gelegenheid doen of door een tour te boeken bij één van de official partners van het festival. Deze bieden zowel fietstours als wandeltochten met gids aan. Alle kunstwerken zijn de gehele periode verlicht en u kunt stemmen op uw favoriete kunstwerk.

Kijk voor meer informatie op  
[www.amsterdamlightfestival.com](http://www.amsterdamlightfestival.com)

## FILMPJE KIJKEN APRIL, MAY EN JUNE

Als de ernstig zieke moeder van April, May en June, drie halfzussen met drie verschillende vaders, zich realiseert dat ze niet lang meer te leven heeft, roept ze haar dochters naar huis. Ze kan dit leven pas met een gerust hart verlaten als ze weet dat er goed gezorgd zal worden voor haar autistische zoon Jan. Maar dan merken de zussen dat ze de laatste jaren nogal van elkaar en hun broer vervreemd zijn. De vier zullen elkaar opnieuw moeten leren kennen, willen ze elkaar tot steun zijn in de moeilijke tijd die komt.

**APRIL, MAY EN JUNE draait vanaf  
19 december in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

## 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 doorheb 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](http://www.loselkesudokuop.nl)

# Waarom Hizi Hair Assendelft?

Bij de Hizi Hair kapsalon in Assendelft kun je 6 dagen per week terecht voor het knippen, kleuren, verzorgen en stylen van je haar. Ook iedere laatste zondag van de maand zijn we geopend. We hebben ruime openingstijden en je kunt vooraf een afspraak maken net wanneer het jou goed uitkomt.

Onze haarstylisten en kleurexperts gaan met passie te werk en zijn op de hoogte van de laatste trends, technieken en haar behandelingen. Je krijgt altijd een persoonlijk advies over het kapsel dat het best bij je past. Wij vertrouwen al jaren op Kérastase, Olaplex en L'Oréal Professionnel voor de verzorging, kleur en styling van jouw haar. Voorafgaand maken we altijd een prijsafspraken, dus geen verrassingen achteraf. Bovendien geven wij 100% garantie op mooi haar en onze producten.

Een bezoek aan Hizi Hair Assendelft is echt een momentje voor jezelf met de ontspannende wasmassage in een massagestoel. Ons team van kappers staat altijd voor je klaar om ervoor te zorgen dat je met mooi haar en een opgefrist gevoel onze kapsalon uitloopt.

**Maak je afspraak bij Hizi Hair Assendelft en ervaar zelf waarom wij zeggen: iedere dag mooi.**



Kaaikhof 19, Assendelft  
0756573570  
hizihair54@gmail.com  
[www.hizihair.nl](http://www.hizihair.nl)

## JOUW PERSOONLIJKE HIZI HAIR CARD

Met je persoonlijke Hizi Hair Card profiteer je in onze kapsalons en in onze webshop van vele voordelen. Zo krijg je altijd 10% korting op je haarbehandeling en 30% korting op de professionele haarproducten.



COLUMN/WILLY KLOOSTERBOER

# Goede voornemens

En dan is het alweer december. De feestmaand en tevens de laatste maand van een jaar dat weer voorbijgevlogen is. En dan ga je in december al wel een beetje nadenken over het nieuwe jaar. Wat ga ik volgend jaar anders of beter doen?

Deze maand hebben die goede voornemens toch nog geen zin. We eten veel meer, we drinken een glaasje te veel en stoppen met roken is nu al helemaal niet aan de orde. Iets wat in januari vast wel gaat lukken.

Wat veel mensen niet weten, is dat al deze goede voornemens ook effect hebben op de gezondheid van ons gebit. Dus mocht u denken aan een dieet, minder snoepen of stoppen met roken is het ook heel fijn en ondersteunend om jezelf te belonen met een bezoek aan de mondhygiënist. Ik kan wat goede tips geven om het nog langer vol te houden en het gebit reinigen, zodat dat ook een stimulans is om door te gaan. Misschien ook iets om te overdenken in december. Bel mij gerust voor een afspraak in januari.

## Fijne feestdagen!

**Uw behandeling bij de mondhygiënist wordt geheel of gedeeltelijk vergoed uit de aanvullende tandartsverzekering en dat van uw kind tot 18 jaar uit het basispakket (zonder eigen risico kosten).**

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



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

# Hoe

....anders is Professioneel Systeem Skincare  
vergeleken met andere topmerken?

De technologie achter onze **Professionele Skincare geeft onmiddellijk resultaat.**

Cliënten kunnen direct tijdens de Treatment het verschil zien in textuur, stevigheid en glans van hun huid. Zodra we het juiste systeem hebben gevonden ben je verslaafd...

**Hoe verzorg je je huid, als die tekenen van ouder worden gaat vertonen?**

Geen huid redt het zonder een goed thuisverzorgings-systeem.

**Wij adviseren Synergie Systeemverzorging aan al onze cliënten,**

om een optimaal resultaat na Treatments te behouden en tussen Treatments te verbeteren.

Synergie Systeemverzorging heeft een klein moleculaire structuur zodat de werkstoffen diep in de levende cellaag aankomen om daar de huid te stimuleren, collageen aan te maken, elasticiteit te bevorderen en structuur te verfijnen.

**Wie is de ideale cliënt voor Professionele Synergie Systeemverzorging?**

Iedereen die merkt dat haar of zijn huid achteruit gaat is geschikt voor onze Synergie Systeemverzorgings Skincare lijn. Onze Skincare dient voor Herstel, Hydratatie, Balans, Verstevinging, Overpigmentatie, Verzachting, extra Volume en andere Huidcondities, die wij kunnen behandelen naar jouw specifieke behoeftes.

**Hoe kies je nou de juiste lijn voor jouw huid?**

Wij helpen je graag met het bepalen van jouw huidtype en de verzorgingslijn die het beste bij je past en het meeste voor je doet.

**Als je het Professionele Synergie Systeemverzorging gebruikt is het dan raadzaam om te wisselen van producten?**

Ja zeker, op verschillende tijden in het jaar ervaren we weersveranderingen. Ook als we reizen of stress hebben, bij zwangerschap of in de overgang zijn, heeft onze huid andere behoeftes.

**Skincare op maat:**

Professioneel Systeem Skincare Treatments biedt enorm veel combinatiemogelijkheden om de individuele behoeftes van iedere cliënt te vervullen, denk aan Injectables, Laser Treatments, Asian Green Peel met natuurlijke kruiden bij Overpigmentatie, Bio Face Lifting, Gold Infusion, Zuurstof, Meso, Myo, Hairstrokes / Microblading.

**Nieuwsgierig?**

Maak een afspraak voor een vrijblijvend gratis consult met een van onze specialisten.

W. SYLVIAVANKUIJK.NL T. 075 642 3332  
Lisboa 26 | 1531 BN | Wormer | Gratis Parkeren

ANTI AGING CENTER  
**SYLVIA VAN KUIJK**

*when you are  
ready for more results  
in 2020!*

**Wij wensen jullie  
liefdevolle  
feestdagen!**

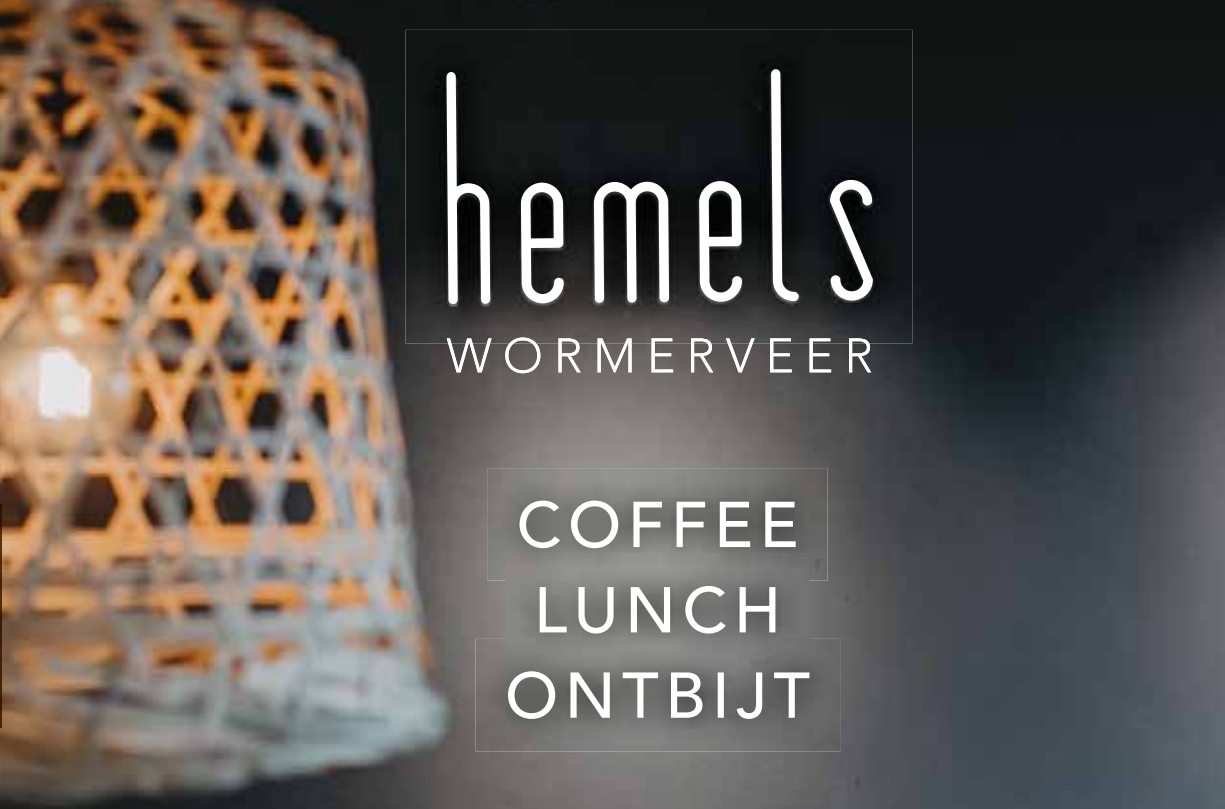


# Golden days!

December is zo'n maand met een gouden randje. De maand van glitter & glamour, gezellige feestjes en cadeaus. Maar oh jee, wat moeten we dit jaar weer geven? Get inspired!

1. Flowerbomb Eau de Parfum Limited Edition Christmas 2019, € 124,- [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
2. Kneipp Beauty Geheim douche foam, € 8,49 [www.kneipp.nl](http://www.kneipp.nl)
3. Le Male Eau de Toilette van Jean Paul Gaultier, € 92,35 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
4. Crème de Corps Whipped van Kiehls, € 16,- [www.kiehls.nl](http://www.kiehls.nl)
5. False lashes all the jingle ladies van essence, € 2,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)
6. Palette Only You van Ici Paris, € 10,95 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)

7. Cellglow Luminous Tint Concentrate van Helena Rubinstein, € 119,99 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)
8. Ambiance Trigger Pomander 500 ml, € 59,- van Zenology [www.zenology.com](http://www.zenology.com)
9. Time Hand Cream van Ici Paris, € 5,55 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)
10. Soap & Glory Make Your Smooth Box van Boots, € 5,99 [www.boots.com](http://www.boots.com)
11. Festive Bauble van Molton Brown, € 18,- [www.babassu.nl](http://www.babassu.nl)
12. Palet Goldenland van Guerlain, € 78,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)



hemels  
WORMERVEER

COFFEE  
LUNCH  
ONTBIJT

hemels wormerveer



ELKE DAG OPEN VAN 9.00 TOT 17.30 UUR



ZONDAG  
**X-MAS**  
SHOPPING

15, 22 & 29 DECEMBER



**SAENKANTER**

**WORMERVEER**

MEN WOMEN SUITS SMOKINGVERHUUR

# Beleef de kerstsfeer in de gezellige Hanzestad

Wil jij deze winter nog een leuk dagje weg plannen? Denk dan eens aan Zutphen. De stad heeft een prachtig historisch centrum met eeuwenoude monumentale panden, hippe en eigentijdse winkels en fijne koffie- en lunchplekjes. Alles op loopafstand van elkaar! Laat je deze winter verbazen door het betoverende Zutphen!

# Zutphen



## SHOPPEN

In het sfeervolle centrum van Zutphen vind je eigentijdse shops en originele boetiekjes. Let tijdens het winkelen ook eens op de mooie gevels in de straten en steegjes. De stad is rijk aan vele oude panden. De historische binnenstad staat in contrast met de moderne winkels. Dit maakt shoppen in Zutphen tot een beleving waar je niet snel op uitgekeken raakt.

Op onze website [WWW.ZUTPHENBRUIST.NL](http://WWW.ZUTPHENBRUIST.NL) vind je diverse bruisende ondernemers uit Zutphen en omgeving die je alles kunnen vertellen over hun bedrijf. Breng hen zeker een bezoekje als je in de buurt bent.



**NOTEN & ZO**  
Aan Noten & Zo loop je niet zomaar voorbij. Zodra je de winkel nadert, komt de geur van versgebrande noten je tegemoet. Je koopt er ook authentieke Italiaanse pasta, verse olijven en er is zelfs olijfolie van de tap. Je vindt er dus alles voor een gezellig avondje met vrienden of familie. [www.notenzenzo.nl](http://www.notenzenzo.nl)

## CULTUUR

Als je een dagje naar Zutphen gaat, kun je niet om de Walburgiskerk heen. Het klassieke interieur neemt je eeuwen mee terug in de tijd. Vanaf 13 december is één van de grootste kerken van ons land in kerstsferen gehuld. Minstens vijftien organisaties laten zich van hun beste kant zien door middel van een door hen versierde kerstboom. Tijdens het Sprookjesfestival en op 15 december kan de kerk in sprookjesachtig licht worden bezocht.

## SPROOKJESSTAD

Op zondag 15 december verandert de binnenstad van Zutphen in een sprookjesboek. Op vele plekken in de stad kom je sprookjesfiguren tegen, zoals Sneeuwwitje, Doornroosje en Belle en het Beest. Geniet tijdens het kerstshoppen van de magie van Sprookjesstad Zutphen.



## STADS- WANDELING

Doordat Zutphen kleinschalig is, verken je de stad het beste te voet. Slenter door de hippe winkelstraten, ontdek het historische centrum en laat je verrassen door de vele



bijzondere steegjes en hofjes. Wandel op eigen houtje door de stad of kies voor een van de vele themawandelingen of een stadswandeling met gids.

## BEREIKBAARHEID

Zutphen is goed bereikbaar met het openbaar vervoer. De trein stopt praktisch in het centrum. Kom je met eigen vervoer? Er is volop parkeergelegenheid en je kunt je auto tot vlak bij de winkels parkeren. Je fiets stal je gratis in de bewaakte fietsstalling onder het NS-station. Zutphen is trouwens de perfecte uitvalsbasis voor een fietstocht. Vanuit het centrum stap je zo op de pedalen voor een mooie tocht door de omgeving.

## WINTERS DAGJE ZUTPHEN

Deze winter is er van alles te beleven in Zutphen. Wat dacht je van een unieke tocht door de stad met een historische paardentram, een beklimming van de Wijnhuizenstoren voor het allermooiste uitzicht over Zutphen en kerstshoppen in de gezellige winkelstraten. Na een dagje in de frisse buitenlucht warm je op met een glühwein of warme chocomel op een van de gezellige markten.



Met 37 uitgaven is Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland, België en Spanje. Naast de glossy uit jouw regio, brengen we ook een stadsmagazine uit in Zutphen. JA, OOK ZUTPHEN BRUIST!



Microblading is een manuele 3D semi-permanente make up technologie. Met een microbladingpen wordt er handmatig pigment in de bovenste huidlaag aangebracht.

# Altijd mooie wenkbrauwen



Door deze techniek worden er als het ware echte haartjes nagebootst. Hierdoor ontstaat er een zeer natuurlijk effect.

Deze techniek is minder agressief voor de huid dan een tatoeage met een elektrisch apparaat. Je kunt er een hele wenkbrauw mee creëren, maar ook enkele kleine stukjes mee aanbrengen om bepaalde delen van de wenkbrauw te corrigeren of te accentueren.

Afhankelijk van de celvernieuwing blijven de gemicroblade wenkbrauwen een aantal jaren zitten, maar deze zullen na verloop van tijd vervagen. Wij adviseren om na een jaar tot anderhalf jaar de wenkbrauwen te laten bijwerken (touch-up).

Wij werken met de pigmenten van MaxBrows (de pigmenten van MaxBrows zijn niet op dieren getest) en de per stuk steriel verpakte pennen.



Beauty & Body Clinic | Eigenaresse: Jennifer Bouwman

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



## Verdriet

**Normaal gesproken probeer ik in een column uw vragen te beantwoorden, maar deze keer heb ik een vraag aan u.**

Na een overlijden is het voor veel nabestaanden alsof de grond onder hun bestaan is weggevaagd. Ze hebben een vangnet nodig en dat net wordt gevormd door alle mensen om hun heen. Nou gebeurt er soms iets naars... iedereen komt naar de uitvaart, maar daarna komen mensen soms niet meer. Niet uit onwil, maar uit onmacht. Het is zo verschrikkelijk om alle verdriet te zien, dat mensen dichtslaan en niet meer weten wat ze moeten doen. Vriendschappen gaan eraan kapot, dat zou toch niet nodig hoeven zijn?

Bij deze doe ik een oproep aan u. Vraag uzelf eens af of u dit herkent. Of u iemand in uw omgeving heeft die u misschien zelfs wel een beetje ontloopt. Oogcontact vermijden in de supermarkt, omdat u echt niet weet wat u moet zeggen. Overwin uw schroom en bel, mail of schrijf een briefje... doe iets. Weet u niet wat u moet zeggen? Zeg dat u dat niet weet, maar dat u het vreselijk vindt. Luisteren is vaak genoeg, het verhaal moet 100 keer worden verteld. Weet u niet wat u moet schrijven? Schrijf dat u

## COLUMN/LIGHHART UITVAARTZORG

geen woorden weet, maar dat u wel wilt laten weten dat u in gedachte bij hen bent. Weet u niet wat u moet doen? Bied aan om te koken, het gras te maaien of op een vast tijdstip samen te gaan fietsen. Trouwens... er zijn er vaak al genoeg.

Toegegeven, rouwenden zijn vaak moeilijk om mee om te gaan, ze geven zelf niet aan hoe het met ze is. Maar dat komt omdat ze het niet kunnen. Dat hoort bij rouwen. Ze ontvangen graag 100 telefoontjes per dag, maar zijn niet in staat om terug te bellen. Ze krijgen graag iedere dag post, maar kunnen het niet opbrengen terug te schrijven. Ze krijgen graag bezoek, maar zijn soms liever alleen. Rouw is voor iedereen anders en het kan jaren duren voor de scherpste kantjes er een beetje af zijn. Aan hen die rouwen de taak om aan te geven wat ze nodig hebben, aan hen eromheen de taak om vol te houden.

### ZONDER LIEFDE IS ER GEEN ROUW

Er zijn veel dingen die je kunt aandragen zoals het boek 'Rouwen is ♥ werken' Het is geen leesboek. Het is een verwerkingsboek. Het geeft ruimte aan emoties en verdriet.

**Voor ideeën en tips: het boekje 'Wat kan ik voor je doen?' van Karin Kuiper.**

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

06 - 34 76 89 26

 @mirelledraaijer  lighthartuitvaartzorg

# Samen **SPORTEN** in de buitenlucht



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



**ACTIEF BEWEGEN  
EN SPORTEN MET  
PLEZIER**

Nu ook  
trainingen in  
**Assendelft!**

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

Bootcamp Zaanstreek | 06-38334512 | [www.bootcampzaanstreek.nl](http://www.bootcampzaanstreek.nl)

## *Kleinschalige dagbesteding met een doel*

Zoek je een fijne, zinvolle of creatieve dagbesteding in de Zaanstreek voor gezelligheid of voor wat structuur in je dag? Zoek dan niet verder en meld je aan bij Ydee Atelier in Zaandijk.

### **VEILIGE PLEK**

“Wij bieden dagbesteding op kleinschalige en huiselijke manier. Een veilige plek waar iedereen vanaf achttien jaar welkom is om gezamenlijk heerlijk creatief bezig te zijn. Van schilderen tot haken en van houtbewerking tot macramé. Onze doelgroep is dan ook ontzettend divers, van ouderen tot mensen die bijvoorbeeld kampen met levensfase problematiek. Maar ook mensen met een verstandelijke beperking of een afstand tot de arbeidsmarkt. Voor iedereen hebben wij wel iets passends te doen.” Voor elk dagdeel dat cliënten hier werken, krijgen ze een vergoeding van € 4,-.

### **WINKEL**

En dat doen omvat bij Ydee Atelier niet alleen het creatief bezig zijn. “Alles wat in ons atelier wordt gemaakt, verkopen we ook in onze eigen winkel. Het is dus echt dagbesteding met een doel en ook het helpen van klanten en bijvoorbeeld etaleren kan tot die dagbesteding behoren. Maar net wat jij het liefste doet en waarin jouw talenten het best tot hun recht komen.”

**Nieuwsgierig? Kijk dan eens op onze website:  
[www.ydeeatelier.nl](http://www.ydeeatelier.nl) of kom eens gezellig langs in de winkel!**

Dagbesteding Ydee Atelier is momenteel geopend op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag, altijd onder de deskundige en enthousiaste begeleiding van activiteitenbegeleidster Yvonne Blokker.

**Dagbesteding Ydee Atelier is onderdeel van  
Maison Thuiszorg.**



Ydee Atelier | Guisweg 21-23, Zaandijk | 075-6151447 | [www.ydeeatelier.nl](http://www.ydeeatelier.nl)

## Crematieverzorging met visie



Cremeren  
€429,-

Damsluisweg 29 Almere  
[www.cremaere.nl](http://www.cremaere.nl)

### Uw crematie groen en voordelig

Ons crematorium behoort tot de goedkoopste en meest milieubesparende crematoria van Nederland.

Cremaere, voor een duurzame crematie!

Bel ons  
036 737 04 32

Maandag t/m vrijdag  
9.00 tot 20.00  
zaterdag 9.00 tot 16.00

## Weer in balans

Alles wat Manon in haar praktijk doet, heeft als doel ervoor te zorgen dat haar cliënten op alle vlakken weer volledig in balans komen.

### Angststoornissen?

Er zijn 2 soorten angsten: reëel en irreëel. Zodra de angst uw leven gaat beheersen, blokkeert deze angst alle blijheid van het leven. Dit noemen wij een angststoornis.

Manonconsulting heeft de kwaliteit om de kracht van de negatieve angst te verminderen, zodat de gevoelsbeleving sterker wordt en u de controle krijgt over uw angst.



### Nieuwsgierig of ik iets voor jou kan betekenen?

Neem dan een kijkje op mijn website of bel me eens voor de mogelijkheden.

### Adviesbureau Manon Consulting

Manon Carolina Steggerda | Brikstraat 49, Zaandam  
06-15091833 | [www.manonconsulting.nl](http://www.manonconsulting.nl)

# Snelle feestelijke look!

LOOKING/GOOD

Het einde van het jaar komt in zicht en de feestdagen staan voor de deur. Heerlijk, die gezellige avonden, maar het kan ook veel cadeau-, kleding- en make-upstress opleveren. Wij helpen je met een snelle feestelijke look.



### GEZELLIG ETEN MET FAMILIE

Vier jij eerste kerstdag met een familielid? Met een classic look zit je helemaal goed. Het ziet er mooi uit, maar is niet té opvallend. Geef je classic look een extra feestelijke touch met een Strobing Stick. Strobing is een vrij simpele techniek waarbij je highlighter aanbrengt op die delen van je gezicht waar het licht van nature op terecht komt, zoals je jukbeenderen, neusbrug, kin en wenkbrauwbot.

### FEESTJE MET VRIENDEN

Bij tweede kerstdag hoort een feestje met vrienden. Je look mag iets spannender zijn dan op dag één. Ga bijvoorbeeld voor smokey eyes die je ogen extra laten opvallen. Gebruik hiervoor mooie oogschaduw met lichte en donkere tinten en vergeet ook de glitters niet!

### HAPPY NEWYEAR PARTY

Op oudjaarsavond maak je een statement met mooie donkere make-up. Denk hierbij aan een mooie lipstick in een diepe, donkere kleur. Wedden dat deze avond alle ogen op jou gericht zullen zijn?

Met deze tips zie jij er gegarandeerd op je allerbest uit tijdens de feestdagen. Welke look ga jij uitproberen?

# Verlies 7 centimeter in 7 dagen

Wil jij in korte tijd, centimeters vet kwijtraken? En een zichtbaar strakkere huid? Ga dan naar By Nesli Bodycare. Met gebruik van de Eximia HR77 Platinum zorgen zij voor verbluffende resultaten.

Dit gebeurt geheel pijnloos en zonder operatie.

In de regio boven Utrecht is By Nesli Bodycare de enige specialist die gebruik maakt van dit unieke apparaat.

Bel naar  
06 44 45 38 67  
en plan een  
gratis intake!



## Zo werkt het

De Eximia HR77 Platinum werkt met 4 verschillende applicatoren. Elk met een eigen functie die bijdraagt aan het uiteindelijke resultaat. De machine werkt bijvoorbeeld met infrarood straling, pijnloze geluidsgolven en een vacuümsysteem. Bij elke behandeling wordt een vaste routine gebruikt voor een optimale werking.

IK GELOOF NIET SNEL IN  
APPARATEN DIE HELPEN OM  
AF TE VALLEN, MAAR DEZE  
METHODE WERKT ÉCHT!"

## Verbluffende resultaten

Tijdens een traject bij By Nesli Bodycare raak je in één tot twee weken 40% aan vet kwijt. Daarnaast helpt de behandeling ook om striae, littekenweefsel, oedeem en cellulite te verminderen. Eximia is er dus niet alleen voor vetvermindering, maar ook voor een strakkere huid en gezichtsbehandeling. Zowel vlekken als rimpels zijn na enkele behandelingen niet

meer te zien. Zelfs littekens worden 80% minder. Ook verbeteren de huidstructuur en doorbloeding en wordt huidveroudering tegengegaan. Je krijgt bij de behandeling altijd een natuurlijke crème mee die de huid extra verzorgt. Dit draagt bij aan nog betere resultaten.

## Gratis intake tot eind januari

Van jong tot oud en zowel mannen als vrouwen zijn welkom bij By Nesli Bodycare. Voor de behandeling van start gaat, vindt er altijd eerst een intake plaats. Tijdens deze intake worden jouw doelen besproken en krijg je advies over de mogelijke resultaten die jij kunt bereiken. Tot en met eind januari is de intake gratis. Wees er dus snel bij om een afspraak in te plannen!



Olifant, buffel, neushoorn, luipaard en leeuw

# Spot jij de *Big*

De Big Five zien tijdens een reis door Afrika, staat het ook op jouw bucketlist? Bij ons wel! Het kan echter knap lastig zijn om deze dieren in het wild tegen te komen. Wij hebben een aantal tips opgesteld om de kans te vergroten deze vijf dieren tegen te komen.



De term Big Five komt uit de tijd van de 'big game' jagers. Tot deze groep behoorden de vijf lastigste, grote wilde dieren om op te jagen. Tegenwoordig wordt er gelukkig vooral nog met de fotocamera op de dieren gejaagd. De Big Five bestaat uit de olifant, neushoorn, buffel, leeuw en luipaard en heeft de naam te danken aan de grootte en gevaarlijkheid van de dieren.

## Wildpark kiezen

De keuze voor het juiste wildpark is essentieel als je de Big Five wilt zien. Deze dieren zijn namelijk niet in alle wildparken aanwezig. Geloof ook niet zomaar alles wat reissites beloven. Prachtige accommodaties zijn leuk, maar geven geen garantie om de dieren te zien. Vanuit je accommodatie ga je met een safarivoertuig op pad om de dieren te zoeken. Doordat de dieren gewend zijn aan de auto's kun je vaak heel dichtbij komen.

Kies voor een gebied waar alle kampen en lodges actief betrokken worden bij het natuurbehoud en bescherming van de dieren. Om je kansen op het spotten van de Big Five te vergroten, boek je bij een organisatie waar rangers



# Five?

en parkscouts in contact staan met het hoofdkwartier. Zij hebben een goede kijk op waar de dieren zich bevinden, wat de kans om ze tegen te komen flink vergroot.

## In de buurt van water

Vaak is de beste plek om de Big Five en andere wilde dieren te spotten in de buurt van water. Water is immers nodig om te overleven, vooral in de winter wanneer het

schaars is. Ga daarom eens op zoek naar de dieren in de buurt van rivieren en waterpoelen.

Zelfs met deze tips is er geen garantie dat je alle dieren van de Big Five gaat zien, maar de kans is wel stukken groter. En wanneer je dan echt oog in oog staat met een van deze wilde dieren, is dat een ervaring om nooit meer te vergeten!

• BEN JIJ AL OP  
• SAFARI GEWEEST?  
• HET IS EEN  
• VERSLAVING DIE  
• NOOIT VERVEELT

BRUIST

De ultieme  
kerstverlichting is  
natuurlijk een  
*sterrenhemel*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

## Alledaags & Bijzonder


Voor klussers, kunstenaars en snuffelaars


Winkel van Alledaagse & Bijzondere  
spullen van vroeger tot nu!

**Met o.a.:** Keukenspullen, meubelen, witgoed, kristal,  
gereedschap, woonaccessoires, boeken, cd's, dvd's,  
lp's, audio, bestek en servies

Ook hebben wij **VINTAGE DESIGN**  
accessoires en meubelen uit de  
jaren '50 t/m '80



 Zuideinde 142, Koog aan de Zaan

 **Geopend:** Woensdag t/m zaterdag - 10:00 t/m 17:00 uur  
[www.alledaagsenbijzonder.nl](http://www.alledaagsenbijzonder.nl)

# Heerlijk eerlijk eten

in een authentieke setting

DAGHAP  
€ 11,50  
WOENSDAG EN  
DONDERDAG

Geniet van onze **wekelijks wisselende daghap** of  
één van onze andere **eerlijke streekgerechten!**

**Open voor lunch, borrel en diner.**

Maandag: gesloten

Dinsdag, woensdag en donderdag: 11.00-23.00 uur

Vrijdag en zaterdag: 11.00-01.00 uur

Zondag: 16.00-23.00 uur

**Eetcafé De Herinnering**

Zaanweg 93-94 | Wormerveer | 075-6153630



# Wat heb jij gedaan met je tijd?

2019 is bijna voorbij. Wat heb jij gedaan dit jaar? Wat heb jij gedaan met je tijd? Het is niet dat je te weinig tijd hebt. Misschien weet je er niet goed mee om te gaan. Misschien kun je geen prioriteiten stellen, kun je niet de juiste keuzes maken, durf je geen 'nee' te zeggen.

Het enige wat je hoeft te doen, is beslissen wat je doet met de tijd die je is gegeven. Wijze uitspraak van Gandalf (Lord of the Rings). Hoeveel zomers heb je nog te gaan? Hoe vaak zul je nog kerst vieren?

Neem eens een paar minuten de tijd om er met aandacht over na te denken. Wat heb jij het afgelopen jaar gedaan met je tijd?

We hebben allemaal dezelfde hoeveelheid tijd. Het is dus van belang hoe jij ermee omgaat. En onthoud: dit leven heeft een deadline. Je toekomst wordt elke dag korter. Geniet van elk moment.

Hasta la proxima.

*Michael Pilarczyk*

[www.meditationmoments.com](http://www.meditationmoments.com)

COLUMN/MICHAEL PILARCZYK



Foto Ralf Czogallik



# HÉT HOTEL ★★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI  
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit 4 sterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!  
Jouw vakantie  
begint hier!*



# GEEF JE KRULLEN WAT ZE VERDIENEN: CURLSYS®!

## EEN KNIPTECHNIEK MET RESPECT VOOR JE KRULLEN

Wil je je krullende haar op een goede, professionele manier geknipt hebben? Kies dan voor een CURLSYS®-knipbehandeling. Bij een CURLSYS®-behandeling wordt gekeken wat voor soort krul je hebt, en wat deze nodig heeft om het best tot zijn recht te komen (ondersteuning, lucht, volume etc). We knippen je krullen met gepatenteerde scharen die speciaal ontwikkeld zijn voor het knippen van krullend haar.

## JARENLANGE ERVARING

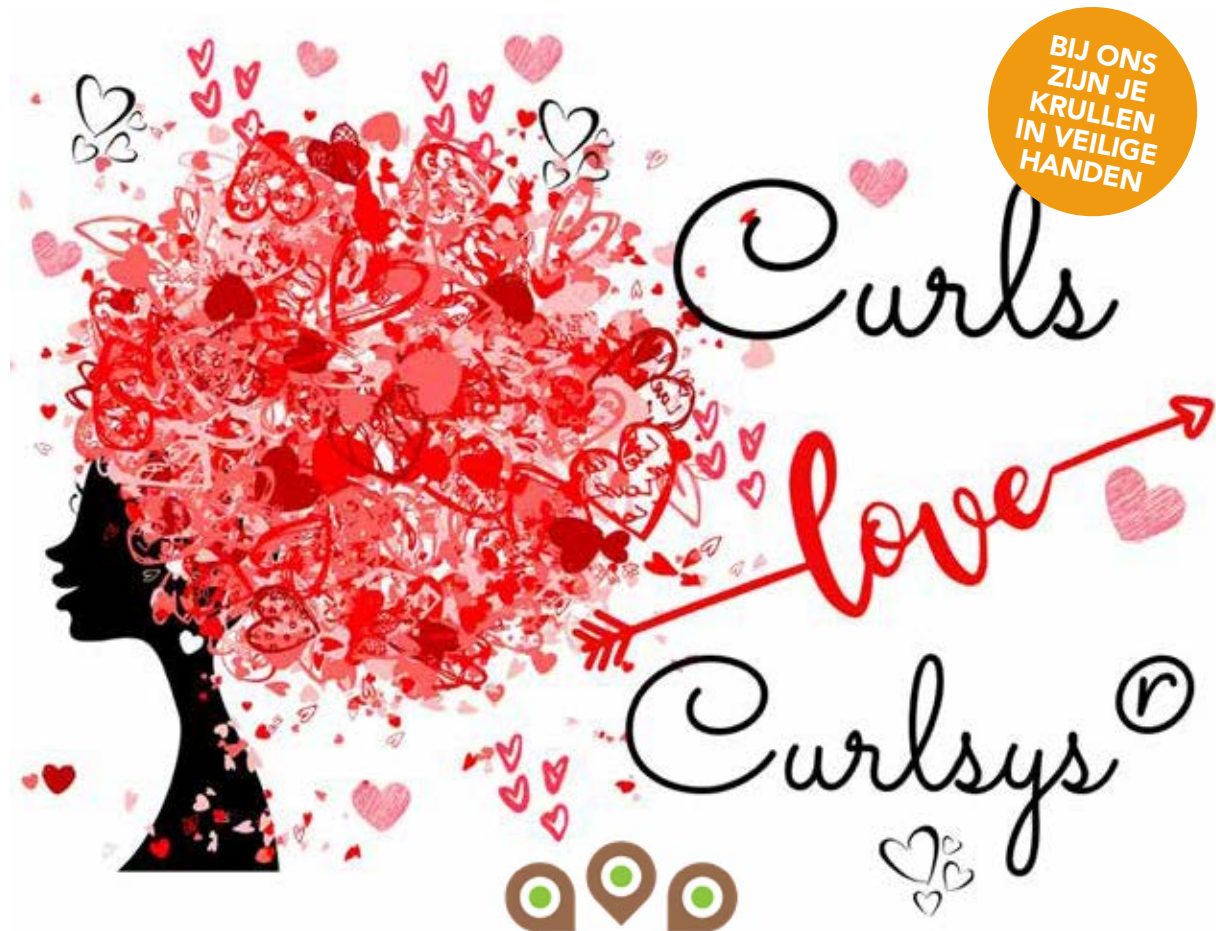
Inmiddels hebben we al meer dan 15 jaar ervaring met CURLSYS®, en dankzij intensieve trainingen en continue bijscholing zijn we inmiddels CURLSYS® Masterclass Salon. Spreek eens af voor een CURLSYS®-behandeling, en verbaas je erover wat wij voor je krullen kunnen betekenen.

Kijk op onze website voor meer informatie en foto's en het maken van een afspraak ([leeringenpartners.nl/kapsalon/curlsys/](http://leeringenpartners.nl/kapsalon/curlsys/)).

VOOR



NA



LEERING EN PARTNERS  
GOED VERZORGD

Bruist wenst alle  
lezers fijne

*feestdagen*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



**DOE EENS ANDERS  
GEEF EEN BRIL KADO**

**Visionals, de opticien waar  
persoonlijke aandacht  
vanzelfsprekend is!**

**Kom eens langs en laat  
u verrassen, en uiteraard  
staat de koffie voor u klaar**

**[www.visionalsoptiek.nl](http://www.visionalsoptiek.nl)**

**WIJ ADVISEREN DE BESTE KIJKOPLOSSINGEN!**

**VISIONALS - Winkelcentrum Westerwatering - Langeweide 107 - Zaandam**

**VERGEET UW ZORGBIJDRAGE  
2019 NIET OP TE NEMEN**



## SAAR (15) VOELDE ZICH EENZAAM, MAAR NU NIET MEER

“Op school werd ik gepest. Ik hoorde nergens bij en voelde me vaak alleen. Ik vroeg me af waarom ze me niet leuk vonden. Mijn klasgenoten zeiden dat ik te druk was. Het maakte me verdrietig. Op een gegeven moment was het zo erg dat ik dacht dat het beter was als ik er niet meer zou zijn. Toen ik dat tegen mijn mentor vertelde, schakelde ze hulp in. Ook stelde ze voor naar Join us te gaan.”

Saar vertelt: “Ik zag er tegenop om te gaan, bang dat ik er niet bij zou horen. Niets was minder waar. Vanaf de allereerste avond hoor ik erbij en kan ik mezelf zijn. Bij Join us leer ik geen moeite te doen voor mensen die me niet accepteren. Ik zoek nu juist mensen op die bij me passen. Op school ben ik bevriend geraakt met een klasgenootje. Ik zag dat ze vaak alleen was en heb haar opgezocht. Het klikt enorm! Ik voel me veel beter nu.”



**In Nederland voelt 3 tot 14% van de jongeren zich chronisch eenzaam. Stichting Join us zet zich in voor deze jongeren en helpt hen sociaal sterker worden.**

**Voor meer informatie:  
[www.join-us.nu](http://www.join-us.nu)**

# December

## Ram 21-03/20-04

Dankzij de vele successen die je hebt geboekt, zal december optimisme brengen. Maar houd in je achterhoofd dat je hart laten beslissen niet altijd de beste oplossing biedt.

## Stier 21-04/20-05

Aan het eind van het jaar is het van groot belang dat je nadenkt over de dingen die je kan veranderen in het volgende jaar. Pas op, december kan een familieruzie brengen.

## Tweelingen 21-05/20-06

De laatste maand van dit jaar brengt goede verandering. Je kan je verheugen op een prettige tijd met je familie, je liefje en je vrienden. Alle sterren schijnen op jou.

## Kreeft 21-06/22-07

Aan het van het jaar zal elke Kreeft op zijn gezondheid moeten letten. Een actieve levensstijl helpt je in vorm te blijven en laat de stress uit je lijf los.

## Leeuw 23-07/22-08

De Leeuw is erg serieus, maar ook verantwoordelijk. Gebruik deze vaardigheden ook in je baan, waarmee je alles recht zet wat je in het verleden verkeerd hebt gedaan.

## Maagd 23-08/22-09

December brengt je een periode van zelfreflectie. Je zou een lijstje kunnen maken van je fouten en je successen en daarmee je doelen voor volgend jaar vaststellen.

## Weegschaal 23-09/22-10

Dankzij je carrièresucces heb je echt het gevoel dat je rust verdient. Als je niet goed weet hoe je je vrije tijd moet besteden, ga dan lekker sporten of opruimen.

## Schorpioen 23-10/22-11

Je hebt een realistische kijk op de wereld gedurende de maand december. Dit zou je kunnen tegenhouden in je spontaniteit. Wees niet bang om je serieuze masker af te nemen.

## Boogschutter 23-11/21-12

Het is de moeite waard om terug te kijken op het afgelopen jaar. Verzamel kracht voor het komende jaar. Als je erover denkt om die grote stap te nemen, is de tijd er nu rijp voor.

## Steenbok 22-12/20-01

De Steenbok heeft vaak de neiging om alles om hem heen onder controle te willen houden. Probeer in een goed daglicht te komen bij anderen door vriendelijk gedrag te tonen.

## Waterman 21-01/19-02

December brengt harmonie in je persoonlijke leven en in je carrière, dus hoef je niet te wachten op verandering op deze gebieden. Verre familie kijkt uit naar jouw komst.

## Vissen 20-02/20-03

Je bent in een zeer goede bui in december. Dat maakt je goed gezelschap. Door je inzet is je carrière stabiel en heb je hier geen omkijken meer naar.

# Effectief en blijvend afvallen

BRUISENDE/ZAKEN



LEUK VOOR  
ONDER DE  
KERSTBOOM OF  
ALS CADEAUTJE  
VOOR JEZELF!

## EASYSLIM.NU KOOKBOEK

Gezond eten is een essentieel onderdeel van gezond afvallen. Om te laten zien dat gezond eten ook lekker en afwisselend kan zijn, is er het Easyslim.nu kookboek. Dit kookboek is afgestemd op de behandelingen en is te koop bij zowel de vestiging in Zaandam als Amsterdam-Noord.

# afvallen

Lange tijd vocht Annemiek Hendrikse zelf tegen de kilo's. Ze probeerde verschillende diëten, maar niets leek te werken. Tot ze hoorde van Easyslim.nu. Ze besloot het gewoon eens te proberen en stond versteld van de resultaten.

Daarom verdiepte ze zich verder in de methode en enkele maanden later opende ze haar eigen Easyslim.nu vestiging in Zaandam. Later kwam daar ook nog een tweede vestiging bij, in Amsterdam-Noord.

## ZO WERKT HET

Bij de afslankstudio's van Easyslim.nu wordt gewerkt met een geavanceerd apparaat dat werkt met ultrasound, elektrostimulatie en lymfedrainage. "Ons apparaat zorgt ervoor dat je snel in omvang kunt verminderen en dat bovendien je huid niet slap wordt. Sterker nog: zelfs een reeds slap geworden huid, wordt weer strakker", aldus Annemiek Hendrikse, oprichter van Easyslim.nu Zaandam & Amsterdam-Noord.

## DE JUISTE BEHANDELING VOOR JOU

Annemiek legt uit: "De klant komt eerst voor een intake, waarbij we precies uitleggen hoe ons apparaat werkt en wat we verder kunnen betekenen. We luisteren naar wat de klant wil bereiken en vertellen hoe dit kan. We bespreken wat en hoe iemand zelf zijn eetpatroon kan aanpassen en stimuleren dat 'de knop' in iemands hoofd ook omgaat. Ook hebben we een maaltijd vervangende mix ontwikkeld: Easique®. Het is het complete pakket van onze diensten en producten wat Easyslim.nu uniek maakt en het is voor iedereen", zegt Annemiek enthousiast.

**Wil je meer weten? Neem dan eens contact op!**

BOEK DEZE  
MAAND EEN  
INTAKE + PROEF-  
BEHANDELING  
VAN €89,-  
VOOR €49,-



  
**EASYSLIM.NU**  
*Simpel, Snel, Slank!*

**Easyslim.nu Zaandam**

Eigenaresse: Annemiek Hendrikse  
Kleine Tocht 6A, Zaandam

**0610385420**

Zaandam@easyslim.nu  
[www.easyslim.nu/zaandam](http://www.easyslim.nu/zaandam)

# Gaastra

Shop nu  
online  
met 30%  
korting

NAUTIC FASHION.ONLINE  
is een Nederlandse  
online outlet van het  
maritieme en nautisch  
georiënteerde outdoor  
modemerk GAASTRA.

We richten ons op  
het aanbieden en  
leveren van deze  
stijlvolle producten  
voor outdoor-  
activiteiten tegen  
geweldige prijzen.



BRUIST  
*Deal*

**30% korting**  
PROMOCODE: BRUIST  
RESERVEER NU VIA  
NAUTIC FASHION.ONLINE

NAUTIC FASHION.ONLINE is  
een Nederlandse online outlet  
van het maritieme en nautisch  
georiënteerde outdoor modemerk  
GAASTRA.

We richten ons op het aanbieden  
en leveren van stijlvolle  
producten voor  
outdooractiviteiten  
tegen geweldige prijzen.

NAUTIC FASHION  
ONLINE

hello@nauticfashion.online  
NAUTIC FASHION.ONLINE



**Joël**  
**fashion**  
exclusieve mode



Zandweg 148 • 1531AT Wormer • 075 642 40 88  
[www.joel-fashion.nl](http://www.joel-fashion.nl)

FIONA OFMAN  
VAN



**Fiona's**  
KAPSALON & HAARWERKEN

WIL JIJ OOK VOLLER OF  
LANGER HAAR?

Dit is een manier van extensions die het haar niet beschadigt, met 100% echt Scandinavisch haar!

Heb jij last van gezondheidproblemen en daardoor dun haar? Wellicht heeft u recht op een vergoeding vanuit de verzekering.

**Nieuwsgierig?** Voor meer informatie, bel 06-24304074



**Eerlijk en vrijblijvend advies?** Neem dan contact op met Fiona van de Haarwerksalon via 06-24304074

Lambert Meliszstraat 29A Westzaan | 06-24304074  
[www.dehaarwerksalon.nl](http://www.dehaarwerksalon.nl)

## VRIS KAPPERS WENST U FIJNE FEESTDAGEN EN EEN STRALEND NIEUWJAAR!

U kent dat gevoel vast wel; u stapt de deur uit bij de kapper en voelt zich als geboren.

Zoekt u meer dan een alledaagse kapsalon? Dan is Vris Kappers in Krommenie de kapsalon van uw keuze! Krullen is onze specialiteit. Laat de herfstwind lekker door jou krullen waaien!

**Een afspraak maken kan snel online [www.vriskappers.nl](http://www.vriskappers.nl) of belt u gerust met onze salon. Wij helpen u graag voor het inplannen van een afspraak.**

WEIVER 4 - 1561 XD KROMMENIE - 075 640 80 90

[INFO@VRISKAPPERS.NL](mailto:INFO@VRISKAPPERS.NL) - [WWW.VRISKAPPERS.NL](http://WWW.VRISKAPPERS.NL)  
VOLG ONS OOK OP FACEBOOK & INSTAGRAM

VRIS  
KAPPERS

**MODEL:** LILIAN  
**HAAR & MAKE-UP:** MARIJKE MIN  
**FOTOGRAAF:** PKPHOTO

De een vindt het heerlijk om tijdens de feestdagen lang in de keuken te staan, de ander moet er niet aan denken. Hoor jij bij die laatste groep? Dan is dit makkelijke kerstmenu dé oplossing voor jou.

# Zalmcarpaccio met roomkaas

2 PERSONEN - 25 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

200 gr gerookte zalm (in dunne plakjes)  
rasp en sap van 1 citroen  
50 gr pijnboompitten, licht geroosterd  
paar takjes dille, fijngehakt  
2 eetl naturel roomkaas  
zwarte peper en zeezout  
4 eetl olijfolie  
handjevol waterkers  
zakje knoflookcroutons  
1 eetl kappertjes

Leg de plakjes zalm mooi op een bordje. Besprenkel de zalm met het citroensap, hierdoor gaat de zalm 'garen'. Doe de citroenrasp in een kom. Hak 30 gram pijnboompitten fijn en roer deze samen met de dille door het sap. Voeg de roomkaas toe en breng op smaak met peper en zout. Besprenkel de zalm met een beetje olijfolie en bestrooi met een klein beetje peper en zout. Leg een mooie schep van het roomkaasmengsel in het midden van de zalm. Verdeel wat waterkers, de knoflookcroutons, de kappertjes en overgebleven pijnboompitten eroverheen.



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

## OEPS, DE KALKOEN IS NOG BEVROREN.

Leg hem in de verpakking (of een plastic zak) in een pan met koud water. Vervang het water ieder half uur.



## GEEN DEEGROLLER BIJ DE HAND?

Vlees kun je plat-slaan met een pan. Om iets uit te rollen is de (wijn)fles je beste vriend.



62

## SCHIJFJES CHAMPIGNON NODIG

voor je kerstgerecht? Je snijdt ze eenvoudig met een eiersnijder.



VERS APPELSAP nodig voor je recept? Bevries een appel, laat hem weer ontdooien en je knijpt de zachte appel eenvoudig leeg.

# Varkenshaas met spek en appel

2 PERS - 25 MIN + 25 MIN OVENTIJD

## INGREDIËNTEN

300 gr varkenshaas  
1 eetl honing  
1 theel mosterd  
1 theel tijm  
7 plakken ontbijtspek  
2 appels  
snuf kaneel

Verwarm de oven voor op 200 graden. Meng de honing met de mosterd en de tijm en wrijf de varkenshaas hiermee in. Wikkel het ontbijtspek om de varkenshaas en verhit een koekenpan. Bak de varkenshaas circa 5 minuten rondom aan tot het spek iets knapperig is. Leg het geheel vervolgens in een ovenschaal. Snijd de appels in plakjes en bestrooi ze met een beetje kaneel. Verdeel de appels rondom het vlees. Zet de schaal nog 20-25 minuten in de voorverwarmde oven, afhankelijk van de dikte van de varkenshaas. Deze mag nog iets rose zijn van binnen.



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

## ZELF DIKKE FRITES MAKEN?

Snijd een aardappel met een appelsnijder en je hebt precies het juiste formaat.



VERSE MUNTBLAADJES haal je eenvoudig van het takje als je het takje door de gaatjes van een rasp trekt.



63

## IETS TE VEEL ZOUT?

Voeg dan een klontje suiker toe om de smaak te maskeren. Of kook een aardappel mee, het zetmeel neemt het zout op.



ROOMBOTER VOOR HET KERSTONTBIJT TE HARD? Snijd dunne plakjes met een dunschiller. Die smeert je eenvoudig uit op je broodje.



# Van Mossel Peugeot

*Wij verwelkomen u graag!*



PEUGEOT



[www.vanmossel.nl/peugeot](http://www.vanmossel.nl/peugeot)

*Altijd dicht bij u in de buurt: Alkmaar - Amstelveen - Amsterdam Noord - Amsterdam Zuidoost - Heemskerk  
Heemstede - Hoorn - Leiderdorp - Lisse-Hillegom - Purmerend - Zaandam*

# Van Mossel