

B R U I S T

Wat is **geluk**
eigenlijk?

Richard Spijkers:
'De thematiek is heftig'



DIKKE, VOLLE KRULLEN

Wanneer jij krullen hebt, weet je vast hoe lastig het kan zijn om een kapper te vinden die jouw haar op de juiste manier weet te knippen en stylen. Je hoeft vanaf nu niet meer verder te zoeken, want de stylistes van VRIS Kappers maken elke krullenbol blij met een Curlsys-behandeling.

**KRULLEN ZIJN ONZE
SPECIALITEIT...
LAAT OOK DE WIND
LEKKER DOOR JOUW
KRULLEN WAAIEN!**

**Maak online je afspraak bij
VRIS kappers in Krommenie via
www.vriskappers.nl. Je kunt gratis voor
de deur parkeren en wij verzorgen je
haar tot in de puntjes.**

WEIVER 4 - 1561 XD KROMMENIE
075 640 80 90

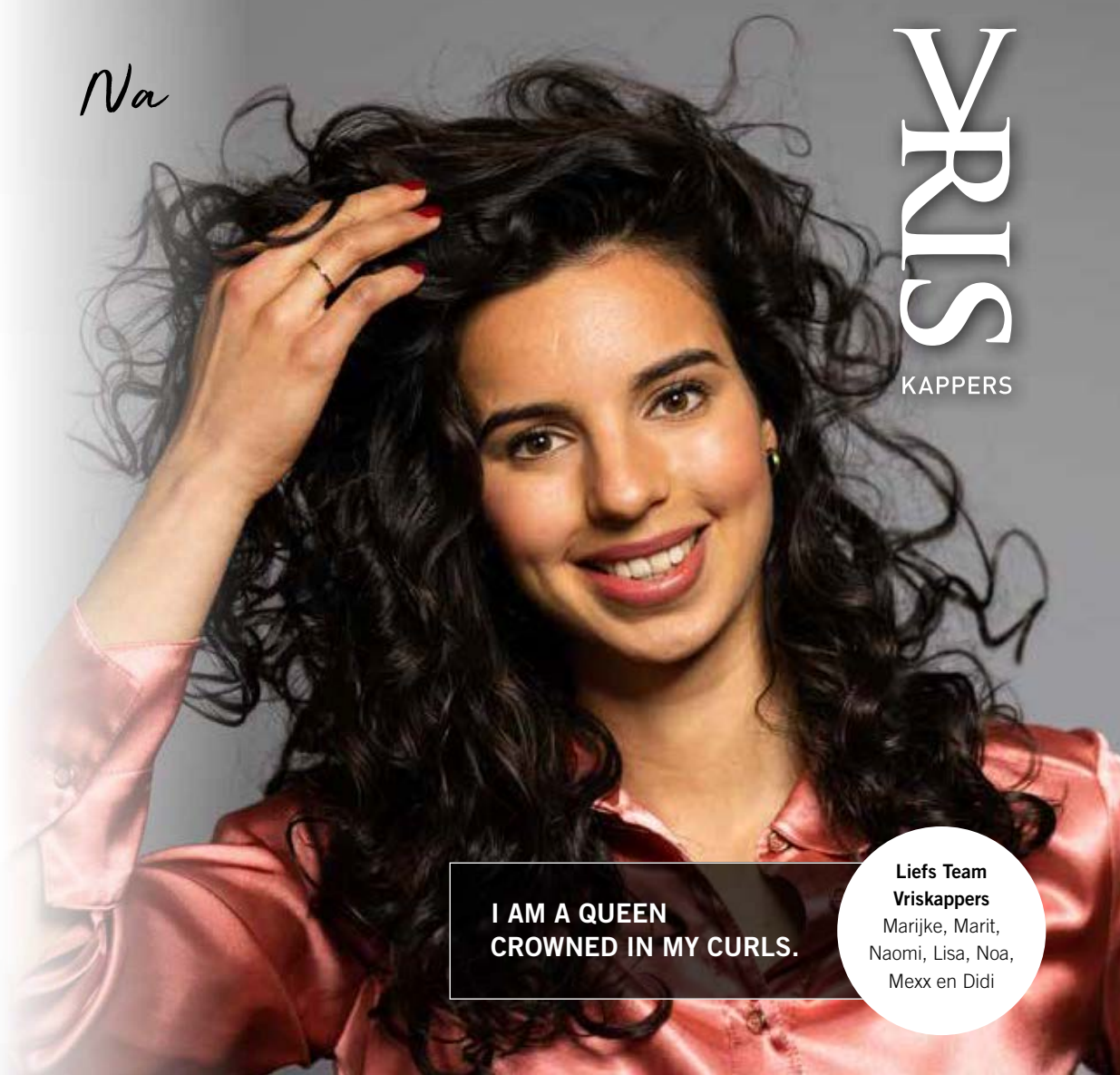
INFO@VRISKAPPERS.NL
WWW.VRISKAPPERS.NL

VOLG ONS OOK OP
f FACEBOOK & i INSTAGRAM



Voor

**MODEL: MEREL
HAAR: TOP STYLIST MARIT
MAKE-UP: MARIJKE
FOTOGRAAF: JASPER HOF**



Na

**I AM A QUEEN
CROWNED IN MY CURLS.**

**Liefs Team
Vriskappers**
Marijke, Marit,
Naomi, Lisa, Noa,
Mexx en Didi

VRIS
KAPPERS

Wensenboekje

Wanneer een dierbare overlijdt, is het fijn als je op iemand kunt vertrouwen die je helpt met het regelen van praktische zaken, maar ook een luisterend oor biedt. Ligthart Uitvaartzorg in Krommenie heeft daarom als missie om dicht bij de mensen te staan en eenieder een waardig en persoonlijk afscheid te bieden.

Een persoonlijke benadering en oog voor detail zijn altijd uitgangspunten bij Ligthart Uitvaartzorg. Samen wordt er gezocht naar de beste invulling voor het afscheid dat recht doet aan wie iemand is geweest en wat iemand heeft betekend. Daarbij is het contact tussen de nabestaanden en de uitvaartverzorger belangrijk. Ligthart Uitvaartzorg zorgt dat er altijd contact is met dezelfde persoon. Dit is in de meeste gevallen Mirelle Draaijer zelf. Zij is altijd bereikbaar, ook in de avonden en in het weekend.

Praten over de eigen dood is voor veel mensen niet gemakkelijk. Liever gaat men een dergelijk gesprek uit de weg. Maar voor uw nabestaanden kan het fijn zijn te weten dat ze bij uw overlijden handelen naar uw wensen. In de bloei van uw leven kunt u op een mooie manier uw wensen bekendmaken en wij zeggen altijd: laat dat document maar erg stoffig worden.

MEEDENKEN

We organiseren ook middagen en avonden, zodat u met kennissen, vrienden of burens de mogelijkheden kunt bespreken. Geen tupperware-avond, maar een dagdeel waarin u uitleg krijgt dat koffie en een plakje cake vervangen kunnen worden door een tapasbuffet of chocolaatjes. In een uitvaartcentrum in de Zaanstreek of in Noord-Holland afscheid nemen, of op een locatie passend bij u. Voor elk wat wils en voor elk budget denken we met u mee.

MEER INFORMATIE

Heeft u liever een persoonlijk gesprek over uw wensen of wilt u meer weten over de mogelijkheden die er zijn, dan kunt u contact met ons opnemen voor een vrijblijvende afspraak. Ook voor het organiseren van een middag/avond waarin we meer uitleg geven in eigen omgeving kunt u altijd contact met ons opnemen.

Voor al uw vragen over crematie, begrafenis of andere wensen kunt u bij ons terecht. Bel naar 06-34768926, mail naar mirelle@ligthartuitvaartzorg.nl of kijk op www.ligthartuitvaartzorg.nl

COLUMN/LIGHTHART UITVAARTZORG



Persoonlijk
betrokken
Onafhankelijk
maatwerk


Ligthart
Uitvaartzorg

Weiver 7, Krommenie 06-34768926 | www.ligthartuitvaartzorg.nl



Wil je kans
maken om jouw foto
in Zaanstreek Bruist
terug te zien?

Stuur deze dan naar
ontwerp@nederlandbruist.nl
o.v.v. Foto Zaanstreek

Impressie
De Zaanstreek



18



14



31



12



28



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
CUSTOMER CARE Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Nesia Mamengko
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Maaïke van Helmond

f Like ons op Facebook.com/dezaanstreekbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2022. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. De Zaanstreek Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Om te beginnen natuurlijk: een ontzettend gelukkig nieuwjaar namens iedereen bij Bruist! Laten we er met zijn allen een fantastisch jaar van maken. Wat 2022 voor ons in petto heeft, weet niemand, maar dat we zelf invloed hebben op ons eigen geluk, is een feit. Daar vertellen we je in deze nieuwste editie van Bruist meer over.

Bruisende lezer,

Januari is voor veel mensen dé tijd van het jaar om met al hun goede voornemens aan de slag te gaan. De een wil afvallen, de ander wil meer tijd doorbrengen met vrienden... Waar het uiteindelijk vrijwel allemaal op neerkomt, is dat we een fijner leven willen. En een leuker leven natuurlijk! Vol mooie momenten en plezier. Hoe zo'n leven eruitziet, is voor iedereen uiteraard anders.

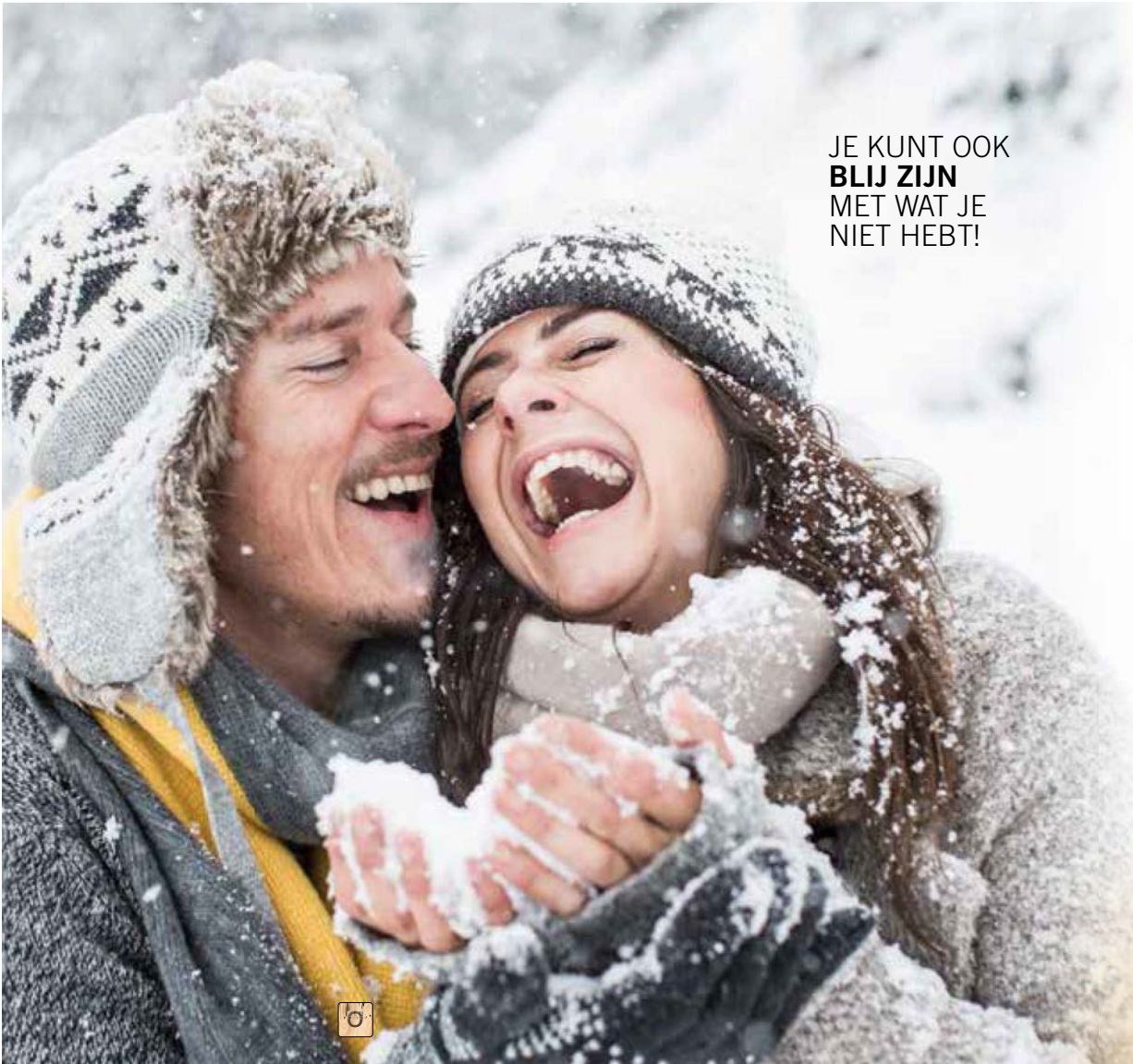
Desondanks kunnen we je wel wat tips geven: breng een bezoekje aan een van onze bruisende ondernemers en laat je verwennen. Of plan een leuk dagje uit, bijvoorbeeld naar Titanic de musical. Acteur Richard Spijkers vertelt je daar verderop meer over... Na de afgelopen pittige jaren hebben we nu immers wel een wat leuker jaar verdiend!

René Moes



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

Inhoud



JE KUNT OOK
BLIJ ZIJN
MET WAT JE
NIET HEBT!

Wat is *geluk* eigenlijk?

Hoe voel jij je? Geniet je van het leven of wil je dat graag maar lukt het niet? En wat is geluk eigenlijk?

Geluk is voor iedereen anders. Het is een gevoel, je kunt het niet aanraken en ook niet vasthouden. Toch is het belangrijk. Je voelt je er als persoon beter door wanneer je gelukkig bent, je denkt anders en je doet anders. Maar waarom is het soms zo moeilijk voor ons om gewoonweg gelukkig te zijn?

JE BENT NIET PERFECT EN DAT HOEF JE OOK NIET TE ZIJN. Stel geen onbereikbare doelen voor jezelf en raak ook niet in paniek als je een fout maakt. Mensen zijn niet onfeilbaar. Begin met onderzoeken waar je eigen grenzen liggen door elke dag te leren van je fouten, zodat je jezelf kunt verbeteren. En onthoud: vergelijk jezelf nooit met anderen. Stop met altijd en overal perfectie na te streven. Leef in het moment. Je kunt ook blij zijn met wat je niet hebt!

Houd goed in de gaten dat je jouw leven niet voor anderen leidt. En blijf ook niet een bepaalde koers aanhouden voor iemand anders als je hier zelf

niet gelukkig van wordt. Jezelf als prioriteit stellen is helemaal niet egoïstisch.

HET LEVEN BEGINT AAN HET EINDE VAN JE COMFORTZONE! Kun je niet meer genieten in je eigen omgeving, dan lukt dat misschien wel ergens anders. Bezoek plaatsen waar je normaal nooit zou komen, leer nieuwe mensen kennen of ga de uitdaging aan met jezelf en begin met een nieuwe sport. Het is goed om af te wijken van het vertrouwde. Zo maak je je leven een stuk interessanter.

SAMEN STA JE STERKER. Omring jezelf met mensen waar je bewondering voor hebt en waar je van wilt leren. Mensen die hun hulp bieden zonder hier iets voor terug te verwachten. Mensen die jou niet zullen beoordelen en jou waarderen om wie je bent. Zij voelen het ook direct aan wanneer je even niet lekker in je vel zit.

Ook op zoek naar geluk? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

DE SLIMME REISTAS voor trendy vrouwen

Het ontwerp van BodabagsFashion #bodabags, verkrijgbaar in verschillende varianten, is absoluut uniek. Deze reistas wil je gewoon hebben.



BodabagsFashion | @bodaszilvia

www.bodabagsfashion.myshopify.com



AMARULA VEGAN

De nieuwe Amarula Vegan Cream likeur komt tegemoet aan de toegenomen vraag naar vegan producten. Je proeft nog steeds de herkenbare smaak van het marulafruit dat de basis vormt voor alle likeuren van Amarula. Daarnaast heeft de likeur een exotische touch gekregen door de toevoeging van kokosnoot, karamel en vanille. Het is een heerlijk alternatief voor veganistische liefhebbers. Geheel glutenvrij en dus ook geschikt voor mensen met een lactose intolerantie.

www.amarula.com



Doe
mee en
win

12

MANUKA ESSENTIAL OIL

Manuka honing is perfect om je gezondheid gedurende het hele jaar een boost te geven.

Ook als beautyproduct is Manuka honing heel geschikt, bijvoorbeeld als masker en op eczeemplekken. Manuka New Zealand's hoogwaardige Manuka Oil is een essentiële olie die gebruikt wordt voor huidverzorging, voetverzorging en als hulpmiddel bij kleine wondjes. Indien toegevoegd aan een shampoo, bodylotion of masker is het bovendien een ware weldaad.

www.manukanewzealand.eu/nl



GUSTEAU

Gusteau is een persoonlijke online wijngids waar je je smaakprofiel kunt ontdekken. Het draait namelijk niet om de druif, maar om de persoon. Want wijnvoorkeuren zijn persoonlijk. In herkenbare en toegankelijke taal vertelt Gusteau meer over smaakprofielen en wijnen. Tijdens een supersnelle smaaktest krijgt iedereen snel een perfecte wijnmatch voorgeschoteld.

www.drinkgusteau.com



Scan de
QR-code
en zie
meer

Nieuw hoofdstuk Nieuwjaar

LEZERSACTIE *

BH van By Jeane t.w.v. € 78,65

De bralette is een beugellose bh die zowel gevormd als niet gevormd kan zijn. De By Jeane bralette biedt betere ondersteuning vanwege de zeer flexibele, zachte ondersteunende onderband en de verstelbare kruislings of recht te dragen schouderbandjes. Voel je op en top vrouw vanuit je eigen kracht. www.byjeane.com TAG #BYJEANE



ROOSTER & WOLF

Cognac mag dan misschien een beetje een stoffig imago hebben, brandy is dat allerminst. Een drankje dat door Rooster & Wolf - het merk met Nederlandse roots - nieuw leven is ingeblazen. Het staat voor kwaliteit en werkt samen met de vierde generatie meester-distilleerders in de Franse regio Cognac. Alleen de beste witte druiven worden geselecteerd. Het resultaat: een krachtige brandy met zachte afdrank, fruitig, bloemig en soepel om te drinken. Rooster & Wolf Fine Brandy is hét drankje om een feestelijk diner mee af te sluiten.

www.roosterwolf.com



13

LOWLANDER TRY OR DRY

Vier de start van het nieuwe jaar in stijl met Lowlander's Try or Dry January. Of je nu kiest voor een maand met of zonder alcohol, met de botanisch gebrouwen bieren zorg je er hoe dan ook voor dat het een maand vol smaak wordt. Dus, voor welk team kies jij; Team Try of Team Dry?

www.lowlander-beer.com



LEZERSACTIES*

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine 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. de TAG bij de lezersactie naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

AFVALLEN ZONDER DIEET

Ben je weer begonnen? En? Je hoeveelste dieet is dit? Schrale troost, je bent niet de enige. Want 80% van de mensen die lijnt, valt terug in oud gedrag en wordt zelfs zwaarder dan ervoor. Dat maakt wel duidelijk dat diëten geen structurele oplossing biedt. Toch wordt er in januari 82% meer op 'dieet' gegoogled dan in andere maanden, want de wil om een gezond gewicht te behalen staat nog steeds op nummer één van onze 'goede voornemens'.

VRAAG
EEN GRATIS
INTAKE-
GESPREK
AAN!

En waarom lukt dat dan niet? Dat vroeg ik mezelf ook af. Veel te zwaar was ik - na 35 jaar lijnen - van plan om rigoureuze stappen te zetten en een maagballon te nemen. Gelukkig kwam ik met hypnose in aanraking en dat veranderde mij leven, maar ook blijvend mijn gewicht. Door hypnotherapie heb ik weer leren luisteren naar mijn lichaam, ben ik mij veel meer bewust geworden van mijn eetpatronen en heb ik een positieve relatie met eten gekregen.

Ik nodig je daarom uit om, als je tot de conclusie komt dat je huidige dieet ook niet werkt, toch eens aan hypnotherapie te denken. Want met behulp van

hypnose kan je afvallen zonder te diëten om daarna nooit meer aan te komen. Géén hocus pocus, géén zweverigheid, maar wel het structureel veranderen van patronen die je overgewicht nu in stand houden.

Moet je er wat voor doen? Zeker! Maar als je werkelijk klaar bent om de verandering te maken, kan hypnotherapie je daar fantastisch bij helpen. Dus laat je informeren wat hypnose voor jou kan betekenen. Het liefst heb ik natuurlijk dat je bij mij komt, maar ga je naar één van mijn collega's, ook prima! Ik gun je namelijk deze reis naar een structureel slanker en gezonder leven.

Nathalie Brendel



Op zoek naar de kern

Samen gaan we achterhalen waar jouw eetgedrag precies vandaan komt.



Eetprogramma veranderen

Door te luisteren naar je lichaam wil je niet meer eten dan je lichaam echt nodig heeft.



Negatieve overtuigingen

Op zoek naar overtuigingen die niet bijdragen aan het afvallen en deze positief omdraaien.

*Neem wat
tijd voor
jezelf*



Yaz
BEAUTY HOUSE

Bij YAZ Beauty House kun je terecht voor een heerlijk verwenmoment voor jezelf. Wij bieden een uniek totaalconcept. YAZ Beauty House streeft naar 100% tevredenheid! Naast een zeer scherpe prijsstelling hecht YAZ Beauty House veel waarde aan een tevreden klant.

SNEL VAN ONGEWENSTE HAARTJES AF?

Probeer nu een laserbehandeling bij YAZ Beauty House en laat ongewenste haartjes definitief verwijderen. De behandeling is voor zowel mannen als vrouwen en is 100% pijnloos. De behandeling biedt 75% sneller resultaat dan een IPL-behandeling en is geschikt voor alle huidtypen.

In sommige gevallen wordt een vergoeding ook gedekt door je verzekeraar.

Gelukkig zijn is een kwestie van geluk.

Maak tijd vrij voor die kleine
genietmomentjes zoals
op de bank zitten met je kinderen.

Dansen verhoogt je geluk. Ga de **natuur** in!

Een korte wandeling helpt je bij het ordenen

van je gedachten. Je geur verandert als

je gestrest of gelukkig bent. **Geluk** heeft dus

een geur. Zie het leven als **een
cadeautje** dat je iedere dag weer

opnieuw mag uitpakken. De meest

effectieve manier om je geluksgevoel

te verhogen is om **iets voor een ander**

te doen. Zet je **zintuigen** open,

let op wat je ziet, hoort, ruikt en voelt.

Dat helpt in het moment te zijn

en **je batterij** op te laden.



By Nesli Bodycare

Beauty, cosmetica en persoonlijke verzorging

In zeven dagen een nieuw figuur zonder operatie, ook bij By Nesli Bodycare in de regio. Wereldwijd zijn er al bijna een miljoen succesvolle behandelingen toegepast met de Eximia.

De behandeling vermindert vetophopingen, verzacht striae, verstevigt de huid en pakt cellulitis aan. Benieuwd wat de Eximia voor jou kan betekenen? **Maak dan nu een afspraak! Bel 06-44 45 38 67**



BEHANDELGEBIEDEN

- Oedeem
- Vetophoping
- Zwak lymfatisch systeem
- Cellulitis & striae
- Huidveroudering
- Verslapping

Eigenaresse: Nesli Akyuz

Lagendijk 3-a101, Zaanstad
06 - 44 45 38 67
info@byneslibodycare.nl
www.byneslibodycare.nl

Verlies 7 centimeter in 7 dagen

Wil jij in korte tijd centimeters vet kwijtraken en een zichtbaar strakkere huid? Ga dan naar By Nesli Bodycare. Met gebruik van de Eximia HR77 Platinum zorgen zij voor verbluffende resultaten. Dit gebeurt geheel pijnloos en zonder operatie. In de regio boven Utrecht is By Nesli Bodycare de enige specialist die gebruikmaakt van dit unieke apparaat.



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

Verbluffende resultaten

Tijdens een traject bij By Nesli Bodycare raak je in één tot twee weken veertig procent aan vet kwijt. Daarnaast helpt de behandeling ook om striae, littekenweefsel, oedeem en cellulite te verminderen. Eximia is er dus niet alleen voor vetvermindering, maar ook voor een strakkere huid en voor gezichtsbehandelingen. Zowel vlekken als rimpels zijn na enkele behandelingen niet meer te zien. Zelfs littekens worden tachtig procent minder. Ook verbeteren de huidstructuur en doorbloeding en wordt huidveroudering tegengegaan. Je krijgt na afloop van de behandeling altijd een natuurlijke crème mee die de huid extra verzorgt. Dit draagt bij aan nog betere resultaten.

Van jong tot oud en zowel mannen als vrouwen zijn welkom bij By Nesli Bodycare. Voor de behandeling van start gaat, vindt er altijd eerst een intake plaats. Tijdens deze intake worden jouw doelen besproken en krijg je advies over de mogelijke resultaten die jij kunt bereiken.

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



Tijd voor bezinning

MICHAEL PILARCZYK

2021 is voorbij. Maar wat er in de wereld gebeurt, is nog lang niet voorbij. Waar staan we nu en waar gaan we naartoe?

Vragen om over na te denken. Wat staat er op jouw wensenlijst? Tijd voor bezinning.

Het leven is een avontuur om te ondergaan, een mysterie om te ontdekken, een kans om te benutten, een uitdaging die we moeten aangaan. Het leven is zowel de reis als de bestemming. Het leven is zo mooi. Ontwaak, leef.

Om het nieuwe jaar te beginnen met positieve kracht en inspiratie, begin ik in januari met het Leef Je Mooiste Leven Jaarprogramma 2022. Alle info vind je op mijn website.

Ik wens je alle goeds, veel geluk en liefde.

Michael Pilarczyk

~ MeditationMoments.nl ~
Meditaties voor elk moment van de dag

HET KNIPPEN VAN KRULLEND HAAR... **EEN VAK APART**



Als je krullen hebt, dan heb je waarschijnlijk al eens ondervonden dat het knippen van je haar een uitdaging kan zijn. Dunne punten, ongelijk haar of het verdwijnen van je krullen na een bezoek aan de kapper, het kan allemaal gebeuren. Het knippen van krullend haar is een vak apart en laten wij daar nu juist in gespecialiseerd zijn!

CURLSYS@Mastercircle Member

Wij knippen al ruim 20 jaar krullend haar met de door Brian McLean ontwikkelde CURLSYS@ kniptechniek. Dankzij intensieve trainingen en jaarlijkse masterclasses heeft Brian McLean ons ondertussen het McLeanCURLSYS@ Mastercircle Membership toegekend. Tot nu toe hebben slechts 13 kappers in Nederland dit Membership toegekend gekregen. Je krullen zijn bij ons in veilige handen. Na afloop dus geen dunne punten of ongelijk vallend haar, maar een bos mooie krullen.



De ene krul is de andere niet

Bij een CURLSYS@-behandeling wordt gekeken wat voor soort krullen je hebt, wat ze nodig hebben om het best tot hun recht te komen (ondersteuning, lucht, volume et cetera) en uiteraard wat jij wil met je krullen. De kniptechniek wordt hierop aangepast. Na een CURLSYS@-behandeling zullen je krullen beter blijven zitten, minder pluizen, beter bundelen en makkelijker hanteerbaar zijn.

Curly Girl-methode

Ben je een Curly Girl? Wees dan gerust. Wij zijn op de hoogte van deze methode en hebben in de salon genoeg producten die voldoen aan de CG-eisen.



Nieuwsgierig? Kijk op onze website voor meer informatie, foto's en het maken van een afspraak (leeringpartners.nl/kapsalon/curlsys/).



Ontspannen 2022 beginnen

De toenemende behoefte aan een veilige, effectieve en completere trainingsmethode verklaart waarom Pilates de afgelopen jaren zo'n populaire sport is geworden.

Wij bieden nu ook massages en hands-on pilates behandelingen in de nieuwe ruimte. Bij de massages valt te denken aan ontspannings-, voetreflex-, stoel- en cuppingmassages.

Hands-on pilates

Dit is een behandeling die de diepe lagen van het vastgelopen bindweefsel losmaakt. Voor nek-, schouder-, rug-, heup-, en knieklachten is het een fantastische aanpak. Aan de hand van testen waar dit nodig is en ook in welke richting dit het beste resultaat geeft gaan we aan de slag. Iedereen is uniek en heeft een persoonlijke aanpak nodig en direct resultaat is wat we verzekeren.

De behandeling onderhoudt je met pilates oefeningen en daarom is het ook een mooie aanvulling op de lessen. Behoud van je lichaam is wat we willen bewerkstelligen.

Houd van je lichaam en maak er een ontspannen en beweeglijk 2022 van!



Tanja Sports House of Pilates
Pakhuis Saigon
Veerdijk 40E, Wormer
06-11017594
www.tanjasports.nl

Interesse?
Trakteer jezelf
eens op een van
onze lessen!



DAGJE UIT NATIONALE TULPENDAG



Het is weer tulpentijd! Een gegeven dat zaterdag 15 januari wordt gevierd met de Nationale Tulpentijd. Deze dag leggen tulpenkwekers voor de tiende keer een gigantische pluktuin aan op de Dam in Amsterdam met daarin zo'n 200.000 tulpen in verschillende kleuren. Ontzettend mooi om te zien en meteen de start van het nieuwe (snij)tulpenseizoen. Het thema van de Nationale Tulpentijd is dit jaar: share happiness. Oftewel, de vreugde wordt gedeeld en daarom mag iedereen deze editie niet één, maar twee bossen tulpen gratis plukken. Een vrolijke bos voor jezelf en een voor iemand anders. Gedeelde vreugde is immers dubbele vreugde. **Kijk voor meer info op www.tulpentijd.nl.**

FILMPJE KIJKEN A-HA: THE MOVIE

BINNEN/BUITEN

'Take on me' is een van die nummers die nog steeds tot in de uithoeken van de kleinste karaokezalen gezongen wordt. Dit hit betekende de wereldwijde doorbraak van a-ha. Een droom die de bandleden al van kinds af aan hadden, maar die onbereikbaar leek voor een kleine band uit Noorwegen in de jaren zeventig. Het succes van a-ha veranderde de jongens in één klap in tieneridolen, terwijl ze misschien zelf liever als serieuze rocksterren gezien werden. 35 jaar later treden de mannen, nu allemaal in de vijftig, nog steeds op. **A-HA: THE MOVIE is vanaf 6 januari te zien in de bioscoop.**



BOEKJE LEZEN JE LIET MIJ LEVEN



Toen Eve twaalf was, overleefde ze als enige een aanval van een seriemoordenaar wiens identiteit nog altijd onbekend is. Jaren later is ze nog steeds geobsedeerd door de man die haar familie vermoordde. Ze is vastbesloten hem te ontmaskeren. Bewaker Jim is net begonnen in een nieuw boek. In deze true crime-bestseller vertelt Eve over haar pogingen om de moordenaar van haar familie op te sporen. Met elke pagina die hij omslaat, groeit Jims woede én zijn angst. Want Jim realiseert zich dat ze niet zal opgeven voor ze hem gevonden heeft. Tenzij hij haar eerst vindt. **JE LIET MIJ LEVEN van Catherine Ryan Howard is vanaf 11 januari verkrijgbaar.**



**Wil jij kans maken
op mooie prijzen?**

Registreer je dan via
theater.nl/bruist en
wie weet ben jij één
van de gelukkigen!

Ben jij een theaterliefhebber?

Dan ben je bij Theater.nl aan het juiste adres! Of je nou gek bent op musicals, houdt van cabaret of wegdroomt bij een toneelstuk: je vindt jouw favoriete voorstelling in onze uitgebreide theateragenda. Je koopt gemakkelijk je kaartje en maakt je dagje uit compleet met een diner en/of overnachting bij een van onze partners. Dan zit die pluchen theaterstoel straks nog net even wat lekkerder.

Maar Theater.nl biedt meer. Lees alles over jouw favoriete artiesten en gezelschappen, duik in een van de vele biografieën, bekijk de mooiste beelden of geniet van interviews met onder meer Karin Bloemen, André van Duin en Stef Bos.

Altijd op de hoogte

Natuurlijk houden we je ook op de hoogte van het laatste theaternieuws en geven we wekelijks de leukste theatertips voor

de nodige ontspanning. Bovendien maak je als bezoeker regelmatig kans op mooie prijzen!

Volg ons op social media

Wil je echt niets missen? Volg ons dan op social media. Je vindt hier niet alleen het belangrijkste nieuws, maar ook bijzondere foto's, video's en weetjes. Daarnaast zetten we elke week een bijzondere artiest in het zonnetje. Thumbs up!



Theater.nl is hét platform voor theaterliefhebbers. Wij brengen het theatergevoel rechtstreeks bij jou thuis.

Een **Frisse** *schone*

is **Jeugdige** *heid!*



@antiagingcenter_sylviavankuijk

Zo vind je je **vavavoom** *terug!*

Je

- Slanke lijn
- Frisse jeugdige huid
- Collageen
- Wenkbrauwen
- Ontspannen trekken
- Opgevulde (frons)rimpels
- Haarvrije lijf

En zie er over 1 jaar,
5 jaar jonger uit
dan vandaag!

met behulp van

De allerbeste

SKINCARE

Asian Green Peels

(krachtige kruidenpeeling)

Hairstrokes / Microblading

Lasertreatments - Injectables

Afslankkuren : 10% in 25 dgn kwijt

by our Specialists



LUXESKINCARE

@antiagingcenter_sylviavankuijk

Wormer • 642 3332



Richard Spijkers is de kapitein in Titanic de musical:

'Bij de repetities heb ik staan janken'

Na twintig jaar is Titanic de musical terug in Nederland. De historie van het beroemde schip is talloze keren opgetekend in theatervoorstellingen en films. Maar we mogen de tragische ramp niet te veel romantiseren: “De thematiek is heftig”, vertelt acteur Richard Spijkers.

Waar in 2001 onder meer Danny de Munk en Tony Neef op het toneel stonden in Titanic de musical, vertolken nu onder anderen René van Kooten, Han Oldigs en Mariska van Kolck de rollen. Richard Spijkers kruipt op zijn beurt in de huid van de trotse en statige kapitein Edward J. Smith. “Het is een totaal andere man dan wie ik ben en misschien daarom juist wel zo lekker om te spelen”, aldus Richard.

ONTROEREND “Ik ben nogal een emotioneel ei”, lacht de acteur. “Dus als bij de repetities de muziek erbij komt en mensen vol overgave staan te spelen dat ze doodgaan, dan sta ik te janken. Zo heftig is die thematiek.” Om de slachtoffers van de scheepsramp te herdenken valt er aan het eind van de voorstelling een doek met daarop

de namen van alle omgekomenen. “Dan besef je opeens dat er 1.512 mensen de dood hebben gevonden, wat niet nodig was geweest.”

HOOP Het publiek hoeft overigens niet bang te zijn voor een deprimerende voorstelling. Het is een groot theaterspektakel met een live-orkest en een ijzersterke cast. “Titanic is een van die musicals waar ik van houd, omdat het een verhaal is over ambities, hoop en geloof”, besluit Richard.

Stap aan boord en reis mee op het wereldberoemde schip. Titanic de musical is tot en met 4 juni 2022 te zien in de Nederlandse theaters. Kijk op Theater.nl voor de speellijst.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. [Ga naar theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist)

Regelmatig zijn mensen ontevreden over de stand van hun tanden. Naast de bekende slotjesbeugel is er nu een onzichtbare beugel die zorgt voor rechte tanden: Airsmile, een beugel die uitneembaar en nagenoeg onzichtbaar is.

Wil jij ook een stralende lach?

Start nu met de onzichtbare beugel van Airsmile.

Wij bieden vanaf nu een nieuwe behandeling aan.

- Op maat gemaakt
- Nagenoeg onzichtbaar
- Te allen tijde uitneembaar (bijvoorbeeld tijdens eten, drinken en tandenpoetsen)
- Comfortabel
- Op korte termijn snel resultaat
- Mogelijk vergoed door uw zorgverzekeraar.

Al uw vragen kunnen wij beantwoorden tijdens een consult. Voor het maken van een afspraak kunt u telefonisch contact opnemen met de praktijk op telefoonnummer: 075-2047020.

Kijk voor meer informatie op de website of bel naar 075-2047020



De verandering die jij zoekt zit al in jezelf, je hoeft deze alleen nog maar toe te laten.

- Persoonlijke ontwikkeling
- Positieve verandering
- Zelfrealisatie
- Zelfvertrouwen

Voor meer informatie:

Mind & Thoughts by Magda

Hertog Albrechtstraat 79, Bovenkarspel
06-49412960
mind.thoughts2019@gmail.com
www.mindthoughtsbymagda.nl

Gedachten kunnen een negatieve impact hebben op je leven. Je bent niet je denken. Je bent niet je gedachten. Je hebt gedachten.

COLUMN

Verander je gedachten en je verandert je wereld!

Wij vormen onze gedachten door de keuzes die wij maken en de ervaringen die wij opdoen in ons leven. Jij hebt de regie over jouw denken, je woorden en daden. Als jij vindt en voortdurend zegt: 'Ik ben niet goed genoeg zolang ik niet presteer, ik kan dit niet of ik word niet geaccepteerd zoals ik ben' en je vindt dit ook echt zo, dan nemen je gedachten een vorm aan en worden ze een overtuiging.

Als je blijft vasthouden aan deze overtuiging en emoties, dan kun je geen nieuwe toekomst opbouwen.

Verander je gedachten en je verandert je wereld!

Dit nieuwe jaar geeft je nieuwe mogelijkheden, dus creëer die nieuwe wereld voor jezelf. Creëer je nieuwe wereld van binnenuit. Heb je hulp nodig? Volg de stappen van de online cursus die ik heb ontwikkeld. Deze online cursus gaat je denken doorbreken, het herprogrammeert je hersenen, versterkt je mind en geeft je zelfvertrouwen. Op enig moment opent het een deur naar de transformatie zoals jij wilt zijn of wat je wilt zien. Creëer je nieuwe wereld nu en laat je door niemand tegenhouden!

Het leven is het resultaat van al je keuzes, jij bent de enige die jezelf gelukkig kan maken. Op mijn website onder het kopje 'I Care' vind je meer informatie.

Gelukkig nieuwjaar en ...

LEEF, zoals jij eigenlijk zou willen!

Magda Gort



DROMEN, DURVEN, DOEN

Het is weer januari. Na hopelijk mooie en warme feestdagen met familie en vrienden is het tijd om jouw doelen voor dit nieuwe jaar uit te werken. Grote kans dat jij al goede voornemens hebt en dit jaar écht aan de slag wilt met het realiseren van jouw dromen en doelen, of die nou persoonlijk of zakelijk zijn.

Maar hoe begin je daarmee? En hoe houd je het vol? De sleutel tot succes is het vaststellen van wat echt betekenis voor je heeft. Is jouw doel afvallen, zoek dan uit wat voor jou de beweegreden hierachter is. Wanneer je jouw focus dagelijks legt op wat er voor jou écht toe doet, zullen andere (bij)zaken hun grip op jouw geluk verliezen. Zelf ben ik erachter gekomen dat mijn algehele gezondheid waardevol is voor mij, zodat ik mijn dromen kan realiseren en een goede tijd heb met mijn dierbaren. Een gezond gewicht behouden en wekelijks sporten helpen om mijn einddoel bereiken, maar ik doe deze handelingen niet meer puur om hoe ik er daardoor uitzie. Dat is alleen een mooie bijkomstigheid.

Door elke dag met het einddoel bezig te zijn en te leven alsof je het al bereikt hebt, zul je het uiteindelijk realiseren. Je hebt een droom, een top waar je naartoe wilt. Bedenk hoe het voelt om daar te zijn. Want als je het gevoel hebt dat je het dan voor de geest kunt halen, kun je het realiseren. Als je het kunt dromen, kun je het doen. Dit zul je mij vaker horen zeggen en ik geloof hier met volle overtuiging in. Visualiseer jouw einddoel en bedenk vervolgens wat je ervoor nodig hebt om dit te bereiken. Je zult automatisch de juiste keuzes maken, wanneer je jouw einddoel scherp en bewust voor ogen hebt.

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

Liefs, Fajah Lourens

Heb je een duwtje in de rug nodig? Bestel de Killer Planner in de MKBMshop. Deze is deze maand verkrijgbaar voor € 14,95. Onthoud: als ik het kan, kun jij het ook!

MET (TIJDELIJK) HAARVERLIES EN
HOOFDHUIDPROBLEMEN KUNT U TERECHT BIJ

Fiona's
KAPSALON & HAARWERKEN



WIJ ZIJN GESPECIALISEERD IN VOLLEDIG ONZICHTBARE OPLOSSINGEN VOOR ZOWEL DAMES ALS HEREN.

Eerlijk advies en hulp bij haarverlies door chemotherapie, alopecia of ander haarverlies. Erkend Haarwerk specialist, dus aangesloten bij alle zorgverzekeraars waardoor vergoeding mogelijk is!

Nieuwsgierig?

Voor meer informatie, bel 06-24304074

U kunt onder andere bij ons terecht voor:

- Haarproblemen door medicijngebruik of stress
- Kaalheid bij mannen & vrouwen
- Haarverlies door overgangsklachten
- Alopecia (kale plekken)
- Haaruitval door chemotherapie
- Dermatologische haarproblemen (bv eczeem)

Altijd ruim
80 mutsjes op
voorraad, dus
genoeg keuze!



Eerlijk en vrijblijvend advies? Neem dan contact op met Fiona's Kapsalon & Haarwerken via 06-24304074

Lambert Meliszstraat 29A, Westzaan | info@fionaskapsalon.nl | www.fionaskapsalon.nl

SHOP

T'LL YOU DROP!

***Prijzen voor de lezers van Bruist**
(30% korting met code DENMANBRUIST)



D3 MEDIUM STYLINGBORSTEL 7 RIJEN

Door de wereldberoemde perfect gladde plastic borstelharen met afgeronde punt komt de borstel niet vast te zitten in het haar. Het verspringende borstelharenpatroon zorgt wel voor maximale grip en controle in het haar.

Adviesverkoopprijs € 16,75

Bruistprijs* € 11,73



Niet gebruiken met föhn

D90L TANGLE TAMER ULTRA PADDLE BRUSH – RAINBOW

De D90L is de grote broer van de kleinere D90 borstels. Door het grotere oppervlak van de D90L is deze borstel geschikter voor lang en dik haar. Alle borstels uit de D90 serie van Denman hebben zachte en flexibele nylon borstelharen waardoor deze borstel soepel door het haar glijdt, niet vast komt te zitten en zacht aanvoelt.

Adviesverkoopprijs € 28,30 Bruistprijs* € 19,81



D4 LARGE STYLING BORSTEL 9 RIJEN

Door de wereldberoemde perfect gladde plastic borstelharen met afgeronde punt komt de borstel niet vast te zitten in het haar. Het verspringende borstelharenpatroon zorgt wel voor maximale grip en controle in het haar.

Adviesverkoopprijs € 19,75 Bruistprijs* € 13,83



Niet gebruiken met föhn

D6 BEBOP MASSAGE BORSTEL - ZWART

De D6 borstels van Denman voor ontwarren van het haar, het masseren van de hoofdhuid en voor het verdelen van stylings- en verzorgingsproducten in het haar. De D6 borstels van Denman hebben drie functies; je kunt hem gebruiken voor het doorborstelen van nat haar waardoor je goed kunt ontwarren.

Adviesverkoopprijs € 5,95 Bruistprijs* € 4,17



DENMAN®

Iconische *styling!*

D38 POWER PADDLE BRUSH - ROOD/ZWART/WIT

De Power Paddle borstels van Denman zijn een combinatie van de Klassieke styling borstels met de bekende Paddle Borstels. De wereldberoemde perfect gladde plastic borstelharen met afgeronde punt zijn soepeler dan de iconische borstels.

Adviesverkoopprijs € 29,95

Bruistprijs* € 20,97



D84 PADDLE BRUSH HANDTAS

De Denman Paddle borstels zijn multifunctionele borstels, geschikt voor het ontwarren, föhnen, shapen en stylen van alle haartypes en lengtes.

De plastic borstelharen met baleinde voorkomen schade aan de hoofdhuid en zorgen voor een zachte verzorging.

Adviesverkoopprijs € 23,55

Bruistprijs* € 16,49



D83 PADDLE BRUSH

De D83 Paddle brush van Denman zijn borstels voor het snel en zacht stylen van alle haarlengtes en -types. De D83 Paddle Brush is een multifunctionele borstel die zeer geschikt is voor het ontwarren, föhnen, stylen en shapen van alle haarlengtes en -types.

Adviesverkoopprijs € 26,95

Bruistprijs* € 18,87



D90 TANGLE TAMER ULTRA ZACHT – ZWART

De D90 serie borstels van Denman zijn krachtige borstels voor het pijnloos ontwarren van nat en droog haar. De borstels uit de D90 serie van Denman hebben zachte en flexibele nylon borstelharen waardoor deze borstel soepel door het haar glijdt, niet vast komt te zitten en zacht aanvoelt.

Adviesverkoopprijs € 19,35

Bruistprijs* € 13,55



Niet gebruiken met föhn



THERMO CERAMIC - D62 MEDIUM 33 MM

De keramische D60 borstels van Denman zijn licht van gewicht en door het met zacht rubber beklede handvat ligt deze borstel comfortabel en stevig in de hand. Het handvat is uit één stuk gemaakt waardoor het erg robuust is en hygiënisch blijft.

Adviesverkoopprijs € € 22,05 Bruistprijs* € 9,07



HANDTASSTYLINGBORSTEL 5 RIJEN

Door de wereldberoemde perfect gladde plastic borstelharen met afgeronde punt komt de borstel niet vast te zitten in het haar. Het verspringende borstelharenpatroon zorgt voor maximale grip en controle in het haar.

Adviesverkoopprijs € 12,95

Bruistprijs* € 9,07

Parodontitis

Een tandvleesontsteking die verder gaat dan het tandvlees. Niet iedereen heeft ervan gehoord, maar het komt vaker voor dan je denkt, mede doordat je er zelf weinig van merkt.

Parodontitis is een chronische, vergevordere ontstekingsziekte van het tandvlees en het kaakbot rondom de tanden, veroorzaakt door bacteriën die in de tandplak zitten. Wanneer er zich tandplak op de tanden vormt en dat niet goed wordt schoongemaakt, kan tandplak verharden. Dan heet het tandsteen en kun je het niet meer zelf schoon krijgen. Het ruwe tandsteen zorgt voor een extra ophoping van bacteriën in je pocket: dat is de ruimte tussen je tandvlees en de tand/kies. Wij vergelijken de ontstane situatie soms met een gracht. Je tand is een mooi kasteel, je pocket een soort slotgracht. Als het water niet stroomt, slibt de gracht dicht en houdt het reinigend vermogen op, waardoor het water steeds viezer wordt. Dat is wat er als het ware gebeurt bij parodontitis.

Voor parodontitis is niet één specifieke oorzaak aan te wijzen. Maar zonder bacteriën ontstaat er geen parodontitis en daarom is een goede mondhygiëne van het allergrootste belang. Wij helpen u graag met tips om uw gebit beter te reinigen. Verder kunnen wij (samen met uw hulp) de parodontitis terugdringen.

U kunt bij ons terecht zonder verwijzing en nieuwe patiënten zijn van harte welkom. Uw behandeling wordt geheel of gedeeltelijk vergoed uit de aanvullende tandartsverzekering.




medi-mondzorg
 mondhygiënist

Heijermansstraat 143-A
 1502 DJ Zaandam
075-6414653
www.medi-mondzorg.nl



de
**Pizza
 bakkers**

Luxe en riant chalet te koop

Zeer sfeervolle, vrijstaande houten recreatie woning op Parc de Kievit te Baarle-Nassau NL

- Riant chalet van 72 m².
- Grote woonkamer met luxe open keuken.
- Luxe badkamer met stoomdouche, ligbad en toilet.
- Separaat tweede toilet.
- Twee grote slaapkamers en de mogelijkheid om een derde slaapkamer of tweede badkamer te realiseren.
- Vloerverwarming en centrale verwarming.
- De gehele woning is voorzien van een mooie houten vloer.
- Volledig gestoffeerd en gemeubileerd.
- Openslaande deuren naar overdekt terras.
- Tuin rondom.
- Schuurtje op eigen terrein.
- Eigen parkeerplaats.

Erfpacht: overname van bestaand recht van eeuwigdurende erfpacht. Inschrijving is helaas niet mogelijk, maar je mag er het hele jaar door verblijven.

Ook interessant als belegging voor verhuur. Verhuur kan via het park of zelfstandig.

Parc De Kievit heeft veel faciliteiten zoals een restaurant, een speeltuin, een tennisbaan en een zwembad.

Voor informatie: 0634590975.
Of stuur een bericht via WhatsApp onder vermelding van: interesse chalet 481



PER DIRECT TE KOOP: € 132.000,- met eigen grond of € 99.000,- met gepachte grond



PARC DE KIEVIT

VILLA'S
BUNGALOWS

Omgeving erg geschikt om te wandelen of te fietsen.

Brasserie aanwezig.

Voorzien van een verwarmd buitenzwembad.

Kunstgras tennisbanen en speeltuin.



Parc de Kievit, Kievit 12,
Baarle-Nassau (NL)

VAN MOSSEL ZEKERHEID #1:

MET 6000+ OCCASIONS ALTIJD WAT U ZOEKT!



kijk zelf op: www.vanmossel.nl/occasions voor meer dan 6000+ occasions!

Van Mossel OCCASIONS

Wees lief voor je lijf!

Sapkuren, ontgiften en je lichaam weer in balans brengen. Na al die winterse feestmaaltijden is het misschien goed om een tijdje te minderen.



EEN DETOXKUUR is een simpele manier om je lichaam te ontgiften. Dat wil zeggen: je ondersteunt je lijf bij het afbreken van ongewenste stoffen. Wil je leren hoe je je lichaam in een week kunt zuiveren van opgehoopte gifstoffen? Bruist geeft je nuttige tips.

Als je gaat detoxen is het aan te raden je van tevoren goed in te lezen. Voor het geval je iets meer begeleiding wilt, kun je contact opnemen met een voedingspecialist om een Detox Voedingsprogramma te volgen.

Je kunt er echter ook voor kiezen om geleidelijk te detoxen. Dit houdt in dat je je voedingspatroon stapsgewijs zo verandert dat je voornamelijk zuiverende voeding eet en dus stopt met het toevoegen van gifstoffen. Begin de week eens met een appeldag.

DRINK DE HELE DAG door regelmatig water en vul dit aan met groene thee en (zuiverende) kruidenthee. Water helpt je lichaam bij het afvoeren van gifstoffen. Vezels helpen je darmen als het ware 'schoon te maken'. Kies vooral voor vezels die te vinden zijn in groenten en voeg vezels toe aan je dagelijkse voeding en je smoothies in de vorm van lijnzaad en chiazaad. Begin het jaar goed en wees lief voor je lijf in januari.

Vrijgezel Sarah stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Een jaar geleden zijn we daarom van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze Bruisende Vrijgezellen. Deze maand hebben we speciale aandacht voor: Sarah.

Haar sociale leven is bruisend en druk, maar toch mist Sarah een mooie vrouw naast zich in haar leven. “Iemand die net als ik heel sociaal en open is en graag onder de mensen is, maar tegelijkertijd ook houdt van een avondje lekker samen op de bank”, vertelt Sarah als ze denkt aan haar ‘ideale vrouw’. “Ze hoeft echt niet zo druk te zijn als ik ben, maar wel lekker spontaan”, voegt ze lachend toe. “En net als ik moet ze op zoek zijn naar huisje-boompje-beestje, want ik heb geen zin meer om jaren te latten.”

Ook qua uiterlijk weet Sarah vrij goed waar ze naar op zoek is: “Ik val op vrouwelijke vrouwen, met lang haar en lichte ogen. Niet al te lang en ook niet veel ouder dan ik zelf ben. Het innerlijk speelt uiteraard ook een

belangrijke rol. Ik hoop dan ook iemand te vinden met wie ik goed kan praten en die er ook echt voor mij kan zijn wanneer ik dat even nodig heb. Iemand om heel veel in mijn leven mee te delen, maar die daarnaast ook nog haar eigen leven heeft... En dan het liefst een leven enigszins in de buurt van Tilburg, waar ik woon en waar ik mijn (sociale) leven heb.” Een leven dat bestaat uit veel sporten, lekker eten en drinken en één van haar grootste passies voetbalclub Willem II. “Ik heb een seizoenskaart en ga eigenlijk naar alle thuiswedstrijden. Dat is wel een vrij belangrijk onderdeel van mijn leven, net als mijn werk trouwens. Ik werk in de maatschappelijke zorg, waarin het sociale dat ik eerder al noemde dus ook weer tot uiting komt. Vandaar dat ik dat ook hoop terug te vinden in mijn toekomstige partner.”

**Sarah zoekt
de liefde van
haar leven!**

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar ontwerp@nederlandbruist.nl.

BRUISENDE/VRIJGEZEL

LENGTE
173 CM

LEEFTIJD
35 JAAR

OGEN
BLAUW

*Jij reageert
toch ook?*

Wil jij ook in deze rubriek op zoek naar jouw grote liefde? Mail dan naar contact@nederlandbruist.nl en je komt geheel kosteloos in Bruist.

Alledaags & Bijzonder

Voor klussers, kunstenaars en snuffelaars

DE WINKEL VAN ALLEDAAGSE & BIJZONDERE SPULLEN

van vroeger tot nu!

Welkom in de winkel in gebruikte Alledaagse & Bijzondere spullen, van bestek en servies, keukenspullen, meubelen, witgoed en woonaccessoires tot vintage designmeubelen uit de jaren vijftig tot en met tachtig. Onze collecties bestaan uit originele objecten.



Bekijk ons
nieuwe aanbod
op Marktplaats
en Facebook!

Alledaags aan het Zuideinde 142, Koog aan de Zaan | Woensdag t/m zaterdag van 10:00 tot 17:00 uur
06 175 17 222 | info@alledaagsenbijzonder.nl | [@alledaagsbijzonder](https://www.instagram.com/alledaagsbijzonder) | [/alledaags.bijzonder.3](https://www.facebook.com/alledaags.bijzonder.3)

Vakmanschap, liefde en aandacht voor meubels

D Laura Divera
STOFFEERDER | MEUBELMAKER

Gespecialiseerd in het (her)stoffen van banken, stoelen en fauteuils, zowel klassiek en modern als design. Ook kunt u bij Laura terecht voor het laten repareren, restaureren en maken van meubels.

Zeilenmakersstraat 1d, Westzaan | 06 155 989 30 | www.lauradivera.nl

OPVALLEN?

ADVERTEER IN BRUIST!

JUST
NU!

Bel **076-7115340** of mail naar nl@nederlandbruist.nl

Wij behandelen geen tanden maar mensen!

In onze nieuwe, moderne tandartspraktijk laten wij graag merken dat jij er toe doet. Natuurlijk zijn wij er om te zorgen dat jouw gebit gezond, sterk en mooi is. Dit doen wij met veel plezier, met gebruik van de nieuwste apparatuur, in een fijne, rustige omgeving. Jouw gebit is bij ons in goede handen. Daarnaast zien wij jou als mens en houden wij rekening met jouw gevoelens en wensen.

Dat veel mensen het geen feestje vinden om naar de tandarts te gaan is ons natuurlijk

bekend. Dat is voor ons juist een reden om er alles aan te doen het bezoek aan onze praktijk zo aangenaam mogelijk te maken.

Benieuwd wat wij voor je kunnen betekenen? Bel of mail ons gerust voor het maken van een afspraak voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek.

**Je bent van harte
welkom!**

Bel of mail ons voor
een vrijblijvende
kennismaking

075-2400040
info@studiokies.nl



Studio Kies
tandartspraktijk

Rode Ring 5, Assendelft
075-2400040 | info@studiokies.nl
www.studiokies.nl

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 viersterrenhotel 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!*



Oud-Hollandse *hete bliksem*

De winter is natuurlijk dé tijd van het jaar om stampot op tafel te zetten. Hete bliksem is één van de weinige stampotten die niet met een groente gemaakt wordt, maar met appels en peren. De smaak is dan ook verrassend fris.

4 PERSONEN - 40 MIN.

INGREDIËNTEN

750 gram aardappelen
2 Conference peren
2 grote Elstar appels
1 ui
1 kaneelstokje
1 steranijs
100 gram spekreepjes
1 rookworst
50 gram roomboter
50 milliliter volle melk
zout en peper

BEREIDING

De aardappelen, peren en appels schillen. Verwijder het klokhuis bij de appels en peren. Snij de aardappels in stukken en de peren en appels in blokjes. Maak de ui schoon en snipper deze.

Doe de aardappelen, het kaneelstokje, de steranijs, de gesnipperde ui, de peren en de appels in een pan. Voeg water toe totdat het geheel net onder water staat en breng het aan de kook. Laat het gedurende 15 tot 20 minuten zachtjes koken.

Doe ondertussen de spekreepjes in een hete koekenpan en bak de reepjes zonder olie of boter krokant. Laat ze uitlekken op wat keukenpapier.

Verwarm de rookworst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet de aardappelen en de rest af en verwijder de steranijs en het kaneelstokje. Doe de rest weer terug in de pan en laat het even nadampen. Voeg de roomboter en de melk toe.

Stamp met een pureestamper en breng op smaak met zout en peper. Roer de spekreepjes door de stampot. Serveer de hete bliksem met de rookworst.



PUZZELPAGINA



Lekker weer even tot jezelf komen én energie opdoen? Kom na de drukke decembermaand met veel gezelligheid weer even bij met een warm kopje koffie of thee. Nestel jezelf lekker op de bank en blader (online) door deze editie van Bruist en puzzel mee voor mooie prijzen.

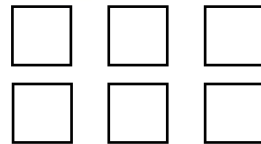
	6					1	
			6	5	1		
1	○	7				6	2
6	2		3		5		9
		3				2	
4	8		9		7	○	3
9		6	○			4	8
			7	9	4		
	5						7

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-7-8**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.



Zoek de zes verborgen letters in deze editie van BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand geluk. De oplossing van vorige maand was **kribbe**.

Maak kans op een

Peach blossom Smoothing Body Wash



Begin de dag fris met deze heerlijke body wash op basis van perzikenbloesem en geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid dankzij dit fijne product van O'right.

-ur+z+Q-i a=o+y
 d=w+h o=z+g+TV-v
 v+ y=e
 k=s b=p+e s=d+.

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 februari de oplossing in op onze site: www.zaanstreekbruist.nl

Maak kans op

Perris Swiss Laboratory t.w.v. € 95,-



Anti-aging peeling van Perris Swiss Laboratory, geschikt voor alle huidtypen voor een optimaal resultaat. Werkt liftend en verstevigend en maakt de huid gladder en soepeler. Fijne lijntjes worden minder zichtbaar. Bevat 99% natuurlijke bestanddelen en is klinisch getest.

s c h o o n h e i d e
 u v r i m p e l p j b
 v a s e w x i p p i i
 v j h u m o o i y t u
 x o l b b e b g o f o
 g n i r e d u o r e v
 x g c z u n m a t e l
 l n g k m k v f e l p
 f p d t y g b m a i w
 i d j h o z j o z y k
 b t l r k u t q y n e

schoonheid rimpel
 leeftijd veroudering
 gelaat mooi
 creme jong

Streek 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 februari de oplossing in op onze site: www.zaanstreekbruist.nl



Stuurman
Stuurman
Makelaars
Taxateurs

**Een vrijblijvende
waardebepaling
laten doen?**

Bel ons! Wij
vertellen je graag en
vrijblijvend meer over
de mogelijkheden.

**Of maak een
afspraak** via onze
website of scan de
QR code



funda



Gratis waardebepaling

Inzicht in de waarde van je huis

Overweeg je je huis te verkopen of
heb je zelfs al gerichte plannen?
Maar heb je nog geen idee wat de
waarde van je woning op dit
moment is?

Of maak een afspraak:

Via onze website of scan de QR code

**Een vrijblijvende
waardebepaling laten doen?**

Bel ons! Wij vertellen je graag
en vrijblijvend meer over de
mogelijkheden.



Stuurman en Stuurman Makelaars Taxateurs | Hoogstraat 19C, Koog aan de Zaan
075 629 4600 | info@stuurmanenstuurman.nl | www.stuurmanenstuurman.nl