

BRUIST

André van Duin

‘Televisie is natuurlijk
gewoon doorgegaan’

Rokjesdag in zicht?
Maak je niet dik!



ALS JIJ LIEF BENT VOOR JE HAAR, IS JE HAAR LIEF VOOR JOU!

Net zoals elk persoon uniek is, geldt dat ook voor je haar. Wat de beste verzorging is voor jouw haar is dan ook heel persoonlijk. De stylisten van VRIS Kappers kunnen je adviseren welke verzorging het beste bij jouw haar past. Heb jij droog en futloos haar? Of is het juist heel vaak vet? En welk kapsel past nu het beste bij je gezicht? We helpen je graag!

Een afspraak maken kan snel online op www.vriskappers.nl of bel gerust met onze salon. Wij helpen je graag met het inplannen van een afspraak.

WEIVER 4 - 1561 XD KROMMENIE
075 640 80 90

INFO@VRISKAPPERS.NL
WWW.VRISKAPPERS.NL

VOLG ONS OOK OP
FACEBOOK & INSTAGRAM

MODELLEN: IAN & LILIAN
HAAR & MAKE-UP: MARIJKE MIN
FOTOGRAAF: JASPER HOF

VRIS

KAPPERS

INVEST IN YOUR HAIR.
YOU WEAR IT EVERY DAY!

Liefs Team
Vriskappers

Marijke, Marit,
Naomi, Lisa, Noa,
Mexx, Didi

Een sobere uitvaart

Een tijdje terug werd ik gebeld door een zorgconsulent met de vraag of ik een voorgesprek wilde voeren met haar klant. Meneer had geen kinderen, geen echtgenote, de meeste familie was op leeftijd, maar hij had wel lieve mensen van de kerk om zich heen en een buurman waar hij altijd op kon rekenen.

Meneer Jansen wilde begraven worden bij zijn tweelingbroer. Het graf bevond zich op een begraafplaats op de Utrechtse Heuvelrug. Voor ons geen probleem. Meneer had nog één wens en dat was dat de plechtigheid zou plaatsvinden op een locatie met een orgel. Midden in de kamer zag ik een orgel staan en en tot vlak voor zijn overlijden speelde hij nog dagelijks een stukje.

Twee weken geleden kreeg ik 's nachts een telefoontje van de zorgconsulent. Meneer was rustig in zijn slaap overleden. Samen met haar heb ik de laatste zorg aan meneer gegeven. Voor haar was het bijna het einde van haar werk en voor mij het begin, des te mooier om dit samen te doen.

De dagen erna verzorgden we de kaarten en regelden we de locatie. Op de voorzijde van het

liturgieboekje stond net als op de rouwkaart een foto die meneer zelf had gemaakt van zijn orchideeën. Ik had veel contact met de mensen van de kerk. Ik had de beheerder gevraagd om een paar foto's van het orgel in haar kerk te maken. De drukker heeft deze mooi verwerkt in het liturgieboekje. Zo werd het een heel persoonlijk boekje.

De bloemist had een prachtig stuk van verschillende kleuren orchideeën gemaakt. Ze had ook nog wat losse orchideeën meegegeven. Bij het graf aangekomen legden de dragers als ritueel de losse orchideeën op de kist voordat ze deze met touwen lieten zakken. Hij en zijn tweelingbroer zijn nu weer samen.

Ondanks de slechts tien aanwezigen was het een mooie en warme uitvaart.



COLUMN/LIGHART UITVAARTZORG

'Samen met u verzorgen we de unieke en persoonlijke uitvaart van uw dierbare. Onze taak is luisteren, ontzorgen en organiseren.'

Lighthart
Uitvaartzorg



8



18



24



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Carly Pastoors
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Maaïke van Helmond, Astrid Berkhout
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Jan van Aalzum
EINDREDACTIE Maaïke van Helmond

Like ons op [Facebook.com/dezaanstreekbruist](https://www.facebook.com/dezaanstreekbruist)

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. De Zaanstreek Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Ons voornemen voor deze maand was eigenlijk om het woord corona te verbannen uit ons voorwoord. Maar helaas, we ontkomen er niet aan, want het virus heeft momenteel nu eenmaal invloed op alles wat we doen.

Bruisende lezer,

Op sommige vlakken gelukkig ook een positieve invloed. Laten we ons daar dus maar op focussen. Positief is bijvoorbeeld dat alle ondernemers die wij elke maand weer spreken, bruisen van de creatieve ideeën om hun zaak toch gewoon draaiende te houden. Want natuurlijk willen ze er juist nu zijn voor hun klanten. Waar een wil is, is een weg en die weg wordt momenteel gelukkig maar al te vaak op creatieve wijze bewandeld.

Wil jij op jouw beurt iets terugdoen voor al deze bruisende ondernemers? Koop dan vooral lokaal, bij ondernemers uit jouw regio. Daar doe je ze een groot plezier mee. Bij wie je dan zoal terecht kunt, lees je uiteraard weer in deze nieuwste editie van Bruist.

René Moes

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



12



28

Inhoud

Rokjesdag in zicht? Maak je niet dik!

Wortels in plaats van chips, fanatiek sporten en heel veel water drinken. Nu de zomer voor de deur staat, is het hoog tijd om iets aan ons vetpercentage te doen. Onder een dikke trui zijn de extra kilo's niet te zien, maar in bikini of in een kort jurkje wordt dit een heel ander verhaal.

Caloriearme diëten zorgen ervoor dat jij je bewust wordt van het aantal calorieën die je per dag binnenkrijgt en ze laten je zien wat een gezonde manier is om jouw maaltijden samen te stellen. De gemiddelde vrouw heeft dagelijks tweeduizend kilocalorieën nodig om goed te kunnen functioneren. Door de hoeveelheid calorieën te verminderen val je af. Zorg er wel voor dat je voeding voldoende vitamines en mineralen bevat.

Ontbijt als een koning

Wereldwijd hebben mensen die ontbijten een beter gewichtsbehoud in vergelijking met mensen die het ontbijt overslaan. Maaltijden overslaan maakt dat je eetlust gaat schommelen en je verbranding lager wordt. Creëer daarom zes eetmomenten per dag om de vetverbranding op gang te houden.

No more koolhydraten

Een koolhydraatarm dieet is gebaseerd op het mini-maal nuttigen van brood, aardappelen, pasta en andere

producten die koolhydraten bevatten. Er zijn dieetgoeroes die het gebruik van (veel) koolhydraten afraden. Wil je toch blijven genieten van jouw favoriete pastagerecht of sandwich, kies dan voor de goede koolhydraten zoals volkoren producten.

Vervang cocktails door gember thee

Maak van gember thee je nieuwe beste vriend! Alcohol vermindert je gewichtsverlies en zit boordevol suikers. Gember thee daarentegen zuivert je lichaam. Toch zin in een vrolijk drankje? Natuurlijk kun jij je favoriete zomerdrankje ook maken zonder alcohol.

Run baby run

Met alleen gezond eten kom je er niet. Bewegen is noodzakelijk om af te vallen. Laat de auto eens iets vaker staan en leg korte afstanden te voet of per fiets af. Je kunt er natuurlijk ook voor kiezen om lekker buiten te gaan sporten. Ook regelmatig wandelen, met collega's of met je beste vriendin, loont. Succes!

HET MOMENT
OM CALORIEËN
TE TELLEN IS NU
AANGEBROKEN

By Nesli Bodycare

Beauty, cosmetica en persoonlijke verzorging

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

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



BEHANDELGEBIEDEN

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

Eigenaresse: Nesli Akyuz

Eigenaresse: Nesli Akyuz
Legendijk 3-a101, Zaanstad
06 - 44 45 38 67
byneslibodycare@gmail.com

Verlies 7 centimeter in 7 dagen

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



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

Verbluffende resultaten

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

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

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





EXTRA LIEFDE

Meehelpen om de wereld een stukje groener te maken? Dan is de Tuin Kneusjes box de juiste keus. Het pakket bevat een verrassend assortiment met buitenplanten die nét wat extra liefde nodig hebben. Ze hebben een schoonheidsfoutje of zijn van wat mindere kwaliteit, maar dat maakt ze niet minder leuk. Hiermee heeft Plantje.nl inmiddels meer dan een miljoen kamerplanten gered.
www.plantje.nl



OPPEPPER VOOR JE HUID

De Hawaiian Tropic Zonneolie is verrijkt met kokosolie en guave. De gelachtige olie verwerkt de huid met vocht, geeft haar een natuurlijke glans en verfrist de huid met een tropische geur. Ook als de zon niet schijnt, is deze olie geschikt als lichaamsolie na je bad of douche.
www.hawaiiantropic.com

LEZERSACTIE
Maak kans op een
sun care pakket
van That'so.

Alle Sun Care Dry Oil Sprays bevatten de formule '3 SPF in 1' en je hoeft ze niet uit te smeren. Er is zelfs een aparte spray voor jouw tatoeages, zodat deze niet verkleuren door de zon en een zonnep spray met anti-mug in één. Maak je verzorging compleet met de aftersun. www.thatso.nl



Getoonde producten kunnen afwijken van gewonnen prijs

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. #THAT'SO naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

LEZERSACTIE

Maak kans op een
Peach Blossom
Smoothing Body Wash.

Dompel je onder in de geur van het voorjaar met deze body wash op basis van perzikenbloesem. Deze body wash van O'right bevat ingrediënten die de huid intens verzorgen en hydrateren.



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. #BODYWASH naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

win

We gaan weer
naar **buiten!**

BRUIN ZONDER ZON

Deze ultralichte sunless tan mousse is ontwikkeld om je in korte tijd aan een mooie teint te helpen. Kies de gewenste kleur (light/medium of dark), laat de zelfbruiner tot zes uur lang inwerken en verwen jezelf één tot twee keer per week met deze mousse die gemakkelijk aan te brengen is.
www.hawaiiantropic.com

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.



NATUURLIJK LEKKER

Dit laag-alcoholische, caloriearme en koolzuurhoudende drankje van White Stork geeft overtollig fruit een nieuwe kans door het sap te gebruiken voor een verfrissend drankje. De unieke bereidingswijze maakt de drank niet alleen honderd procent natuurlijk en duurzaam, maar bovenal verrassend van smaak.
www.drinkstork.com



THEATER.NL EN BRUIST

SLAAN DE HANDEN INEEN!

Voor jouw complete theateruitje

Bruist vermeldt elke maand de leukste evenementen uit jouw regio in het glossy magazine. Reden genoeg om vanaf nu samen te werken met Theater.nl, het grootste theaterplatform van Nederland. We zijn bovendien óók actief in België! Zo blijf je perfect op de hoogte van het brede cultuuraanbod en maak je als echte theaterliefhebber kans op mooie prijzen!

**Wil jij kans maken
op mooie prijzen?**
Registreer je dan
via theater.nl/bruist en
wie weet ben jij één van
de gelukkigen!

COMPLEET THEATERUITJE

Theater.nl houdt je dagelijks op de hoogte van het laatste theaternieuws, recensies en natuurlijk de mooiste theatervoorstellingen die je direct kunt reserveren via de website. Daarnaast kun je bij ons terecht voor een compleet theateruitje. Wat denk je van een etentje vooraf of achteraf? Maak gemakkelijk via onze website een keuze uit de beste restaurants in de buurt van het theater, of boek zelfs een overnachting in de stad. Dankzij Theater.nl ligt een compleet dagje uit binnen handbereik!

MAAK KANS OP MOOIE PRIJZEN

Geniet elke maand in Bruist van een exclusief interview van Theater.nl met een bekende Nederlander of Vlaming. **Maar dat is nog niet alles: maandelijks geven we prachtige prijzen weg zoals voorstellingstickets of twee weken gratis streamen, want voor het bekijken van een theatervoorstelling hoef je tegenwoordig de deur niet meer uit.**

 **Theater.nl**
DE WERELD VAN THEATER

JOUW KRULLEN IN VEILIGE HANDEN



Al ruim 20 jaar ervaring

Wij knippen al ruim twintig jaar krullend haar met de CURLSYS© kniptechniek en dankzij intensieve trainingen en jaarlijkse masterclasses zijn we inmiddels één van de weinige CURLSYS©Mastercircle Member in Nederland. Je krullen zijn bij ons dus in veilige handen.

Jouw krullen staan centraal

Niet iedere krul valt of krult hetzelfde en hiermee wordt rekening gehouden als je haar geknipt wordt. De producten die gebruikt worden tijdens een behandeling zijn afgestemd op jouw type haar en krul en op wat jij wil met je krullen (temmen of 'the sky is the limit'). Tijdens het knippen kan je al je vragen over de verzorging van je krullen kwijt bij de kapper of kapster die je knipt. Een CURLSYS©-behandeling bestaat uit wassen, knippen (eventueel met een kuur) en drogen. Lang haar neemt ongeveer anderhalf uur in beslag, kort haar duurt een kwartiertje minder.

Curly Girl Proof

We zijn op de hoogte van deze methode en hebben producten die voldoen aan de CG-eisen.

Nieuwsgierig? Kijk dan voor meer informatie en foto's op onze website. Daar kan je ook gelijk online een afspraak maken. Bellen naar de salon mag natuurlijk ook.



LEERING EN PARTNERS
GOED VERZORGD

Dertig minuten **tuinieren** heeft al een positief effect op je gezondheid.

In de tuin bezig zijn geeft ook een **geluksgevoel**, omdat je iets doet wat vooruitgang laat zien.

Sommige **groentes groeien beter** wanneer je er bloemen naast zet. Zo trekt kamille een bepaald insect aan dat de groei van je kool bevordert. Zet je een goudsbloem naast je broccoli, dan heb je minder last van bladluizen.

Dus, waar wacht je nog op? **Zet de bloemetjes buiten!**

Zin in een **zomer in Ibiza-style?** Kies dan voor rotan meubels. Ze zorgen voor dat heerlijke laidback **vakantiegevoel**.

Met mooie cactussen in **gekleurde manden** versterk je het bohemian gevoel natuurlijk nog meer.

Maak je tuin 's avonds **extra gezellig** met leuke lampionnen en sfeerverlichting. 



Een goed gebit begint bij Studio Kies

In 2014 startte Daniëlle van Laar haar tandartspraktijk in een kleine studio aan de Dorpsstraat in Assendelft. Ze begon in haar eentje en in de loop der tijd groeide de praktijk uit haar jasje. In januari 2020 verhuisde ze naar een nieuw pand aan de Rode Ring. Uiteraard samen met haar enthousiaste team, bestaande uit onder andere een collega tandarts, een mondhygiëniste, drie assistentes en een baliemedewerkster.



“Te groot groeien willen we niet”, vertelt Daniëlle. “Juist in de kleinschaligheid ligt onze kracht. Patiënten hebben altijd te maken met dezelfde twee ervaren tandartsen. Dat maakt het contact heel persoonlijk. Je hoeft bovendien niet twee keer hetzelfde verhaal te vertellen. Niemand komt voor zijn plezier bij de tandarts. Wij zorgen ervoor dat je je hier snel op je gemak voelt. Het is niet erg als je bang bent. We nemen alle tijd om je stap voor stap uit te leggen wat we gaan doen.”



Corrigeren afwijkende mondgewoontes

Studio Kies biedt een compleet pakket aan behandelingen: van de halfjaarlijkse controle tot uitgebreide restauratieve tandheelkunde. Daarnaast komt iedere twee weken een tandtechnicus langs voor het maken van onder andere protheses en plaatjes. “Verder bieden we preventieve orthodontie aan. Scheve tanden zijn in tegenstelling tot wat vaak wordt gedacht niet aangeboren, maar ontstaan meestal door verkeerde mondgewoonten. Denk aan ademen door de mond of een lage tongpositie. Met een myobrace, een siliconen beugel, kun je die gewoonten blijvend corrigeren als je er zo vroeg mogelijk mee begint.”

Aandacht voor preventie

Sowieso besteedt Studio Kies veel aandacht aan preventie. “We hebben bijvoorbeeld een speciaal programma voor kinderen, waarbij ze leren om goed te poetsen. Voorkomen is natuurlijk altijd beter dan genezen.”

Doordat wij een kleine praktijk zijn en dit ook graag blijven, kunnen we persoonlijke band opbouwen met alle klanten. Dit is heel belangrijk om optimale zorg te kunnen bieden. We werken graag met de patiënt samen naar een mooie en gezonde mond. De eerste stap hierbij is het geven van goede voorlichting en instructie. Daar besteden we veel tijd aan. Samen met de patiënt (en de ouders) kijken we naar wat de beste methode is om de mond schoon te houden. Geen standaard praatje, maar wat past er bij die persoon. Dit geldt ook voor alle benodigde behandelingen. Als tandarts kun je wel bedenken wat het beste voor iemand is, maar diegene moet er (om welke reden dan ook) wel achter staan dit te laten uitvoeren. Soms kun je beter voor een (in tandartsogen) minder goede oplossing kiezen waar de patiënt vervolgens wel langer vrede mee heeft. Op deze manier hopen we iedereen nog jarenlang te kunnen helpen aan een mooie en gezonde mond.”



Ben je nieuwsgierig geworden naar onze praktijk? Kom eens langs om kennis te maken. We hebben nog ruimte voor nieuwe patiënten!

VAN MOSSEL ZEKERHEID #3:

DE SCHERPSTE PRIJS VOOR TOPKWALITEIT



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

Van Mossel OCCASIONS

DAGJE UIT NATIONALE MOLENDAG



Op de tweede zaterdag en zondag van mei (dit jaar dus 8 en 9 mei) is het zoals vanouds Nationale Molendag. Op die dagen zijn normaal gesproken 950 wind- en watermolens open voor bezoekers. Nationale Molendag 2020 ging vanwege de coronacrisis noodgedwongen niet door en ook voor 2021 is nog niet helemaal duidelijk in welke vorm de dagen door kunnen gaan. Vandaar dat er plannen zijn om dit jaar de Nationale Molendag op alternatieve wijze in te vullen, mocht de fysieke uitvoering niet of slechts in beperkte mate mogelijk zijn. Hierbij wordt gedacht aan een gedeeltelijk online programma met onder andere virtuele molenbezoeken. **Voor meer informatie check je www.molens.nl/nationalemolendag.**

FILMPJE KIJKEN KANARIE

BINNEN/BUITEN

De film Kanarie speelt zich af in 1985 tegen de voor die tijd zo herkenbare achtergrond van apartheid, religie en oorlog. Als kijker volg je het leven van een tienerjongen, Johan Niemand, die altijd wordt gepest vanwege zijn liefde voor Britse new wave-muziek en de zanger Boy George. Nadat hij wordt opgeroepen omdat hij de dienstplicht moet vervullen, doet hij tijdens zijn dienstitijd auditie voor het legerkoor de Kanaries. Op tournee met dit legerkoor ontwikkelt hij echter gevoelens voor een 'mede-Kanarie', waarna Johan alles wat hij weet in twijfel begint te trekken. **KANARIE is vanaf 7 mei te zien op Pathé Thuis.**



BOEKJE LEZEN DE OVERLEVENDEN



Drie broers keren terug naar het vakantiehuis waar twintig jaar eerder een ongeluk heeft plaatsgevonden dat hun leven voor altijd heeft veranderd. Ze hebben de as van hun overleden moeder mee om uit te strooien. Het is een reis naar hun verleden, naar een tijd waarin ze door hun ouders volledig aan hun lot werden overgelaten. Nu zijn het jongemannen, verwijderd van elkaar, maar nog altijd verbonden door een gedeelde geschiedenis van strijd om de aandacht van hun vader en om de onvoorspelbare liefde van hun moeder. Haar dood gooit alles in een stroomversnelling en de spanning tussen de broers loopt op. **DE OVERLEVENDEN van Alex Schulman is vanaf 14 mei verkrijgbaar.**



Haarstylist & Erkend Haarwerker

Of u nu komt voor een nieuwe coupe of een mooie pruik of haarstuk, bij All Shades is iedereen welkom. "Het is mijn passie om al mijn klanten tevreden en met een lach op hun gezicht weer naar huis te laten gaan", aldus eigenaresse Natasja Loswijk.

Voor welke haarstijl ga jij vandaag?



Niet alles in één pot maar...

HAPPY layering

SKIN-VESTMENT

Doe jij al aan lange termijn investering?
twice daily



<i>transport :</i>	<i>aloe gel</i>
<i>doorbloeding :</i>	<i>avocado/jojoba oil</i>
<i>vochtgehalte :</i>	<i>moisture lotion</i>
<i>bescherming :</i>	<i>bio-(cell)connection</i>



@antiagingcenter_sylviavankuijk

Nieuwsgierig ?
Maak dan 'n afspraak!
075 642 3332

Ons team

MEER DAN EEN TRAINER

WIE HEEFT ER NOU GEEN GOEDE HERINNERING AAN DE GYMLES VAN DE BASISCHOOL?

Wij werken alleen met professionals op het gebied van lichamelijke opvoeding. Tijdens de lessen bieden wij uiterst veilige, gestructureerde en vooral leuke sportlessen aan. Onze lessen worden op basis van twee maal per week aangeboden.



GYM VAN TOEN | 06-22663775
INFO@GYMVANTOEN.NL | WWW.GYMVANTOEN.NL

26

SCHRIJF JE NU IN
VOOR EEN
PROEFLES



HET IS DE KUNST OM IN DE LESSEN **VOLDOENDE UITDAGING TE BIEDEN** op ieder niveau, voor jong en oud. Ieder lichaam is immers anders. Mede om die reden worden onze lessen verzorgd door geschoolde docenten. Trefbal, touwklimmen, bokspringen, ringzwaaien, handstand, basketbal, volleybal... Het komt allemaal terug. Door te zorgen voor veel variatie in de lessen, houden we je gemotiveerd en kost het je geen enkele moeite om het vol te houden. Heb jij ook goede herinneringen aan de gymles van vroeger?

Ewoud van Dulken



SAMENWERKEN

Door goede samenwerking kunnen wij nieuwe lesstof snel toepassen in het programma.



PROFFESIONEEL

Wij werken alleen met de beste docenten vanuit het basis en voortgezet onderwijs.



VARIATIE

Elke week bieden wij andere lesstof aan waardoor het voor iedereen leuk is en leuk blijft!

27

André van Duin heeft geen coronahobby's nodig

“Nee, nee, ik heb het heel druk en het wordt heel druk komend jaar.” Dat zijn de woorden van André van Duin, wanneer we opmerken dat hij geen man is die zich snel verveelt. Na een op zijn zachtst gezegd veelbewogen jaar zit de agenda van de zanger, komiek en presentator alweer behoorlijk vol.

‘TELEVISIE IS
NATUURLIJK
GEWOON
DOORGEGAAN’

André werd onder andere beroemd door zijn komische televisie- en theatershows. Ook de laatste tijd is hij regelmatig op televisie te zien. Daardoor heeft hij ook het afgelopen jaar genoeg te doen gehad, want televisie stopt nooit. “Televisie is natuurlijk gewoon doorgegaan. We hebben ook in coronatijd Heel Holland Bakt opgenomen en alle andere dingen gingen ook gewoon door. Dus ja, ik heb er niet zoveel problemen mee gehad.”

Heel Holland Bakt

Over Heel Holland Bakt gesproken: wie Heel Holland Bakt zegt, die zegt André van Duin. De presentator vormt al jaren het gezicht van het populaire televisieprogramma, samen met Janny van der Heijden en Robèrt van Beckhoven. Komend jaar

staat er voor de fans een ware traktatie op het menu: “Heel veel Holland Bakt. We gaan Holland Bakt maken voor bakkers die de afgelopen jaren hebben meegedaan, zij krijgen nog een keer een herkansing. Daarna komt Holland Bakt Kids en dan begint de gewone Holland Bakt. Dus tot oktober zit ik in ieder geval vol.”

Veelbewogen jaar

Veel mensen zijn het afgelopen jaar op zoek gegaan naar nieuwe coronahobby's, maar daar stond Andrés hoofd niet naar. Naast zijn eigen ziekte en het overlijden van zijn echtgenoot, verdween corona een beetje naar de achtergrond. Al mist hij wel dingen zoals gezellig ergens een terrasje pikken. “Het is voor ons allemaal te hopen dat het weer snel een beetje normaal wordt.”

 **Theater.nl**
DE WERELD VAN THEATER

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



Wilt u graag vaker post ontvangen?

Bij Schrijfmaatje koppelen we u aan een vrijwilliger met dezelfde interesses. Meld u gratis aan.

088 344 2000
[ouderenfonds.nl/schrijfmaatje](https://www.ouderenfonds.nl/schrijfmaatje)



SNEL VAN ONGEWENSTE HAARTJES AF?

Probeer nu een laserbehandeling bij YAZ Beauty House en laat ongewenste haartjes definitief verwijderen.

- 100% pijnloos
- Definitief
- Voor mannen en vrouwen
- 75% sneller resultaat dan IPL
- Alle huidtypen



Yaz Beautyhouse | Wandelweg 110-B, Wormerveer
 075-2026403 | info@yazbh.nl | www.yazbh.nl

Jouw diëtist in de Zaanstreek!

Of je nu komt voor tips over voeding of dat je het hoog tijd vindt om iets aan je gewicht te doen... Iedereen ontvangt een warm welkom bij diëtistenpraktijk stay2balance.



Stay2Balance
 Diëtistenpraktijk

06-18168602 | Westzijde 11A, Zaandam (bij Luciano's Kapsalon)
 Purmerend: uw diëtist aan huis
www.stay2balance.nl
 Facebook: Diëtistenpraktijk Stay2Balance

Ben jij een Beauty Professional?

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

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

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

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

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

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

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



voor

na



KLEINSCHALIGE DAGBESTEDING MET EEN DOEL

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

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.
- Onderhouden van de winkel/etalage, prijzen van artikelen, etaleren enzovoort.
- Webwinkel/website vormgeven en bijhouden.
- Social media updaten.
- Er is een moestuin waar drie keer per week activiteiten worden uitgevoerd door cliënten die dit leuk vinden.

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. Het is dus echt dagbesteding met een doel en ook het helpen van klanten en bijvoorbeeld etaleren kan tot die dagbesteding behoren. Maar net wat jij het liefste doet en waarin jouw talenten het best tot hun recht komen.

YDEE Atelier



WIJ ZIJN VERHUISD!
Je vindt ons op
Zaanweg 99 te
Wormerveer

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



Persoonlijke aandacht en uitgebreid de tijd nemen voor al mijn klanten, dat is hoe ik te werk ga. Neem even de tijd voor jezelf met het grote aanbod behandelingen!

Leuk van mijn brede aanbod aan behandelingen is dat mensen ze ook kunnen combineren en er een compleet wellnessuitje van kunnen maken. Zelfs twee behandelingen tegelijkertijd, zoals bijvoorbeeld Size-Zero en het verven van je wimpers, behoort tot de mogelijkheden.

- Spray tan
- Wimperlift (Lashlifting)
- Wimperextensions
- Nagels & manicure
- Easy Fit
- Microblading
- Semi permanente make-up

Beauty & Body Clinic

Eigenaresse: Jennifer Bouwman
Mahoniehout 10-12 Zaandam
06-57700603
info@beauty-and-body-clinic.nl
www.beauty-and-body-clinic.nl



Wil je afvallen?

Dan kan met Easy Fit!

Bij Beauty & Body Clinic!

NU
€ 29,-
10 rittenkaart:
€ 299,-

Als we ons allemaal nou eens niet meer zo schuldig zouden voelen over wat we eten.

SNACKEN ZONDER SCHULDGEVOEL

Ik geloof heilig dat we veel te veel bezig zijn met hoe gezond en/of ongezond de voeding is die we naar binnen werken. We maken afspraken over wat we niet meer mogen eten, houden ons vervolgens niet aan deze afspraak, voelen ons vervolgens weer schuldig en verliezen het vertrouwen om ooit nog fit en sexy over het strand te lopen. Dat rottige gevoel zorgt ervoor dat we meer eten, aangezien eten ons troost biedt. Dit hebben we aangeleerd in de babytijd waarin we de tiet kregen als we verdrietig waren.

We verschuiven onze droom om fit en sexy te zijn maar weer naar het volgende jaar, want volgend jaar lukt het wel. Houd hier vandaag nog mee op, leg de lat niet te hoog. Bouw je training op en begin met vijftien minuten per dag. Wees lief voor jezelf en voel je nooit meer schuldig over wat je eet.



Proef mijn heerlijke **KILLERBODY** chocoladerepen met proteïne, want snacken zonder schuldgevoel... dat kan!

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

BESTEL MIJN NIEUWE BOEK OP WWW.MKBMSHOP.COM

Voorkomen is beter dan genezen

Preventie is eigenlijk het allerbelangrijkst. Ervoor zorgen dat je niet ziek wordt of in het geval van de mondhygiëne: ervoor zorgen dat je gebit gezond blijft door goed te reinigen en te laten reinigen.

Het is dan ook vreemd dat het nog altijd geen gewoonte is dat men naar de mondhygiënist gaat en wel voor controle naar de tandarts. Ook de tandarts let natuurlijk wel op de mondhygiëne, maar heeft hier minder tijd voor dan de mondhygiënist.

De mondhygiënist is speciaal opgeleid om de patiënt te begeleiden in het gezond maken van het gebit en er dan samen voor te zorgen dat dit ook gezond blijft. Het zou dus eigenlijk een goede gewoonte zijn om met het hele gezin niet alleen 2 maal per jaar de tandarts, maar ook twee keer per jaar de mondhygiënist te bezoeken. Het is natuurlijk ook een geruststelling om te horen dat je je gebit goed onderhoudt of om tips te krijgen hoe dit beter te doen.

De praktijk is van maandag tot en met donderdag geopend en er is plek voor nieuwe patiënten. Kom dus gerust met het hele gezin. De behandeling wordt geheel of gedeeltelijk vergoed uit de aanvullende tandartsverzekering en voor kinderen tot 18 jaar geheel gratis uit het basispakket.




medi-mondzorg
mondhygiënist

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

Bekijk onze vernieuwde website en volg ons op 

'GEVOEL VOOR HUMOR
IS ECHT EEN MUST'

LENGTE
183 CM

LEEFTIJD
47 JAAR

OGEN
GRIJS-
BLAUW

*Jij reageert
toch ook?*

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

BRUISENDE/VRIJGEZEL

Vrijgezel Jurjen stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Vandaar dat we in deze rubriek graag aandacht besteden aan onze Bruisende Vrijgezellen. In mei hebben we speciale aandacht voor: Jurjen Bakker, woonachtig in het prachtige Grave. "Toen ik de rubriek zag, heb ik me meteen aangemeld. Al komt er maar één reactie binnen, dan is het al geslaagd."

Het is tekenend voor de positieve instelling van de 47-jarige Jurjen, vader van een 17-jarige zoon die bij zijn ex woont. "Ik zeg altijd: ik ben een 37-jarige met tien jaar levenservaring. Ik voel me jong van lijf en geest." In het dagelijks leven is hij ondersteunend administratief medewerker bij chipfabriek NXP. "Het is leuk, uitdagend werk en ik heb fijne collega's. Het enige wat in mijn leven nog ontbreekt, is een nieuwe liefde."

**Jurjen zoekt
de liefde van
zijn leven!**

Van onenightstands houdt hij niet, hij is op zoek naar een langdurige relatie. "Ik ben zo trouw als een hond en dat verwacht ik ook van een toekomstige partner." Zijn hobby's zijn onder andere lezen, USB-sticks en dvd's verzamelen, televisiekijken, muziek luisteren

(van Frank Boeijen tot Sarah Brightman), hardlopen en fietsen. "En natuurlijk mijn driejarige kater Joris bezighouden. Die houdt gelukkig wel van een knuffel."

Attent, sportief, eerlijk, betrouwbaar, opgewekt, optimistisch, creatief, een natuurmens, dat zijn de woorden die Jurjen het beste omschrijven. "Ik zoek een vriendelijke, gezellige dame met - net als ik - een goed gevoel voor humor. Met wie ik kan lachen en huilen en met wie ik samen leuke dingen kan ondernemen: een terrasje pakken, uit eten gaan, een avondje bankhangen. Maar ook iemand die mij in mijn waarde laat en me accepteert zoals ik ben. En nu maar hopen dat de bliksem inslaat tijdens onze eerste ontmoeting!"

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



Zin in pizza? Wij bezorgen!

Bestel via order & pickup op de website,
vul bij opmerkingen *dolci* in dan trakteren
wij op een dessert van het huis.

De Pizzabakkers Zaandam
Dam 36, Zaandam
075-6150194
www.depizzabakkers.nl/zaandam

MET (TIJDELIJK) HAARVERLIES EN
HOOFDHUIDPROBLEMEN KUNT U TERECHT BIJ



Fiona's
KAPSALON & HAARWERKEN

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

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

Nieuwsgierig?

Voor meer informatie,
bel 06-24304074

U kunt onder andere bij ons
terecht voor:

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

**Altijd ruim
80 mutsjes op
voorraad, dus
genoeg keuze!**



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

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

Vakmanschap,
liefde en
aandacht voor
meubels

D Laura Divera
STOFFEERDER | MEUBELMAKER

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

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

In 6 stappen *mooie en verzorgde* voeten

Zijn jouw voeten al weer netjes voor slippers? Maak je voeten nu klaar om je dichte schoenen uit te schoppen. Je voeten mogen weer gezien worden.

Verwijder nagellak

De eerste stap die je onderneemt is het verwijderen van je nagellak. Gebruik hiervoor acetonvrije nagellakremover, zodat je teennagels zo min mogelijk uitdrogen.

Neem een voetenbadje

Vul een teiltje met lauwwarm water. Doe er een scheutje olie in en laat je voeten tien minuten weken. Scrub je voeten daarna. Vergeet je hielen en enkels niet.

Verwijder eelt

Door het voetenbad is je eelt zachter geworden en kun je het makkelijker verwijderen. Dat doe je met een voetvijl of een puimsteen. Zorg dat je niet te veel verwijdert, dat kan pijnlijk zijn met lopen.

Vijl (of knip) je nagels

Knip of vijl je nagels mooi recht af. Dit om ingegroeide teennagels te voorkomen.

Smeer je voeten in

Gebruik een dikke laag crème. Smeer je voeten het liefst 's avonds in en trek daarna katoenen sokken aan, zodat de crème goed kan intrekken.

Lak je nagels

Een zomerse kleur nagellak op je nagels zorgt ervoor dat je voeten er weer vrolijk en verzorgd uitzien.



Trauma Healing | Pregnancy massage | SiVas | Nutriënts | Reflexology

KWAKKEL
HEALTH CARE

 Angela Kwakkel  06-46 800 959  kwakkelhealthcare.nl

MIS GEEN ENKELE BRUISENDE ACTIE

Schrijf je in voor **de nieuwsbrief** op www.nederlandbruist.nl

Ontspannen en genieten bij BOUTIQUE HOTEL No.43

Wij zijn nog steeds te boeken als je er toch even uit wilt. Alle kamers zijn voorzien van een bureau zodat je hier eventueel ook rustig zou kunnen werken.




No.43
BOUTIQUE HOTEL

Kim Winterink Zweers | Manager
T: +31 (0)6 39 13 22 44
A: Stationsstraat 43, 1541 LG, Koog aan de Zaan
www.boutiquehotel43.com

Dé praktijk voor u en uw kunstgebit!

Feiko Brugman maakte via zijn schoonvader, oprichter van Prothista, kennis met het vak van tandprotheticus. Hij werkte hier zes jaar lang met veel plezier, maar besloot toen zijn horizon te verbreden. In 2010 startte hij zijn eigen tandtechnisch laboratorium in Wormerveer. In 2014 keerde hij terug op het oude nest en nam hij het stokje over van zijn schoonvader.

Mede dankzij zijn gedrevenheid en het gebruikmaken van de nieuwste ontwikkelingen in de markt, waaronder 3D-techniek, is Prothista anno 2021 nog steeds een groeiende en bloeiende praktijk.

Het team van Prothista Brugman bestaat – naast Feiko – uit een backoffice-manager/directie assistent, receptioniste, tandtechnicus en mondhygiëniste. Je kunt bij Prothista Brugman terecht voor alle uitneembare kunstgebitconstructies. “Hierbij kun je denken aan volledige kunstgebitten, al dan niet op implantaten, maar ook aan gedeeltelijke kunstgebitten van kunststof of deels van metaal (frames). Circa tachtig procent van ons werk betreft gebitsprothesen op implantaten.”

Hoe gaat Feiko precies te werk? “Wij zien de patiënt meerdere malen in onze praktijk en vooral tijdens het eerste gesprek probeer ik een zo goed mogelijk beeld te krijgen van de wensen van de patiënt. Door op een ongedwongen manier met

elkaar in gesprek te gaan leer ik de persoon tegenover mij goed kennen in de korte tijd die we elkaar zien. Wat ik maak bepaalt voor de komende vijf jaar het uiterlijk en het zelfvertrouwen van degene die voor me zit. Pas als de patiënt tevreden is, is het eindproduct een succes.”



**Prothista
Brugman**
Mondzorgcentrum Zaanstreek

Vlietsend 9b, Krommenie | 075-6707636 | info@prothista.nl | www.prothista.nl

Méér rust en ruimte



Ben jij thuis of op je werk het overzicht kwijt? En kun je wel wat hulp gebruiken om orde te scheppen in de chaos van je dagelijkse bestaan? Caro's Organizing biedt hulp. "Ik kom je graag helpen om samen met jou schoon schip te maken", aldus eigenaresse Caroline Blaauboer.

Structuur en overzicht, Caroline houdt er al van zolang ze zich kan herinneren. "Zelfs als kind was mijn kamer al netjes. Daar voel ik mij nu eenmaal goed bij." Dat ze het creëren van structuur en overzicht ook beroepsmatig voor anderen zou kunnen doen, wist Caroline echter niet. Tot ze enkele jaren geleden een programma hierover op tv zag. "Ik ben mij er meteen in gaan verdiepen, heb een gerichte opleiding gevolgd en ben sinds 2015 werkzaam als professioneel organizer."

Samen!

Sindsdien kunnen zowel particuliere als zakelijke klanten bij haar terecht om weer meer rust en ruimte in hun leven te krijgen. "Je kunt tegen heel wat problemen aanlopen als je het overzicht kwijt bent. Een overvolle mailbox, achterstallige administratie en een te volle agenda, om een paar voorbeelden te

noemen. Samen met jou ga ik op zoek naar het achterliggende probleem zodat we dat vervolgens samen op kunnen lossen." Caroline benadrukt hierbij bewust het woordje 'samen'. "Het is immers niet de bedoeling dat ik het voor jou oplos, want dan loop je binnen de kortste tijd weer tegen dezelfde problemen aan. Vandaar dat we dus echt samen op zoek gaan naar die structurele oplossing."

Structuur

Caroline wordt meteen enthousiast als ze het over haar werk heeft. Enthousiasme dat ze graag met anderen deelt. "Door gestructureerd te werken – en te leven – blijft er meer tijd over voor de dingen die er echt toe doen. En met kleine stapjes kun je al grote veranderingen teweegbrengen. Precies dat wil ik overbrengen op anderen."

KUN JIJ OOK WEL WAT MEER RUST EN
RUIJTE IN JE LEVEN GEBRUIKEN. NEEM DAN
ZEKER CONTACT OP MET CAROLINE



Hulp nodig met de schoonmaak?

Groot en klein

Yordanka pakt zowel grotere als kleinere projecten aan. "Ik heb een team enthousiaste meiden om me heen verzameld waar ik helemaal op kan vertrouwen. Die kan ik inzetten als dat nodig is. Of het werk nu in de ochtend, middag of avond moet gebeuren, het kan allemaal."



Yordanka hanteert voor bedrijven een tarief tussen de € 18 en € 20 (excl. btw). Voor particulieren is het tarief in overleg. Neem vooral contact op via 06-85122406 om te kijken wat zij voor je kan betekenen!

Yordanka Boneva Schoonmaakbedrijf | 06-85122406

Op zoek naar een goede fotograaf?

Dé fotograaf voor uw bruids-, jubileum-, portret-, social media-, interieur- of bedrijfsfoto's. Tevens voor het retoucheren van oude foto's. Ook vindt u op mijn website een groot aanbod van Foto Art.

Nieuwsgierig naar wat ik voor u kan betekenen? Neem dan contact met me op!

Bruids-reportage vanaf € 500
Love of model shoot vanaf € 75,-



Geerling Fotografie | info@geerlingfotografie.nl | 06 55 89 37 54 | www.geerlingfotografie.nl

Het bleken van tanden heeft tot doel de tandkleur witter te maken. In de loop der jaren zullen uw tanden en kiezen verkleuren door sigaretten, koffie, thee, rode wijn, et cetera. Dit worden extrinsieke verkleuringen genoemd. Hierdoor zullen met het ouder worden de tanden verkleuren en/of donkerder worden.

Wilt u uw tanden laten bleken?

vanaf € 99,-



In sommige gevallen zijn de tanden door medicijngebruik en/of ontwikkelingsstoornissen al verkleurd bij het doorbreken. Dit worden intrinsieke verkleuringen genoemd.

Vroeger werd dit soms opgelost door kronen te maken. Tegenwoordig kan bleken een goede uitkomst bieden. Het bleken van tanden heeft tot doel de tandkleur witter te maken. Bleken wordt nu al vele jaren succesvol toegepast bij verkleurde tanden en kiezen. Er zijn verschillende systemen om te bleken. Afhankelijk van uw situatie kunnen wij de juiste methode voor u bepalen.

Al uw vragen kunnen wij beantwoorden tijdens een consult. Voor het maken van een afspraak kunt u telefonisch contact opnemen met de praktijk.

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



Wandelweg 3, Wormerveer | 075-2047020 | info@mondzorgwandelweg.nl | www.mondzorgwandelweg.nl

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit viersterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*



PUZZELPAGINA



Iedere maand weer lekker puzzelen. Met deze maand twee prijspuzzels met leuke prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **5-4-4**.

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 lente. De oplossing van vorige maand was **geniet**.

Maak kans op dit bruisende

zomer-pakket



👁️-o+ 🍟-fr

🎷-x+ 🗑️ s=n 🗑️ s=t

👩 d=s+t 🧑 m=v

📖-ur ☀️-n+ 🗑️ s=r

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

Maak kans op een

SodaStream bruiswater toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

sodastream



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

soda	smaken
lekker	fris
drinken	spa
bubbels	water

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

Gratis waardebepaling

Inzicht in de waarde van je huis

Overweeg je je huis te verkopen of heb je zelfs al gerichte plannen? Maar heb je nog geen idee wat de waarde van je woning op dit moment is? Stop met het je af te vragen en laat ons een gratis waardebepaling doen.

Zo werkt het

Tijdens een waardebepaling lopen we samen door je huis en aan de hand van een marktanalyse kunnen we een goede indicatie geven van de marktwaarde. Zo weet je precies waar je aan toe bent. Wil je inderdaad je huis verkopen? Dan kan Stuurman & Stuurman Makelaars Taxateurs je daarbij helpen. Wij leggen je graag onze verkoopstrategie uit.

Een vrijblijvende waardebepaling laten doen?

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