

# BRUIST

Barbecue op z'n  
*Hollands!*

*Jon van Eerd:*  
'Harrie Vermeulen  
heeft mij veel  
gebracht'



Fongers. Een echt Hollands fietsmerk dat haar oorsprong vindt in Groningen. Fongers was vanaf 1884 gevestigd aan de Hereweg in Groningen en pionier in de ontwikkeling van de klassieke Nederlandse toerfiets. Fongers legde zich vanaf 1884 toe op de fabricage van hoogwaardige rijwielen, die zeker in de jaren tot 1910 alleen waren weggelegd voor de koopkrachtige bovenlaag van de bevolking. Het bedrijf ontwikkelde een eigen productenlijn met veel specifieke details. Zo introduceerde het merk een eigen velgremstangensysteem en een Fongers stuurstop. De onverminderde keuze voor kwaliteit en duurzaamheid van alle Fongers modellen maakt dit merk ongekend populair binnen Nederland. Inmiddels is Fongers gevestigd aan de Gompensstraat in Waalwijk, waar de drang naar het leveren van een kwalitatief hoogwaardige fiets voor een eerlijke prijs onverminderd groot is.



# FONGERS. Een oerhollands fietsmerk met meer dan 80 verschillende e-bikes!

NUEVO Motinova Plus Disc



FONGERS®  
Distributed by Matrabike

## Nuevo

- Volledig stille Motinova motor
- Maximaal 150 km
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

€1999,-



## Supreme Disc

- Krachtige voorwielmotor
- Maximaal 150 km
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

€1499,-



Fongers Supreme

BESTE KOOP  
AD: Februari 2021

## Livorno RB

- Krachtige Bafang M200 middenmotor
- Maximaal 150 km
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

€1599,-



Fongers Livorno

ZEER GOED  
AD: Februari 2021



TrustScore 4.6  
4,045 reviews

## Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

Gompensstraat 21, 5145 RM Waalwijk,  
Nederland. Tel. 0416-342012

## Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

Kortrijksesteenweg 70, 9830 Sint Martens  
Latem, België. Tel. 038880990

## Matrabike Rumst (BE)

Antwerpsestraat 83, 2840 Reet  
(gemeente Rumst), België.  
Tel. 038880990



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

**matrabike**  
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

Heeft u vragen of wilt u meer informatie?  
Stuur dan een email naar:  
[klantenservice@matrabike.nl](mailto:klantenservice@matrabike.nl)

Kijk voor uw FONGERS fiets op:  
[www.matrabike.nl](http://www.matrabike.nl)

# Minder mensen, meer verbondenheid

Zondagochtend vroeg werden we gebeld door de familie. Moeder Sonja was in het ziekenhuis overleden. We mochten haar van de afdeling ophalen. Ik belde de chauffeur van de rouwauto uit zijn bed en sprong zelf onder de douche. Samen gingen we richting het ziekenhuis.

Na de verzorging brachten we moeder naar huis en bespraken we onder het genot van een kopje thee de uitvaart. Meteen vertelden de dochters dat moeder dol was op de natuur. Haar tuin stond vol met bloeiende bloemen en planten. Een lege stoel stond nog symbolisch in het midden van de tuin.

Dinsdag gingen we langs de begraafplaats om een mooi plekje voor Sonja uit te zoeken. We kozen een zonnig plekje uitkijkend op een weiland. Ze moest dan wel andersom in het graf, maar ook dat is mogelijk.

In de kerk bij de begraafplaats is voor de ceremonie een kleine ruimte beneden en een grote ruimte boven. De trap is dan wel een uitdaging. Gezamenlijk kwamen we op het idee om de plechtigheid buiten te organiseren. Vlak bij het uitgekozen graf was een geschikt stukje natuur. Ook

de muziek moest buiten worden verzorgd. Dat bleek geen probleem. Alles zat mee, ook het weer zag er goed uit. Het zou een stralende, zonnige dag worden.

Zaterdag was de uitvaart. We hadden de mensen die niet bij de uitvaart konden zijn gevraagd om een erehaag te vormen. Collega's van Sonja en ook burens en bekenden van de familie stonden in de haag. Het was een mooi en indrukwekkend lint van mensen. Rijdend door deze laatste groet van bloemen en mensen kwamen we aan op de begraafplaats. De familie droeg de kist naar de aangegeven plaats terwijl de muziek speelde. In de natuur en omringd door bloemen, bijen en vogels gaven we met elkaar gehoor aan haar laatste wens.

Minder mensen bij een uitvaart doet niets af aan de verbondenheid. Het gaat echt om de intensiteit van het afscheid nemen.

COLUMN/LIGHTHART UITVAARTZORG



Persoonlijk  
Betrokken  
Onafhankelijk  
Maatwerk

  
**Lighthart**  
Uitvaartzorg

Bent u benieuwd of ik ook iets voor u kan betekenen? Informeer dan eens naar de mogelijkheden of maak meteen een afspraak.

Mijn naam is Natasja Loswijk. Ik ben hairstylist, erkend haarwerker en werk samen met alle zorgverzekeraars.



Eigenaar: Natasja Loswijk  
A.F. Savornin Lohmanstraat 2,  
Zaandam  
**06-87251637**  
info@allshades.nl  
**www.allshades.nl**  
f AllshadessZaandam  
all\_shadess



# Last van haaruitval of kale plekken?

Natasja helpt u aan een mooie, goed passende pruik die natuurlijk oogt en fijn zit.

Wij verzorgen en adviseren u op het gebied van haar en pruiken. Dit doen we met passie en volgens de meest recente technieken. We werken met sulfaatvrije producten van de merken Keracare en Finnleys.

All Shades is aangesloten bij diverse zorgverzekeraars waardoor vergoeding mogelijk is. Ook kunt u er terecht voor diverse black hair pruiken. Van losse krullen tot afro kinky, alles is mogelijk. Laat gerust uw wensen weten, zodat wij samen op zoek kunnen gaan naar een pruik of haarstukje die aan uw wensen voldoet en binnen uw budget past.

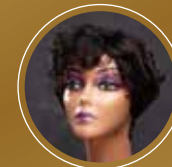
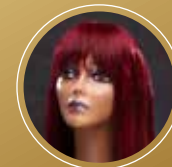
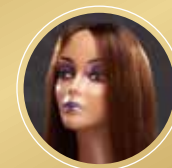
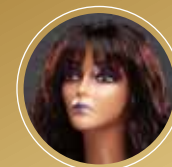
Naast het maken en leveren van pruiken en haarstukjes is Natasja als hairstylist nog steeds zeer actief. In haar kappersstoel is iedereen welkom, van afro tot Europees haar.

## ONZE HAARWERKEN

All Shades heeft diverse soorten pruiken voor dames beschikbaar. Denk hierbij aan kort haar pruiken, lang haar pruiken, blonde pruiken en zwarte pruiken. In onze collectie vindt u gegarandeerd een geschikte pruik. Vrouwelijke en moderne modellen, pruiken die fijn zitten en waar u zich prettig bij voelt. U kunt niet alleen bij ons terecht voor pruiken, maar ook voor advies over het onderhoud ervan.

Om het haarwerk mooi te houden adviseren wij speciale producten die geschikt zijn voor het haar waar het haarwerk van gemaakt is.

**Kom langs in onze salon en we geven u graag advies.**



10



22



# COLOFON

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

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**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

Like ons op Facebook.com/dezaanstreekbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2023. 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 39 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



31



23



Nu de zomer in aantocht is, kan wat ons betreft de barbecue niet snel genoeg tevoorschijn getoverd worden. Heerlijk weer vraagt nu eenmaal om de heerlijke geur van vlees, vis of groenten die in de buitenlucht op de grill worden bereid. Het mag duidelijk zijn dat wij daarin in Nederland absoluut niet de enigen zijn, want het lijkt haast wel of wij Nederlanders in de zomermaanden geen genoeg kunnen krijgen van barbecueën. Je leest er dan ook meer over verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

## Bruisende lezer,

Een editie die, zoals je van ons gewend bent, weer bomvol inspirerende verhalen staat. Tips en wetenswaardigheden, een interview met acteur en regisseur Jon van Eerd en laten we onze bruisende ondernemers niet vergeten. Hoewel ook zij deze tijd van het jaar waarschijnlijk maar al te graag achter de barbecue staan, hebben ze daarnaast nog iets heel belangrijks te doen: hun zaak draaiende houden en zorgen voor blije en tevreden klanten. Hoe ze dat doen? Blader snel verder en lees het zelf!

Geniet van de naderende zomer en geniet van dit bruisende magazine!

René Moes



Adverteren?

Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel 06-19629221.

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



12



28

# Inhoud

EEN 'OUDERWETSE'  
KOLENBARBECUE OF  
EEN ELEKTRISCHE  
BUITENKEUKEN?

# Barbecue op z'n Hollands

Wie kan tegenwoordig nog zonder? Op je balkon of in je tuin een lekker hapje en drankje nuttigen. Samen met familie of vrienden je stukje vlees of vis grillen onder het genot van een zomers drankje. Wat daarbij zeker niet mag ontbreken is een barbecue.

In Nederland kunnen we er niet genoeg van krijgen: met z'n allen om de rookwolk van de barbecue staan en op je gemak wachten tot jouw stukje vlees klaar is. Uiteraard met een biertje of wijntje in de hand. Ontspannen bedenkt je wat je daarna wilt eten en het gezellige wachten begint opnieuw. In Amerika gaat het er anders aan toe. Daar zetten ze de (elektrische) barbecue aan, leggen ze er in één keer alle stukken vlees op en binnen een uur wordt de tafel weer afgeruimd. Maar lekker is het zeker wel!

**CULINAIR ROMANTISCH** Nederlanders zorgen ervoor dat de eettafel vol staat met broodjes, salades, fruit en voldoende groente. Een lekkere mediterrane wijn mag zeker niet ontbreken en de culinaire sfeer wordt versterkt met een muziekje op de achtergrond. Het is ook niet vreemd dat de gemiddelde Nederlander ruim twee uur over een

barbecue doet. De enige discussie die momenteel opstaat is de manier van barbecueën. Gebruik jij 'ouderwets' een kolenbarbecue of ga jij voor de elektrische buitenkeuken? Een elektrische buitenkeuken vergt minder werk en is snel, maar daar krijg je wellicht niet dezelfde sfeer en smaak mee als met een kolenbarbecue.

**BBQ-TRENDS** Een barbecue-trend is searing barbecue. Searing betekent letterlijk dichtschroeien. Het grove rooster wordt laag boven de warmtebron gehangen zodat er hoge temperaturen ontstaan. Als de buitenkant van het vlees helemaal is dichtgeschroeid, is het verstandig om het op een iets lagere temperatuur verder gaar te laten worden. Het vlees krijgt daardoor een lekker krokant korstje en door de hoge temperaturen komen heerlijke smaken vrij. Nodig je vrienden of familie dus uit en zorg voor een opperbest culinair barbecuefeest!

**Wil jij meer barbecuetips?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://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](http://www.bodabagsfashion.myshopify.com)



## KELLOGG'S EXTRA KROKANTE MUESLI

Met de nieuwe krokante muesli van Kellogg's begint je dag goed. Start de dag met een momentje voor jezelf en geniet van de heerlijke smaak van pure chocolade met geroosterde hazelnoten. Dit ontbijt is Extra-lekker met een basis van volkoren granen. Dit zorgt voor een vol gevoel. Perfect als goede bodem voor een actieve dag.  
[www.kelloggs.nl](http://www.kelloggs.nl)

## HALLMARK VADERDAG

Bij Hallmark worden alle vaders in het zonnetje gezet met Vaderdag. Bedank jouw papa die er altijd voor je is. De papa die je altijd komen halen na een feestje 's nachts en altijd voor je klaarstaat. Verras jouw vader met een persoonlijk kaartje van Hallmark. Kaartjes zijn te koop bij een verkooppunt in de buurt of gemakkelijk te bestellen op de website.  
[www.hallmark.nl](http://www.hallmark.nl)



## BLOOMPOST ZEN AGAIN

Wil jij iemand een zen momentje cadeau doen? Verras met deze heerlijk geurende cadeau set met amberblokjes. Deze handgemaakte amberblokjes komen oorspronkelijk uit Marokko en zijn helemaal hip als huisparfum! Schaaf met de minirasp een stukje van het amberblokjes op het plateau en een warme oosterse geur zal vrijkomen. Een heerlijke geurbeleving voor in de woonkamer, badkamer of elke andere plek in huis! Steek de rustieke kaars aan en voilà: helemaal Zen Again!  
[www.bloompost.nl](http://www.bloompost.nl)



R

# We kunnen weer naar buiten!



## BRUIST Deals

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

### LES MILLS STRENGTH DEVELOPMENT

Overtref jij jouw verwachtingen deze zomer en word je fitster en beste versie van jezelf? Met het gloednieuwe Strength Development trainingsprogramma zorgt LES MILLS ervoor dat jij op jouw niveau traint voor een sterker en fitter lichaam. Tijdens een nieuwe trainingsroutine ontvang je elke week een nieuwe training met progressieve, gecontroleerde en functionele kracht oefeningen met gewichten.  
[www.lesmills.com](http://www.lesmills.com)

LES MILLS



### TOSKANI BAMBOO HYDRATONIC

De Bamboo Hydratonic is hét nieuwe huidverzorgingsproduct. Een exfoliant met celvernieuwende en hydraterende kenmerken. Werkzame stoffen worden, door het aanbrengen van de tonic, beter door de huid opgenomen. De lotion is olievrij en reinigt sporen van vuil en make-up grondig. Je huid heeft nog nooit zo schoon en zacht aanvoeld!  
[www.toskani.nl](http://www.toskani.nl)



R

### LEZERSACTIE\* Zonnebrand 100 ml van That'so t.w.v. € 19,-

That'so is ongelofbaar als het om de zelf tan producten gaat, maar ook op het gebied van zombescherming kun je niet om het merk heen. De Dry Oil Sun Sprays bevatten allemaal 3 SPF in één flacon. Spray je één keer, dan ben je met factor 20 beschermd. Spray je kort daarna weer, dan met factor 30 en cetera. Ideaal voor deze zomer!



[www.thatso.nl](http://www.thatso.nl) TAG #SUN

### 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](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)



## KLEINSCHALIGE DAGBESTEDING MET EEN DOEL

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

Wij bieden dagbesteding op kleinschalige en huiselijke manier. Een veilige plek waar iedereen vanaf achttien jaar welkom is om gezamenlijk heerlijk creatief bezig te zijn. Van schilderen tot haken en van houtbewerking tot macramé. Voor iedereen hebben wij wel iets passends te doen. De dagbestedingslocatie aan de Zaanweg biedt plaats aan ongeveer 20-25 cliënten per dagdeel, verdeeld over verschillende groepen van maximaal vijf cliënten.

Dat 'doen' omvat niet alleen het creatief bezig zijn. Alles wat in ons atelier wordt gemaakt, verkopen we ook in onze eigen winkel. Maar net wat jij het liefste doet en waarin jouw talenten het best tot hun recht komen.

### ACTIVITEITEN:

- Houtbewerking (in een afgesloten, geïsoleerde ruimte voorzien van alle benodigde apparatuur).
- Creative activiteiten met stof/wol zoals haken, naaien, breien enzovoort.
- Creatieve activiteiten met verf zoals schilderen op doek of handgemaakte woonaccessoires beschilderen.
- Samen koken, samen eten in de gezellige woonkeuken.
- Hier ook activiteiten als kranten, spelletjes enzovoort.
- Er is een moestuin waar drie keer per week activiteiten worden uitgevoerd door cliënten die dit leuk vinden.



**YDEE**  
**Atelier**



Zaanweg 99, Wormerveer | 075 6151447 | info@ydeeatelier.nl | www.ydeeatelier.nl

# ANTI AGING CENTER SYLVIA VAN KUIJK

Wat je **THUIS** doet aan  
huidverzorging is nog  
bepalender voor de kwaliteit  
van je huid.

**30**  
jaar!  
ervaring

**Hoe dan ?**  
Start met onze  
Systeemverzorging,  
en doe je omgeving  
verbazen !

**Hèt geheim**  
van 'n mooie,  
jonge huid !



[www.sylviavankuijk.nl](http://www.sylviavankuijk.nl)  
Wormer • 075 642 3332



# Een extra inkomen verdienen en de vrijheid om je eigen tijd in te delen

Onderneem voor jezelf. Met de vrijheid om je eigen tijd in te delen, te werken waar en wanneer je wilt en om te bereiken wat je wilt.

Herken je een van onderstaande situaties:

- Je gaat met tegenzin naar je werk;
- Je wilt financieel méér dan je baan nu oplevert;
- Je maakt je zorgen over je (toekomstig) pensioen;
- Je beseft dat tegenwoordig niemand meer zeker is van het behoud van een baan of inkomen en dat je ook op een dag zonder werk kunt zitten.

Kortom, **je zoekt een oplossing**. Je weet misschien niet precies wat, maar je wilt wel graag **het heft in eigen hand nemen**. Sluit je aan bij ons team van zelfstandigen. Wij bieden de mogelijkheid om met een heel simpel concept de door jou gewenste verandering te realiseren.

Met ruim zeventien jaar ervaring helpen wij elkaar om financieel onafhankelijk te zijn en daarmee een onbezorgde toekomst te creëren. Dit geeft ons de mogelijkheid onze dromen waar te maken en dat kunnen wij anderen ook.

Ontdek de mogelijkheden, kijk op [www.eatyourveggies.nl/extra-inkomen-verdienen](http://www.eatyourveggies.nl/extra-inkomen-verdienen)



Dit jaar vieren we Vaderdag op **zondag 18 juni**.

De eerste Vaderdag vond plaats op 19 juni 1910.

Een kerk in Amerika organiseerde op die dag een speciale dienst om **vaders te eren** die eerder tijdens een mijnexplosie om het leven kwamen.

Eén van de meest gegeven cadeaus is een **stropdas**.

Ook aftershave en allerhande gadgets zijn populair.

Bij onze burens in Duitsland vieren ze Vaderdag met **speciale wandeltochten** waarbij vooral veel bier gedronken wordt. Volgens HallMark is Vaderdag **de op drie na grootste feestdag** voor het verzenden van een kaart. Er worden dan

93 miljoen kaarten verkocht, na Moederdag, Valentijnsdag en Kerst. Uit onderzoek is gebleken dat meer dan de helft van de vaders Vaderdag **niet zo leuk** vinden. Nederlanders beschouwen **23°C** als de meest ideale temperatuur om te **barbecueën**.

# Uitwaaien en genieten aan de Zeeuwse kust

Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied De Zeepe Duinen en het strand van Westerschouwen, vind je sinds circa anderhalf jaar het luxe **Boutique Hotel Ter Zand**. Perfect om heerlijk te genieten van alles wat de veelzijdige Zeeuwse kust te bieden heeft.

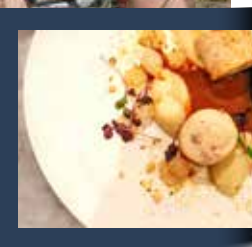
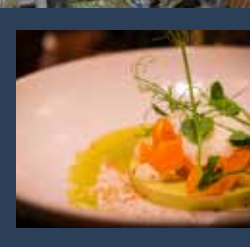
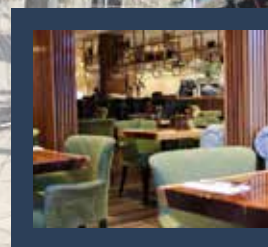


Boutique Hotel Ter Zand



HOTELS BY SHEETZ

Uniek aan het concept van Boutique Hotel Ter Zand zijn onder andere de **32 Garden Suites**, die zich verspreid over het terrein bevinden. En ook de **53 kamers in het hotel** zelf vormen een goede reden om hier vaker terug te keren. De kamers zijn gloednieuw en voorzien van alle gemakken. Doordat de kamers over drie panden zijn verdeeld, voelt het hier bovendien toch aan als een kleinschalig hotel waar je als gast alle aandacht krijgt die je verdient. De medewerkers van het hotel hebben dan ook vooral oog voor het welzijn van de gasten.



  
**LE POIRIER**

Boutique Hotel Ter Zand Hogeweg 59, Burgh-Haamstede | Tel. 0111-764799 | [www.sheetz.nl/boutiquehotelterzand](http://www.sheetz.nl/boutiquehotelterzand)

*Gewoon heerlijk fietsen  
langs de kust!*



## Kom weer tot rust!

Boutique Hotel Ter Zand biedt zijn gasten allerlei faciliteiten, zoals **het verhuren van fietsen**, waardoor ze heerlijk de omgeving kunnen verkennen.

Vergeet daarnaast ook niet **het restaurant Le Poirier** waar verrassende gerechten worden bereid met de mooiste streekproducten.

Daarnaast kun je gebruikmaken van de **wellness en fitness** die zich op slechts tweehonderd meter van het hotel bevinden.



*Scan de QR-code en ga naar de website voor meer info of om meteen te reserveren*

“EEN GOEDE EN VEILIGE  
BEHANDELING MOET VOOR  
IEDEREEN BEREIKBAAR ZIJN”

**BOTOX**  
€ 79,-

**FILLER**  
€ 185,-

**TOT 1 JULI**  
€ 10,-  
**KORTING**  
OP ALLE  
BEHANDELINGEN

KLINIEK  
**HEIHOF**  
NATUURLIJK MOOIER

# YOUTH GOT THE LOOK



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

Gratis parkeren | Makkelijk bereikbaar vanaf snelweg  
1 minuut lopen vanaf station Hilversum Sportpark

Laapersveld 1, Hilversum +31 (0)35 - 77 24 8 24 | [www.kliniekheihof.nl](http://www.kliniekheihof.nl) | [info@kliniekheihof.nl](mailto:info@kliniekheihof.nl)

Bij het verstrijken van de jaren ontkom je er niet aan. Wie er jong en fris uit wil blijven zien, kan voor een goede en betaalbare behandeling terecht bij Kliniek Heihof in Hilversum.

Bij behandelingen met botox en fillers wordt vaak gedacht dat je met opgespoten lippen en een ‘plastic fantastic’ gezicht het pand verlaat. Maar niets is minder waar. In Kliniek Heihof willen we de natuur een handje helpen, zonder dat het er duimendik bovenop ligt dat je iets aan je gezicht hebt gedaan. Het gaat erom dat je er opgefrist uitziet, dat het wat verjongt.

#### WAT DOET BOTOX

Op plaatsen in het gezicht waar de spieren het sterkste samentrekken ontstaan op den duur rimpels. Als u deze gelaatspiers met botox laat injecteren, ontspannen deze spieren en trekken ze minder/niet meer samen. Hierdoor zal de huid niet meer

“knikken” en wordt de huid gladder. Wij streven daarbij naar het behoud van de natuurlijke expressie, waarbij u er opgefrist uitziet. Alle behandelingen gaan altijd in goed overleg met u. Het eerste consult is gratis en vrijblijvend. Mocht u op dat moment beslissen, na goed overleg, de behandeling direct uit te willen laten voeren, dan kan dit uiteraard.

#### KLINIEK HEIHOF

Kliniek Heihof bestaat sinds 2013 en onze specialisten gebruiken alleen middelen die veilig en gecertificeerd zijn. Onze (inmiddels tien jaar) trouwe klanten weten uit ervaring dat onze middelen goed en betrouwbaar zijn.

Bij ons krijgt u enkel te maken met ervaren, zeer vakkundige BIG geregistreerde artsen als uw premium behandelaar, wij hebben geen leerlingen in dienst. Ook zijn al onze producten, zoals hieronder weergegeven, van A-kwaliteit. Veiligheid staat bij ons voorop.

DRS. MELISSA GOMEZ



DR. VEERENDER GHOTRA



DR. SHEDY TAHER



Volg ons op social media:  
f [kliniekheihof](https://www.facebook.com/kliniekheihof) | @ [kliniekheihofhilversum](https://www.instagram.com/kliniekheihofhilversum)



BOEK SNEL  
EN SIMPEL  
ONLINE JE  
AFSPRAAK!

# Leer je overlevingsmodus loslaten in lichaam en geest dan ga je zien wat echt belangrijk is

Negatieve gedachten en gevoelens nemen de overhand. Je slaapt onrustig. Bent vaak moe. Twijfels, angsten en onzekerheden, je bent ze zat en je bent toe aan innerlijke rust en kracht.



De behoefte om iets te bereiken en er voor iedereen te zijn (behalve voor jezelf), omdat het lijkt dat de omgeving dit eist, sla jij op als spanning in je lichaam. Je staat regelmatig zinloos op scherp. Bij het woordje 'moeten' of door vastklampen aan verleden of toekomst. Maar heb jij ooit iets ervaren, gedaan, gedacht of gevoeld buiten het Nu om?

Er zullen altijd mensen zijn die jou niet behandelen zoals jij behandeld wilt worden. Vechten met 'wat is' en (nog) niet gaat zoals jij wilt, werkt niet. Onafhankelijk opstellen en je eigen leven vormgeven kan echt!

**De oplossing is loslaten en opladen.** Loslaten is niet opgeven, maar juist ontspannen. Dan pas kan de energie stromen en manifesteer je jouw droomleven en -business.

**Makkelijker gezegd dan gedaan? Tip, vraag hulp en ga van stress naar KrijgerGodinnen power!**



**MunayQi**  
transformatie



Amstellaan 2, Purmerend | 06-50869750  
info@munayqi.nl | [www.munayqi.nl](http://www.munayqi.nl)

## DAGJE UIT CONCERT AT SEA



Met een groep vrienden nog even naar het Zeeuwse strand. Vooraan staan bij je favoriete artiest. Op de dam liggen met een biertje en lekker eten. Een rondje in het reuzenrad en met een cocktail in de hand kijken naar de zonsondergang. Op Concert at Sea valt meer te beleven dan op een gewoon muziekfestival. Er gebeurt elk jaar wel iets bijzonders, zowel op het podium als ervoor. Er rijden, lopen en vliegen straattheateracts over het terrein en er is een uitgebreid assortiment aan eten en drinken. Dit jaar vindt Concert at Sea plaats van 22 tot en met 24 juni. **Kijk voor meer info op [www.concertatsea.nl](http://www.concertatsea.nl).**

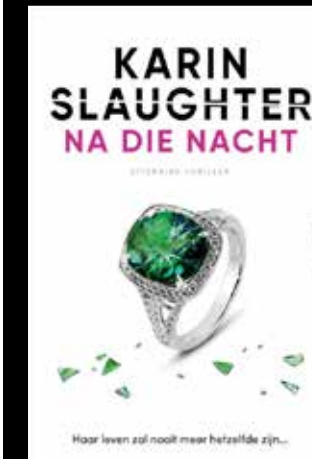
## FILMPJE KIJKEN TO CATCH A KILLER

E

Ondanks al haar ambities worstelt de jonge FBI rechercheur Eleanor nog steeds met demonen uit haar verleden die haar het leven zwaar maken. Wanneer ze als rechercheur wordt opgeroepen om een brutale misdaad te onderzoeken, begint voor haar een angstaanjagende jacht op de moordenaar. Eleanor wordt volledig in de zaak gezogen en al snel wordt duidelijk dat er niets anders op zit dan haar eigen gemartelde psyche te gebruiken om de moordenaar te kunnen stoppen. **TO CATCH A KILLER is vanaf 1 juni te zien in de bioscoop.**



## BOEKJE LEZEN NA DIE NACHT



Vijftien jaar geleden werd Sara's leven volledig op zijn kop gezet toen een feestelijk avondje uit eindigde met een gewelddadige aanval. Jaren later heeft ze haar leven weer opgebouwd. Ze is een succesvol arts, verloofd en heeft het verleden achter zich gelaten. Tot ze tijdens een nachtdienst op de spoedeisende hulp de zwaargewonde Dani Cooper treft met letsel dat akelig veel overeenkomsten vertoont met dat van haarzelf destijds. Ook het leven van deze jonge vrouw is op gruwelijke wijze in één klap veranderd. Sara beseft dat het verleden niet voor altijd begraven blijft... **NA DIE NACHT van Karin Slaughter is vanaf 13 juni verkrijgbaar.**



### Wie zijn wij?

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk, dat is Kliniek Heyendael. Al sinds 2011 zijn we een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie. Onze privékliniek bevindt zich in Nijmegen. Bij Kliniek Heyendael staan jouw wensen centraal. Deze worden tijdens een uitgebreid consult met de plastisch chirurg besproken om zo een realistisch beeld te krijgen van de mogelijkheden.

### Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Oorcorrectie
- Liposuctie
- Facelift (MACS-lift)
- Lipofilling
- Schaamlipcorrectie
- Ooglidcorrectie
- Injectables
- Neuscorrectie
- Buikwandcorrectie

### Volg ons op Facebook en Instagram!

-  @kliniekheyendael
-  Kliniek Heyendael

Parklaan 70, Groesbeek (nabij Nijmegen)  
info@kliniekheyendael.nl  
+31 (0) 24 - 845 05 06  
[www.kliniekheyendael.nl](http://www.kliniekheyendael.nl)

# Nooit meer onzeker

## Overweeg jij een borstvergroting?

Een borstvergroting behoort tot een van de meest uitgevoerde behandelingen bij Kliniek Heyendael. Frans Straten is met zijn ruim twintig jaar ervaring gespecialiseerd in deze ingreep.

### Wanneer een borstvergroting?

Veel vrouwen kiezen voor een borstvergroting na zwangerschap of gewichtsverlies. Hierdoor zijn de borsten vaak slapper geworden of (gedeeltelijk) verdwenen. Ook wordt deze operatie vaak uitgevoerd bij vrouwen die niet of nauwelijks borstweefsel hebben. Heb je hier last van of voel je je er onzeker door? Dan kun je een borstvergroting of borstlift overwegen. Een borstvergroting is mogelijk vanaf een leeftijd van achttien jaar.

### De operatie

Bij een borstvergroting wordt het volume van de borst door de plastisch chirurg vergroot. Het is belangrijk dat de verhoudingen met de vorm van je borstkas en de rest van je lichaam wel kloppen. De chirurg meet daarom de borst en het borstweefsel goed op om het juiste implantaat te selecteren.

Ongelijkvormigheid van de borstwand of van de tepels zijn bepalend voor de keuze van het



implantaat. Zijn je linker- en rechterborst niet even groot? Dan kan de plastische chirurg ervoor kiezen links en rechts andere implantaten te plaatsen. Daarmee wordt het verschil kleiner. De vulling van het implantaat bestaat uit een cohesieve siliconengel. Deze voelt prettig en natuurlijk aan. Er wordt individueel en afhankelijk van de wensen, de verwachtingen en de fysieke mogelijkheden geadviseerd of ronde of druppelvormige en medium of hoog profiel implantaten het beste resultaat gaan opleveren.

**Betrouwbare  
en betaalbare  
plastische chirurgie.**

Voor meer info  
+31 24 - 845 05 06

### Daarom Kliniek Heyendael

- ✔ Behandelingen én consulten op 1 locatie
- ✔ Persoonlijke zorg met aandacht
- ✔ Ruim 20 jaar ervaring

**'We luisteren naar jou en houden rekening met jouw wensen'**

# Pilates en meer!

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

Lichamelijke klachten, wie heeft ze niet? Je wilt ervan af en je lekker in je vel voelen. Sporten hoort hier ook bij, maar vaak loop je dan weer tegen die pijntjes aan. Pijn is een signaal waar we in de lessen naar luisteren. Het heeft namelijk zoveel te vertellen. En we gaan proberen uit te vinden waar deze pijn vandaan komt. Je lichaam geeft echt aan wat het nodig heeft en wij begeleiden je daar graag bij. De pilates oefeningen worden op jouw lichaam afgestemd om ruimte te creëren en daardoor beweeg je vrijer, adem je dieper en krijg je meer energie!

Wees lief voor je lijf en zet het bewust in beweging met pilates!

**Kom eens een eerste ervaring met pilates opdoen. We zijn er letterlijk en figuurlijk mee bevolgen!**

**Interesse?  
Trakteer jezelf  
eens op een van  
onze lessen!**



**Tanja Sports House of Pilates**  
Pakhuis Saigon  
Veerdijk 40E, Wormer  
06-11017594  
[www.tanjasports.nl](http://www.tanjasports.nl)



**Studio Kies**  
tandartspraktijk

## Voor een gezonde mond en een stralende lach!

Studio Kies is een moderne tandartspraktijk. Iedereen, van jong tot oud, is van harte welkom in de praktijk.

We bieden een professionele tandheelkundige behandeling in een prettige sfeer.

Je wordt altijd door dezelfde tandarts geholpen, dat helpt om je bij de tandarts snel op je gemak te voelen.

## Je bent van harte welkom!



**MEER INFO?**

Scan de QR-code

Rode Ring 5, Assendelft  
075-2400040 | [info@studiokies.nl](mailto:info@studiokies.nl)  
[www.studiokies.nl](http://www.studiokies.nl)

# Onzichtbaar je tanden recht!



- Op maat gemaakt
- Ten allen tijde uitneembaar (bijvoorbeeld tijdens eten, drinken en tandenpoetsen)
- Nagenoeg onzichtbaar
- Comfortabel
- Op korte termijn snel én zichtbaar resultaat
- Vergoeding mogelijk door jouw zorgverzekeraar\*



\* Vraag vooraf jouw zorgverzekeraar naar de mogelijkheden.

**Wij scoren een 8.9!** Benieuwd naar wat anderen van ons vinden? Studio Kies scoort maar liefst een 8.9 op Zorgkaart Nederland!



**VRIJBLIJVENDE  
KENNISMAKING?**

Bel of mail ons  
075-2400040  
[info@studiokies.nl](mailto:info@studiokies.nl)

**Jon van Eerd:****‘Harrie Vermeulen heeft mij heel veel gebracht’**

Acteur en regisseur Jon van Eerd speelde maar liefst twintig jaar het typetje Harrie Vermeulen, maar nam eind april met Zo Vader Zo Zoon definitief afscheid van zijn alter ego. “Die dag was heel emotioneel. Ik heb wel een traantje gelaten. Ik zeg niet dat ik nooit meer zo’n voorstelling ga maken, maar mocht het ooit weer zover komen, dan gaat hij wel Barrie of Carrie heten, haha.”

Wat Jon vooral gaat missen, zijn de blijde gezichten van de mensen in én buiten de zaal. “Als je terugblijkt op die periode besef je pas hoeveel je voor sommigen hebt betekend. Niet alleen voor het publiek, maar ook voor de collega’s waarmee je werkte. Het plezier en de dankbaarheid, omdat ze door jouw show alle ellende even kunnen vergeten. Ik kan wel zeggen dat het typetje Harrie Vermeulen mij heel veel heeft gebracht.”

**CORONAPERIODE** De coronapandemie legde de theaterwereld plat en ook Jon ervaarde een grote leegte. “Tijdens corona ben ik veel gaan nadenken: Kan ik nog wel optreden? Hoelang kan ik dit werk blijven doen? Zit het publiek na

corona en alle maatregelen nog wel op mij of het theater te wachten? Dit alles spookte door mijn hoofd.”

**REGISSEREN** Jon beseft echter dat er meer is dan alleen komedie. “Ik vind dingen met muziek leuk, maar ook het spelen in een drama. Toch laat ik komedie niet in de steek, want na de zomerperiode regisseer ik *De Komedie Over een Bankoverval*.” Het podium wordt voorlopig dus verruild voor de regisseursstoel. “Dat is het voordeel van een eigen productiehuis. Ik heb de vrijheid om keuzes te maken. We kijken wel wat er vervolgens op mijn pad komt.”

*De Komedie Over een Bankoverval is vanaf oktober in de theaters te zien. Bekijk de speellijst op Theater.nl of [www.pretpakhuis.nl](http://www.pretpakhuis.nl).*

**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

**Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.**

**Ga naar [theater.nl/bruist](http://theater.nl/bruist)**

*Na 31 jaar  
slaan we een andere richting in*

Wegens een toenemende vraag naar dameskleding hebben we hiermee een voorzichtige start gemaakt.



Afhankelijk van de vraag zullen wij deze collectie naar behoefte uitbreiden, dus hebt u ideeën of wensen, wij horen ze graag!

De restanten kinderkleding hebben wij in outlet vorm aantrekkelijk geprijsd.

**Joël**  
fashion  
exclusieve  
kindermode

Zandweg 148  
1531AT Wormer  
075 642 40 88



Wil je jouw bedrijf  
ook presenteren in  
**De Zaanstreek  
Bruist?**

Neem dan contact op en we komen graag bij je langs om de unieke mogelijkheden te presenteren.

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

**BRUIST**



COLUMN/WILLY KLOOSTERBOER

# Roken... ook een vijand voor het gebit

Ik zie de laatste tijd in mijn praktijk dat er toch nog veel rokers zijn. Rokers die zich niet bewust zijn van het feit dat roken je, in de meeste gevallen, uiteindelijk je gebit kost.

Natuurlijk weet je dat je van roken longkanker en hart- en vaatziekten kunt krijgen. Minder bekend is de invloed van roken op de mondgezondheid. Rokers hebben onder andere meer kans op het ontstaan van tandvleesontstekingen dan niet-rokers. Nicotine vernauwt de bloedvaatjes in het tandvlees waardoor de afweer tegen bacteriën in tandplak afneemt. Zodoende bloedt het tandvlees ook minder, waardoor ook een vergevorderde tandvleesontsteking nauwelijks wordt opgemerkt. Rokers hebben vaak meer tandplak dan niet-rokers en daardoor ook meer tandsteen. Al met al kost het roken je op de lange duur het voortbestaan van het gebit en zal dit langzaam maar zeker verloren gaan.

**Roken kan de tanden en kiezen verkleuren, wat een onverzorgd uiterlijk geeft.** Verder ruiken en proeven rokers minder goed dan niet-rokers. Al met al genoeg redenen om de uitdaging aan te gaan om te stoppen met roken. En dan is het misschien plezierig om jezelf nog meer te motiveren met een schoon gebit. Maak daarom een afspraak bij mij, zodat ik het gebit kan reinigen en je op deze manier bij kan staan in deze best wel moeilijke en dappere strijd.

Nieuwe patiënten zijn, zonder verwijzing, van harte welkom en de behandeling wordt geheel of gedeeltelijk vergoed uit je aanvullende tandartsverzekering.



  
**medi-mondzorg**  
mondhygiënist

Cornelis van Vugtstraat 8,  
Zaandam  
**06-18172779**  
[www.medi-mondzorg.nl](http://www.medi-mondzorg.nl)





HOTEL **GARBI**  
IBIZA SPA \*\*\*\*

# HÉT HOTEL\*\*\*\*

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel aan het strand van 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!**



**SCAN DE QR-CODE**  
En laat jouw  
vakantie beginnen!



# BRUIST ONLINE

# Ja, dat kunnen we!

## SOCIAL MEDIA BEHEER

Als jij die drukke ondernemer bent die de tijd niet kan vinden om met social media bezig te zijn, ben je niet de enige!

Wij ontzorgen de ondernemer op het gebied van social media, creëren meer bereik en professionaliseren je kanalen!

## WEBDESIGN

Een goede website is meer dan alleen een verzameling mooie plaatjes en informatie over een bedrijf.

Het is vaak de eerste indruk die de doelgroep van jouw merk of bedrijf krijgt.

## MERK IDENTITEIT

Een sterke merkidentiteit is er een waarmee mensen zich kunnen identificeren en willen verbinden.

Het is de basis van al je marketing- en communicatie doeleinden.



**NIEUWSCIERIG?** Ben je benieuwd naar wat we voor je kunnen betekenen?

Neem dan even contact met ons op zodat we een kennismakingsgesprek met je in kunnen plannen!

📞 076 711 53 40

✉ info@bruistonline.nl

📍 Beneluxweg 45, Oosterhout, Nederland

# Vegaburgers met mangosalsa

Tijdens deze mooie zomer wordt er weer volop gebarbecued en wat is een BBQ zonder hamburgers? Maar wat nou als je liever geen vlees eet? Dan kan je kiezen voor de vegetarische variant. Voor een extra zomerse smaak geserveerd met mango en avocado.

4 STUKS • 30 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

- 175 gr mango
- 1 avocado
- ½ rode ui
- 1 eetlepel limoensap (of citroensap)
- 4 vegaburgers
- ½ komkommer
- 4 broodjes
- handje sla
- sweet chilisaus

## BEREIDING

Snijd de mango en avocado in kleine blokjes, hak de rode ui fijn en meng dit door elkaar in een kom. Voeg vervolgens het limoensap toe en schep alles goed door elkaar. Zet de mangosalsa zolang in de koelkast.

Bak de burgers op de barbecue (of in een pan). Snijd de komkommer in dunne plakjes. Snijd de broodjes open en grill de binnenkant kort. Beleg de broodjes met een beetje sla, plakjes komkommer, de vegaburger en schep er wat van de mangosalsa op. Serveer de vegaburgers met sweet chilisaus.





Lekker luieren op een strandstoel, onder wuivende palmbomen, met het zachte koken en gaan van de zee op de achtergrond. Dit is de ideale plek om het Bruist magazine tevoorschijn te halen en de puzzels op te lossen. Je lijf ontspant, je hersenen worden uitgedaagd en ondertussen krijg je meteen een mooi kleurtje.

# PUZZELPAGINA

	6					1	
			6	5	1		
1		7	○			6	2
6	2		3		5		9
		3				2	
4	8		9	○	7		3
9		6				4	
			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 **5-6-7**.

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 'Barbecue'. De oplossing van vorige maand was **natuur**.

Maak kans op deze

## That'so All in One suncare

Volg je INSTINCT en droom niet langer van een zongebruinde huid zoals na je zomervakantie! Neem deze flacons in de hand en breng in de kortste tijd dat vakantiebruin terug op je huid. Ga stralend de zomer in!



t.w.v. € 64,-

b=h    b=l    -o    vo=i    m=v  
 -ur    b=z    -p    on=r    -d    it=z    -m  
 m=u    -o    s=t    -u    pa=su    +re  
          an=t    f=t    d=c

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 juli de oplossing in op onze site: [www.zaanstreekbruist.nl](http://www.zaanstreekbruist.nl).

Maak kans op een

## Consultafspraken



t.w.v. € 47,50

IM Medical Travel is de specialist in het organiseren van volledig verzorgde medische reizen. Je wordt volledig ontzorgd wanneer je voor een medische of cosmetische behandeling naar Turkije wilt reizen. [www.immedicaltravel.com](http://www.immedicaltravel.com)



Scan de QR-code voor meer informatie



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

reizen                      specialist  
 behandeling            medical  
 medische                klinieken  
 cosmetische            ontzorgen

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 juli de oplossing in op onze site: [www.zaanstreekbruist.nl](http://www.zaanstreekbruist.nl).

Van Mossel.

**Voor de  
mobiliteit  
van morgen.**

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

**Van Mossel**