

ROTTERDAM



MAART 2022 WWW.ROTTERDAM-BRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST



Hoe gaat het met je
goede
voornemens?

Francis van
Broekhuizen:

'Ik doe het, omdat ik
het superleuk vind'



Mijn naam is Robert-Jan Uitterdijk en ik ben al meer dan 35 jaar tuinontwerper van het Staelduinsebos.

Een droomtuin is een cadeautje...

Het oriëntatiegesprek is het uitgangspunt voor een bepaald gevoel. Dit gevoel bepaalt, denk ik, heel goed de aard van het cadeau.

We verdiepen ons in de wensen en natuurlijk is de situatie van de opdrachtgever zeer belangrijk!

De uitvoering wordt gerealiseerd door ervaren vakmensen met verstand van materialen en beplanting. Pas dan wordt uw tuin een echte droomtuin! Uiteraard kunt u ook rekenen op onze vakbekwame hoveniers voor het onderhouden van uw tuin of groenvoorziening.

Naast onze traditionele werkzaamheden zijn wij ook gespecialiseerd in het maken van houten overkappingen en vlonders. Het maatwerk zorgt ervoor dat in elke tuin een buitenverblijf mogelijk is.



Taanderijstraat 25a, Vlaardingen
010-2486991 | info@staelduinsebos.nl

www.staelduinsebos.nl



Wil je ook een droomtuin?
Maak dan een afspraak
010-2486991

Impressie **Rotterdam**



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

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



8



12



28

Inhoud



10



30



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
CUSTOMER CARE Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Nesia Mamengko
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Maaïke van Helmond
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Chantal de Visser
EINDREDACTIE Anouk Jacobs

f Like ons op Facebook.com/rotterdambruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl of
bel Marcel Bossers 06-34590975 | 076-7115340

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



Foto: Ron Eskens
soovpictures.nl

Het is maart! Tijd dus om de winter achter ons te laten en vooruit te kijken naar de zomer. Wat een heerlijk vooruitzicht. Maar ook een vooruitzicht waarvan je spontaan in de stress kunt schieten. Het goede voornemen om definitief af te rekenen met die paar extra winterkilo's heb je namelijk nog lang niet waargemaakt. Geen zorgen, want verderop in deze nieuwste editie van Bruist vertellen we je hoe je het jezelf makkelijker kunt maken om je doelen te bereiken.

Bruisende lezer,

Opvallend is dat, nu het voorjaarszonnetje weer steeds vaker begint te schijnen, veel mensen ineens ook weer een stuk vrolijker zijn. Sommige mensen hebben die zon daar overigens helemaal niet voor nodig. Dat geldt zeker ook voor Francis van Broekhuizen, die het hele jaar door straalt. In het interview dat we met deze 'dramatische sopraan' hadden, deelt ze een beetje van haar positiviteit en vertelt ze meer over haar carrière tot nu toe.

Diezelfde positiviteit ervoeren wij trouwens bij iedereen die we voor deze editie interviewden. Benieuwd naar al hun inspirerende verhalen? Lees dan vooral snel verder.

Lea en Marcel Bossers

Adverteren?

Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel 076-7115340

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

2022 IS LANG NIET
VOORBIJ, BEGIN
VANDAAG NOG!



E

Wat is er nog over van je *goede voornemens?*

Stoppen met roken, een paar kilo afvallen, sporten, geld besparen en ga zo maar door. In januari beginnen we massaal met een schone lei. Hoor je het jezelf nog zeggen: 'En dit jaar gaat het me echt lukken!' Maar hoe staat het nú met die goede voornemens?

Als je meerdere voornemens hebt, kan het lastig zijn om alles tegelijk te doen. Hierdoor is de kans groot dat je voornemens mislukken.

MAAK EEN SCHEMA. Maak voor jezelf een schema waarin je kunt vermelden wat je graag zou willen bereiken en hoe je dit aan gaat pakken. Gaat het om een doel dat je op korte termijn wilt bereiken of heb je er het hele jaar voor uitgetrokken?

VOORKOM HOGE EISEN. Als je te hoge eisen aan jezelf stelt, haak je snel af. Dit komt doordat je geest en lichaam tijd nodig hebben om zich aan te passen aan je nieuwe gewoonten.

CREËER ROUTINE. Ben je verslaafd aan roken of snoep? Dan kan het helpen om een andere bezigheid te zoeken wanneer het verlangen naar een sigaret of zoetigheid de kop opsteekt.

KEN JE DOEL. Herinner jezelf regelmatig aan de voordelen van je goede voornemen. Als je dit niet doet, zul je sneller opgeven.

BELOON JEZELF. Als het je lukt om jezelf aan je schema te houden, staat daar natuurlijk een beloning tegenover. Zorg er wel voor dat je de beloning ook echt koppelt aan het halen van je doelstelling.

ZOEK STEUN. Het is niet makkelijk om een goed voornemen in je eentje te verwezenlijken. Vertel je vrienden en familie wat je van plan bent en vraag of ze daar eventueel rekening mee willen houden. Of plaats je goede voornemen op Twitter en Facebook. Wie weet zijn er meer mensen die hetzelfde doel nastreven.

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

Er is heel veel honden- en kattenvoer verkrijgbaar op de markt. De verschillen zijn alleen niet altijd even duidelijk voor een leek. Wil je écht weten welk voer of snack het beste is voor jouw viervoeter? Dan moet je bij voedingsspecialzaak voor hond en kat Big Dog Company in Rotterdam zijn. "Advies op maat is ons specialisme", aldus eigenaresse Isabel Koutzarov. "Bovendien hebben wij ons assortiment zorgvuldig samengesteld met het beste voer en snacks voor jouw viervoeter."

NEEM CONTACT
MET ONS OP
WIJ STAAN VOOR
JE KLAAR!

BIG DOG
VOEDINGSSPECIALZAAK
VOOR HOND EN KAT



Oudedijk 229B, Rotterdam
06-34146116 • www.bigdog.nl

Eigenaar: Isabel Koutzarov

10

De voedingspecialist voor jouw hond en kat

"Bij Big Dog Company draait alles om onze passie: honden en katten", vertelt Isabel. "Net als jij vinden wij gezonde en gevarieerde voeding voor je hond of kat van het grootste belang. Natuurlijke voeding, waarvan jij weet wat

erin zit en waarvan je hond of kat duidelijk geniet." Isabel en haar team verkopen deze voeding

niet alleen, ze geven je ook advies op maat en staan klaar om al je vragen te beantwoorden. "Daarbij kun je denken aan

vragen als: Wat is het verschil tussen krokante brokken en geperste brokken? Hoe lees je een ingrediëntenlijst? Moet ik groente geven aan mijn hond en welke snacks zijn gezond voor zijn tanden? Wij hebben ontzettend veel kennis in huis en kunnen al deze vragen beantwoorden. Voeding is er volgens ons immers niet alleen om in leven te blijven, maar ook om de kwaliteit van leven van je huisdier te verbeteren. Daarom staat het geven van het juiste advies, volledig afgestemd op jouw hond of kat en jullie leven, bij ons zeer hoog in het vaandel."



24 / 7
ophaalpunt

Uniek bij Big Dog Company is de 24/7 ophaalservice. Hoe werkt dit?

1 

Plaats je bestelling via de webshop en kies voor '24/7 ophalen'.

2 

Zodra de bestelling klaarstaat, mailen wij je een code waarmee je naar binnen kunt.

3 

Haal je bestelling op wanneer je wilt, 24/7!

"Dit is natuurlijk ideaal voor klanten met een overvolle agenda waardoor ze lastig tijdens de openingstijden van de winkel langs kunnen komen. Daarnaast versturen wij ook pakketjes per post en bezorgen wij in Rotterdam en omstreken."

11

DE SLIMME REISTAS * voor trendy vrouwen

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



BodabagsFashion | @bodaszilvia

www.bodabagsfashion.myshopify.com



PRINGLES

Pringles kent iedereen, het unieke chipje in de slanke bus. Nu zijn ze erin geslaagd een gemiddelde zoutvermindering van 23 % te realiseren bij de 6 belangrijkste smaken: Original, Sour Cream & Onion, Hot & Spicy, Texas BBQ, Hot Paprika en Classic Paprika. Maar natuurlijk met behoud van de authentieke smaakintensiteit. www.pringles.com



LEZERSACTIE *

1 set van 2 Hobstar glazen van Libbey

Genieten van alledaagse momenten, met mooi glaswerk waar je blij van wordt. De kans is groot dat je al eerder hebt gedronken uit glazen van één van de grootste glaswerkproducenten ter wereld, met een fabriek in Nederland. Eén van de klassiekers is de tijdloze Hobstar, waarvan de naam verwijst naar het specifiek geslepen glas met sterpatroon. De vintage 'look and feel' van de Hobstar valt hierdoor in de smaak.

www.libbey.eu TAG #HOBSTAR



GUINNESS (4.2%)

Zeg je Ierland, dan denk je aan groene landschappen, riverdance, livemuziek, en... Guinness. Dit iconische bier wordt al meer dan 250 jaar gebrouwen in Dublin. Geen enkel bier staat zó symbool voor een land als het zwarte goud uit de hoofdstad van Ierland. Op 17 maart is het St. Patrick's Day, de nationale feestdag van Ierland, waarbij ook hier een fris Guinness biertje niet mag ontbreken! www.guinness.com



Begin van de *lente!*

Scan
de
QR-code

Doe
mee en
win

BRUIST Deals

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

KALKNAGELS *

De kalkachtige vergroeiingen aan de nagels worden meestal veroorzaakt door een schimmel. Ferula Kalknagelolie bevat uitsluitend natuurlijke heilzame ingrediënten en dringt door iedere laag van de nagel heen. Het remt de afbraak van de nagel en neemt de oorzaak weg, zodat de nagel binnen 3 tot 6 maanden weer gezond uit kan groeien. Voor mooie gladde nagels in de zomer is het dus van belang om nu te beginnen aan de kuur! **Ferula kalknagelolie is verkrijgbaar bij drogisterij en reformhuis. Kijk voor adressen op www.aromed.nl/verkoopadressen.**

AROMED



LEZERSACTIE *

Valse verlangens en bloedende harten van Sol Bouzamour

Een ijzersterke roman over liefde en loyaliteit in een harde wereld, de weerspiegeling van de maatschappij en hoe we met elkaar omgaan, discriminatie, de verschillen in klassen, maar vooral over de zoektocht naar eigen identiteit. Het verhaal speelt zich af op het Rembrandtplein in Amsterdam en Broek in Waterland, maar neemt je ook mee naar Ibiza en Marokko. Sol neemt je mee in een eigentijds en realistisch liefdesepos vol geweld, vriendschap, loyaliteit, verraad en heel veel seks. Hoe ver gaan we voor de liefde?

www.solbouzamour.nl TAG #BOEK



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

U NIXTO
HET BOEK- en NIET NIET



VERJONG EN VERFRIS JE HUID
VOORDAT DE LENTE BEGINT

Een jongere, frissere uitstraling?

Interesse? Maak dan snel een afspraak!

Vital Huidinstituut | Middenbaan 77 C, Barendrecht | 0180-222000 / 06-34018636 | www.vitalhuidinstituut.nl

Op zoek naar een succesvolle behandeling om de jeugdige uitstraling, textuur en toon van jouw huid terug te krijgen? Nou, je bent zeker niet de enige. Cliënten van over de hele wereld zijn op zoek naar een stralende en jonger uitziende huid.



Huidveroudering

Naarmate we ouder worden, verandert onze huid. Je huid verliest niet alleen zijn gladheid maar er kan ook ongewenste pigmentatie ontstaan. Vaak zie je bloedvaatjes verschijnen of bloedblaasjes. Na verloop van tijd kan blootstelling aan de zon de tekenen van veroudering versnellen.

Light & Bright treatment

De Light & Bright treatment is een vernieuwende esthetische behandeling die donkere vlekken verwijdert, roodheden vermindert en textuuronregelmatigheden verbetert door middel van huidvernieuwing.



TIP:
vergoeding
zorgverzekeraar
mogelijk

Kijk voor al onze
behandelingen online.
Scan de QR-code



vital
Huidinstituut

Met passie voor haar!

Maira Hoepel heeft al ruim 25 jaar ervaring in het kappersvak. In haar moderne kapsalon Beauty-Lounge Rotterdam is iedereen welkom. Vrouwen, mannen en kinderen kunnen er terecht voor allerlei knip- en kleurbehandelingen.

“Het is echt een multiculturele kapsalon”, vertelt Maira. “Mensen met alle mogelijke achtergronden stappen hier binnen. De sfeer is lekker gemoedelijk, iedereen kletst gewoon met elkaar. Heb je black hair? Kom dan vooral eens langs want ik heb zelf ook black hair. Ik weet dan ook als geen ander hoe je er mee om moet gaan.”

Goede producten

Er wordt gewerkt met de professionele verzorgings- en stylingproducten van FINNLEY'S. Deze zijn uitsluitend en exclusief verkrijgbaar in kapsalons. We volgen bovendien regelmatig trainingen om onszelf te blijven ontwikkelen en op de hoogte te blijven van de laatste trends.

De laatste trends

Knippen, stylen, kleuren, extensions; alles is mogelijk bij Beautylounge Rotterdam. “Balayage en highlights zijn nog steeds hot, daarnaast zijn shadow roots in opkomst. Voor de zomerperiode zijn er weer leuke nieuwe kleuren, zoals rosé-gold en de cinnamon swirl. Verder zijn de pony's terug van weggeweest.”



Voor vragen kun je bellen/appen met 06 42129333. Blijf gezond en tot snel!

Vanuit het hart

Maira heeft het hart op de goede plek. Als patiënten van het nabijgelegen ziekenhuis niet naar haar kapsalon kunnen komen, vindt ze het geen enkel probleem om naar hen toe te gaan. “Je kunt bij ons ook je lange haar af laten knippen en als je dat wilt doneren voor mensen met kanker. Dat is het minste wat we kunnen doen.”

Beautylounge Rotterdam | Maasstadweg 1, Rotterdam
010-4119310 / 06-42129333

maira@beautyloungerotterdam.nl | www.beautyloungerotterdam.nl



Als je jouw goede voornemen **drie maanden** hebt volgehouden, lukt het de rest van het jaar ook. Met **minder rommel** om je heen heb je niet alleen meer ruimte in je huis, maar ook in **je hoofd**. **Een kwartiertje** per dag sorteren en weggooien is hetzelfde als één hele dag ruimen per maand. **Handel kleine klusjes**, die minder dan 5 minuten van je tijd vergen, **meteen af**. Zo hoef je ze niet te onthouden of op te schrijven. **Als je niest**, moet je **neus** zich even **resetten**. Op deze manier wordt de neus **schoongemaakt**. **Bankbiljetten** zijn gemaakt van katoen en linnen. Zo kun je een bankbiljet in je broek laten zitten **in de was** zonder dat het meteen kapot is. De eerste **eetbare paashazen** verschenen rond 1800.



DE LANGE & REEK WONINGINRICHTERS

Bent u toe aan een verrassend advies voor uw interieur? Graag adviseren de medewerkers van De Lange & Reek u bij het maken van een persoonlijke keuze waar u echt blij van wordt en bieden zij u de zekerheid van de beste koop. Loop gewoon eens binnen in onze winkel en laat u inspireren. Of maak een afspraak zodat we samen alle tijd hebben voor een goed (advies)gesprek.

- **VLOEREN** • **RAAMBEKLEDING**
- **SLAPEN** • **WONEN** • **HAARDEN**
- **WOONACCESSOIRES** • **KASTEN OP MAAT** • **WANDAFWERKING**



Deze maand in de spotlight:

pvc-vloeren

Voor meer info kijk op
www.delangeenreek.nl

Een pvc-vloer is een harde kunststof vloer die zeer sterk, krasvast, waterafstotend, onderhoudsvriendelijk en geluid- en warmte-isolerend is. Pvc-vloeren zijn verkrijgbaar in natuurlijke houtmotieven, maar ook in betonlook of met een steenprint. Door middel van embossing techniek ziet een pvc-vloer er niet alleen natuurlijk uit, maar voelt u eventuele houtnerf ook.

Win kaarten voor **Gratis kaarten** Mozarts Requiem en Krönungsmesse



Wil jij kans maken op kaarten?

Registreer je dan vóór 1 april via theater.nl/bruist en wie weet ben jij één van de gelukkigen!

The Bach Choir & Orchestra of the Netherlands voert in mei 2022 Mozarts beroemde Requiem op. Onder leiding van dirigent Pieter Jan Leusink brengen de musici ook Mozarts Krönungsmesse en Allegri's Misere Mei ten gehore. Het gezelschap krijgt bijval van diverse solisten, waaronder de veelgeprezen sopraan Olga Zinovieva.

Wil jij Mozarts meesterwerken een keer live beleven? Dat kan! Theater.nl geeft in samenwerking met Beleef Klassiek kaarten weg voor de concerten van The Bach Choir & Orchestra of the Netherlands. Registreer je vóór 1 april op Theater.nl via theater.nl/bruist en maak kans op gratis tickets!

Nog meer kans maken?

In maart organiseert Theater.nl ook nog een speciale winactie op haar sociale media kanalen. Houd de Facebook- en Instagrampagina van Theater.nl de komende tijd dus goed in de gaten.

**Theater.nl neemt na afloop van de acties zelf contact op met de winnaars. Over de uitslag kan niet worden gecorrespondeerd.*



Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

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

Oorspronkelijk kom ik uit Barcelona en sinds 20 jaar ben ik eigenaar van Whoops, waar ik als Art Director het vakmanschap heb ontwikkeld tot het niveau van vandaag.

Mijn toewijding aan het kappersvak, beauty en styling en mijn passie voor ondernemen zijn voelbaar als je bij Whoops binnenstapt.

Want voor mij blijft de tevredenheid en het enthousiasme van de klant het belangrijkste. Ik zie je graag bij Whoops voor persoonlijk advies.

Iedere maand vertel ik je in mijn column over mijn passie voor het kappersvak.

Betlem Taravilla
(Art director Whoops)



JOUW NIEUWE LENTEKRIEBELS

Wakker worden met heldere licht en fris lucht scheppen geef ons een goed gevoel.

Ik geef een zoen aan mijn man en ga naar de zaak. Mijn buurvrouw loopt de trap af en met een glimlach begroet ik haar en de kinderen. Mooi. Fijn. Speels. Aangenaam. Lief. Beschaafd. Ik hou van mijn burens. Buiten zijn er zwanen vandaag op het water. Ze geven ook knuffels aan elkaar. En dan voel ik de lentekriebels.

Ik wil lopen op het gras, verse jus d'orange maken, alle klanten verwennen en jou een boodschap geven. Laat je hart kloppen op de lentekriebels, het is aanstekelijk en werkt goed voor je energie. Je voel je beter en deze dag zal je dankbaar zijn. Je merkt het aan jou en je omgeving.

Geniet! Geniet! Geniet!

DAGJE UIT NACHT VAN GRONINGEN



Goed nieuws voor hardloofhebbers: 12 maart vindt de twintigste editie van de Nacht van Groningen plaats. Ook dit jaar loopt het parcours traditiegetrouw door de binnenstad en het Noorderplantsoen van Groningen. Deelnemers kunnen kiezen uit verschillende afstanden: 5 kilometer, 10 kilometer, 10 Engelse mijl (16,1 kilometer) of de halve marathon. Uniek aan dit hardloopevenement is het feit dat alle afstanden in het donker worden afgelegd. De Nacht van Groningen wordt onvergetelijk door muziek en verlichting langs het parcours.

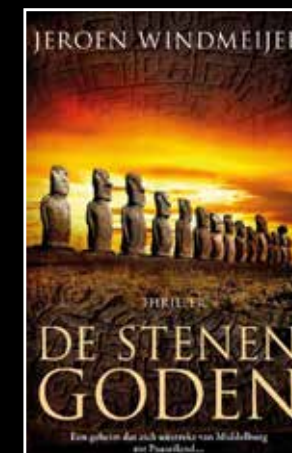
Meer info:
www.nachtvangroningen.nl

FILMPJE KIJKEN THE 355

Wanneer een geheim wapen in de verkeerde handen valt, moet CIA-agent Mason Brown de handen ineenslaan met de rivaliserende Duitse agent Marie, voormalig MI6-bondgenoot en computer-specialist Khadijah en de Colombiaanse psycholoog Graciela. Op hun levensgevaarlijke missie om het wapen terug te vinden moeten ze een stap voorblijven op de mysterieuze Lin Mi Sheng die al hun bewegingen volgt. Terwijl de actie hen over de hele wereld brengt sluit het vieraal een kwetsbaar verbond dat de wereld kan redden of hun einde zal worden. **THE 355 is vanaf 10 maart te zien in de bioscoop.**



BOEKJE LEZEN JEROEN WINDMEIJER



De Middelburgse antropologiestudent Anthoni doet op Paaseiland onderzoek naar de moai, de mysterieuze beelden die al eeuwenlang tot de verbeelding spreken. Hij ontdekt dat er op het eiland een strijd woedt over de oorsprong van de moai. Als er mensen beginnen te verdwijnen, lijkt het niet bij discussiëren te blijven... In Middelburg treft een museum voorbereidingen voor een tentoonstelling over ontdekkingsreiziger Jacob Roggeveen en Paaseiland. Een Paaseilandse beeldhouwer is uitgenodigd om een beeld te maken, maar een in een nabijgelegen dorp gevonden moai zet de verhoudingen op scherp. En dan valt de eerste dode... **DE STENEN GODEN van Jeroen Windmeijer is vanaf 1 maart verkrijgbaar.**

OP ZOEK NAAR SFEER IN HUIS?

Uw open haard- en kachelspecialist heeft alles op het gebied van sfeerverwarming en schoorsteentechniek. Kom gerust eens langs in onze ruime showroom op industrieterrein Prinsenland in Rotterdam of kijk vast even rond op onze website voor een indruk van ons assortiment.

**NOG GEEN SFEERVERHOGENDE
OPEN HAARD OF KACHEL VAN
TOPKWALITEIT GEVONDEN?
KOM DAN NAAR:**

**UW HAARDENSPECIALIST
IN ROTTERDAM**

De Griffioen

Anthoetia Kuijlstraat 36
Industrieterrein Prinsenland Rotterdam
010-4046459 | info@griffioenrotterdam.nl

WWW.GRIFFIOENROTTERDAM.NL



KIJKJE IN ONS ASSORTIMENT

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



DÉ SNACK- EN COCKTAILBAR met haute couture snacks

In 2014 opende Tante Nel de deuren in de bruisende binnenstad van Rotterdam. Dankzij de frisse, eigentijdse aanpak is de zaak inmiddels uitgegroeid tot een begrip. Vorig jaar nam Sara Akoucham het bedrijf midden in coronatijd over. “Ik zag de potentie van het concept en ben er vol voor gegaan”, vertelt Sara gedreven.

“We zijn meer dan een gewone snackbar. Bij ons vind je net wat luxere gerechten, we gaan voor kwaliteit. Specialiteiten zijn onze huisgemaakte frikandel, gemaakt van Limousin rund en Porc au Grain varken, en ons huisgemaakte stoofvlees. Beiden zijn afkomstig van scharrelslagerij Kieboom en kun je alleen bij ons krijgen. Daarnaast is onze patat rendang, een Indonesisch stoofgerecht, een hardloper. Indonesiërs zeggen dat het ‘the real deal’ is, dus dan doen we toch iets goed. We proberen sowieso regelmatig nieuwe producten uit, we willen echt iets bijzonders bieden.”

Persoonlijke service

Uniek is dat je bij Tante Nel een zeer uitgebreide keuze hebt in gin-tonics. “In die zin zijn we ook een cocktailbar. Een milkshake met wat gin en/of rum erin is bij ons geen probleem.” Het team van Tante Nel is even gepassioneerd als Sara. “We zijn

oprecht geïnteresseerd in de mensen die bij ons komen en maken graag tijd voor een praatje. Als het uit het hart komt, dan raak je de harten ook, zo is mijn overtuiging.”

Huiselijk en gezellig

Tante Nel is vernoemd naar een bestaand persoon. “Zij is integer, sensitief, sociaal, zorgzaam en houdt van mensen en lekker eten. Vorig jaar heb ik de inrichting van de zaak onder handen genomen om deze karaktereigenschappen tot uitdrukking te laten komen, met als resultaat een warme, huiselijke sfeer. Als je hier eenmaal zit (binnen of op ons ruime terras) dan wil je niet meer weg en wil je je alleen nog maar in de watten laten leggen door Tante Nel!”

Tip: als je een feestje te vieren hebt, kun je Tante Nel afhuren.



LEKKER
ETEN IN EEN
HUISELIJKE
SFEER



K

Francis van Broekhuizen:

'Ik zal nooit gemeen zijn of mensen afzeiken'

De populariteit van operazangeres Francis van Broekhuizen ging in de afgelopen jaren door het dak. Naast haar theateroptredens maakte ze steeds vaker haar opwachting in tv-programma's, zoals De Slimste Mens, Maestro! en All Together Now. "Ik doe nooit dingen om te zien of het iets oplevert. Ik doe het omdat ik het superleuk vind", vertelt Francis aan Theater.nl.

Plezier maken staat bij Francis al van jongs af aan op één. "Vroeger deed ik in mijn werk al zoveel dingen die ik gewoon leuk vond, ook al was het voor weinig geld", legt ze uit. "Dan kreeg ik kritiek van collega's, die zeiden: 'Je moet naar het buitenland en carrière maken.' Maar ik wilde het liever kleiner doen."

KREDIET Francis straalt altijd. Met haar positiviteit, oprechtheid en vriendelijkheid heeft ze al een hoop bereikt. "Ik ontmoet heel veel mensen en bezoek veel verschillende verenigingen. Ik zal nooit gemeen zijn of mensen afzeiken, ben nooit ziek en zeg nooit af. Omdat ik

altijd op die manier heb gewerkt, heb ik toch een bepaald krediet opgebouwd."

GUNFACTOR De zangeres plukt daar nu de vruchten van. "Het gaat zich nu uitbetalen in dat mij veel wordt gegund. Het is altijd mijn ambitie geweest om mijn vak zo goed mogelijk uit te oefenen, niet om BN'er te worden. En nu rol ik van het een in het ander", vertelt ze trots.

Francis staat tot eind mei 2022 in de theaters met Bij twijfel hard zingen, een voorstelling bomvol muziek en openhartige verhalen. 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

RENÉ VERHAGEN SCHILDERWERKEN

René Verhagen Schilderwerken is een bloeiend bedrijf dat al jaren uitsluitend samenwerkt met professionals. Voor zowel bedrijven als particulieren voeren wij schilderklussen (en meer) uit.

Bij ons staat de mens centraal. Oprechte interesse in de mensen tonen en al pratend erachter komen wat men precies wil, leiden tot een goed eindresultaat.

ONZE EXPERTISE

Schilderwerk: binnen- en buiten

Latex spuiten en rollen

Behangen / plafond- en vloerafwerking

Stuken

Vervangen van kozijnen

Vervangen van glas / plaatsen isolerend glas

Advies voor materiaal- en kleurgebruik

'De klant is koning'

De service houdt niet op als het werk gedaan is. Mocht u toch nog tegen iets aanlopen waar u niet tevreden over bent, dan lossen wij dat snel en zo goed mogelijk op. De tevredenheid van de klant staat voorop!

VOOR AL UW SCHILDERWERK
RENÉ VERHAGEN



30

MAASSLUIS | 010-5928139
WWW.RENEVERHAGENSCHILDERWERKEN.NL

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

Verfproducten van topkwaliteit

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

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

SCHILDER NODIG? Alles weer strak binnen?

Bel **06 - 412 79 124** of mail naar
info@reneverhagenschilderwerken.nl



31



Kasten exact op uw maat!

Een kast kun je overal kopen...

45 jaar kennis, vakmanschap
en kwaliteit niet!

www.degraafbv.nl
Woonboulevard Hoogstad - Vlaardingen

De Graaf
Haalt alles uit de kast... **sinds 1975!**



Zacht

Wanneer we aan de lente denken, dan denken we aan zacht. Pasteltinten voor je make-up, bloesems in een geur en heerlijke producten voor je huid.

1. Roomfragrance Patchouli Lavendel Vanille van SABON, € 65,- www.sabon.nl
2. Soft Skin body cream met amandelolie parels van Kneipp, € 11,99 www.kneipp.nl
3. Love Smoothing Instant Mask van Davines, € 31,85 www.davines.com
4. Extra Lip Tint van bobbi brown, € 36,- www.debijenkorf.nl
5. Neo Nude Blush van Armani Beauty, € 35,- www.debijenkorf.nl
6. Aqua Allegoria Rosa Rossa van Guerlain, 75 ml € 101,- www.guerlain.nl
7. Geurkaars 04 van Bon Parfumeur, € 39,- www.bonparfumeur.com

8. Max It Volume & Length Mascara van Catrice, € 4,99 www.catrice.eu
9. Born in Roma Coral Fantasy Donna Eau de Parfum van Valentino, vanaf € 64,- www.douglas.nl
10. Infinite Shine 2 van OPI, € 15,99, www.opi.nl
11. Naked Cyber Palette van Urban Decay, € 55,83 www.iciparisxl.nl
12. Repairing soothing balm Calm Essentiel van Clarins, € 37,50 www.clarins.nl
13. Roses scented candle van diptyque, € 67 www.skins.nl

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.

Vrijgezel Saira stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Vandaar dat we in deze rubriek aandacht besteden aan onze Bruisende Vrijgezellen. In maart hebben we speciale aandacht voor: Saira Khadje.

Jarenlang maakten de wisseldiensten die ze op Schiphol draait een relatie praktisch onmogelijk. Maar wat Saira Khadje betreft mag daar nu weleens verandering in komen. “Binnenkort krijg ik wat meer vrije tijd. Tijd die ik heel graag met mijn vrienden door wil brengen, maar óók met een nieuwe partner!”

“Ik kom op Schiphol de hele wereld tegen”, lacht Saira. “Maar helaas niet de juiste man...” En met die ‘juiste man’ heeft ze het over iemand die charmant en integer is, spontaan en gezellig, goed gekleed en betrouwbaar. “Ik zoek iemand die behalve mijn partner ook echt mijn beste maatje is... Met wie ik kan lachen en praten, strandwandelingen kan maken, een wijntje kan drinken en kan genieten van het leven. Op wie ik trots kan

zijn en met wie ik samen mooie momenten kan beleven.”

Dat die partner er nog niet is, moet haast wel aan die wisseldiensten liggen, want pratend met Saira ontdek je meteen dat zij ontzettend veel te bieden heeft. Super spontaan, goedlachs, gezellig en een gemakkelijke prater. En zoals op de foto te zien, is ze nog een prachtvrouw

Saira zoekt de liefde van haar leven!

ook. Ze heeft overigens geen kinderen. “Ik krijg vaak te horen dat ik er veel jonger uitzie dan ik daadwerkelijk ben en zo voel ik me eigenlijk ook. Qua leeftijd moet een nieuwe partner daar dus wel enigszins op aansluiten. Nu is het mijn tijd om te gaan genieten en te gaan leven en dat doe ik het liefst met een leuke man naast mij!”

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar saarbruist@gmail.com



Ik leef, beweeg en adem Rotterdam.
De stad die mij inspireert door de dynamiek
en diversiteit aan mensen, culturen en alle
soorten haar.

Onze multiculturele klantenkring eist van
ons excellentie in haarstyling. Ik ben gek op
kleur en gek op mensen. Het kappersvak
stroomt door mijn aderen. Met liefde,
passie en toewijding sta ik hier en ben ik er
voor jou om je te adviseren en de mooiste
kapsels te creëren. **We zijn 7 dagen per
week open. Dit is Rotterdam.**

Whoops in de Stad.

Wat we vandaag mooi vinden, kan
morgen ECHT anders zijn. Ons team is
constant in beweging, volgt én creëert
veranderingen. Daarom is Whoops lid van
Het Spectrum (een onafhankelijke kring
van haarkleurspecialisten). Wij volgen de
beurzen en shows in binnen- én buitenland
en ontwerpen eigen collecties.

Betlem Taravilla
(Art director Whoops)



Fotografie: SALVADOR POZO

WHOOPS DOE JE MEE?

Respectvol zijn

Goede eigenschap tussen ons.

Jij en ik waarderen elkaar.

Ik voel jouw houding

Jij ziet mijn gedrag.

Ik geef je liefde en je omarm mijn ziel.

Onze wereld blijft groeien en wij zijn
onderdeel hiervan

Doe je mee?

ONTDEK OWAY

biologisch &
biodynamisch



Voor een gezonde en ergonomische
(thuis)werkplek ben je bij ons
aan het juiste adres!



HOME FIT
Flex zitstabureau

Gezondheid is niet te koop!

'Uit ervaring weet ik als geen ander dat ons lichaam een goede verzorging nodig heeft. Het werken op kantoor en/of thuis vraagt om een goede en ergonomische werkplek. Werken aan een keuken- of eettafel klinkt je wellicht bekend in de oren en ook niet te vergeten de klachten die je kunt krijgen zoals nek-, schouder- en rugklachten. Langdurig zitten in één en dezelfde werkhouding is slecht voor ons lichaam'.

Heb je al klachten of wil je die juist voorkomen?

Neem dan vrijblijvend contact met ons op voor een deskundig advies of neem eens een kijkje in onze webwinkel.



Max Koogje(eigenaar)

Verzorg je (lach)rimpels!

Het is onvermijdelijk dat de huid kleine rimpels en lijntjes gaat vertonen. Maar je kunt wel iets doen om rimpels zoveel mogelijk te voorkomen of uit te stellen. Verzorg je huid elke dag weer goed.



Het is belangrijk om je huid dagelijks goed te hydrateren. Gebruik producten die rijk zijn aan water en die ervoor zorgen dat de huid goed vocht vasthoudt. De huid blijft daardoor soepeler en zal minder snel tekenen.

Beschermen tegen de zon

Uv-straling veroorzaakt vroegtijdige veroudering. Bescherm je huid dus altijd tegen de zon, ook in de winter. Gebruik daarvoor een dagcrème met uv-filter.

Peeling

Het is heel belangrijk om je huid wekelijks te verzorgen met een peeling (scrub). Op deze manier verwijder je de dode huidcellen. Dit bevordert de toevoer van zuurstof aan de huidcellen en verbetert je teint.

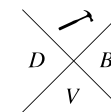
Gezichtsmassage

Verwen je gezichtshuid regelmatig met een gezichts-massage. Verdeel een hydraterende of anti-aging crème over je gezicht en masseer het product met de vingertoppen van beide handen zachtjes in de huid. Besteed extra aandacht aan de zone naast je neus richting je mondhoeken, aan de huid onder je ogen en de huid rond je mond.

Passie en vakmanschap staan voorop

Welkom bij DVB Design, waar passie en vakmanschap voorop staan. Wij ontwerpen en maken meubels op maat voor uw persoonlijke interieurwens. Van een robuuste tafel tot complete keukens, inloopkast of tuinbank; wij maken het voor u. Net waar u naar op zoek bent. We werken met diverse materialen en eiken is onze specialiteit. Al het eiken wordt van boomstam tot eindproduct handmatig gemaakt.

Bij DVB Design werken ambachtelijke meestermeubelmakers met jarenlange ervaring. Wij bedenken en maken interieuroplossingen. Kwaliteit en design staan bij ons voorop en we doen geen concessies in het gebruik van authentieke materialen. Zo combineren we hoge kwaliteit met een uniek design naar uw wens.



DVB DESIGN

De Hondert Margen 5a, De Lier | 06-24670067 | info@dvbdesign.nl | www.dvbdesign.nl

OVERTUIGD? MAAK DAN NU EEN AFSPRAAK!

BAAS OVER JE EIGEN LEVEN

Het leven bestaat uit trillingen. Deze trillingen hebben een bijpassende frequentie en trekken soortgelijke trillingsfrequenties aan. Als je angst, stress, jaloezie, haat, verdriet of soortgelijke emoties ervaart, heb je een lage trillingsfrequentie. Terwijl de positieve emoties en gedachten een hoge frequentie hebben en dus mooie, positieve en leuke situaties aantrekken.

Het is belangrijk dat je je bewust wordt van je gedachten. Dat je negatieve gedachten afkapt en ze direct omwisselt voor de positieve variant. Denk ook zorgvuldig na over de mensen waarmee je omgaat. Krijg je er energie van of kosten ze vooral energie?

Om je mooiste leven te creëren is het dus belangrijk om jezelf in een hoge frequentie te brengen. We kennen allemaal wel dat geluksgevoel, het moment dat alles heerlijk voelt.

Mijn grote inspirator Abraham Hicks zegt dat het de bedoeling is om vanuit dit heerlijke moment je gedachten te sturen. Je trekt alles uit de kast om in dat heerlijke gevoel te blijven. Bij mij werkt het door muziek aan te zetten, vervolgens visualiseer ik mijn droomleven. Hierbij denk ik niet aan de materiële zaken, maar aan het gevoel dat het mij zou kunnen geven. Ik doe dat door de vrijheid die geld mij geeft te visualiseren. Ik focus mij op dit gevoel, zodat ik in die heerlijke hoge frequentie blijf hangen.

Het is dus aan jou om in die hoge frequentie terecht te komen! Alles wat je wilt is mogelijk. Jij bent de baas over je eigen leven.

Liefs, Fajah

BLOG/FAJAHLOURENS

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION



Op zoek naar de beste en gegarandeerd de goedkoopste?



Transparant Keukens:

het is onze missie om volledig te voldoen aan úw kwaliteitswensen!

BEZOEK DAN
EENS ONZE SHOWROOM
OF MAAK EEN AFSPRAAK

Zomerdijk 34 B
in Maassluis

 **Transparant
Keukens**

Transparant Keukens is dé keukenleverancier van Maassluis en omstreken. Wij leveren kwalitatief uitstekende keukens tegen een zeer scherp, **transparant** tarief, gecombineerd met een uitstekende service.

Ik ben dankbaar

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

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

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

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

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

www.meditationmoments.nl

Geen gedoe thuis in de badkamer

- Wassen en drogen vanaf € 1,00
- Laten wassen op afspraak ook mogelijk



Benieuwd geworden?
Loop gewoon eens binnen!

Y·ä·rdic



Wandelen doet wonderen

Gemakkelijk overtollige kilo's kwijtraken, ontspannen en stress verminderen, hart- en vaatziekten voorkomen of zelfs een depressie behandelen kan allemaal door simpelweg te gaan wandelen. Dus waar wacht je nog op? Trek de stoute (wandel) schoenen aan en ga ervoor!

Een stevige wandeling van slechts 30 minuten verlaagt de bloeddruk, maar dat geldt ook voor drie wandelingen van 10 minuten. Dat is voor iedereen haalbaar, zelfs voor degenen die de hele dag op kantoor zitten. Wandelen zorgt voor een gezonder lichaam, je hebt meer energie en bent niet meteen uitgeput als je twee trappen gelopen hebt. Een uur stevig doorlopen (5 kilometer per uur) kost ongeveer 240 kilocalorieën. Wie een half uur per dag wandelt, raakt in twee maanden ruim een kilo kwijt zonder erg veel extra inspanning.

BIJ HET WANDELEN BELASTEN WE ONS LICHAAM. Hart en longen worden er sterker van en je geheugen wordt beter. Wandelen is ook goed voor de biologische klok, waardoor in- en doorslapen beter lukken. Zelfs de kwaliteit van de slaap zal verbeteren.

WANDELEN VERBETERT JE STEMMING Dat geldt sowieso voor lichaamsbeweging in het

algemeen. Lichaamsbeweging wordt bij depressies steeds meer genoemd als een gezond alternatief voor pillen. Een dagelijkse wandeling van een half uur in een stevig tempo kan het afweersysteem versterken en een verkoudheid onderdrukken. Als je regelmatig aan lichaamsbeweging doet, word je niet alleen minder vaak ziek, maar je verkoudheid is ook minder ernstig en duurt korter. Dagelijks wandelen, daar kan geen pil tegenop.

WANDEL JEZELF FIT, GEZOND EN GELUKKIG! En dat kan prima in je eentje. Jij bepaalt dan hoe lang je wilt wandelen en in wat voor tempo je loopt. Maar samen met anderen is natuurlijk zeker zo leuk. Ga op zondag gezellig met je gezin of anderen een lange (bos)wandeling maken. Je kunt dan én van elkaar genieten én gezond bezig zijn. Zo voelt wandelen niet als een verplichting. Door samen met een vriend of vriendin stevig door te wandelen en ondertussen uitgebreid bij te praten, sla je zelfs twee vliegen in één klap.

ERVAAR OOK HET
POSITIEVE EFFECT
VAN WANDELEN

Wil jij ook een gezonde levensstijl? Op www.nederlandbruiist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Afscheid nemen...

Zie je de dag van tevoren aankomen?

De één ziet deze dag van tevoren al aankomen vanwege een ziekte van het huisdier, voor de ander komt deze dag heel plotseling. Uiteindelijk komt er een dag waarop je afscheid moet nemen van je trouwe vriend en metgezel, een dag dat je huisdier overlijdt of de dag dat je hem moet laten euthanaseren.

Euthanasie. Wanneer? En ben je niet te vroeg?

In ieder geval zal deze dag een dag vol emoties zijn. En dan moet er, hals over kop, ook nog een beslissing genomen worden.

WAT NU?

Meer informatie over ons kun je vinden op www.crematiehuisdier.nl of bel ons op 078-6458122 als je vragen hebt.



Huisdieren Crematorium Drechtsteden

Lorentzweg 1, Alblasserdam | 078-6458122
info@crematiehuisdier.nl | www.crematiehuisdier.nl

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



Kamerlingh Onnesweg 14, Dordrecht
085-2080656 | info@clear4clean.nl
www.opleiding-schoonmaak.nl

COLUMN/EDGAR VAN ENGELEN

KWALITEITSCONTROLES SCHOONMAAK

Schoonmaak wordt alleen gezien door gebouwgebruikers als de schoonmaakkwaliteit niet naar hun verwachting is. Verwachting kan gemanaged worden door goede communicatie met de gebouwgebruikers over de schoonmaakafspraken.

Het schoonmaakbedrijf verzorgt interne controles (DKS). De bedoeling hiervan is om het werk en de medewerkers aan te sturen in wat goed gaat en wat verbeterd kan worden. Een opdrachtgever kan kiezen voor een onafhankelijk oordeel. Belangrijk is dat de controleur weet waar hij/zij het over heeft dankzij praktijkervaring, kennis van schoonmaak en werkprogramma's.

Clear4Clean biedt verschillende kwaliteitsmetingen voor zowel opdrachtgever als schoonmaakbedrijf aan. Wij zijn onafhankelijk.

De kwaliteitsmetingen die wij verzorgen zijn:

- **VSR**, een visuele kwaliteitscontrole (NEN2075)
- **LOSK-QMS**, een kwaliteitscontrole die naar het schoonmaakproces kijkt en naar het eindresultaat
- **Nulmeting (en eindcontrole)**, een meting die de stand van de schoonmaak vaststelt bij de overgang van een schoonmaakcontract naar een nieuwe dienstverlener
- **Belevingsmetingen**, een meting die inzicht geeft in hoe de schoonmaak wordt beleefd door gebouwgebruikers



Clear4Clean is de onafhankelijke kwaliteitscontroledienstverlener. Zoals wij zeggen goed is goed en fout is fout. Het belangrijkste is dat een goed advies gegeven wordt naar aanleiding van de kwaliteitsmeting waar opdrachtgever en schoonmaakbedrijf samen aan kunnen werken.

Wij kijken net iets verder!

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!*



Recharge yourself 



MARVEL R Electric

De volledig elektrische SUV
waarin stijl en luxe samenkomen.

Van Mossel

Cosmetische pedicure

Cosmetische voetverzorging is een heerlijk ontspannen behandeling, waarbij je in een ontspannende pedicurestoel met voetenbad zit.

Kom langs en maak gebruik van onze MAART ACTIE!

De behandeling, bestaande uit • teennagels vijlen
• polijsten • voetenbad • eelt verwijderen
• nagelriemen • en basislak,
kun je uitbreiden met:
• scrub • voetmassage
• masker met de heerlijk
geurende producten van O.P.I.

Kom gezellig
met je moeder,
zus of vriendin
voor een DUO-
BEHANDELING

MAART ACTIE
Cosmetisch
voetbehandeling
inclusief gellak
NU € 45,-



Bij ons vind je vrijwel alles gericht op beauty onder één dak. Zo kun je bij Unique Nails and Beauty terecht voor (medische) pedicure, cosmetische voetverzorging, nagelstyling, wimperextensions en diverse (gezichts)behandelingen door onze schoonheidsspecialist. Het is dus mogelijk om diverse behandelingen met elkaar te combineren en er zo een heerlijk ontspannen uitje van te maken. Zelfs duobehandelingen zijn bij ons mogelijk. Tot ziens!

Unique
NAILS BEAUTY

Eigenaren: Simone en Mariëlle
Koningslaan 197, Rotterdam
010-8208565
www.uniquestyling.nl

EEN PRIKKELENDE BOODSCHAP?

Adverteer in Bruist



www.nederlandbruist.nl

**JUIST
NU!**



THIJS VAN DE MEEBERG

Meer dan mogelijk is het derde cabaretprogramma van Thijs van de Meeberg. 'Thijs van de Meeberg plakt een brede grijns op je gezicht die er in anderhalf uur niet meer af hoeft', schreef Theaterkrant over zijn vorige programma.

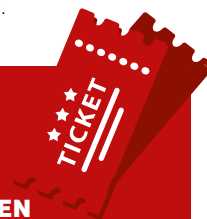
Thijs van de Meeberg heeft je gemist. Maar echt. Ondanks dat het leven in de lockdown heerlijk was - geen confrontaties, geen gemiste kansen en geen verkeerde inschattingen - is hij blij nu weer met jou in een afgesloten ruimte te kunnen zijn. Hij heeft jouw advies hard nodig, want er is een probleem boven zijn hoofd gegroeid waardoor alles stagneert en vastloopt. Pas als dat is opgelost, is alles mogelijk en misschien wel meer dan dat.

Thijs van de Meeberg is te zien op donderdag 10 maart om 20.15 uur in Theater De Willem in Papendrecht. Tickets zijn verkrijgbaar via www.theaterdewillem.nl of 078 6158226.

WIN

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

Kans maken? Mail naar prijsvraag@nederlandbruist.nl
o.v.v. Winactie Theater De Willem.



TE ZIEN IN NOVEMBER IN THEATER DE WILLEM

PIETER KONIJN (2+)

Het verhaal van
Pieter Konijn
Wo. 2 maart,
14.00 & 16.00 uur
Familie



THE BENTLEYS

**The ladies of the
50's & 60's**
Vrij. 11 maart, 20.15 uur
Muziek



ERNEST BEUWING

So long Cohen.
Za. 26 maart, 20.15 uur
Muziek



ROY GRUNEWALD

EN ESMAY USMANY
Soedah, laat maar...
Wo. 30 maart, 20.15 uur
Show



**WIL
LEM**
Theater De Willem

www.theaterdewillem.nl
078-6158226
Gratis parkeren voor de deur



Keizerlijke privésauna te Kapellen

Napoleon Suite is een heerlijke en luxueuze **privésauna** in een oude orangerie. Terwijl u in alle rust geniet, kijkt u vanachter grote ramen uit over een klassieke privétuin. Het gebouw ademt de luxe van barok. U hoort én ziet niemand. Tijdens uw verblijf bent u de keizer van uw eigen domein.



Overnachten in de Napoleon Suite
Echt genieten betekent dat u even niet aan morgen hoeft te denken. Blijf daarom de hele nacht genieten in de Napoleon suite en sluit af met een keizerlijk ontbijt en een onvergetelijk glas champagne. Wat is in het pakket inbegrepen?

- Heerlijk genieten tussen 22.00 en 10.00 uur
- Genieten in de sauna tot 24 uur met een fles champagne Ruinart
- Keizerlijk ontbijt met champagne Harton om 9.00 uur
- Voor 2 personen **€ 560,-**



napoleon
SUITE



Kijk voor
meer informatie
over onze **UNIEKE
ARRANGEMENTEN**
op de website!



VICTORY OUTREACH ROTTERDAM A HOUSE OF PRAYER & PRAISE FOR ALL NATIONS

Zondag	Eredienst	11:00u
Vrijdag	Gebedsdienst	19:00u
Vrijdag	Jongerendienst	19:00u

Hartelijk welkom bij Victory Outreach!

Een dynamische, levensveranderende gemeente met diensten voor jong en oud. Voel je vrij om ons te bezoeken en ervaar de liefde van Jezus voor jou, je familie en voor je stad

Voor meer info & onze sociale kanalen kunt u de QR code scannen.
Voor vragen kunt u ook mailen naar contact@vorotterdam.nl



A Place you call Home,
People you call Family



Zwarte bonenburger met bieten en quinoa

Deze vegan zwarte bonenburger is stevig, smaakvol en bindt perfect samen met aquafaba-vloeistof, de vloeistof in een blik kikkererwten. Je kunt hiervoor ook een lijnzaadei gebruiken.

6 PERSONEN - 75 MIN.

INGREDIËNTEN

800 gram bieten
 1½ kopje quinoa
 1¼ kopje zwarte bonen
 1 kleine sjalot
 2 teentjes knoflook
 2 eetlepels lijnzaad
 ½ theelepel zwarte peper
 ¼ kopje korianderblaadjes
 2 eetlepels appelciderazijn
 2 eetlepels vers limoensap
 2 eetlepels bloem
 1 theelepel zout
 3 eetlepels aquafaba-vloeistof
 6 broodjes
 sla
 mosterd
 rode ui

BEREIDING

Verwarm voor de bieten de oven op 200 graden. Wikkel ze stevig in aluminiumfolie en leg ze op een bakplaat. Bak tot je er met een vork makkelijk in kunt prikken, 50-60 minuten. Pak ze uit, koel ze voldoende af en verwijder de schillen.

Kook de quinoa en de zwarte bonen. Snipper de sjalot, snijd de knoflook fijn, maal het lijnzaad en de zwarte peper en hak de korianderblaadjes.

Verwarm de oven voor op 200 graden. Doe de zwarte bonen en bieten in een grote mengkom en gebruik een aardappelstamper om ze samen te mengen. Roer de quinoa, sjalot, knoflook, azijn, limoensap, bloem, lijnzaad, zout, peper, koriander en aquafaba erdoor en meng goed. Je kunt ook een keukenmachine gebruiken, maar houd het een beetje grof.

Gebruik je handen om het mengsel in zes gelijke porties te verdelen en vorm elk tot een pastetje. Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat en bak gedurende 15 minuten of tot de bovenkanten stevig zijn.

Serveer de burgers op een broodje met sla, mosterd en rode ui. Eet smakelijk!

PUZZELPAGINA



Wij zitten al met het voorjaar in onze bol. Een nieuw seizoen met nieuwe kansen en nieuwe mogelijkheden. Heerlijk, daar zijn we wel aan toe. Lekker genieten en... puzzelen helpt ook om heerlijk te ontspannen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-2-2**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

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

Maak kans op een

Peach blossom Smoothing Body Wash



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

👁️-o+ 🍷-fr

🧑m=v 📺y=e

f+🐟v=r+s+🍳-i

🛁a=o+y 🧑d=w+h

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

Maak kans op een

SodaStream bruiswater toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

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

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

water	keuken
prikje	apparaat
dorst	fles
bubbel	gas

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 april de oplossing in op onze site: www.rotterdam-bruist.nl.

Door verstopping of wateroverlast in de knel?



TOS Ontstoppings Service BV
uw adres voor:

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



ONTSTOPPINGS SERVICE BV

Baarsweg 124,
3192 VR Hoogvliet
T 010-4383599

www.tostotaal.nl

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

