

ALMERE 

APRIL 2020 [WWW.ALMERE-BRUIST.NL](http://WWW.ALMERE-BRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST

Maak je tuin  
*2020-proof*

*Jouw tuin  
als (groen)  
verlengstuk  
van je woning*



In 2013 opende Kliniek Heihof de deuren in Hilversum. De kliniek helpt mensen op weg naar een jonger en frisser uiterlijk met behulp van botox, fillers en/of ooglidcorrecties. In de loop der tijd is de kliniek dankzij de inzet van eigenaresse Wilma Schoutens-Buijsmann en haar team uitgegroeid tot een begrip in 't Gooi. Sinds november 2019 is Kliniek Heihof gevestigd op een unieke locatie; het oude Dudok-pompgemaal te Hilversum.

# VOOR NATUURLIJKE SCHÖONHETD

## GEMOEDELIJKE SFEER

“De gemoedelijke sfeer die zo kenmerkend is voor Kliniek Heihof, hebben we weten te behouden. We hebben heel veel trouwe, vaste klanten - merendeels vrouwen - die al jaren bij ons komen. Als ze hun behandeling hebben gehad, nemen ze vaak nog even plaats in de wachtkamer om gezellig een kopje koffie te drinken. Dat zie ik als een compliment.

## ZO NATUURLIJK MOGELIJK

Het team van Kliniek Heihof bestaat uit drie deskundige, ervaren en BIG geregistreerde cosmetisch artsen. “Eén van hen is gespecialiseerd in ooglidcorrecties. Wij vinden dat die alleen uitgevoerd mogen worden door een plastisch chirurg. In het voorjaar komt een nieuwe vrouwelijke arts ons team versterken. We onderscheiden ons in de visie van waaruit wij werken. We streven er naar om het uiterlijk van de mensen die bij ons komen, op een zo natuurlijk mogelijke manier te

verjongen. Als je hier weggaat, zie je er mooi en opgefrist uit, zonder dat het er duimendik bovenop ligt dat je iets aan jezelf hebt laten doen.”

## BETAALBARE KWALITEIT

“Kwaliteit en veiligheid staan voorop, dus we werken alleen met producten van gerenommeerde A-merken. Zo gebruiken we niet-permanente fillers van hyaluronzuur, een lichaamseigen stof, die door het lichaam zelf wordt afgebroken.” In een vrijblijvend intakegesprek worden je wensen besproken. “We vertellen je eerlijk wat de mogelijkheden zijn, zodat je een realistisch beeld hebt wat we voor je kunnen betekenen. We voeren een behandeling ook alleen uit als we er 100% achter staan. Om de drempel zo laag mogelijk te houden, hanteren we betaalbare prijzen. Cosmetische ingrepen moeten wat ons betreft voor iedereen bereikbaar zijn.”

KLINIEK  HEIHOF

Laapersveld 1, Hilversum | 035-7724824 | [info@kliniekheihof.nl](mailto:info@kliniekheihof.nl) | [www.kliniekheihof.nl](http://www.kliniekheihof.nl)



“Cosmetische ingrepen moeten voor iedereen bereikbaar zijn”

Ik ontwerp en vervaardig een sieraad naar uw idee of keuze. Uiteraard kiest u het materiaal (goud, zilver, titanium etc.) en eventuele edelstenen zelf.

Ook sieraden die niet meer gedragen worden (denk aan oude trouwringen) verander ik in een nieuwe creatie. In mijn atelier bespreken wij, onder het genot van een kopje koffie, wat de mogelijkheden zijn.



**Suzanne Roeffen Edelsmid**  
Kerkgracht 85A Almere  
06-49788280  
[www.suzanneroeffen.nl](http://www.suzanneroeffen.nl)

# Op zoek naar *een uniek sieraad?*

**Ook voor  
reparaties!**

Neem een kijkje in  
het atelier van Suzanne!



# KAMER ZOEKT PLANT



elke zondag  
**OPEN**

Planten geven je zoveel meer dan alleen zuurstof en schone lucht. Ze zorgen voor een geluksgevoel en maken je bewust van al je zintuigen. Vul je huis met de energie van planten en zet ze in elke ruimte in huis; ook in de slaapkamer en de badkamer!

**Intratuin Almere** [www.intratuin.nl](http://www.intratuin.nl)  
Euphoniumweg 5, 036-5387020.  
Vrijdag koopavond. **Elke zondag open.**





8



12

Linnaeushof  
Europa's grootste speeltuin



28

# Inhoud



14



26



23

# COLOFON

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

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Ramon Heeren  
**THEMATEKSTEN** Maaïke van Helmond  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Astrid Berkhout  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Jan van Aalzum  
**EINDREDACTIE** Ron van Kuijk

Like ons op Facebook.com/almerebruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl  
of bel René Moes 06-19629221 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Almere 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.**



April, de maand van Pasen, van Secretaressedag en van Koningsdag. Maar meestal ook de ideale maand om weer heerlijk naar buiten te gaan en je tuin klaar te maken voor de mooie maanden die voor ons liggen. Kan je tuin wel een metamorfose gebruiken? Blader dan vooral snel verder, want in deze nieuwste editie van Bruist delen we de laatste tuintrends met je. Wie weet zit er wel een trend tussen die bij jouw tuin past!

# Bruisende lezer,

Zelf genieten wij deze maand ook optimaal van de eerste zonnestralen die de lente inluiden en ons stiekem al doen verlangen naar de zomer. De winter was weliswaar niet extreem koud dit keer, maar desondanks is het mooie weer wat ons betreft meer dan welkom. Heerlijk als je alles langzaam weer in bloei ziet staan en het leven zich beetje bij beetje weer naar buiten verplaatst.

Spot je dus een van die eerste zonnestralen, maak daar dan gebruik van! Op naar buiten, dit magazine mee en heerlijk in het zonnetje genieten van alle bruisende verhalen die wij weer voor je op papier hebben gezet. Be inspired!

**René Moes**

**Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook 't Gooi Bruist en De Zaanstreek Bruist.**

# Maak je tuin *2020-proof*

Het voorjaar is weer begonnen: hoog tijd om ook je tuin weer klaar te maken voor de mooie maanden die voor ons liggen. Wat de trends zijn voor dit jaar? We zetten ze voor je op een rijtje.

DUURZAAMHEID  
SPEELT EEN  
BELANGRIJKE ROL  
BIJ ALLE DRIE  
DE TRENDS

Volgens Tuinbranche Nederland gaan we dit jaar drie opvallende trends tegenkomen in de Nederlandse tuinen: Inner Retreat, Blended Cultures en Street Savage. Mooie benamingen, maar wat houden ze precies in?

## Inner Retreat

Tuinen die vallen onder deze eerste trend, staan geheel in het teken van rust en onthaasten. In deze tuin tref je geen heftige kleuren of extreme vormen aan, maar juist transparante en natuurlijke materialen, wittinten, organische vormen en een vijver die samen zorgen voor eenheid. In het dagelijks leven zijn we al druk genoeg, waardoor het fijn is om thuis te komen in een oase van rust.

## Blended Cultures

In tuinen die behoren tot de Blended Cultures trend vind je een mix van materialen, werelden en kleuren. De tuin biedt plaats aan een bonte mix van verschillende planten waarbij natuurinten spelen met felle accentkleuren. Ook wat het tuinmeubilair betreft. Daarbij zien we een vrolijke en ongedwongen

mix van lokaal en globaal, wat zorgt voor een ietwat folkloristische sfeer.

## Street Savage

Houd jij niet zo van perfectie, maar ben je meer een liefhebber van imperfectie en vrijheid, dan is dit jouw trend. Tuinen die vallen onder de Street Savage trend, kennen (kleurrijke) invloeden uit de hiphopscene en van de straat. Wat je ook terugziet in het tuinmeubilair, dat bovendien veelal industrieel oogt. Zelfs graffiti wordt in deze tuinen niet geschuwd, maar juist toegejuicht. Alles om te zorgen voor een onconventionele uitstraling, oftewel allesbehalve het geijkte plaatje.

## Groen

Bij alle drie de trends is er veel aandacht voor duurzaamheid, biodiversiteit en watervriendelijkheid, wat past in deze tijd waarin we steeds bewuster met alles omgaan. Daarnaast is er volop ruimte voor groen, wat bijdraagt aan wat we eigenlijk allemaal willen: een groene en gezonde woonomgeving voor mens (en dier) en het ideale verlengstuk van je woning.

Wil jij ook een van deze trends toepassen in je tuin?

Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je vast een ondernemer in jouw regio die je daarbij kan helpen.

# Voor mijn bijzondere en allerliefste moeder

Een speciale Moederdag teken- en schildercursus van 'The Seasons Art Class'

Bij aanmelding krijgen alle moeders 50% korting op een starterspakket. Wil je jezelf samen met jouw moeder (of vader) aanmelden dan krijgen jullie allebei een starterspakket geheel gratis!

**Breng de kunstenaar in u naar boven!**

Uitgebreid, leuk, stap voor stap, cursus voor echte beginners en gevorderden. Ontmoet nieuwe vrienden, leer nieuwe vaardigheden en creëer originele kunstwerken!

Onze cursisten zijn erg enthousiast over onze cursussen. In de meeste gevallen is de dag van de cursus het hoogtepunt van de week. Ons cursisten hebben het altijd over het feit dat ze zoveel beter zijn geworden en dat onze innovatieve schildercursus hun verwachtingen overtreft.

De Blauwe Reiger, De Steiger 77 Almere | **036-5252847**  
[www.schilderlessen-almere.nl](http://www.schilderlessen-almere.nl) | [www.facebook.com/Seasonsartclassalmere](https://www.facebook.com/Seasonsartclassalmere)



Verras je moeder voor Moederdag met dit originele cadeau!



# Een persoonlijk afscheid?

*Laat het over aan de specialist!*

Een mooi rouwboeket is een prachtige manier om een laatste groet te uiten. Onze bloemisten weten als geen ander dat de keuze van bloemen voor een begrafenis of crematie met veel zorg en respect dient te gebeuren. Onze rouwboeketten maken we daarom met de grootste zorg.

**Wij zijn van mening dat een afscheid van een dierbare iets is dat je maar éénmaal kunt doen en dan wil je dit zo goed mogelijk doen!  
Uw rouwstuk wordt ten allen tijden met verse bloemen opgestoken.**



Kruidenweg 3 Almere  
**036-5304638**

Meerstraat 56, Almere-Haven  
**036-7853175**

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



**Kwaliteitsbloemen tegen een zeer scherpe prijs, dat vind je bij Bloemen in het Gooi in Almere. Een unieke bloemenwinkel op een unieke plaats in Almere.**

Bloemen en persoonlijke aandacht zijn onze passie, kwaliteit en service ons visitekaartje. U bent van harte welkom!



### DE SMAAK VAN ITALIË

Een frisse citroenlikeur gemaakt volgens een authentiek familierecept.

kenners zeggen dat de Pallini Limoncello de perfecte balans heeft gevonden en een unieke frisse smaak heeft gecreëerd, die niet te zoet of zuur is. Dat komt door het gebruik van de speciaal gekweekte citroenen aan de Amalfi kust. Een likeur die heerlijk te nuttigen is, zowel als aperitief als digestief, en die cocktails een unieke smaak geeft. **Pallini limoncello**



### KLAAR VOOR DE ZON

Wilkinson introduceert de Intuition Complete, speciaal voor vrouwen. Door de slanke scheerkop met vijf Skin Perfect-mesjes kom je nu nog gemakkelijker bij alle lastig bereikbare plekje. Het mooie design en roze kleurtje van de Intuition Complete maken van elke scheerbeurt een fijne beauty treatment! Zo zijn jouw benen, oksels en bikinilijn in een handomdraai zijdezacht. [www.wilkinsonsword.nl](http://www.wilkinsonsword.nl)

# BRUIST Deals

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

### LEZERSACTIE

**Maak nu kans op 2 entreekaartjes voor Linnaeushof.**

Linnaeushof mag zich met recht Europa's grootste speeltuin noemen. Er zijn meer dan driehonderd-vijftig speeltoestellen en attracties.



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

win

# Leve de lente

### LEZERSACTIE

**Maak kans op een vouchercode voor thrillerserie Thin Ice op [lumiereseries.com](http://lumiereseries.com)**

ledere week verschijnt een nieuwe aflevering van de thrillerserie Thin Ice over de smeltende ijskappen op de Noordpool en internationale geopolitiek. **BRUIST** verloot 10 vouchercodes. [lumiereseries.com](http://lumiereseries.com)



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

### VOOR DE OLIFANT

Amarula is een Zuid-Afrikaanse likeur afkomstig uit Phalaborwa. De likeur is gemaakt van suiker, room en de vrucht van de Marulaboom. Een boom die ook wel bekendstaat als de 'olifantenboom', omdat de dieren de vrucht ook een heerlijke snack vinden. Het merk zet zich daarom in voor het behoud van het Afrikaanse wildlife en voor olifanten in het bijzonder. **Amarula likeur**



### 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).**

### DE GEUR VAN HAWAII

Al meer dan 45 jaar biedt het zonzorgingsmerk Hawaiian Tropic luxeuze zonzorging aan om je zintuigen te verrassen terwijl je geniet van de zon. Hawaiian Tropic wil voor vrouwen een verwenmoment creëren om te genieten van een leven in de zon, goed beschermd en gevoed.

**Hawaiian Tropic**



Botuline Rimpelzorg Klinieken is al jaren actief in Nederland. Je kunt hier terecht voor een breed scala aan cosmetische behandelingen. “Onze visie is: met een kleine ingreep kun je een grote verandering bewerkstelligen”, vertelt eigenaar en cosmetisch arts Farhad Sediqi. “Bij alles wat we doen, streven we dan ook naar een zo natuurlijk en subtiel mogelijk resultaat.”

# Oog voor jouw schoonheid

Farhad richtte in 2011 zijn eigen kliniek op en startte met injectables als botulinetoxine en fillers. Al snel kwamen daar allerlei andere behandelingen bij; van PlexR® Soft Surgery, Silhouette Soft draadliftbehandelingen tot haartransplantatie/-implantatie en laserbehandelingen (ontharing, tattoo verwijderen), Cryolipolysis voor locale vet verbranding (ook onderkin), HIFU en spataderen behandeling met laser. “Sinds kort werken we bovendien samen met een plastisch chirurg waardoor we ook ingrepen als borstvergroting/-verkleining, liposuctie en het totale pakket aan plastische chirurgie aan kunnen bieden.”

## De nieuwste technieken

“We werken met de beste producten ter wereld en maken gebruik van de nieuwste technieken. Alles wordt steeds veiliger en de resultaten blijven steeds langer

zichtbaar.” Een mooi voorbeeld van zo’n nieuwe techniek is de PRP (Platelet Rich Plasma) Facelift. “Dit wordt ook wel een Vampier Facelift genoemd omdat rimpels hierbij worden opgevuld met lichaamseigen bloedplasma met groeifactoren.”

## Open en eerlijk

“Als je hier voor het eerst komt, nemen we alle tijd voor een uitgebreide intake. Hierin geven we eerlijk aan in hoeverre we tegemoet kunnen komen aan jouw wensen, zodat je realistische verwachtingen hebt over wat we voor jou kunnen betekenen. Als we van mening zijn dat een specifieke ingreep niet nodig is, dan doen we die ook niet. Onze patiënten moeten op ons kunnen vertrouwen. We nemen bovendien onze verantwoordelijkheid en voeren na afloop van de behandeling gratis nacontroles uit om zeker te weten dat alles goed gaat.”



## WE ZIJN TROTS OP WAT WE DOEN

**Om de zoveel weken verspreiden wij onze nieuwsbrief met o.a. artikelen over de nieuwste ontwikkelingen, specifieke thema's, het vergoedingensysteem (welke behandelingen worden vergoed bij een aanvullende verzekering) en uiteraard mooie acties en pakketten. Via [www.rimpelzorg.nl](http://www.rimpelzorg.nl) kun je je inschrijven op de nieuwsbrief.**





# Verkocht!

Hét woord waar alle huizenverkopers naar smachten!

Dit keer was ik diegene die niet kon wachten op het verlossende woord. Na 12 jaar gaat ons huis in de verkoop! Spannend! Als verkoopstylist voel ik de prestatiedruk vanaf het eerste moment al opborrelen. Het is altijd makkelijk om bij anderen te zien hoe de verkoopstyling toegepast moet worden, maar in je eigen huis? Dat is een ander verhaal!



Ik heb de lat lekker hoog gelegd door alle bezichtigingen zelf te doen. #aanrader Na 22(!) keer hoor ik mezelf als volleerd verkoper ons eigen huis verkopen. Ik ga graag uitdagingen aan en dit is er één om nooit te vergeten.

## “WONEN JULLIE HIER ECHT NOG?”

Als verkoopstylist is het heel leuk om de reacties uit eigen hand te horen. De leukste opmerkingen die ik heb gehoord? “Wonen jullie hier echt nog? Het ziet er zo mooi uit, het lijkt wel een showroom!”, “wow, kijk dat bed!”, “Mama, deze kamer is van mij!”, “This is really beautiful!”.

Nu kan ik als ervaringsdeskundige zeggen: verkoopstyling levert zoveel moois op! Met trots je huis verkopen, veel bezichtigingen, veel biedingen, hoge verkoopprijs en een snelle verkoop. Ons huis is voor de hoogste prijs en binnen de kortste tijd verkocht! (Vergeleken met soortgelijke huizen in dezelfde buurt).

06-36223706 | info@verkoopstylingbybo.nl | [www.verkoopstylingbybo.nl](http://www.verkoopstylingbybo.nl)



Bojana



**STYLING BY BO IS ACTIEF IN DE REGIO'S  
ALMERE | AMSTERDAM | HILVERSUM |  
LELYSTAD EN OP AANVRAAG OOK DAARBUITEN**

Verkoopstyling is belangrijk voor de foto's, zodat het huis eruit springt op Funda, maar ook voorafgaand aan de bezichtigingen kan een finishing touch niet ontbreken.

## WIL JIJ OOK HET BESTE RESULTAAT BEHALEN MET DE VERKOOP VAN JOUW HUIS?

Om de verkoop van ons eigen huis te vieren staat er op de website een kortingscode voor 20% korting op de verkoopstyling.  
[www.verkoopstylingbybo.nl](http://www.verkoopstylingbybo.nl)

### HET RESULTAAT

3 WEKEN | 22 BEZICHTIGINGEN  
6 BIEDINGEN | 1 BOD GEACCEPTEERD  
**VERKOCHT!**

De oudste geschreven vermelding van **1 april** als dag van de grap dateert uit 1508 en is in Frankrijk gevonden.

**Duurzaamheid** vormt een steeds belangrijker aspect in de tuin van nu.

Als je trouwt in april heb je een grotere kans op een goed huwelijk.

Ben je in april geboren, dan heb je **minder** kans op **allergieën** dan mensen die in de herfst zijn geboren.

Steeds meer mensen zien hun tuin als (groen) **verlengstuk** van hun woning.

Elk jaar is het op de derde donderdag van april **Secretaressedag**. Denk er dus aan om jouw secretaresse in het zonnetje te zetten.

Kinderen die in april zijn geboren, zijn **sterke persoonlijkheden** en vaak heel populair.

Tuinbranche Nederland heeft weer wat mooie namen bedacht voor **de tuintrends** van dit jaar: Inner Retreat, Blended Cultures en Street Savage.

# 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!*



Alles om je mooi te voelen

# Dé dokter

## voor Medisch Cosmetische Behandelingen

Dokter André (André Boom) is bekend van tv (RTL4 en SBS6) en diverse glossy's in Almere, Lelystad en 't Gooi. Met passie helpt André jou om er jaren jonger uit te zien. Zodat je weer gelukkig wordt wanneer je in de spiegel kijkt.

**Ervaren cosmetisch arts**  
**Natuurlijk resultaat**  
**Gratis consultgesprek**  
**Eerlijk advies**



Afspraken via  
[www.dokterandre.nl](http://www.dokterandre.nl)  
of telefonisch  
035 8200426

André werkt met eerlijke producten en gebruikt botox en fillers van de beste producenten. Alle producten worden geleverd door gespecialiseerde apothekers. Hierdoor weet je altijd zeker dat de producten een betrouwbare herkomst hebben.

### Botox behandelingen

Dokter André gebruikt botox veelal voor de spiertjes tussen of naast de ogen en het voorhoofd, maar ook voor tandenknarsen en overmatig zweten. Daarnaast kan botox helpen tegen verschillende vormen van hoofdpijn.

### Hyaluronzuur behandelingen

Fillers van Hyaluronzuur worden gebruikt voor het opvullen van de lippen, diepe lijnen in de kin of van de neus naar de mondhoeken. Ook de wangen kunnen meer volume krijgen met deze fillers.

### NIEUW: Profhilo

Wil jij wél een strakkere huid, maar geen botox of fillers? Profhilo is de oplossing! Met een speciale methode wordt deze lichaamseigen stof in de huid geïnjecteerd, waarna de stof zich

langzaam verdeelt in de huid. Het gevolg? Er wordt meer collageen en elastine gevormd, waardoor de huid weer mooier, strakker en gezonder wordt.

**Maak een afspraak en ontdek hoe Dokter André jou kan helpen!**



## BEHANDELINGEN

RIMPELS

FILLERS

BOTOX


PROPHILO

LIPPEN



**DOKTERANDRÉ**

Veluwezoom 5 Almere  
Haardstedelaan 3 Huizen  
035 8200426  
[www.dokterandre.nl](http://www.dokterandre.nl)

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



## Voor peuters met een ontwikkelingsvoorsprong

**Heb jij een peuter die behoefte heeft aan meer uitdaging? Regelmatig start er voor jouw peuter een ukIQ groep in Zeewolde. Leren, spelen en bewegen met kinderen die op hetzelfde niveau zitten. Hoe fijn is dat!**

In een cyclus van 6 weken daag ik peuters met een ontwikkelingsvoorsprong uit met een programma dat is aangepast aan hun ontwikkelingsniveau. Verschillende thema's komen aan bod.

Een peuter met een ontwikkelingsvoorsprong:

- slaat vaak het kruipen over;
- loopt heel vroeg of wacht er juist heel lang mee;
- heeft al jong een grote woordenschat;
- vraagt vaak en veel 'waarom';
- kan zich ongewoon lang concentreren.

Heb je het vermoeden dat jouw peuter een ontwikkelingsvoorsprong heeft, maar twijfel je of de ukIQ groep de oplossing is? Mail mij of bel mij. Dan gaan we samen het gesprek aan en kiezen wat het beste is voor jouw kind.

### Wat doet ukIQ?

Wij trainen professionals en kindcentra in het herkennen en begeleiden van peuters met een ontwikkelingsvoorsprong. Daarnaast zijn er ukIQ groepen op meerdere plaatsen in Nederland waar de kinderen op hun eigen niveau worden aangesproken en zich mogen ontwikkelen.

**Kijk voor meer informatie, data en aanmelden op [ukiq.nl](http://ukiq.nl).**



Claudia Benmesahel-Kruidbos | Gildenveld 26C Zeewolde | 06-19960759 | [claudia@ukiq.nl](mailto:claudia@ukiq.nl) | [www.ukiq.nl](http://www.ukiq.nl)

# DAGJE UIT ER OP UIT IN DE NATUUR



Of je nu van bos, heide of strand houdt, Nederland heeft vele mooie natuurgebieden. Ervaar en ontdek hoe mooi de natuur is en trek er op uit. En de natuur maakt je ook nog eens gelukkiger! Het aanbod van activiteiten en evenementen in de natuur is reuze, voor zowel jong als oud. Als je érgens goed van kunt uitwaaien is het wel aan zee. Niets is zo ontspannend als een wandeling over het strand. Met zicht op een verre horizon en alleen het geluid van de zee en zingende meeuwen. Maak bijvoorbeeld een strandwandeling tussen de bosjutten in Rockanje of ga wiewalalen spotten bij Lauwersoog. **Kijk voor vele mooie wandelingen in de mooiste gebieden van Nederland op [www.anwb.nl/](http://www.anwb.nl/) wandelen.**

## FILMPJE KIJKEN THE SECRET GARDEN

The Secret Garden is gebaseerd op het gelijknamige kinderboek van Frances Hodgson Burnett. Wanneer de ouders van de tienjarige Mary Lennox (Dixie Egerickx) overlijden, wordt ze naar haar oom (Colin Firth) in Engeland gestuurd. In het grote landhuis ontmoet ze haar zieke neefje Colin die eigenlijk het huis niet uit mag. Samen gaan ze op onderzoek uit in de honderden kamers en uitgestrekte tuinen. Daar ontdekken ze een mysterieuze deur die toegang geeft tot een geheime tuin die sinds de dood van haar tante niet meer open is geweest.

**THE SECRET GARDEN en andere films zijn te bekijken via Pathé Thuis.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN LOOP NOOIT WEG ZONDER HELM



Isidore Mazal is elf en de jongste zoon in een gezin met zes kinderen. Zijn broers en zussen zijn allemaal superintelligent, hij is gevoelig. Berenice, Aurore en Leonard behalen al voor hun vierentwintigste doctoraten. Jeremy is een muzikaal genie en Simone van dertien is overal goed in. Alleen Isidore heeft nog nooit een klas overgeslagen of een proefschrift geschreven. Maar wanneer de familie Mazal getroffen wordt door een tragedie, is hij de enige die hen kan helpen. Als hij voor die tijd tenminste niet is weggelopen van huis. **LOOP NOOIT WEG ZONDER HELM van Camille Bordas verschijnt 21 april.**

# Hoera een burn-out?!

Nee, zo zal dat niet voelen wanneer jou dit overkomt. Van een burn-out worden we gewoonlijk niet blij, we willen er zo snel mogelijk vanaf.

Het overkomt vaak vrouwen die voor iedereen klaar staan, die enorm hun best doen om het werk zo goed en zo snel mogelijk af te krijgen.

Degenen die zich al jaren, ondanks alles, staande weten te houden. Het zijn echte doorzetters.

En dan opeens is de rek eruit, het gaat niet meer. Opgebrand.

Een burn-out kan je ook zien als een keerpunt in je leven. Het geeft je de tijd en gelegenheid om te onderzoeken hoe nu verder, wat wil je eigenlijk met jouw leven?

Start het  
herstel van  
een burn-out en  
maak een  
afspraak

24

COLUMN/AGNES



*Als sensitieve rustgever, stress-releaser en burn-out ervaringsdeskundige help ik jou meer rust en harmonie te vinden in je hoofd, lijf en leven. Ik begeleid je naar meer energie en weg van een burn-out.*

Agnes Hoogendoorn



**Agnes Hoogendoorn**

*Naar meer rust in jeZelf*

Isadora Duncanweg 87, Almere

**06-29278229**

mail@agneshoogendoorn.nl

www.agneshoogendoorn.nl

# HPBOXSPRINGS



HOME & LIVING

**Iedereen is welkom bij HP Boxsprings.** De locatie in een uitgebreid en overdekt winkelcentrum is perfect. Parkeren doe je eenvoudig in de parkeergarage die op de winkel uitkomt. Wanneer je de zaak binnenstapt weet je het meteen: deze winkel heeft veel te bieden en dat tegen een betaalbare en eerlijke prijs. Breng daarom zeker een bezoek aan Hans Püttmann en zijn team!



## Geheel nieuwe collectie verkrijgbaar vanaf april



Diemerplein 40-42 Diemen | 020 723 0503 | info@hpboxsprings.nl | www.hpboxsprings.nl |  

25

# Meetbaar verbeterde stofwisseling door *fit20*

Miranda van Leysen heeft al meer dan 100 keer getraind. Zij heeft een schildklieraandoening en heeft door *fit20* haar medicijngebruik kunnen verlagen! Met haar super actieve leven is ze bovendien blij dat haar lichaam nu sneller herstelt. Miranda vertelt haar verhaal.

“Als lid van de vrijwillige brandweer moest je slagen voor een keuring, een Periodiek Preventief Medisch Onderzoek (PPMO). Eerst moest je binnen een bepaalde tijd een hindernisbaan afleggen. Hier werden dezelfde activiteiten nagebootst zoals bij een inzet. Aansluitend moest je binnen een half uur een trap (100 treden) met volle bepakking gelopen hebben zonder de leuning of de zijwanden aan te raken. Dus puur op beenkracht... Jawel! Toen ik geslaagd was, dacht ik: dit niveau fitheid moet ik wel zo houden. Daarop ben ik gestart met *fit20*.

De *fit20* training heeft op alle fronten verbetering gebracht. In het begin vond ik het heel zwaar! Na de training rijd ik vaak met trillende voet op het gaspedaal terug. Mijn stofwisseling is door de traag werkende schildklier te langzaam, maar sinds ik *fit20* doe is die veel sneller geworden! Mijn medicatie voor de schildklier bestond uit vier thyrox pillen, namelijk 1 wit (0,0100mg) en 3 blauw (0,025mg). De waarden in mijn bloed zijn verbeterd. Van de

blauwe pillen heb ik er nu twee minder!

Mijn lijf herstelt duidelijk sneller. Dat merk ik bijvoorbeeld met mijn andere hobby. Ik doe aan basketbal (2 trainingen plus 1 wedstrijd per week) en ik fluit ook wedstrijden bij onze basketbalclub. Door het snelle herstel gaat me dat nu allemaal gemakkelijker af.

Mijn trainers weten dat ik een schildklieraandoening heb. Ze geven natuurlijk geen medische begeleiding, maar we hebben het er wel over. Ze letten goed op en zijn continue mijn houding aan het corrigeren.

*fit20* wordt nog wel eens met argusogen bekeken, maar ik raad anderen aan om *fit20* uit te proberen, ik heb al een collega lid gemaakt. Zij kan niet geloven hoeveel effect ze van de training heeft.’

**Miranda van Leysen (50).**  
**Werkzaam bij Veiligheidsregio Limburg-Noord**



Ook een gratis kennismakingstraining ervaren?

Bel naar *fit20* Almere:  
**036-8200276**  
of meld je aan op  
**www.fit20.nl**

**fit20 Almere**  
Transistorstraat 71D +  
PJ Oudweg 4 Almere  
**036-8200276 | www.fit20.nl**

*Eerlijk brood,  
Heerlijk brood*

*Zonder lactose, emulgatoren  
en onnatuurlijke kleur- en  
smaakstoffen*



**DEKKER**  **WINKLER**  
BROOD · BANKET DESEM CULTUUR

Zadelmakerstraat 13 tel. 036 - 844 78 08

# Ismahan Obenali (eigenaresse Queens Hairstyling), genomineerd voor prestigieuze Coiffure Award 2020 – 29ste editie!



Ismahan heeft een nominatie in de wacht gesleept voor de meest prestigieuze haarmode- en fotografiwedstrijd voor creatieve kappers in Nederland. Door haarstylisten uit binnen- en buitenland omschreven als dé belangrijkste wedstrijd op hun vakgebied. De nominatie alleen al is een prestatie op zich, de lat lag namelijk hoog deze editie bij de deelnemende haarstylisten.

In Londen vond de laatste ronde van de jurering plaats voor de Nederlandse verkiezing voor de Coiffure Award. De gala-uitreiking vindt zondag 19 april plaats in Studio21 te Hilversum en wordt gepresenteerd door Rick Brandsteder.

Haarstylisten uit het hele land werd

gevraagd een professionele fotoserie van 4 foto's in te sturen waar het vakmanschap optimaal tot zijn recht zou komen. Een ware stormloop van zeer creatieve inzendingen was het gevolg, met shoots geschikt voor de meest toonaangevende internationale fashion magazines.

De beelden laten zien waar Ismahan goed in is: prachtige coupes, van inspiratie tot creatie. Na vele haarcollecties afgelopen jaren gemaakt te hebben, dacht ik het dit jaar het anders aan te pakken, het resultaat laat het al zien Clean en vrouwelijk met een tikkeltje 60's.

Mijn missie is de warme goudblonde tinten weer in het leven te roepen. Soms staat warmte in het haar gewoon mooier bij het gezicht.

**Queens**  
hairstyling



Ismahan Obenali | Flipjestraat 31, Almere Buiten | 06 45 73 55 25 | [www.queenshairstyling.nl](http://www.queenshairstyling.nl)

28




Robin Vossen

Interesse? Neem dan eens  
geheel vrijblijvend contact  
met me op.



Boelijn 224 Almere  
06-15673812  
schoonheid@echt.nu  
[www.echt.nu](http://www.echt.nu)

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

## Profhilo

een sterk staaltje hyaluronzuur

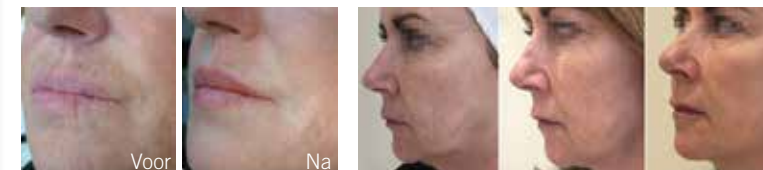
Naarmate we ouder worden verslapt onze huid en gaat de zwaartekracht werken. We verliezen volume, de huid wordt dunner en er ontstaan lijntjes en rimpels. Lijntjes zijn te behandelen met botox en volumeverlies is te corrigeren door middel van fillers. Maar voor degenen voor wie dit toch een brug te ver is, of wanneer je de algehele conditie van je huid wilt verbeteren is er Profhilo.

### Maar... wat doet het?

Profhilo is een hyaluronzuurfiller, alleen anders dan de andere hyaluronzuurfillers. Zowel de bereiding ervan als de samenstelling van het hyaluronzuur is anders, waardoor er een grote hoeveelheid hyaluronzuur gecombineerd kan worden. Hierdoor wordt de huid gestimuleerd om collageen en elastine te maken, wat een herstellend, verfrissend en verstrakkend effect heeft. Het resultaat is heel natuurlijk; je huid wordt steviger en krijgt een mooie glans.

### De behandeling zelf

Bij de behandeling worden er op een aantal strategische plaatsen prikjes gezet, waarmee een zo goed mogelijk resultaat bereikt wordt met zo min mogelijk ongemak. Na 4 weken volgt de tweede behandeling, om tot een zo optimaal mogelijk resultaat te komen. Een enkele keer zijn er 3 behandelingen nodig.



### Het enige nadeel

De mooie behandelresultaten zorgen ervoor dat wanneer je eenmaal Profhilo geprobeerd hebt, je dit resultaat graag wil blijven houden. Het enige nadeel is dat de veroudering van de huid helaas gewoon door blijft gaan. Om een mooi resultaat te blijven behouden is het dus nodig om regelmatig een behandeling te herhalen.

29

## Uw crematie duurzaam en voordelig



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

## Bent u druk, ziek of zwanger? Of moet uw hond gewoon eens nodig z'n energie kwijt?

Hondenuitlaatservice Be Proud is de uitkomst voor u en uw hond. Uw hond kan bij ons in een groep mee wandelen maar ook individueel uitgelaten worden.



06-46193451 | [info@husbeproud.nl](mailto:info@husbeproud.nl) | [www.husbeproud.nl](http://www.husbeproud.nl)

## Geef voor nieuwe doorbraken in kankeronderzoek.

### Ga naar [kwf.nl/doneer](http://kwf.nl/doneer)

Samen komen we steeds dichterbij



# Levende bacteriën in huidproducten?

COLUMN/MARESA

## Ja, dat kan en dat noemen we probiotica.

**Wat is probiotica?** Probiotica zijn bacteriën of schimmels die een positieve werking hebben op de gezondheid. Het zorgt voor een goede darmflora, wat van belang is voor de spijsvertering, stoelgang en het immuunsysteem. Maar wat nog weinig mensen weten is dat het ook goed is voor de huid. We hebben op de huid net als in de darmen ook goede en slechte bacteriën. De goede bacteriën, de zogenaamde huidflora, zorgen voor een natuurlijke barriere tegen schadelijke bacteriën en schimmels.



Probiotica voor de huid zorgt ervoor dat de huidflora de huidbarriere sterk maakt zodat we beter beschermd zijn. Als de balans verstoord wordt en de slechte bacteriën en schimmels de overhand krijgen kunnen er verschillende huidziekten ontstaan zoals bijvoorbeeld acné. Cosmedix heeft dit concept verder uitgewerkt en heeft een fantastisch masker ontwikkeld; Micro Sheet Mask.

De Micro Sheet Mask heeft als hoofdingrediënt een probiotisch serum wat de barrière functie van de huid te versterkt. Daarnaast bevat het hyaluronzuur, een superhydrate-rend stofje dat in de huid vocht aan zich kan binden voor de ultieme vochtverzorging.

Om dit masker te introduceren heeft Schoonheidssalon Maresa een leuke behandeling samengesteld.

**Balance Your Skin € 75,-**  
60 minuten

- reinigen van de huid
- diepe exfoliatie
- uitreinigen
- epilieren / harsen
- microsheet masker
- massage met rozenkwarts
- hydrateren & beschermen



Schoonheidssalon Maresa  
Joostlaan 2 Almere  
06-10246148

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

Geldig tot en met 30 april.



Wil je deze  
behandeling ook  
graag ondergaan?  
**NEEM DAN  
CONTACT OP!**

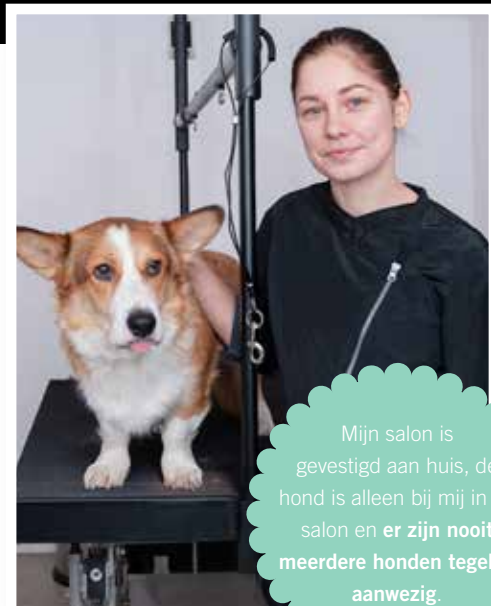


# Persoonlijke aandacht VOOR UW HOND

Renee de Graaf, eigenaresse van hondentrimsalon Hippa, is hondenliefhebster in hart en nieren. “Ik vind honden fantastische dieren en heb zo veel plezier met mijn vak! Klanten weten dat ze me altijd kunnen bellen met vragen, ik zorg voor hun honden. Wat wanneer de hond met de voetjes in de teer heeft gezeten? Wat als er ontlasting is blijven hangen?”

“Het is heel belangrijk dat je een hond laat trimmen en wassen. Er gaat een hoop in de vacht zitten en het blijkt thuis niet altijd zo makkelijk om het zelf te doen met de keukenschaar.

Een salon is spannend voor een hond, daarom werk ik liefst 1 op 1. Daar heeft hij voordeel bij. Het eerste kwartier is vaak het moeilijkst, dan gaat het baasje weg. Maar dan kan ik contact maken met de hond, hem goed benaderen, zorgen dat ie kalmeert en dat de behandeling goed verloopt. Mensen doen dan vaak even een klusje. Ik bel of app ze vlak voor de hond klaar is.



Mijn salon is gevestigd aan huis, de hond is alleen bij mij in de salon en er zijn nooit meerdere honden tegelijk aanwezig.

**In Almere wonen veel (oud-)Amsterdammers. Voor mij, als geboren Brabantse, was dat even wennen, maar ik ben er ongelooflijk veel van gaan houden. Van de mensen én van het taaltje.**

Amsterdammers zijn een bijzonder volk met een kleurrijke, beeldende taal die heel direct de situatie weergeeft. Zo ook over de dood. Zij relativeren de dood graag met een grap of een beeldspraak. Het lukt mij helaas nog niet om deze inwoners aan te spreken in hun ‘moers’ taal, maar ik snap het inmiddels wel als ze bellen met de mededeling ‘ze is kassiewijle gegaan’, ‘hij hep een tuintje op ze buik nodig’ of ‘die legt binnenkort madeliefes naar buite te drukke’.

Of je nu kassie zes bent of ‘n houten pyama krijgt, het komt allemaal op hetzelfde neer; “attenooije, die geeft geen sjoege meer.” Je bent overleden. En ook al wonen, leven en sterven we in Almere, terug naar Amsterdam kan altijd. Er zijn volop mogelijkheden; Amsterdam Noord, De Nieuwe Ooster, Zorgvlied en natuurlijk Herdenkingspark Westgarde in Osdorp, inclusief het Ajax-verstrooiveld!

Het is al schemerend in de avond als ik aanbel. De deur vliegt open en ik word begroet met: “Go(\*piep\*)me wijffie, wat ben ik blij dat jij er bent! Dat kler\*\*ijf is de pijp uit gegaan en nou weet ik gewoon niet waar ik moet beginne. Ik word er mesjogge van.”

## In je moers taal

De man op middelbare leeftijd heeft het over zijn op leeftijd zijnde moeder die vanmiddag onverwacht thuis overleden is. Recht voor zijn raap vertelt hij wat er gebeurd is en dat hij niet weet hoe het nu verder moet. Ik bespreek met hem de vele mogelijkheden. Hij is duidelijk in wat hij wel en niet wil. Samen komen we tot een mooi afscheid, de komende dagen verblijft mevrouw in Almere in het Afscheidshuis en op de dag van de crematie gaan we uiteraard naar Amsterdam. Hij kiest een rouwkaart met de Westertoren en bloemen in de kleuren van Ajax.

In de aula van De Nieuwe Ooster luisteren we naar Johnny Jordaan en Manke Nelis. Na afloop tijdens een bakkie leut met een spikkeloasie grijpt zoonlief me vast en zegt oprecht, zoals het een Amsterdammer betaamd; “Me moeder zou je dankbaar zijn, dat geef ik je op een briefje.”



Corine de Ridder is uitvaartverzorgster bij Yarden & de Ridder en vertelt maandelijks over haar belevenissen in haar werk.



# Anders kijken



Regelmatig komt de vraag waarom ik coach. Ik gaf dan mijn vaders overlijden in 2003 als aanleiding. Dit veroorzaakte gevoelens die ik niet kon plaatsen, maar mij wel behoorlijk 'in de weg' zaten. Dus zocht ik iemand die mij met rake vragen inzicht kon geven en laten voelen waar de pijn zat. En het werkte!

Laatst realiseerde ik me dat het coach-zaadje eerder gepland was. Lang geleden was ik communicatieadviseur bij een branchevereniging. De voorzitter van deze vereniging, een selfmade ondernemer, was een wijs mens. Ik bewonderde hem oprecht voor zijn geduld en de manier waarop hij iedereen een kans gaf. Tijdens een gesprek over dagelijkse toestanden en tegenslagen zei hij "Als je boos bent, is dat meestal omdat je zelf iets nagelaten hebt". Tsjonge, wat ben ik bezig geweest om na te gaan of het klopte. Maar, ik moest hem gelijk geven. Deze ene zin deed me bovendien realiseren

dat ik zelf verantwoordelijk ben voor iedere stap in het leven. Natuurlijk schiet ik wel eens uit m'n slof. Maar dat zie ik nu als groei. Het waarom erachter vinden, is een leuke uitdaging en geeft rust. Daarom is het fijn anderen te inspireren. Om het leven een stukje aangenamer te maken.

*Marja Theunissen*



**De Geestverruimer**  
Antiguastraat 27, Almere  
**06-22913055**  
marja@geestverruimer.nl  
**www.geestverruimer.nl**

Geestverruimer, de coach die jou helpt zelfinzicht te krijgen en de levenskunst te beheersen

## Ben jij een Beauty Professional?

Dan is KUO'S Professional echt iets voor jou!!  
KUO'S Professional is een gerenommeerd Spaans cosmeticamerk. Een bijzonder merk dat zich niet alleen richt op de huidverbetering, maar op alle aspecten van de uiterlijke verzorging. Met KUO'S Professional is het gebruik van meerdere merken verleden tijd.

KUO'S Professional heeft alles om een salon te kunnen starten of uit te breiden. Denk aan: gezichts-, lichaams-, voet-, hand-, nagel-, sport- en zonproducten!

KUO'S Professional maakt en levert producten die uit natuurlijke en plantaardige ingrediënten zijn ontwikkeld. KUO'S Professional staat voor:

- Zichtbaar en langdurig resultaat
- 100% vegan
- 100% parabenenvrij
- 100% natuurlijk
- 100% dierproefvrij

KUO'S Professional is HET exclusieve merk voor jouw salon!

Heb je interesse in ons merk of wil je het testen, neem dan contact op met Lia, Joyce of Bianca.

**Boerhaaveweg 95**  
**3401 MN IJsselstein**  
**www.auricskincare.nl**  
**contact@auricskincare.nl**  
**030-761 25 70**

**AURIC**  
SKINCARE



Patrick  
nierpatiënt sinds zijn 17e

Hij houdt vol



Net als wij

Help mee.  
Doneer op  
[nierstichting.nl](http://nierstichting.nl)

## Praktijk Havayah

OMARM JEZELF  
ZOALS JE  
BENT...



Mijn naam is Angela van der Ploeg. Ik ben o.a. gespecialiseerd in fotoreading voor (overleden) mens en (overleden) dier, healing, stervensbegeleiding dieren en energetische huisreiniging. Ik ben medium, dierentolk en tevens vertrouwenspersoon.

### Voor wie?

Mijn werk als medium, dierentolk en vertrouwenspersoon kan op verschillende wijze worden ingezet.

- Men wil graag de oorzaak van een probleem bij zichzelf achterhalen,
- Men wil contact maken met zijn (overleden) huisdier,
- Men wil graag contact met een overleden dierbare,
- In je huis heerst onrust, negatieve energie en je wilt dit graag verholpen zien,
- Men heeft de behoefte om zijn/haar verhaal te kunnen doen aan iemand die onafhankelijk is en zonder oordeel kan luisteren.

Heb je nog vragen?  
Neem dan contact met  
mij op. Of kijk eerst  
eens op mijn website.

### Ook voor workshops!

Warme groet  
Angela van der Ploeg

Sneeuwklodestraat 15 Almere  
036-8445082 | 06-20363620  
[info@praktijk-havayah.nl](mailto:info@praktijk-havayah.nl) | [www.praktijk-havayah.nl](http://www.praktijk-havayah.nl)

# Weten & begrijpen

Vader vraagt aan zoon: “Heb je je proefwerk geleerd? Begrijp je alles?” De zoon antwoordt dat alles duidelijk is. Hij heeft alles geleerd, kortom: hij denkt dat hij alles weet.

Na afloop van de toets vraagt de vader hoe het ging. Er volgt een opsomming van verontwaardiging. Er werd van alles gevraagd wat ze nog nooit hadden behandeld, wat de zoon niet had geleerd en hij heeft zelfs meer dan de helft niet kunnen beantwoorden. Het cijfer was volkomen onterecht een twee. Volgens de zoon onterecht, want hij had alles geleerd en hij was ervan overtuigd dat hij alles wist.

Je denkt soms, of vaak, of altijd, dat je ‘het weet en begrijpt’, maar dat is nog weleens een misperceptie. Hoe vaak denk jij ‘het te weten’? Hoe weet je dat? En weet je dat zeker? Er is nog veel te leren. Dat inzicht is waardevol, want dan ontstaat er weer ruimte voor groei en ontwikkeling.

Michael Pilarczyk

Foto Ralf Czogallik

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 één 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 één van onze dealers. **Ervaar nu zelf de vele mogelijkheden van dit unieke Blox concept op [www.blox.sale](http://www.blox.sale).**



38

## Blox dealers

Ontdek de mogelijkheden via onze Blox verkooppunten en plaats hier uw bestelling

ART 2 GO Interieurprojecten | Baarle-Nassau  
[www.art2gointerieurprojecten.nl](http://www.art2gointerieurprojecten.nl)

Bjorn Interieurontwerp & Realisatie | Schaijk  
[www.bjorninterieur.nl](http://www.bjorninterieur.nl)

D!Zit | Eindhoven  
[www.dzit.nl](http://www.dzit.nl)

Ikomo | Uden  
[www.ikomo.nl](http://www.ikomo.nl)

Interieurhuys Ontwerp & Advies | Werkendam  
[www.interieurhuys.nl](http://www.interieurhuys.nl)

Klomp Keukens & Interieurbouw | Mill  
[www.klompkeukens.nl](http://www.klompkeukens.nl)

LinQ23 | Helmond  
[www.linq23.nl](http://www.linq23.nl)

Peter Claessens Interieur en bouwprojecten | Ysselsteyn  
[www.claessenstimmerwerken.nl](http://www.claessenstimmerwerken.nl)

Place & Space Interieur | Oss  
[www.placeenspace.nl](http://www.placeenspace.nl)

Projectinrichting Lavoir | Arnhemuiden  
[www.projectinrichtinglavoirl.nl](http://www.projectinrichtinglavoirl.nl)

Sharon Roest Interieur & Styling | 's-Hertogenbosch  
[www.sharonroest.com](http://www.sharonroest.com)

Studio C Interieurs | Erp (Veghel)  
[www.studiocinterieurs.nl](http://www.studiocinterieurs.nl)

Verheggen Interieur- en meubelatelier | De Rips  
[www.verheggenmeubelen.nl](http://www.verheggenmeubelen.nl)

Wire Furniture Projecten | Erp  
[www.wire-furniture.nl](http://www.wire-furniture.nl)

Binnenhuisarchitect.online | Eindhoven  
[www.binnenhuisarchitect.online](http://www.binnenhuisarchitect.online)

My Dream Property | Sotogrande, Spanje  
[www.my-dream-property.com](http://www.my-dream-property.com)



# **.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)

39

1op1dieet.nl

# Afvallen, dat doen we samen!



Met The 1:1 Diet heb je je eigen consultant.  
Persoonlijke 1 op 1 begeleiding voor extra  
support, motivatie en tips. Je staat er bij ons  
nooit alleen voor. **This is the one!**



## Nieuw adres

**The 1:1 diet by Marika**

Spoordreef 22, Almere

06-44150600

cbmarika@gmail.com

**THE 1:1 DIET**

by Cambridge Weight Plan®