

BRUIST



De vijf grote
voordelen
van *water*

Frits Sissing
'De magie van
theater is heerlijk'



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!**

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

Anthonetta 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





8



12



28

Inhoud



14



18



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Ramon Heeren
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Maaïke van Helmond

f Like ons op Facebook.com/dewaterwegbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. De Waterweg 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.**



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



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Je merkt het aan alles: de zomer is begonnen! De zon schijnt, de mensen zijn vrolijk en we hebben al de nodige 'rokjesdagen' achter de rug. Gelukkig kan en mag er ook weer steeds meer, dus in plaats van 'veilig' binnen te blijven verplaatst het leven zich weer naar buiten. Heerlijk naar het strand bijvoorbeeld, of gezellig barbecueën in de tuin met een lekker drankje erbij.

Bruisende lezer,

Nu we het toch over drankjes hebben, de keuze is wat dat betreft enorm. Bier, wijn, cocktails, sapjes en... water! Vooral wat dat water betreft, raden we je aan om er elke dag genoeg van te drinken. Het kan namelijk zo ontzettend veel voor je lichaam betekenen, los van dat het natuurlijk ook de dorst lest. Je leest er verderop in deze nieuwste editie van Bruist meer over. En vind je zo'n glas water maar saai? Ook daar geven we je wat verfrissende tips voor.

En tips krijg je niet alleen van ons. Ook alle bruisende ondernemers die we voor deze editie spraken, hebben weer heel wat voor je in petto. Wat precies? Blader verder en ontdek het zelf...

Veel leesplezier,
Lea en Marcel Bossers

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

De vijf grote voordelen *van water*

FRISDRANK
VERVANGEN DOOR
WATER SCHEELT
VEEL CALORIEËN

Ons lichaam bestaat voor zestig procent uit water. Misschien is dat ook wel de reden dat we zo graag ontspannen aan zee of bij een meer. Maar ook het drinken van water is belangrijk voor onze gezondheid.

Wanneer je niet voldoende drinkt, kan het zijn dat je lichaam uitdroogt zonder dat je het in de gaten hebt. Het voedingscentrum raadt aan om zo'n anderhalve tot twee liter per dag te drinken. Dat geldt zeker voor warme dagen. Gebruik gewoon (kraan)water of een kruidenthee om de vochtbalans in je lichaam op peil te houden. Alcoholische dranken worden niet als drinkvocht meegerekend, omdat deze dranken juist vocht aan het lichaam onttrekken.

Wat kan water voor ons lichaam betekenen?

Water is goed voor je huid. Een van de eerste signalen van uitdroging is waar te nemen aan de huid. Als je de huid iets omhoog trekt en de huid blijft staan, is dat een teken van uitdroging. Door water te drinken houd jij je huid van binnenuit gehydrateerd. Hierdoor zal jouw huid er gezonder en stralender uitzien.

Ook jouw spieren hebben water nodig om goed te functioneren. Water drinken tijdens het sporten of

bewegen is daarom heel belangrijk. Je zorgt hiermee voor een goede aanvulling van het vocht dat je verliest door het zweten.

Water helpt je nieren om afvalstoffen kwijt te raken. Jouw nieren zorgen ervoor dat afvalstoffen je lijf kunnen verlaten via je urine. Drink je te weinig, dan kunnen deze stoffen moeilijker weg. Hoe helderder de urine, hoe beter. Troebele, donkergele urine is dan ook een teken dat je meer moet drinken. Het drinken van een extra glas water geeft bovendien een vol gevoel waardoor je minder snel zult snacken.

Verfrissend: water met een twist

Op een warme dag is het heerlijk om iets toe te voegen aan jouw water. Vul een kan met fris water, voeg hier het sap van een uitgeperste citroen aan toe en een paar blaadjes munt of plakjes komkommer. Zet deze kan in de koelkast en je geniet later van een verfrissend glas water met een heerlijke smaak.

Wil je meer weten over de vochtbalans in jouw lichaam? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

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

Stucen

Vervangen van kozijnen

Vervangen van glas / plaatsn 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



MAASSLUIS | 06-41279124
WWW.RENEVERHAGENSCHILDERWERKEN.NL



10

De grootste investering in uw leven is waarschijnlijk uw woning en/of bedrijfspand. Als het houtwerk van uw woning niet goed onderhouden wordt, kan dit grote gevolgen voor uw pand hebben.

Het onderhoud vraagt meer dan af en toe 'een kwastje verf' opbrengen. Voorbehandeling én de grondlagen bepalen uiteindelijk de kwaliteit. Bij goed onderhouden buitenschilderwerk is wassen, schuren en schilderen vaak voldoende.

Is het houtwerk in minder goede staat, dan zijn er extra voorbehandelingen noodzakelijk. Wij inspecteren zorgvuldig het houtwerk, de kozijnen en de houtverbindingen. Ook de glaskit wordt gecheckt. Bij scheuren en gaten wordt de kit weggesneden en vervangen.

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

SCHILDER NODIG?

Alles weer strak buiten?

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

VOOR ELKE VRAAG
HEEFT RENÉ VERHAGEN
SCHILDERWERKEN
DÉ OPLOSSING!

11

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.



TOFFE PEER

White Stork onderscheidt zich als eerste duurzame hard seltzer in Nederland. De roze variant met peer, hibiscus en lavendel is een verfrissende dorstlesser waarvoor afgekeurde peren een tweede leven krijgen. De unieke bereidingswijze maakt de drank niet alleen honderd procent natuurlijk en duurzaam, maar bovenal verrassend in smaak. Een ware zomertrend! www.drinkstork.com



HIPPE BUBBELS

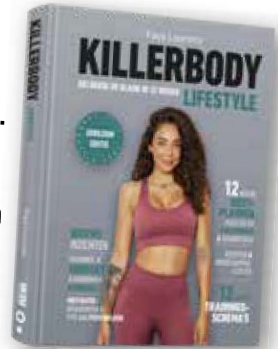
Kroatië als wijnland is hip. Deze bubbels zijn het Kroatisch antwoord op prosecco en laten zien (en proeven) dat er inmiddels een jonge generatie gepassioneerde wijnmakers aan het roer staat. Beide bubbels zijn verfrissend als aperitief en uitstekend geschikt voor zomerse wijncocktails. Fles 75cl vanaf € 12,95 www.croatiangrapes.com/hipkroatie



LEZERSACTIE

Maak kans op het Killerbody Lifestyle boek van Faya Lourens.

Ontwikkel jouw eigen killer body! In haar boek besteedt Faya niet alleen aandacht aan voeding, sport en persoonlijke verhalen van mensen die haar dieet hebben gevolgd, maar ook aan mindset.



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. #KILLERBODY naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

win

Daar is de zon!

LEZERSACTIE

Maak kans op Musk Extreme parfum van Perris Monte Carlo.

Musk Extreme is één van de eerste geuren uit de Perris Monte Carlo Fragrance Collection en wordt ook wel geur van de verleiding genoemd. Dit parfum is warm, geraffineerd en zeer sensueel te noemen en verrijkt met o.a. musk moleculen, bergamot, vanille, rozen en civet. Voor dames en heren. www.perrismontecarlo.com.



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. #PERRIS naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

LEKKER SOEPEL

Wilkinson lanceert de Hi Audrey. Het Duo-Intense serum zorgt ervoor dat het mesje soepel over je huid glijdt. Tegelijkertijd verbetert het de vochtbalans tijdens het scheren om irritaties te voorkomen. Dat maakt de Intuition Hi Audrey ideaal voor de gevoelige huid. Voor een zorgeloze beautytreatment! www.wilkinsonsword.nl



LEZERSACTIE

Maak kans op een Hawaiian Tropic Satin Protection SPF 50.

Deze luxe formule laat de huid stralen en biedt tegelijkertijd een effectieve bescherming tegen de zon.



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. #TROPIC naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

Doe mee en win

HELLO SUNSHINE

Goede zonbescherming is belangrijk tijdens de zomer. De zon schijnt fel en we hebben niet altijd in de gaten hoe snel je huid beschadigd wordt. Dankzij Hawaiian Tropic Satin Protection SPF 50 bescherm je jezelf zonder de vervelende witte waas. De verfrissende lotion heeft een lichte textuur die snel intrekt. Ook verkrijgbaar in factor 15 en 30. www.hawaiiantropic.com





Ben jij een theaterliefhebber?

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

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

Altijd op de hoogte

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

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

Volg ons op social media

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

Wil jij kans maken op mooie prijzen?

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



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

Wil ik net mijn **roze bril** afzetten, kom ik jou tegen.

Water dat je in een fles koopt, is soms wel
1.000 keer duurder dan kraanwater.

Barbecue wordt heel vaak verkeerd gespeld,
want nee, je schrijft het dus **niet met een q**.

Een **cabrio** wordt vaak als **droomauto** gezien,
omdat het een vrij gevoel geeft wanneer je met open dak rijdt.

Een mens kan ongeveer 1 maand leven zonder voedsel,
maar kan echt maximaal 1 week **zonder water**.

Tegenover elk mens op aarde zijn er 200 miljoen **muggen**.

Wanneer je met een andere bril kijkt, kan je
toekomst er ineens heel anders uitzien.

De beroemde Aviator **pilotenbril** van Ray-Ban
werd in 1936 op verzoek van het Amerikaanse leger ontwikkeld.

Vrouwen gebruiken 2 keer zo vaak **een smiley**
in hun appjes als mannen.

Bruisend water reinigt de smaakpapillen.



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.



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!*





EXCELLENT
JEWELRY



€175,-

€190,-

Zilver & 14kt goud



C. VERKADE

J u w e l i e r

anno 1912

Hoogstraat 90
3111 HL Schiedam
tel. 010-4267789
www.juwelierverkade.nl



€299,-



€259,-



€459,-

€259,-

DAGJE UIT OVER HET IJ FESTIVAL



Van 9 tot en met 18 juli vindt alweer de 29e editie van het Over het IJ Festival plaats: tien dagen lang worden zo'n 25 theatershows opgevoerd door nieuwe en gevestigde makers op spraakmakende binnen- en buitenlocaties op de NDSM-werf, aan de oevers van het IJ en op diverse locaties dieper in Amsterdam-Noord. Het Over het IJ Festival laat je de stad met nieuwe ogen bezien. Inspireer, verrijk en verwonder jezelf, leer nieuwe plekken, mensen én hun verhalen kennen. Voor iedereen die erin gelooft dat kunst, verbinding en ontmoeting zorgen voor een betere en mooiere wereld.

Kijk voor meer informatie op www.overhetij.nl

FILMPJE KIJKEN TINA

BINNEN/BUITEN

De documentaire Tina is de ultieme ode aan een superster en een intiem portret over een vrouw die veel tegenslagen moest overwinnen om haar carrière, identiteit en nalatenschap op haar eigen manier vorm te geven. Tina Turner vertelt in de documentaire haar eigen verhaal vanaf het begin van haar carrière tot haar uitverkochte stadionconcerten in de jaren tachtig. Voor het eerst geeft ze een kijkje in haar privéleven, waarin ze haar strubbelingen en meest persoonlijke momenten deelt. Een inspirerende documentaire over een van de grootste iconen van de moderne muziek-industrie. Met nooit eerder vertoonde beelden. **TINA is vanaf 1 juli te zien in de bioscoop.**



BOEKJE LEZEN J.D. BARKER



Jordan is de koningin van de New Yorkse radio. Dagelijks deelt ze haar ongezoeten mening met meer dan vijf miljoen luisteraars. Op een dag spreekt ze beller Bernie die live een spelletje wil spelen. Jordan moet kiezen tussen Ubers of taxi's. Ze kiest taxi's en vergeet het gesprek al snel. Tot er vlak voor haar kantoor zeven taxi's ontploffen. Terwijl de hulpdiensten uitrukken en het aantal slachtoffers oploopt, hangt Bernie weer aan de lijn. Zo begint een kloppacht op een onzichtbare, volledig losgeslagen moordenaar, live gevolgd door vijf miljoen luisteraars. Is Jordan sterk genoeg om dit gruwelijke spel te winnen? **DE BELLER OP LIJN VIER van J.D. Barker is vanaf 6 juli verkrijgbaar.**

Vrijgezel Annelies stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. In december 2020 zijn we daarom van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze Bruisende Vrijgezellen. In juli hebben we speciale aandacht voor: Annelies Doornbos.

“Single, maar zeker niet alleen of eenzaam”, zo omschrijft de goedlachse Annelies uit Hilversum zichzelf. Een vrouw met heel wat passies en vol creativiteit. “Ik houd van stildansen, puzzelen, zwemmen, aquajoggen en lezen, om maar een paar voorbeelden te noemen. En hoewel ik enige tijd geleden gepensioneerd ben – ik heb 27 jaar als parfumeursassistente gewerkt – heb ik nog steeds meer dan genoeg om handen.

Ik volg namelijk cursussen kunstgeschiedenis en ik werk nog een paar dagdelen per week als vrijwilliger in het ziekenhuis, inmiddels alweer zo’n vijftien jaar.”

Aanvulling gezocht

Een bezige bij dus, die Annelies. Maar toch is er in haar leven nog meer dan genoeg ruimte voor iemand naast zich. “Ik heb twee kinderen en een aantal zeer dierbare vrienden die ik allemaal al heel lang ken. Maar ik ben er inmiddels ook wel weer aan toe om

mijn leven en mijn passies met iemand anders te delen. Waar ik naar op zoek ben? Naar iemand die mijn leven kan verrijken. In mijn eentje vermaak ik mij in principe prima, dus een man moet echt een aanvulling zijn. Zelf ben ik ontzettend trouw en eerlijk, dus dat verwacht ik ook terug van een man. Mijn voorkeur gaat uit naar een wat langere man van ongeveer mijn leeftijd. En laten we humor niet

vergeten. Heel belangrijk in het leven! Ik lach ontzettend graag en gier het dan ook vaak uit van het lachen. Zo erg zelfs dat ik daarmee weer andere mensen aan het lachen maak...”

Annelies, een stralende dame met zoals gezegd heel veel passies. Zo veel zelfs dat we ze hier niet allemaal konden vermelden. Nieuwsgierig naar haar andere hobby's en bezigheden, wie weet vertelt ze je er binnenkort zelf wel meer over...

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



‘GEVOEL VOOR HUMOR IS ECHT EEN MUST’

LENGTE
175 CM

LEEFTIJD
66 JAAR

OGEN
BLAUW-
GRIJS

*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.

VAN MOSSEL ZEKERHEID #3:

DE SCHERPSTE PRIJS VOOR TOPKWALITEIT



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

Van Mossel OCCASIONS



Als het even niet
meer gaat... in je
relatie of met jezelf

Ben je op zoek naar
iemand die jou met tijd en
aandacht psychologische
hulp kan geven? Ik kan
je op een professionele
manier begeleiden zodat
je zelfstandig en met
zelfvertrouwen kan leven.

Rianne Noordzij
Psychosociale therapie
en hulp in familierelaties
06-414 80 250
pastorale@riannenoordzij.nl
www.riannenoordzij.nl



DEELS VERGOED
bij aanvullend
verzekerd
-
bij een groot aantal
verzekeraars

Worstel je al langere tijd met sombere gevoelens of heb je moeite met het loslaten van bepaalde situaties? Voel je je angstig en onzeker? Of misschien heb je een nare periode achter de rug? Dan kan je helemaal vastlopen.

Waardevol mens!

Om verandering te realiseren kan professionele hulp noodzakelijk zijn. Ik bied met persoonlijke aandacht psychosociale therapie. Vanuit mijn ervaring en aandacht voor zingeving is mijn praktijk een unieke plek waar je als waardevol mens gezien wordt.

Wat mij ten diepste drijft is mijn geloof dat een positieve kracht zich verbergt in alle mensen, waardoor ieder mens in heelheid en zelfwaardering kan

leven. Dit uit zich in een goede energiebalans en herstel binnen in je ziel en in de relatie met je omgeving.

Durf hulp te vragen!

Welkom in mijn praktijk aan huis. Ook voor relatietherapie. Je krijgt bij een groot aantal verzekeraars de therapie deels vergoed als je aanvullend verzekerd bent.



‘EEN GROOT
HART VOOR
CULTUUR’



Frits Sissing

‘Ik heb theater altijd een spannend medium gevonden’

Frits Sissing: je zou hem wel dé cultuurpresentator van Nederland kunnen noemen. Zo is hij onder meer het gezicht van AVROTROS-programma's *Maestro*, de *Op zoek naar-*reeks en *Tussen Kunst en Kitsch*. “Ik heb een groot hart voor theater en cultuur”, vertelt Frits aan Theater.nl.

De liefde voor theater werd Frits al als klein jongetje met de paplepel ingegoten. “Ik heb theater altijd al een spannend medium gevonden. De magie van een avondje uitgaan, dat je in zo'n donkere zaal zit, jezelf heerlijk onderdompelen in een verhaal. Op toneel word je echt even meegenomen naar een andere wereld”, legt Frits enthousiast uit.

Extra dimensie

Voor de presentator is een theaterbezoek een echte beleving: “Het blijft mooi dat in het theater de mensen live voor je neus staan. Dat geeft een extra dimensie. Zij zijn bereid om speciaal voor jou in de auto te stappen, het land door te rijden en de hele avond voor jou op te treden. Dat blijft bijzonder.”

Cultuurambassadeur

Zijn passie voor cultuur deelt Frits maar wat graag met anderen. “Ik vind het heel leuk om op een amusementaire manier klassieke muziek, kunst en musical bij mensen thuis te brengen en dat dan iemand denkt: dát is leuk, laat ik naar een klassiek concert of een museum gaan.”

Zelf geniet de presentator ook enorm van zijn werk. “De onderwerpen waarmee ik werk, geven veel plezier. Bij *Maestro* mag ik bij de repetities van klassieke muziek genieten, bij *Tussen Kunst en Kitsch* zie ik de mooiste schilderijen voorbijkomen en bij de *Op zoek naar-*reeks vind ik het ongelooflijk leuk om jong talent te zien”, besluit hij.

Eerste hulp bij cellulite

Het is niet eerlijk, de ene vrouw heeft prachtige gladde benen en de ander heeft een enorm bobbelige huid. Er bestaan verschillende soorten cellulite met een variatie aan gradaties. Voor cellulite biedt LPG een honderd procent natuurlijke en effectieve behandeling.



**BOEK NU UW
INTAKEBEHANDELING!**

VERSCHILLENDE FACTOREN

Waar komt cellulite nu vandaan?

Interne factoren omvatten complexe mechanismen: vocht vasthouden en/of toename van het volume vetweefsel.

Andere factoren kunnen het verergeren namelijk: hormonale onbalans, een zittende levensstijl, ondervoeding, stress en verslechterde doorbloeding.

Gezien de verschillende factoren die cellulite veroorzaken of verergeren is cellulite niet bij iedereen hetzelfde.

Gelukkig is er heel wat aan te doen.

Vooropgesteld dat cellulite een chronische aandoening is, kunt u met LPG Endermologie toewerken naar een summerproof body.

Boek nu uw intake en proefbehandeling, wij laten u graag zien wat LPG voor u kan betekenen.



**NIEUW
MERK!**



ONZE MERKEN

Viva Jewellery - About Jackie - Juul & Belle - Transfer - Label Nick - Smashed Lemon - SisterSPoint - by Jam PureWhite - &Co - B.Young - Culture - Juna Lane - Isay - Cluca - Baggishop - Sneakerdresses - Wallabag

Noi!
M O D E

De gezelligste boetiek van Vlaardingen met mode die stoer, chic en vrouwelijk is.

Onze collectie is stoer, chic en vrouwelijk en kan zowel zakelijk als casual gedragen worden. Eerlijk advies en persoonlijke aandacht staan bij ons hoog in het vaandel! Graag nodigen wij u dan ook uit om onder het genot van een kopje koffie of thee, geserveerd met een plaatselijke lekkernij, onze uiteenlopende collectie met diverse pasvormen, maten en prijzen te komen bekijken.

Peperstraat 7, Vlaardingen | 06-11446058 | www.noimode.nl | Noimode



Beauty & Skincare

SCHIEDAM

Rubensplein 8B, Schiedam
010 - 24 60 985
beautyskincarschiedam.nl

BeautySkincareSchiedam
 beautyskincarschiedam

Geef kleur aan je Original boxspring

Tijdloos design en hoogwaardige afwerking, dat is de Original boxspring. Dankzij 95 stoffen en 8 hoofdborden kan je de boxspring helemaal ontwerpen zoals jij dat wil. En wil je op een subtiele manier kleur brengen in je slaapkamer, kies dan de poten in één van de tien Auping kleuren. Een Original boxspring heb je al vanaf € 2.495,-.

COPPENS
SLAAPCOMFORT

WWW.COPPENSslaapcomfort.com
ORANJESTRAAT 19-21, 3111 AM SCHIEDAM, T 010-426 87 17

auping
met liefde

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

TRAINING MET NIEUWE TECHNIEKEN

Schoonmaak is al jaren meer dan werkdoekjes en een oude dwell. Schoonmaak is de afgelopen decennia veranderd van een branche die schoonmaakte met non-woven doekjes, zeemleren lappen en een Spaanse mop. Nu maken we schoon met microvezel, gedemineraliseerd water en ergonomisch verstelbare materialen om medewerkers minder te belasten.

Clear4Clean richt zich met haar adviezen en trainingen op de nieuwste ontwikkelingen. Vanaf heden is het dan ook mogelijk om bij ons training te krijgen met een Roto Orbital machine. De Orbital eenschijfsmachine zorgt voor maximale reinigingsefficiëntie, een breed scala aan toepassingen en gebruiksvriendelijke bediening. De Orbital is bijzonder indrukwekkend op het gebied van gebouwreiniging, of het nu in kantoren, winkels, ziekenhuizen of scholen is. Met innovatieve technologie combineert de machine orbitale en roterende bewegingen tot een constante trilling en maakt zo een breed scala aan toepassingen mogelijk, van diep schrobben tot polijsten en kristalliseren tot strippen. Hun

werkbreedte van 43 centimeter maakt het ook mogelijk om in krappe of afgelegen gebieden te werken.

De kracht van een Orbital eenschijfsmachine is dat hij stabiel is, rustig in gebruik en tijdsbesparend door de roterende bewegingen en de constante trillingen.

Wilt u zich meer informatie over onze trainingsmogelijkheden, neem gerust contact met ons op.



Dé makelaar van *Maassluis*

Wil je een huis in Maassluis of Maasland kopen of verkopen?

Bij Prins NVM Makelaars moet je zijn!

“De klant die voor ons kantoor kiest zal aangenaam verrast zijn door onze persoonlijke aanpak en onze service”

aldus eigenaar René Prins.



PRINS NVM MAKELAARS
Thuis in Woonwensen!

Prins NVM Makelaars | Noordvliet 15, Maassluis
010-2600020 | www.prinsnvmakelaars.nl

Ervaar het comfort *van lenzen*

Bij de aanschaf van uw contactlenzen is het belangrijk te weten wat u kunt verwachten en welke mogelijkheden er zijn. Voor optimaal zicht en optimaal draagcomfort is de juiste lenskeuze gecombineerd met de juiste pasvorm van belang. Ottica Eye Fashion heeft alle soorten contactlenzen in haar assortiment.

KOM EENS
LANGS OM
LENZEN TE
PROBEREN!
MAAKT U WEL EVEN
EEN AFSPRAAK?

Zachte contactlenzen kunnen naar gelang de voorkeur iedere dag, iedere week, iedere maand, ieder kwartaal of ieder half jaar vervangen worden. Voor beginnende lensdragers is de daglens een mooie start. Iedere dag een paar schone, nieuwe, frisse lenzen zonder onderhoud.

ZACHTE, GEKLEURDE LENZEN

Met zachte, gekleurde lenzen verandert u de kleur van uw ogen. Er zijn diverse kleuren leverbaar zoals groen, bruin, blauw, grijs, et cetera. De kleur verschilt per type zachte contactlens. Voor kleuradvies of uitleg over de mogelijkheden kunt u altijd bij ons terecht.

De voordelen van zachte lenzen:

- Comfortabele draagvorm.
- Geschikt om mee te sporten.
- In vele sterkten leverbaar.
- Eenvoudig in onderhoud.
- Eenvoudig te wisselen met een bril.

VORMVASTE LENZEN

Vormvaste lenzen hebben een langere levensduur dan zachte lenzen. Doordat gebruik wordt gemaakt van moderne materialen hebben vormvaste lenzen een prettige draagvorm, al is de periode dat u moet wennen iets langer dan bij zachte lenzen.

Vormvaste lenzen gaan langer mee dan zachte contactlenzen. Doordat ze geen traanvocht opnemen, speelt vervuiling van het materiaal veel minder een rol. Bij zorgvuldig onderhoud van het contactlens oppervlak kan de lens daardoor langer mee dan een zachte contactlens.

De voordelen van vormvaste lenzen:

- Comfortabele draagvorm.
- Eenvoudig in onderhoud.
- Lange gebruiksduur (een à twee jaar).
- Leverbaar in alle sterkten.

OTTICA
EYE
FASHION

Groenelaan 99a, Schiedam | **010-4261930** | seeyou@otticafashion.nl | www.otticafashion.nl

Geef voor een toekomst
waarin we nierziekten
kunnen genezen.

nierstichting.nl



NIERSTICHTING

Je nieren zijn je leven.

**JONGE
HELDEN**
NIERSTICHTING



Couscoussalade met gerookte zalm

Zin in iets lichts en voedzaams? Kies dan voor deze heerlijke, snelle en gezonde maaltijdsalade met couscous en gerookte zalm. Een heerlijk recept voor warme zomerdagen. In kleinere porties ook prima als bijgerecht te gebruiken.

4 PERSONEN - 15 MINUTEN

INGREDIËNTEN

30 ml boter
250 ml parelcouscous
500 ml groentebouillon
60 ml peterselie
1 eetlepel dille
60 ml grapefruitsap
3 eetlepels olijfolie
zout en peper
1 kleine rode ui
500 ml rucola
100 gr fetakaas
1/4 komkommer
400 gr gerookte zalm

BEREIDING

Smelt de boter in een pan op middelhoog vuur en bak de parelcouscous in 1 minuut bruin.

Voeg de groentebouillon toe en breng het aan de kook. Dek de pan af en kook op een laag vuur in 8 tot 10 minuten gaar. Roer af en toe in de pan tot de vloeistof volledig is opgenomen.

Leg de couscous op een bord en laat het afkoelen. Hak de peterselie en de dille en meng deze samen met het grapefruitsap en de olijfolie in een kom. Voeg naar smaak zout en peper toe.

Snipper de rode ui en voeg deze samen met de couscous, rucola, de verkruimelde fetakaas en de in schijfjes gesneden komkommer toe aan de slakom. Roer het geheel voorzichtig door en voeg tenslotte de zalm toe.
Smakelijk eten!



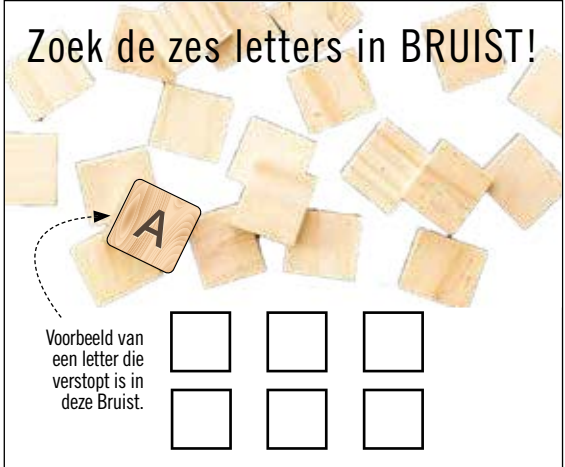
PUZZELPAGINA

Ook in juli zorgt Bruist ervoor dat jij weer lekker kunt puzzelen. Op je balkon, in de tuin of heerlijk op je ligbedje aan het strand.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-4-6**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

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

Maak kans op dit bruisende

zomer-pakket



l+r=a

-ur

+ y=i-it

b=z+mi

m+p=r

k+g=m

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

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.

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

bloesem
 zacht
 perzik
 zeep

schuim
 wassen
 lichaam
 aroma

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

