

DRECHTSTEDEN 

MAART 2020 **GRATIS MEENEMEN!**  
[WWW.DRECHTSTEDENBRUIST.NL](http://WWW.DRECHTSTEDENBRUIST.NL)

# BRUIST

Ga jij voor  
*standaard?*

Hoera, het  
is bijna  
*lente!*



# VOOR HET ULTIEME BUITENGEVOEL



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



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

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



### KIJKJE IN ONS ASSORTIMENT

- Houtkachels
- CV houtkachels
- Gaskachels
- Pelletkachels
- Elektrische kachels
- Sierschouwen
- Plateaus
- Tuinhaarden





8



10



18



12



14



23

# COLOFON

**UITGEVER** Nederland Bruist B.V.  
Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout  
T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl  
www.nederlandbruist.nl  
f nederlandbruist

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Bjorn Gort  
**THEMATEKSTEN** Maaïke van Helmond  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Maaïke van Helmond

f Like ons op Facebook.com/drechtstedenbruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl  
of bel Rogier Jongerden, 06-47885009

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Drechtsteden 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 is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Foto: Ron Eskens  
soopictures.nl

Het is bijna zover... de winter gaat weer plaats maken voor de lente! En hoewel maart de buienmaand bij uitstek is, merk je aan alles dat we weer richting de warmere maanden van het jaar gaan. Heerlijk! Wat ons betreft kan dat voorjaar niet snel genoeg zijn intrede doen.

Voor veel mensen vormt het voorjaar dé aanleiding voor een grote schoonmaak in huis. Maar ook om het interieur eens goed onder de loep te nemen. Wordt het niet weer eens tijd voor wat nieuws?

## Bruisende lezer,

Voor iets anders dan anders? Dan kan maatwerk de oplossing zijn voor jou. Een kast of bijvoorbeeld deur op maat zorgt namelijk gegarandeerd voor een unieke en persoonlijke uitstraling. Daarover vertellen we je dan ook graag wat meer.

Zo blijven we je elke maand verrassen met de meest inspirerende verhalen. Met de lente in onze kop bruisen wij weer van de ideeën, net als alle ondernemers die ook deze maand weer hun verhalen met je delen. Zoek dus een heerlijk plekje in het (bijna) voorjaarszonnetje, sit back, relax en geniet van deze nieuwste editie van Bruist.

**Lea en Marcel Bossers**

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

# Inhoud

# 'Op maat gemaakt'

Deuren, je kunt ze in verschillende soorten en maten kopen. Standaardmaten welteverstaan. Maar wat nou als jouw huis geen standaard deurmaten kent? Of als je gewoon iets anders dan anders wilt? Maatwerk is het antwoord!

Vooral in oudere woningen willen de deurmaten nog weleens afwijken van wat tegenwoordig als standaard wordt beschouwd. Maar ook in modernere huizen met hoge plafonds is er allesbehalve sprake van standaardmaten. In dergelijke gevallen ontkom je er bijna niet aan om de hulp in te schakelen van een maatwerkspecialist die voor jou een deur op maat maakt.

## Uniek & persoonlijk

Groot voordeel daarvan is dat je de deur volledig af kunt stemmen op jouw wensen. Niet alleen de maat is immers aan te passen, maar ook het volledige uiterlijk van de deur. Het materiaal, de kleur, het deurbeslag, wel of geen glas (en wat voor glas). Je kunt het eigenlijk zo gek niet bedenken of er is vast wel iemand die het voor je kan maken. Maatwerk zorgt voor een unieke en persoonlijke uitstraling. Dat is dan ook meteen de reden waarom veel mensen toch voor deuren op maat kiezen terwijl ze gewoon een huis hebben met standaardmaten.

## Kasten op maat

En dat geldt niet alleen voor maatwerkdeuren, maar eigenlijk voor al het maatwerk in je woning. Zo kiezen ook steeds meer mensen voor maatwerkkasten die bijvoorbeeld perfect in die ene hoek in de woonkamer passen, of onder dat schuine dak in de slaapkamer, of in die nis in de gang, om maar wat voorbeelden te noemen. Helemaal nu kleiner wonen de trend lijkt te zijn, geven maatwerkkasten niet alleen een unieke touch aan je interieur, maar zorgen ze er ook nog eens voor dat je optimaal gebruik maakt van de beschikbare ruimte.

## Prijskaartje

Een belangrijke afweging is (tenzij maatwerk echt noodzakelijk is) of je er dat extra geld voor over hebt. Vaak hangt er namelijk wel een iets hoger prijskaartje aan een maatwerkdeur of -kast. Maar heb je dat er voor over, dan is maatwerk altijd een meerwaarde voor je interieur.

Ben jij ook op zoek naar maatwerk voor in jouw huis?  
Op [www.nederlandbruiist.nl](http://www.nederlandbruiist.nl) vind je altijd wel een maatwerkspecialist in jouw regio.

MAATWERK  
ZORGT VOOR EEN  
UNIEKE TOUCH

# Meer rust en ruimte in je hoofd

## CREËER EEN ANDERE KIIK OP JE EIGEN REALITEIT

Een Access Bars behandeling kan de bijzondere uitwerking hebben dat je meer ruimte voelt in je hoofd en in je leven. Door de verschillende punten in je hoofd te activeren ontstaan er ruimte en andere verbindingen. Door de tijd heen wordt er een hoop opgeslagen aan patronen en gedachten en dit kan ervoor zorgen dat je hoofd overloopt. Herken je dit? Dan is deze behandeling zeker iets voor jou!

## EEN CONTROLE ALT DELETE VOOR JE HOOFD!

Theoretisch uitgelegd kun je het vergelijken met het opschonen van de harde schijf van je PC. Er is te veel informatie opgeslagen waardoor je een trage werking en verwerking krijgt. Door je hoofd meer ruimte te geven ontstaat er meer rust en helderheid.

### Van der Linden Body & Mind Wellness

Hildy van der Linden | Johan de Wittstraat 160B, Dordrecht  
078 61 780 29 / 06 414 886 96  
info@body-mind-wellness.nl | [www.body-mind-wellness.nl](http://www.body-mind-wellness.nl)

## BEHANDELING VAN DE MAAND



### GRATIS INTAKEGESPREK

Wil je meer informatie over de behandeling en wat deze voor jou kan betekenen, voel je welkom voor een gratis intakegesprek! We informeren je graag.

Wat kan deze hoofdmassage onder andere voor je doen?

- Haalt stress weg
- Kalmeert je gedachte
- Verbeterd je gezondheid
- Meer gemak in ieder gebied van je leven
- Geeft je meer ruimte, zowel intern als extern



### HAUTE COUTURE

Stolichnaya Vodka vormt de basis voor de heerlijkste cocktails voor alle seizoenen. De Haute Couture wordt geserveerd met Stoli Cucumber, dry white vermouthe en komkommersliertjes op een spiesje. Voor wie het graag wat zoeter heeft, is de 'Strike A Pose' een aanrader. Dit is een lekkere mix van Stoli Vodka met vers limoensap, siroop en verse limoen. Enjoy! [www.stoli.com](http://www.stoli.com)



### LEKKER PITTIG

Al sinds 1994 brouwt de Scheldebrouwerij heerlijke karaktervolle biertjes. Probeer eens het heerlijke biertje Oosterstout. Dit pittige biertje kent een zoete smaak door karamel. Ideaal voor op een terrasje tijdens de eerste zonnestralen!

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

## 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.

# Het voorjaar hangt in de lucht!

win

### LEZERSACTIE

Maak nu kans op luxeuze huidverzorgingsproducten van MGC Derma

Het merk is ontwikkeld door experts op het gebied van natuurlijke huidverzorging en ze hebben gebruik gemaakt van de meest hoogwaardige ingrediënten.



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. #MGC naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### KLAAR VOOR ROKJESDAG

Dit voorjaar introduceert Wilkinson een nieuw lid uit haar Intuition-familie: de Intuition Complete.

Dit roze scheermes speciaal voor vrouwen heeft vijf Skin Perfect-mesjes en een slanke scheerkop, waardoor je nu nog makkelijker bij de lastig bereikbare plekjes komt. Zo zijn jouw benen, oksels en intieme delen in een handomdraai spring ready!

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



### LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 10 Hop On Hop Off tickets van Dordrecht Tours.

Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier. Aangeboden door:



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. #DORDRECHTTOURS naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### LEZERSACTIE

Maak kans op een Wilkinson Intuition F.A.B. scheermesje.

Dit systeem scheert moeiteloos in beide richtingen - f(orwards) a(nd) b(ackwards). Je had nog nooit zo snel een gladde huid.



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. #FAB naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### MANNEN MET BAARDEN

Het Britse mannenmerk Bulldog biedt een ruim assortiment aan mannelijke verzorgingsproducten. Mannen met baarden vinden het wel zo fijn om hun baard goed te verzorgen.

Bulldog heeft een 2 in 1 shampoo die aloë vera, kamille olie en groene thee extracten bevat. Zo kun jij met een frisse en verzorgde baard de deur uit. [www.bulldogskincare.com](http://www.bulldogskincare.com)



# Wordt zakelijk supporter van FC Dordrecht

Met het lidmaatschap van de Club van 1.000 is FC Dordrecht boeiend, bindend én bereikbaar voor iedere ondernemer. Wilt u de wedstrijden bezoeken, netwerken of alleen reclame maken? Er zijn verschillende lidmaatschappen voor één prijs. Uw contributie van € 1.000,- is daarmee goed besteed én zeer welkom.

Er is keuze uit vijf standaardpakketten die zijn opgebouwd uit de volgende elementen waarmee ook een pakket op maat gemaakt kan worden:

- Vermelding website
- Businessclub lidmaatschap
- Logo website
- Logo op scorebord
- Businessclub lidmaatschap
- Logo op tv-boardings
- Logo op clubapp
- Logo op B2B bord
- Logo op clubapp
- Seizoenkaart Comfort Seats
- Dagkaart business lounge

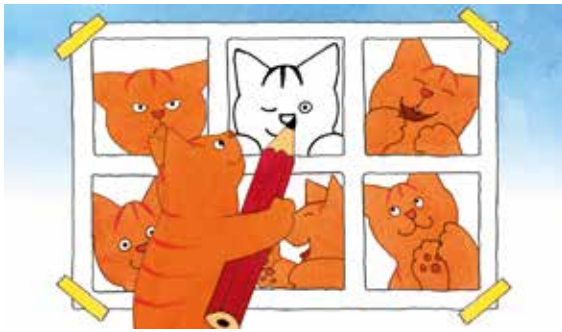
## Extra voordeel:

Betaal voor 31 mei 2020 de contributie tot en met 30 juni 2021 en ontvang als bonus voor de vooruitbetaling twee businesskaarten GRATIS voor een thuiswedstrijd.

Voor een lidmaatschap op maat of een persoonlijk gesprek over deze en andere commerciële mogelijkheden: [commercie@fcdordrecht.nl](mailto:commercie@fcdordrecht.nl). Voor meer informatie en aanmelding ga naar [www.fcdordrecht.nl/business/businessclub/club-van-1000/00/](http://www.fcdordrecht.nl/business/businessclub/club-van-1000/00/)







## DIKKIE DIK & IK (2+)

Miauw, miauw en oranje. Het hele theater is van Dikkie Dik, want hij is jarig. Bijna alles is een plek om te spelen of te slapen. Lekker kopjes geven, op vier pootjes lopen, ergens zomaar gaan liggen en rennen over de toetsen van de piano. Een enorme tafel met een kleed erop en vissen in de vissenkomp, welkom in de wereld van Dikkie Dik. Op het toneel komt Dikkie Dik tevoorschijn in een huizenhoog tekenboek. Voor en na de voorstelling kun je lekker lang spelen in de wereld van Dikkie Dik. Hallo Dikkie Dik, fijn dat je er bent!

Dikkie Dik & Ik is op zondag 15 maart om 11.00 uur te zien in Theater De Willem in Papendrecht. Bestel uw kaarten gemakkelijk via [www.theaterdewillem.nl](http://www.theaterdewillem.nl) of bel de kassa op 078-6158226.

# WIN

**WE GEVEN 3X 2 VRIJKAARTEN  
WEG VOOR DEZE VOORSTELLING.**

Kans maken? Mail naar [publiciteit@theaterdewillem.nl](mailto:publiciteit@theaterdewillem.nl)  
o.v.v. Winactie Drechtsteden Bruist - maart.

TICKET

## TE ZIEN IN MAART IN THEATER DE WILLEM

### MAIDEN UNITED

#### Powerslave

Do. 5 maart, 20.15 uur  
Muziek



### BEETS MEETS

#### ROSENBERG

#### Django Tribute

zo. 8 maart, 14.30 uur  
Muziek



### SPRUIJT &

#### OPPERMAN

#### Heimweeën

Vr. 20 maart, 20.15 uur  
Cabaret



### VOF DE KUNST

#### Het Bloed Kruipt (Waar Het Niet Gaan Kan)

Vr. 27 maart, 20.15 uur  
Muziek



**WIL  
LEM**  
Theater De Willem

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

078-6158226

Gratis parkeren voor de deur

## 1 maart is in Nederland nationale complimentendag.

Mensen die in maart geboren zijn, zijn volgens antropoloog Gerhard Weber over het algemeen **langer** dan gemiddeld.

Oudere huizen kennen vaak geen standaardmaten,  
**maatwerk** is daarvoor de oplossing.

Internationale **Vrouwendag** wordt elk jaar gevierd op 8 maart. Op deze dag vragen vrouwen wereldwijd aandacht voor onder andere gelijkheid en economische zelfstandigheid.

Maart is de buienmaand bij uitstek. Vandaar ook de uitspraak 'maartse buien en aprilse grillen'.

21 maart is het weer zover: het is **lente!**

Met een maatwerkkast kun je invulling geven aan loze ruimtes waardoor je de beschikbare ruimte **optimaal benut**.

In het laatste weekend van maart wordt in de nacht van zaterdag op zondag **de klok** een uur vooruitgezet.

**Lammetjesmaand** is een van de vele bijnamen van de maand maart.

# GOED SCHOONMAKEN IS EEN KUNST.

Na dertig jaar actief te zijn in de facilitaire en schoonmaakbranche richtte Edgar van Engelen in 2012 Clear4Clean op. Clear4Clean staat voor ondersteuning van vakmanschap in de schoonmaakbranche.

Onze diensten zijn ondersteunend aan schoonmaakbedrijven en opdrachtgevers. Deze stemmen wij af op de wensen van onze klanten. Waar heeft de klant behoefte aan? Wat zijn de wensen en eisen? Wat is het schoonmaakbudget van de opdrachtgever? Schoonmaak is meer dan alleen even een doekje over een bureau halen.



Als je aan ons vraagt wat wij doen is ons antwoord: "Alles in de schoonmaak, behalve de uitvoering." Het is een brede uitleg. Onze diensten zijn te verdelen in verschillende disciplines.

#### OPLEIDINGEN:

- Basis opleiding schoonmaak
- Specialistische schoonmaak als vloeronderhoud en stoomreinigen
- Coachend leidinggevende
- Bedrijfstrainingen

#### KWALITEITSMETINGEN:

- Nulmetingen van de schoonmaak
- LOSK-QMS metingen
- VSR-metingen

#### ONDERSTEUNING BIJ AANBESTEDINGEN VOOR SCHOONMAAKBEDRIJVEN:

- Calculaties
- Maken offerte en/of beantwoorden van kwaliteitsvragen
- Het gehele proces uitvoeren van de inschrijving

#### ONDERSTEUNING BIJ AANBESTEDINGEN OPDRACHTGEVERS:

- Maken van het aanbestedingshandboek
- Maken van ruimtestaten
- Maken van werkprogramma's
- Het gehele proces van de aanbesteding inclusief het uitzetten en begeleiden

#### BEDRIJFSBUREAUDIENSTEN VOOR SCHOONMAAKBEDRIJVEN:

- Calculaties
- Werkprogramma's
- Logboeken
- Adviezen schoonmaaktechnieken

#### ONDERSTEUNING VAN SCHOONMAAKBEDRIJVEN:

- Bij slechtlopende schoonmaakprojecten
- Bij opstart van projecten
- Ecologisch beleid

#### ONDERSTEUNING VAN DE SCHOONMAAKONDERSTEUNER

Dat is eigenlijk de meest korte omschrijving van onze diensten en activiteiten. Neem gerust vrijblijvend contact met ons op!



# Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier met Dordrecht Tours!

Dordrecht Tours biedt u de unieke mogelijkheid om vanuit een elektrische tourtrein het historische centrum van Dordrecht te bezichtigen. Zo kunt u Het Stadhuis, de Grote kerk, het Huis van Gijn en het Dordrechts Museum zien.

De trein biedt ruimte aan 36 personen en is rolstoel toegankelijk. Ook biedt Dordrecht Tours de mogelijkheid een tocht naar de Biesbosch te maken.

## DORDRECHT | 800 JAAR STAD

Dit jaar vieren wij samen met de stad dat Dordrecht 800 jaar geleden als eerste nederzetting in het toenmalige graafschap Holland stadsrechten kreeg.

In 2020 kunt u onze trein tot en met 31 december al afhuren vanaf één uur. Op donderdag, vrijdag en zaterdag rijdt de elektrische trein vanaf 16 april 2020 tot 30 september als Hop On Hop Off.

[info@dordrechtours](mailto:info@dordrechtours)

Tel: 06-190 296 65 of 06-532 331 26

NB: groepen hebben voorrang ten opzichte van individuele tickets.

## De elektrische tourtrein

is per uur (dag) te huur voor:  
teamuitjes, bruiloften,  
kinderfeestjes,  
pendeldiensten en familie  
uitstapjes.



# Onthul jouw natuurlijke schoonheid

## UNIEKE COMBINATIE

Sense of Beautysalon is hét adres in Dordrecht als het gaat om waxen, hyaluronpen fillers en tandenbleken. Met deze combinatie aan behandelingen biedt Anne-Elise een uniek concept. "Mensen kunnen bij een hyaluronpen fillers behandeling bijvoorbeeld meteen hun tanden laten bleken. Dat slaat goed aan!"

## ZO COMFORTABEL MOGELIJK

Hyaluronpen fillers worden zonder naald aangebracht en zijn daarom ideaal voor mensen die bang zijn voor naalden. Anne-Elise werkt met A-merk fillers die een Europees keurmerk hebben. De behandeling is pijnloos en levert direct resultaat op. Deze resultaten blijven vervolgens maandenlang mooi. Anne-Elise vertelt: "Mensen worden heel blij van de hyaluronpen fillers."

Ook bij het tandenbleken staat comfort hoog in het vaandel. Anne-Elise werkt niet met een oncomfortabele mondspreider, maar met een bijtje in combinatie met speciale gel en een lamp. Na de behandeling zijn je tanden direct witter. Als aanvulling kun je in de salon coaltpasta kopen om het resultaat te onderhouden.

Jarenlang werkte Anne-Elise in de zorg. Toen ze moeder werd, besloot ze bij haar man in de zaak te gaan werken. Hierdoor ontdekte ze dat ze ondernemen leuk vindt, maar ze miste het contact met mensen. Na een omscholing begon ze afgelopen september met Sense of Beautysalon. En met succes, want in korte tijd hielp ze al vele tevreden klanten.

Bij het waxen werkt Anne-Elise met het merk Lycon. Dit merk staat wereldwijd hoog aangeschreven en is de crème de la crème onder ontharingswaxen. Waxen is al mogelijk vanaf 1 millimeter.

**Bel of app naar 0654335853 en maak direct een afspraak!**



**DORDRECHTTOURS.NL**

Sense of Beautysalon | Eigenaresse: Anne-Elise | Eikenlaan 96, Dordrecht | 0654335853  
senseofbeautysalon078@gmail.com | [www.senseofbeautysalon.nl](http://www.senseofbeautysalon.nl)

# Geniet van een stralende glimlach

Ben jij toe aan een kunstgebit dat volledig aan jouw wensen voldoet? Dan wordt het tijd dat je contact opneemt met Maurice van tandprothetische praktijk M. Durinck. Hij is dé expert voor het aanmeten en vervaardigen van protheses.

## MAAK EEN AFSpraak

Je bent van harte welkom voor een afspraak bij praktijk M. Durinck. Tijdens deze afspraak kijken jullie gezamenlijk naar jouw vraagstukken en geeft Maurice je uitgebreid advies. Zijn aandacht gaat altijd uit naar jouw tevredenheid. Je hoeft dus niet bang te zijn voor een tellerstelling. Hij gaat pas aan de slag met een definitief eindproduct als alles in de fases hiervoor naar wens is. Zo loop jij binnenkort weer vol vertrouwen rond met een prachtige glimlach!

**Maak een afspraak voor een stralende glimlach!**



22

### M. Durinck Tandprotheticus

Eigenaar: Maurice Durinck  
Singel 303a, Dordrecht  
078-2049059 | 06-39750890  
info@tpdurinck.nl  
[www.tpdurinck.nl](http://www.tpdurinck.nl)

# DAGJE UIT HISWA BOAT SHOW 2020



De HISWA Amsterdam Boat Show is het grootste evenement van Nederland op het gebied van watersport, lifestyle en recreatie. Of je nu op zoek bent naar een nieuwe boot (tot circa 10 meter), onderdelen of accessoires, informatie zoekt voor een bootvakantie, alles wilt weten over de mooiste recreatiegebieden, liefhebber bent van klassieke schepen of zelf een aantal watersporten wilt uitproberen, de HISWA Amsterdam Boat Show is the place to be voor iedere (potentiële) watersportliefhebber! Van 11 tot en met 15 maart vormt de RAI in Amsterdam weer het podium voor 50.000 m² aan watersportplezier.

**Kijk voor meer informatie en het bestellen van kaarten op [www.hiswarai.nl](http://www.hiswarai.nl).**

# FILMPJE KIJKEN ESCAPE FROM PRETORIA

In hun strijd tegen de apartheid verspreiden Tim Jenkin (Daniel Radcliff) en Stephan Lee (Daniel Webber) illegale ANC-pamfletten onder de Zuid-Afrikaanse bevolking. Ze worden op heterdaad betrap en veroordeeld tot een jarenlange gevangenisstraf. Eenmaal onder de vleugels van politiek activist Denis Goldberg besluiten ze samen met medegevangene Alex Moumbaris om een ingenieus plan te bedenken om te ontsnappen. Al snel blijkt de uitvoering een stuk ingewikkelder dan gedacht en moeten er nog vele hindernissen genomen worden...

**ESCAPE FROM PRETORIA draait vanaf 19 maart in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

# BOEKJE LEZEN DE NOBELE AUTIST



Zittend aan het ziekenhuisbed van haar autistische zoon overdenkt een moeder het leven van haar kind. Hij ligt in coma en het is onzeker of hij weer bij bewustzijn zal komen. Ze denkt aan zijn geboorte, zijn jongste jaren en herinnert zich het geluk van het fietsen op de tandem en de ontbijtjes in bed, maar ook de wanhoop, het onbegrip en de angst voor escalaties. Hij dwong haar te focussen, hij liet haar de wereld zien door zijn ogen, zonder zich te laten misleiden door sekse, status, huidskleur of handicap.

**DE NOBELE AUTIST van Romana Vrede is vanaf 3 maart verkrijgbaar in de boekhandel.**

23

# 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!*





DO IT  
YOURSELF!

# Nieuwe kleren? *Maak ze gewoon zelf!*

‘Do it yourself’, oftewel DIY, is hipper dan ooit. Steeds meer mensen kiezen ervoor om zelf dingen te maken. Zo ook kleding. Want waarom kleding kopen als je ook zelf unieke kleding kunt maken?

Misschien zie je bij het zelf maken van kleding meteen het beeld van je moeder of oma achter de naaimachine voor je. Vroeger was het namelijk veel normaler om zelf je garderobe te maken. Een trend die nu weer een ware opmars beleeft, mede doordat duurzaamheid steeds belangrijker wordt.

## Oefening baart kunst

Zelf kleding maken is daarnaast ook gewoon ontzettend leuk. En helemaal niet zo moeilijk als je misschien denkt. Als je met een simpel patroon begint en de lat in eerste instantie niet te hoog legt, zul je zien dat je het naaien al snel onder de knie krijgt. Oefening baart kunst! Mits je goede patronen hebt natuurlijk, maar die zijn tegenwoordig heel eenvoudig online te vinden, in speciale tijdschriften en natuurlijk bij handwerk winkels. Keuze genoeg, dus er zit vast wel een patroon naar jouw wens bij. En het leuke is: je kunt dit nog helemaal eigen maken door de stof (en

de furnituren) die je kiest. In één kleur of met een vrolijk printje, maar net wat jij mooi vindt.

## Unieke kleding op maat

Het lijstje benodigdheden om voor de eerste keer aan de slag te gaan, is gelukkig ook niet heel uitgebreid. Natuurlijk heb je het patroon en geschikte stof nodig en ook een naaimachine is handig, tenzij je alles met de hand wilt doen. Daarnaast is het zeker ook aan te raden om een goede stofschaar aan te schaffen, eventueel een klein schaar, patroonpapier, garen, spelden en naalden, kleermakerskrijt en een meetlint. En dan ben je er eigenlijk al wel. Natuurlijk heb je nog tal van andere gadgets, maar die kun je wellicht beter in een later stadium aanschaffen. Eerst maar eens zien of dat zelf kleding maken ook echt iets voor jou is. Is het antwoord daarop ‘ja’? Dan loop jij binnenkort in unieke kleding, geheel op jouw maat gemaakt.

Wil jij ook zelf kleding (leren) maken? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je ongetwijfeld een ondernemer in jouw regio die je hierbij kan helpen.



# Lentekriebels

Kun je ook niet wachten tot het voorjaar komt en heb je nu al lentekriebels? Met deze producten laat je de lente gewoon lekker eerder beginnen en stap je straks helemaal voorbereid dit heerlijke seizoen in.

1. Clay And Glow Mask, € 26,50 [www.clayandglow.com](http://www.clayandglow.com)
2. Hydrate & Recharge Shampoo van JOHN FRIEDA®, € 10,99 [www.etos.nl](http://www.etos.nl)
3. Classique Pin-up Eau De Parfum Limited Edition van Jean Paul Gaultier, € 107,05 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
4. ROUGE G Lipstick van Guerlain, Shade € 34,- en Case, € 22,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
5. MutinyTM Squalane-Based Alternative Lip Balm van Medik8, € 34,95 [www.medik8.nl](http://www.medik8.nl)
6. kissed by mist front van essie, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)

7. Foamie Conditioner Bar, € 4,95 [www.etos.nl](http://www.etos.nl)
8. Cleve Clay Bag van Cowboysbag, € 149,95 [www.cowboysbag.com/nl](http://www.cowboysbag.com/nl)
9. La Vie est Belle Intesément van Lancôme, vanaf € 80,14 [www.lancome.nl](http://www.lancome.nl)
10. Roselif Collagène Jour van Payot, € 79,- [www.payot.com](http://www.payot.com)
11. Sea Horse Plankton Gel Cleanser van Beauty Kitchen, € 17,49 [www.hollandandbarrett.nl](http://www.hollandandbarrett.nl)
12. CHOOSE YOUR Glow! highlighter palette van essence, € 4,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)

# BRUIST

Drechtsteden Bruist ligt iedere maand op minimaal 200 locaties. Het magazine wordt ook wisselend in verschillende wijken huis-aan-huis verspreid. Natuurlijk kun je het magazine ophalen bij een van onze adverteerders of online lezen op [www.drechtstedenbruist.nl](http://www.drechtstedenbruist.nl). Op onderstaande distributieadressen is het magazine elke maand in grotere aantallen af te halen.

## PAPENDRECHT

Loes Healthy Local Food  
Theater de Willem  
Gemeentehuis Papendrecht

## DORDRECHT

Crayestein Golf  
Trimsalon Hannie  
Cinema The movies Dordrecht  
Joker Design  
t Loze Vissertje Camping  
(april t/m september)  
No. 28 Wonen & Lifestyle  
Jolly Good V.O.F. (La Forma Grande)  
Ijsexpress  
Gifts and More  
Durinck Tandprotheticus  
Body & Mind Wellness  
Postillon Hotel  
Stadskantoor Dordrecht

## ZWIJNDRECHT

Aquafizz  
't Veerplein  
Edwin Smulders Catering  
Gemeentehuis Zwijndrecht

## HENDRIK-IDO AMBACHT

Serviceburo Verschoor  
E.H.B.O. vereniging Hendrik-Ido-Ambacht  
Gemeentehuis

## SLIEDRECHT

Zalmhuisje  
De Lockhorst  
Intratuin Sliedrecht BV

## RIDDERKERK

De Bloemenjungle  
  
Ridderkerk  
De Bloemenjungle

## ALBLASSERDAM

Mi's Brocante  
Het Wapen van Alblasserdam

## GORINCHEM

Next-Outdoor



## OOK OP JOUW LOCATIE?

Heb je een locatie met een balie, wachtruimte of leestafel, neem dan contact met ons op via: [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl). Dan kan het gratis magazine Drechtsteden Bruist ook via jouw locatie worden verspreid.

COLUMN/MICHAEL PILARCZYK

# Ik ben dankbaar

Zeg vaker 'dank je wel', al is het in stilte. Drie kleine woordjes met een grote betekenis. Wees dankbaar voor wat je hebt. Wees niet ongelukkig over wat je niet hebt. Dankbaarheid geeft een gevoel van verlichting en geluk.

Je kunt je staat van bewustzijn en je energieniveau verhogen door dankbaarheid te tonen. Wanneer je oprecht dankbaar bent, is dat een blijk van waardering en een uiting van vriendelijkheid.

Dankbaarheid kun je elke dag beoefenen. Bijvoorbeeld 's avonds. Neem voordat je gaat slapen tien minuten tijd en rust voor jezelf. Sluit je ogen en adem een paar keer ontspannen diep in en uit. Voel wat er in je lichaam gebeurt. Vervolgens vraag je aan jezelf: waar ben ik vandaag dankbaar voor? Stel die vraag vanuit je hart. Waar ben ik vandaag dankbaar voor? Elke dag zijn er dingen om dankbaar voor te zijn.

Met een positieve gedachte je dag afsluiten beïnvloedt je onderbewustzijn positief. Als je dat elke avond doet, zul je ontdekken dat je met een prettig gevoel gaat slapen. Wees dankbaar en je zult je gelukkiger voelen.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk



# maxaro®

5.000 m<sup>2</sup> inspiratie

## Badkamers

Alle stijlen badkamers voor ieder budget

Vanaf

€ 1.799,-

## Vloeren

Stijlvolle vloeren voor elke kamer in huis

Vanaf

€ 7,95 m<sup>2</sup>

## Keukens

Kwaliteitskeukens voor ieders persoonlijke smaak

Vanaf

€ 1.099,-

Slag maximaal op [www.maxaro.nl](http://www.maxaro.nl) óf in één van onze megastores aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal** of aan de **Hertogswetering 175 te Utrecht**.

Ma, Di, Do 09.00 - 17.30 uur | Wo 09.00 - 21.00 uur | Vr 09.00 - 20.00 uur  
Za 09.00 - 16.00 uur | Zo. 11.00 - 17.00 uur

# De strijd tegen *ongewenste haren*

Veel mensen hebben last van ongewenste haargroei, oftewel haargroei op plekken waar ze dat liever niet zouden hebben. Iets waardoor sommige mensen zich onzeker kunnen voelen. Maar gelukkig ook iets waarvoor diverse oplossingen zijn.

De ernst van het probleem verschilt van persoon tot persoon. De een heeft slechts enkele ongewenste donshaartjes terwijl de ander last heeft van opvallende, dikkere en donkere haren. En of het haar dan ook daadwerkelijk ongewenst is, hangt ook weer van de persoon af. De een kan er prima mee leven, de ander schaamt zich erdoor.

## Scheren

Is de haargroei echt extreem en wil je ervan af, dan is het aan te raden om een afspraak te maken bij je huisarts die je vervolgens kan doorverwijzen naar een specialist. In de wat minder extreme gevallen kun je vaak zelf de strijd tegen de haren aangaan. Daarvoor bestaan verschillende methodes waarvan scheren nog wel de bekendste (en meest gebruikte) is. Nadeel hiervan is echter dat de haren snel terug groeien en dan meestal hard en stug aanvoelen. Niet de meest geschikte methode dus voor alle plekken op je lichaam...

## Waxen

Als alternatief kiezen veel mensen voor waxen. Voordelen hiervan zijn dat het haar langer wegblijft, dunner terugkomt en je ook geen last hebt van scheerbultjes. Bovendien hoeft je het niet per se zelf te doen, maar kun je ook naar een salon gaan om je professioneel te laten waxen. Nadelen zijn dat waxen niet geheel pijnloos is en dat je ook een iets grotere kans hebt op ingegroeide haren dan bij scheren.

## Laseren

Andere 'oplossingen' zijn bijvoorbeeld het gebruik van ontharingscrèmes, epileren, bleken en harsen. En natuurlijk het permanente alternatief: laseren, waarvoor tegenwoordig steeds meer mensen kiezen. Bij het laseren worden de cellen van de haarwortel zo beschadigd dat er geen haar meer kan groeien, oftewel: het resultaat is meestal blijvend. Laseren werkt echter niet altijd even goed bij mensen met blond of rood haar. Zij kunnen dus beter voor een van de andere oplossingen kiezen.

Heb jij ook last van ongewenste haargroei? Kijk dan eens op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl). Hier vind je vast wel een specialist in jouw regio die je van je probleem af kan helpen.

LASEREN IS  
MEESTAL PERMANENT,  
MAAR WERKT NIET  
BIJ IEDEREEN



## VERKEERSREGELAAR

HENDRIK-IDO-AMBACHT

**Gezocht:**  
**VERKEERSREGELAARS**  
voor evenementen in de  
Drechtsteden

Kijk op: [www.verkeersregelaarhia.nl](http://www.verkeersregelaarhia.nl)



Bij EHBO-vereniging Hendrik-Ido-Ambacht kunt u verschillende cursussen volgen: een **complete EHBO-opleiding**, een cursus **Eerste Hulp aan Kinderen** of een cursus **Reanimatie en AED**. Daarnaast verlenen wij **EHBO op evenementen**.

Nieuwsgierig naar een van onze cursussen of EHBO nodig op uw evenement? Kijk voor meer informatie en aanmelden op onze website: [www.ehbohia.nl](http://www.ehbohia.nl)



"Onze vereniging is een leuke vereniging waar veel jonge leden zich betrokken voelen bij de vereniging, oefenavonden organiseren of actief posten bij evenementen."

**Leo van Bloois**  
EHBO'er op  
evenementen  
Service controleur/  
monteur  
brandbeveiliging

## VOOR DE TUIN VAN JE DROMEN!



Specialist in  
tuinontwerp,  
aanleg en  
onderhoud

van **HOLSTEIN**  
**HOVENIERS**

Gerard van Holstein

Gerard van Holstein heeft als tuinontwerper ruim 25 jaar ervaring in het ontwerpen en aanleggen van particuliere tuinen en bedrijfstuinen. De door hem ontworpen tuinen laten een veelvoud aan stijlen zien: modern, parkachtig en landschappelijk. Met het gemeenschappelijke kenmerk dat ze altijd direct na aanleg een volwassen uitstraling hebben. Daarvoor moet een goed tuinontwerp de juiste verhoudingen hebben en zijn afgestemd op de wensen van de klant.

Sluisweg 49, Dordrecht | 06 28 575 182 | 078 613 36 04 | [info@vanholsteinhoveniers.nl](mailto:info@vanholsteinhoveniers.nl) | [www.vanholsteinhoveniers.nl](http://www.vanholsteinhoveniers.nl)

# Cowboys & indianen



**Clint is er niet meer.** Ik ben opgegroeid met Clint, onze grijze roodstaartpapegaai. Ik ben nu 43 en ik weet niet beter dan dat hij in mijn leven was. Hij kon praten als de beste: hij vertelde mij als klein jongetje dat ik niet te dicht bij hem mocht komen: "*Pas op: niet aankomen hè!*" Hij imiteerde het geluid van de telefoon zo goed dat mijn moeder iedere keer weer voor niks de telefoon opnam. En dan zei Clint: "*Ja, hallo?*" Het mooist vond hij ouderwetse cowboyfilms, met veel schieten. Dan danste hij heen en weer op zijn stok en deed mee met het schieten en de indianengeluiden, compleet met galopperende paarden. Een keer heeft hij mijn moeder een rood hoofd bezorgd, omdat hij het stopwoordje van de boekhouder precies getimed nadeed. De boekhouder zei altijd "Eh..., zeker, zeker." En na de zoveelste keer "Eh..." zei Clint "*zeker, zeker.*" Als hij je met pelpinda's zag aankomen, riep hij al van verre "*Clint is lief! Clint is lief!*" Hij kon ook intens tevreden op je schouder in zichzelf zitten keuvelen.

En nu is Clint er niet meer. Van ouderdom overleden. Nooit meer: "*Goeoeodemorrrrrrgen!*" Clint is gecremeerd en zijn as staat in een urntje in de vensterbank. Het is heel stil nu bij mijn ouders.



Huisdieren- en  
Paardencrematorium  
Rotterdam



Buitendijk 101, Rotterdam | 010 - 483 33 85  
[info@dierencrematie.nl](mailto:info@dierencrematie.nl)  
[www.dierencrematie.nl](http://www.dierencrematie.nl)

Onderdeel van **Majesta** Uitvaartzorg voor dieren



SIWOCO®  
SERIOUS WELLNESS

## Onderga en beleef het gevoel van Siwocco

Oliemassage van Siwocco op basis van traditionele Thaise massage en drukpuntenmassage met aromatische oliën die zorgen voor ontspanning en herstel van de energiebalans. Of probeer één van onze andere zalige behandelingen!



Siwocco Wellness | Spuiweg 138, Dordrecht | 078 737 00 49 | info@siwocco.nl | www.siwocco.nl

## De visliefhebber is bij aquariumspeciaalzaak Aquafizz in Zwijndrecht aan het juiste adres!

- meer dan 20.000 vissen
- 3.000 garnalen
- 260 aquaria
- eigen import
- aquariumplanten



KOM  
LANGS VOOR  
EEN GOED  
ADVIES VAN  
RICHARD!

**AQUAFIZZ**  
AQUARIUMSPECIAALZAAK

Willem Ruysplein 2-4 Zwijndrecht  
078-6122425 [www.aquafizz.nl](http://www.aquafizz.nl)

# Erotic Treasure



**Nieuwsgierig?**

Neem dan eens een kijkje op onze website.

**Erotic Treasure**

Grote Spuistraat 28, Dordrecht | 078-6150368

7 dagen per week open

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



# Verkeersschool Waardenburg

“Bij ons kun je terecht voor auto- en motorrijles en ook voor het behalen van je aanhangerrijbewijs ben je bij ons aan het juiste adres. Een goed adres bovendien, want het slagingspercentage van onze rijnschool ligt beduidend hoger dan het gemiddelde in de regio. Voor faalangst (ADD, ADHD, ODD) hebben we gespecialiseerde instructeurs. Met je pinpas betalen is mogelijk in onze auto. Neem eens een kijkje op onze website of informeer naar de mogelijkheden als je op zoek bent naar een goede en betrouwbare rijnschool, aangesloten bij de BOVAG voor dat extra stukje zekerheid.”

Al sinds 1954 een begrip in de regio!

## Enkele reviews van onze leerlingen:

Gillian uit Dordrecht

*Ervaring: Heb met behulp van rijnschool Waardenburg in één keer mijn examen kunnen halen. Streng waar nodig en een goede begeleiding hebben hiertoe geleid. Door elke week een les in te plannen zakte niks weg en konden op een geleidelijke manier alle benodigde vaardigheden aangeleerd worden. Duidelijke instructeur die ook de achterliggende problemen achter persoonlijke knelpunten wist te ontdekken en hielp deze de das om te doen. Een zeer goede ervaring gehad met Waardenburg.*

Gijs uit Dordrecht

*Ervaring: Zeer goede rijnschool. Ik ben goed ondersteund in verband met mijn ADD wat ik erg belangrijk vind. Altijd eerlijk geweest tegenover me als bleek dat ik iets nog niet helemaal onder de knie had. Erg dankbaar voor Ingmar als instructeur en zijn advies.*

## Verkeersschool Waardenburg

Pieter Zeemanweg 30W Dordrecht | 078-6215033 / 06-24575986 | [www.rijnschoolwaardenburg.com](http://www.rijnschoolwaardenburg.com)



# HELLUP... ik word vader!



MAN/CAVE

Stress! Dat is voor veel mannen de eerste fase als ze horen dat ze voor het eerst vader gaan worden. Want HELLUP, hoe doe je dat, een goede vader zijn? En hoe help je de moeder van je kind door die negen maanden heen?



Wees gerust, je bent niet de eerste die in paniek raakt en zeker ook niet de laatste. Er komt ook heel wat op je af, maar gelukkig heb je (in de meeste gevallen) een paar maanden om aan het idee te wennen en om je voor te bereiden op de grote dag.

## Babykamer

Be prepared! Wacht dus niet tot het allerlaatste moment met het afmaken van de babykamer, maar zorg dat die ruimschoots op tijd klaar is. Een kindje kan nu eenmaal wat eerder komen dan gepland en als die kleine er eenmaal is en je druk bent met luiers verschonen, dan heb je echt geen tijd (en zin) meer om nog al die klussen te moeten doen.

## De zakelijke kant

Wat ook belangrijk is, is de 'zakelijke kant' van het krijgen van een baby. Het regelen van kraamverlof en ouderschapsverlof, maar zeker ook het erkennen van het kind, mochten jullie niet getrouwd zijn. Zorg dat je ook dat soort dingen op tijd geregeld hebt. Maar het allerbelangrijkste is nog: geniet! Je wordt immers maar één keer voor het eerst vader.

# Wat gaat **maart** ons brengen?



**Doka Dordrecht**  
Ontwikkelen, afdrukken en workshops

Spuiboulevard 220  
3311GR Dordrecht

info@doka-dordrecht.nl  
https://www.doka-dordrecht.nl

078-3033688

## Kapotte fiets?

Wij repareren uw fiets aan huis!

**ACTIE VAN DE MAAND**  
Binnen buitenband antilek slechts 65 euro!



**John's Fietsreparatie op Locatie**  
Stratosfeerstraat 81, Dordrecht  
johnsservice1@hotmail.com | 06-25141517

# BRUIST

Like ons op **facebook**

www.facebook.com/DrechtstedenBruist



## Romy van Wingerden

*Uw specialist voor al uw trouw- & rouwbloemwerk*



**ROMY VAN WINGERDEN** | 06-53753559  
**WWW.ROMYSBLOEMWERK.NL**  
**WWW.UITVAARTBLOEMISTBARENDRECHT.NL**

**VOLG ROMY'S BLOEMWERK OP FACEBOOK!**

## Vissen

In maart wordt het echt tijd om prioriteiten te gaan stellen.

### Ram 21-03/20-04

Je kunt goed nieuws verwachten. Eindelijk begin je te bloeien. Voorkom te veel fantasie en blijf met beide benen op de grond.

### Stier 21-04/20-05

Geen wonder dat je in een goed humeur bent. De sterren hebben een zeer sterk en positief effect op jou. Maak er goed gebruik van en geniet van jouw dag.

### Tweelingen 21-05/20-06

Denken betekent nog geen weten. Onthoud dit goed. Het is geen goed idee om een gevecht te beginnen als je de gegevens niet hebt geverifieerd of onderbouwd.

### Kreeft 21-06/22-07

Als mensen in jouw omgeving niet actief zijn, wees dan niet bang om alleen te gaan sporten. Jij hebt een tempo dat bij jou past. Misschien ontmoet je wel een nieuwe sparringpartner.

### Leeuw 23-07/22-08

Wanneer je over straat loopt, moet je je ogen openhouden. Je weet nooit wanneer je een interessant persoon tegenkomt. Het zou best jammer zijn als je die mist.

### Maagd 23-08/22-09

Na een tijdje zul je zien dat het leven leuk is. Misschien heb je de afgelopen dagen te veel moeite gedaan voor je werk of andere verplichtingen. Zet je zorgen opzij, ontspan.

### Weegschaal 23-09/22-10

Het is volkomen normaal dat je soms niet weet wat je wilt, of dat jij je niet zeker voelt. Maar je moet altijd proberen het op te lossen.

### Schorpioen 23-10/22-11

Mensen rondom jou spreken erg positief over je. Je hebt de laatste tijd echt geprobeerd om een goede vriend te zijn. Nu word je beloofd met nieuwe contacten.

### Boogschutter 23-11/21-12

Het feit dat je dingen vergeet, is niet zo erg. Dat overkomt ons allemaal, wees alleen voorzichtig dat je geen belangrijke gebeurtenis mist.

### Steenbok 22-12/20-01

Gebeurt het van tijd tot tijd dat je een revolutionair idee hebt, maar dat je het niet kunt formuleren of realiseren? Dat zal nu veranderen. De sterren wensen je het beste.

### Waterman 21-01/19-02

Als het niet mogelijk is om de ernst van de situatie in te schatten, neem dan geen overhaaste beslissingen. Vooral nu moet jij je niet haasten.

### Vissen 20-02/20-03

Vissen hebben veel werk en familie-activiteiten waardoor ze geen tijd overhouden voor andere dingen. In maart wordt het echter tijd om prioriteiten te gaan stellen.

# Weetjes over het *'zwarte goud'*

Wij Nederlanders blijken een van de grootste koffiedrinkers ter wereld te zijn. Uit onderzoek blijkt namelijk dat we gemiddeld 2,4 koppen koffie per persoon per dag drinken, wat neerkomt op gemiddeld ruim 260 liter per persoon per jaar.

En zo zijn er nog heel wat andere leuke koffie-weetjes. Wist je bijvoorbeeld dat koffie meer aroma's bevat dan wijn en dat je het best een glas water kunt drinken voor je aan je kopje koffie begint? Dat zou ervoor moeten zorgen dat je smaakpapillen worden gereinigd, waardoor je die aroma's beter proeft.

## Nog een bakkie?

58% van de Nederlanders drinkt hun eerste kopje koffie al voor acht uur 's ochtends. Volgens onderzoek zou je echter beter kunnen wachten tot negen uur. Dan zou het effect van de cafeïne het optimaalst zijn. Behoeftte aan nog een bakkie? Wacht daar dat minstens anderhalf uur mee, zodat de cafeïne zijn werk kan doen. Drink je te snel je kopjes koffie achter elkaar, dan zorgt dat ervoor dat je onrustig wordt in plaats van geconcentreerd, wat waarschijnlijk eigenlijk je bedoeling was.

## Afknapper

Wist je trouwens dat gelovigen pas veel later koffie mochten drinken dan niet-gelovigen? Koffie kreeg namelijk pas in de zestiende eeuw de zegen van de paus. Daarna konden gelovigen ook genieten van het 'zwarte goud', zoals koffie ook wel genoemd wordt. Het grappige is dat uit onderzoek is gebleken dat het door veel mensen tijdens een date als afknapper wordt ervaren als hun date geen koffie drinkt. Dit omdat koffiedrinken wordt gezien als iets gezelligs en sociaals.

## Vooraf blijven drinken

Nog een leuk koffieweetje: koffie is de op één na meest verhandelde grondstof ter wereld. Alleen aardolie staat hoger in deze lijst. Dagelijks zijn er wereldwijd namelijk zo'n 25 miljoen boeren en arbeiders (verdeeld over ruim vijftig landen) bezig met de productie van koffie. Vooral veel koffie blijven drinken dus, anders raken heel wat mensen hun baan kwijt!

Heb je na het lezen van dit artikel zin gekregen in een heerlijk kopje koffie? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) staan tal van lekkere koffie-adresjes in jouw regio.

KOFFIE IS  
GOEDGEKEURD  
DOOR DE PAUS

# ROWES

BARBERS & HAIRSTYLISTS

*De kapper en barber in Dordt*

**Geknipt worden zónder afspraak!**

Wil je alleen geknipt worden, dan kun je gewoon binnenlopen zonder afspraak!

078-6143939

Brouwersdijk 235A, Dordrecht  roweshaarmode

www.roweshaarmode.nl  rowes\_barbers\_hairstylists

Bij ons kunt u terecht voor onder andere:

Gifts  
Tabak  
Lectuur  
Wenskaarten  
Feestartikelen  
Stomerij  
PostNL  
and More!



[stomerij.nl](http://stomerij.nl)

TABAC & GIFTS



GIFTS  MORE

Winkelcentrum Wielwijk  
Admiraalsplein 8  
3317 BA, Dordrecht



ijs  feestje  
n'ice party...

ZONDER IJS  
GEEN FEESTJE!

Ontdek het ijsfeestje, een gevulde vriezer met al uw favoriete ijsjes, altijd en overall! Wij maken het voor u mogelijk. Wat begon als experiment is inmiddels een serieus concept geworden dat al door vele bedrijven en particulieren is gevonden.

Ontdek wat we voor u kunnen betekenen op [www.ijsfeestje.nl](http://www.ijsfeestje.nl)!

Vrolijkheid bereikbaar maken, dat is wat wij willen met 'het Ijsfeestje'.

Grotekerksbuurt 31b, Dordrecht | 088 - 37 47 100

info@ijsexpress.nl | [www.ijsfeestje.nl](http://www.ijsfeestje.nl)  

Op zoek naar iets bijzonders voor personeelsfeestjes, sportdagen, bruiloften, beurzen of evenementen?

# LA FORMA GRANDE

BEST IN BIG SIZE MEN'S FASHION 2XL-6XL

BIG  
SIZE

SMALL  
PRICE

OVERHEMDEN / JEANS / T-SHIRTS / SWEATERS  
POLO'S / TRUIEN / JASSEN / COLBERTS

1 STUK -15%  
2 STUKS OF MEER -25%

(korting alleen geldig in onze winkel in Dordrecht)

KORTE BREESTRAAT 14 DORDRECHT | 078 631 93 18 | [WWW.LAFORMAGRANDE.NL](http://WWW.LAFORMAGRANDE.NL)



# Grote *garnalen* met ras el hanout en groenten

2 PERSONEN - 20 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

300 g biologische garnalenstaarten  
(diepvries)  
olijfolie  
2 koffielepels ras el hanout  
4 grote tomaten  
200 g spinazie  
1 dl room  
peper en zout

Houd de diepgevroren garnalen onder stromend water en maak ze los van elkaar. De garnalen mogen nog bevroren zijn, maar ze mogen niet meer aan elkaar kleven. Zet een pan op het vuur met een scheut olijfolie. Bak de (nog diepgevroren) garnalen gedurende ongeveer 2 minuten. Strooi er 2 koffielepels ras el hanout over en bak nog eens 2 minuten.

Snijdt intussen de tomaten in plakjes. Haal de garnalen uit de pan, ook al zijn ze nog niet helemaal gaar, en leg ze op een bord. Leg de tomatenplakjes in de pan met het aanbaksel; dat geeft een lekkere smaak. Zet een deksel op de pan en laat 6 tot 8 minuten stoven.

Roer de tomaten om en leg er de spinazie op. Giet de room erbij, zet het deksel opnieuw op de pan en laat ongeveer 3 minuten stoven. Roer de groenten door elkaar en kruid met peper en zout.

Leg de garnalen op de groenten en laat nog even doorkoken zodat alle smaken, maar ook de gele kleur van de ras el hanout, zich vermengen. Serveer in een mooie pan.



**Manuela**, media adviseur bij Bruist

Ook een groot fan van garnalen? Dan is dit gerecht echt jouw ding. Heerlijke garnalen om van te smullen, op smaak gebracht met ras el hanout. Dit gezonde recept maak ik zelf vaak klaar. En het fijne is dat je er maar een minimum aan ingrediënten voor nodig hebt en het is weinig werk. **Snel, gemakkelijk en superlekker!**

Blox is de eerste en enige leverancier die met eenheid en luxe materialen uit voorraad een woning of bedrijf kan voorzien van een architectonisch verantwoorde tijdloze high-end uitstraling.

# **.BLOX**<sup>®</sup>

## Handmade Luxury Furniture

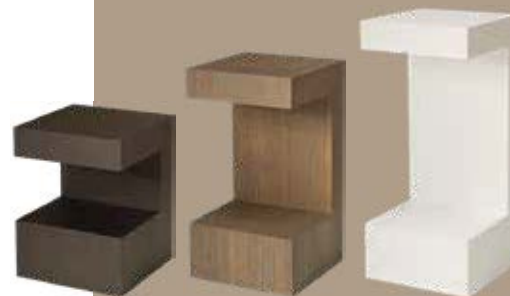
Uw woning, bedrijf, kantoor of hotel in een stijl exclusief voor u geleverd. Blox biedt u een eigen architectonische eenheid, in uw eigen stijl en in uw eigen kleur gespoten. Honderden high-end mogelijkheden van natuurlijke en hoogwaardige materialen tegen middensegment prijzen.

Blox: architectonische eenheid in stijl en kleur, desgewenst gecombineerd met luxe hardsteen en stoffering. Laat u vrijblijvend en professioneel informeren door een van onze dealers. **Ervaar nu zelf de vele mogelijkheden van dit unieke Blox concept op [www.blox.sale](http://www.blox.sale).**



## Blox zoekt professionele samenwerkingen door geheel Nederland

Wij staan open voor een samenwerking met stylisten, architecten en luxe meubelwinkels. Graag willen wij samen met u dit unieke modulaire Blox concept op de kaart zetten.



Maak geheel vrijblijvend een afspraak in ons Blox innovation office. Wij komen ook graag bij u langs om de mogelijkheden van dit unieke Blox dealerconcept vrijblijvend toe te lichten. **Neem daarvoor contact op met:**  
**Pierre de Wit** +31 (0)6 580 61 339  
**René van de Pol** +31 (0)6 580 61 319



# **.BLOX**<sup>®</sup>

Blox Luxury Furniture | Raadhuisstraat 19, 5066 AP Moergestel | +31 (0)85 020 59 53  
[info@blox.sale](mailto:info@blox.sale) | [www.blox.sale](http://www.blox.sale)

# Door verstopping of wateroverlast in de knel?



TOS Ontstoppings Service BV  
uw adres voor:

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



ONTSTOPPINGS SERVICE BV

Baarsweg 124,  
3192 VR Hoogvliet  
T 010-4383599

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

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

