

ROTTERDAM



NOVEMBER 2021 WWW.ROTTERDAM-BRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Alles
even loslaten!

Christanne de Bruijn:
'Jazz, mijn muziekliefde!'





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

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

Whoops in de Stad.

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

Betlem Taravilla
(Art director Whoops)



2900HW TWINTIG JAAR!

**Er is een nieuwe fase aangebroken.
Een nieuwe wereld, een nieuwe
maatschappij, een nieuw tijdperk.**

Altijd samenwerken, altijd samen genieten
van ons leven. Sociaal, maatschappelijk,
economisch en artistiek. Verantwoord met
elkaar mooi zijn, van binnen en van buiten.

Ik hoop dat mijn bijdrage hieraan
RUST & KRACHT mag zijn. Vertrouwen
in de mens en respect voor elkaar op
welke afstand dan ook. In GEZONDHEID
en met elkaar.

ONTDEK OWAY
biologisch &
biodynamisch



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

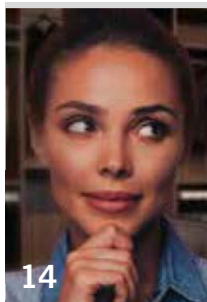


28

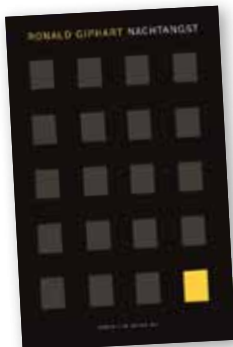
Inhoud



46



14



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 - Frans Pijnenburg
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Astrid Berkhout
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Chantal Visser
EINDREDACTIE Anouk Jacobs

 Like ons op Facebook.com/rotterdambruist

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





DEZE WINTER
STARTEN MET
ADVERTEREN,
MÉT SUPERVEEL EXTRA
KORTING? Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
of bel
076-7115340

Goed zorgen voor jezelf en op tijd de nodige rust pakken. We kunnen niet vaak genoeg benadrukken hoe belangrijk dit is en je ziet dit onderwerp dan ook elke editie weer in heel wat artikelen voorbijkomen. Tal van ondernemers immers die je hierbij kunnen helpen. Maar ook zelf kun je het nodige doen om even echt tot rust te komen. Hoe je dat doet, lees je verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

Bruisende lezer,

Jij hebt zorg nodig, maar dat geldt net zo goed voor alles en iedereen om je heen. Je vrienden, familie, kennissen, burens... Iedereen kan wel wat extra zorg en aandacht gebruiken, helemaal nu we richting de koudste en donkerste maanden van het jaar gaan. Dat vinden onze bruisende ondernemers trouwens ook.

Zij zorgen maar al te graag voor jou als klant, helpen je zorgen voor anderen en delen in hun inspirerende verhalen in deze nieuwste editie van Bruist hoe zij dit zoal doen. Zorg jij als klant dan ook een beetje voor hen? Want samen komen we die koude wintermaanden wel door.

Veel leesplezier en geniet van de herfst!

Lea en Marcel Bossers

P.S. Dit jaar kregen we gezinsuitbreiding. Meet **Indy en Tofu**. Ze zijn nu vijf maanden oud en hebben een hoge aaibaarheidsfactor, gaan goed om met kinderen en zijn ontzettend lief. Dit ras heet Coton de Tulear en is afkomstig uit Madagaskar. Daar staan deze hondenbekend als de 'Royal dog of Madagascar'.



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

E

LAAT EVEN
ALLES LOS!

Hoe kom je echt tot rust?

Af en toe helemaal tot rust komen is erg belangrijk om de werkweek met genoeg energie door te komen. Maar hoe laat je alles los en heb je echt een momentje voor jezelf, zodat je daarna weer vol energie verder kunt? Tot rust komen is moeilijker dan het lijkt.

Iedereen herkent dit wel: je wilt even helemaal niks doen, maar je telefoon blijft steeds trillen en je gedachten gaan van je belastingaangifte naar de strijk die er nog ligt. Dit zorgt ervoor dat we ons, tijdens een momentje voor onszelf, alsnog onrustig voelen. We krijgen tegenwoordig zo veel stimulatie dat onze hersenen het eigenlijk niet meer gewend zijn om niks te doen. Het is gewoon een soort verslaving. Zodra je je even verveelt, krijg je de neiging om weer een nieuwe dopamineshot - een beloning van gedrag - op te wekken door je e-mail of je Facebook te checken.

Toch is het heel belangrijk om regelmatig echt tot rust te komen. Maar hoe pak je dit nou aan? Er zal vast een mogelijkheid zijn in je dag, misschien in je pauze, om heel even je ogen te sluiten en tijd in stilte door te brengen. Het sluiten van je ogen verbetert de kwaliteit van rust. Probeer het eens uit, het helpt echt. Blijft er tijdens zo'n rustmomentje van alles door je hoofd spoken? Om alle zorgen (tijdelijk) even uit te zetten, kun je drie minuten de tijd nemen om alle

to do's op te schrijven. Door het opschrijven van deze dingen hoeft je hoofd er niet meer mee bezig te zijn, aangezien het allemaal op papier staat. Is één van je zorgen iets wat je niet op korte termijn kunt oplossen? Dan heeft het ook niet erg veel zin om er op dat moment over in te zitten. Klinkt logisch, toch?

Pak jouw moment Weet je hoe vaak je even een momentje voor jezelf zou moeten nemen? Elke dag! Zorg ervoor dat je echt kunt rusten als je daaraan toe bent. Dat betekent telefoon, computer en televisie uit. Niet storen! Het is heel belangrijk dat je geest rust krijgt. Vijf minuten van stilte is effectiever dan dertig minuten voor de televisie zitten of je Facebookpagina checken.

Extra tip Gebruik je telefoon helemaal niet meer in de slaapkamer, zodat je slaapkamer altijd een plek is waar jij tot rust komt. Je telefoon is namelijk een van de hoofdfactoren van dat onrustige gevoel dat jij constant hebt. En ja, dit zal uiteindelijk tot meer energie leiden. **Wie wil dat nou niet?**

Ook op zoek naar rust? Op www.nederlandbruist.nl vind je genoeg ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

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



HOME FIT
Flex zitstabeau

Gezondheid is niet te koop!

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

Heb je al klachten of wil je die juist voorkomen?

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



Max Koogje(eigenaar)

Word ook creator van je eigen leven

Mijn naam is Collette Janssens en ik ben Klassiek Homeopaat met als specialisatie Seksueel Misbruik. Vanaf de heling van mijn eigen seksueel misbruik voelde ik dat ik daar graag andere vrouwen (en steeds vaker mannen) mee wilde helpen.

De meeste mensen die in aanraking zijn gekomen met seksueel misbruik zijn vaak geneigd er niks mee te doen. Deels uit schaamte, deels uit 'als je er niet aan denkt, is het er niet', deels onder druk van familie, gezin enzovoorts. Een ander deel belandt, vaak uit noodzaak, wel in een bepaalde vorm van hulpverlening, maar dit houdt óf op een bepaald moment op óf brengt niet dat wat gezocht wordt.

Zelf begon ik met het eerste. Ik dacht er zelf wel doorheen te komen en dat ging ook een paar jaar goed totdat ik uiteindelijk zoveel problemen ondervond, dat overstappen naar de andere wereld mij een cadeautje leek. Daardoor belandde ik, ongewild, in het tweede gedeelte namelijk de reguliere hulpverlening. Een oplossing voor slechts een korte periode.

Al snel bleek het namelijk niks voor mij en ben ik mijn eigen helingstraject gaan uitzoeken. Dit heeft jaren geduurd, maar heeft mij uiteindelijk wel gebracht wat ik wilde. Namelijk: die krachtige vrouw zijn die een groepsverkrachting heeft overleefd, haar plek weer op heeft geëist en zich niet meer laat onderdrukken door naar beneden halende gedachten.

Wil jij ook af van die negatieve gedachten die maar in je hoofd vastgeroest lijken te zitten? Wil jij ontdekken wie je ook alweer was vóór het misbruik? Wil jij ook het misbruik geen hoofdrol meer laten spelen in jouw verhaal?

Misschien wil je met mij samenwerken om dat te bereiken? Neem dan gerust vrijblijvend contact met me op.



Collette Janssens
Klassiek Homeopaat
BewustzijnCoach

R.Hom/Registertherapeut
BCZ Klassiek Homeopaat, specialisatie
Seksueel Misbruik
06-55934429
info@collettejanssens.nl
www.collettejanssens.nl

HONING VAN GOUD

De bijzondere honing van Manuka New Zealand is een Nieuw-Zeelands wonder. De exclusieve Manuka honing staat bekend om zijn geneeskrachtige en helende eigenschappen. Manuka New Zealand honing is perfect om je gezondheid deze winter een boost te geven.
www.manukanewzealand.eu



LEZERSACTIE WIN een foundationspray van Thats'so

Een foundationspray die je aanbrengt met een make-upkwast. Een echte gamechanger! Het product blendt samen met de huid en creëert een prachtige en egale glowy teint. Het geeft als het ware een filter over het gezicht. Het vermindert de zichtbaarheid van onvolkomenheden en bevordert een heldere en uniforme look. www.thatso.nl TAG #FACE UP

Natuurlijk voor spieren

De vluchtige oliën in Shanghan-Lun spierolie hebben de eigenschap om diep door te dringen in de onderliggende weefsels, zodat ze direct actief kunnen worden in de spieren. Het werkt verlichtend bij gevoelige, zwaarbelaste spieren en spierkrampen, stimuleert de doorbloeding en vertraagt de verzuring in de spieren. Dit maakt de spieren weer soepel en zorgt voor een sneller herstel na sport of verkeerde beweging. Het heeft een koelend effect met aansluitend, door stimulering van de doorbloeding, een aangename duurzame warmte. Deze spierolie is niet vet en veroorzaakt geen roodheid van de huid.

Het product is verkrijgbaar bij drogisterij en reformhuis.



Kijk voor adressen op www.aromed.nl/verkoopadressen



Geniet Nou

ETHIOPIAN COFFEE

Een nieuwe variant van de smaakvolle Zuid-Afrikaanse crème likeur, de originele smaak van echt Marula fruit en doordrenkt met tonen van hoog-waardige Ethiopische koffie. Drink hem puur met een blokje ijs, doe een scheutje in een espresso of maak er je desserts mee af.

www.amarula.com





LEZERSACTIE

Maak kans op tanning spray van That'so

De vegan tanning spray van That'so is ongeëvenaard goed en geeft direct een prachtige egale bruine kleur die zich 2-3 uur na het aanbrengen door ontwikkelt. Hiermee zie je er sunkissed uit! Geen vlekken, oranje/gele kleur of zwarte puntjes in je poriën.

www.thatso.nl TAG #SELTAN



van
ember



BEGRIJPT MANNEN

Een droog uitziende huid in de winter? Geen probleem met deze hydraterende gezichtscrème voor mannen van Bulldog skincare. De moisturiser is verrijkt met natuurlijke ingrediënten zoals aloë vera, camelina olie en groene thee én is zacht genoeg om zowel 's ochtends als 's avonds te gebruiken.

www.bulldogskincare.com

SHOPPING/NEWS

FRIS EN ELEGANT



Ayala Brut Majeur is de belichaming van de frisse en elegante stijl van dit relatief kleine champagnehuis. Langdurige rijping in de kelders en een lage dosage maken deze champagne geschikt voor iedere gelegenheid. Een uitnodigende, expressieve en fruitige drank met een heerlijke lange afdronk.

www.champagne-ayala.fr/en

LEZERSACTIE

Maak kans op droogshampoo van That'so

Moet je haar gewassen worden, maar ontbreekt het je aan de tijd? De Perfect Hair Dry Shampoo van That'so biedt uitkomst! Deze shampoo reinigt het haar zonder dat er water aan te pas komt. De formule is verrijkt met groene thee, wat het haar verfrist en zuivert.

www.thatso.nl TAG #DRYSHAMPOO



*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.**



www.degraafbv.nl
Woonboulevard Hoogstad - Vlaardingen

Kasten exact op uw maat!

Een kast kun je overal kopen...

45 jaar kennis, vakmanschap
en kwaliteit niet!

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

Alles onder één dak

Ben jij eraan toe om even heerlijk te worden verwend en stralend de deur weer uit te lopen? Bij Unique Nails and Beauty vind je vrijwel alles gericht op beauty onder één dak.

Sinds de salon vernieuwd is, is er een frisse wind door de salon gegaan. Daardoor is alles nu weer helemaal up-to-date en kunnen klanten nog meer in de watten worden gelegd. Voor elke klant wordt uitgebreid de tijd genomen en iedereen krijgt de aandacht die hij/zij verdient.

DE BEHANDELINGEN DIE WE AANBIEDEN:

Kapsalon • dames, heren en kinderen • balayage

• foliage • highlights • lowlights

Nagelstudio • acrylnagels • gellak • biab

• manicures

Schoonheidssalon • PMU • wimperlifting

• wimperextensions • gezichtsbehandelingen

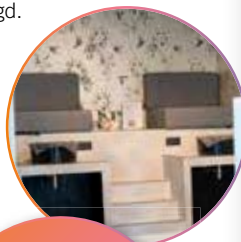
Pedicure gecombineerd met

• cosmetische voetbehandeling

• medische voetbehandeling • gellak op de teennagels

Onze merken • OPI • Medik8 • Keune • Saryna Key

• Misencil • Marc Inbane • Milu • Wasparfum



Hele maand
november
GELCOLOR
BAHANDELING
incl. mini manicure
voor €40



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

Unique
NAILS BEAUTY

Eigenaren: Simone en Mariëlle
Koningslaan 197, Rotterdam
010-8208565

www.uniquestyling.nl

Hoe **positiever en rustiger** je mindset, hoe sneller je **onrust los** kunt **laten**. Gedachten **op een rijtje** krijgen.

Meditatie is een goed moment om je op jezelf te richten, in stilte.

Breng **structuur** aan voor jezelf.

Bijvoorbeeld een vast **ritme** van de dagelijkse dingen. Jij bent goed zoals je bent! Zet **kleine,**

concrete en behapbare **stappen**.

Moeten wordt **willen**.

Geef of vraag **een knuffel**.

Installeer **jouw uitknop**.



DE LANGE & REEK WONINGINRICHTERS

Bent u toe aan een verrassend
advies voor uw interieur?

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

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





Deze maand in de Spotlight: PVC-Vloeren

Voor meer info kijk op
www.delangeenreek.nl

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

Di. t/m za. van 9.00 - 17.00 uur

A photograph of a diverse group of people in an audience, all smiling and clapping enthusiastically. The focus is on a man and a woman in the foreground, with others visible in the background. The lighting is warm and the atmosphere is joyful.

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

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

Ben jij een theaterliefhebber?

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

Dan zit die pluchen theaterstoel straks nog net even wat lekkerder.

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

Altijd op de hoogte

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

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

Volg ons op social media

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



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



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

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

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

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

Betlem Taravilla
(Art director Whoops)



WERELD- VROUWEN

Ik voel me sterk als mens. De ontwikkeling van de vrouw is een must en is global.

Vandaag in mijn gedachten wens ik de kracht aan alle moeders, dochters, oma's om elkaar te helpen en steunen om te zijn en worden de soort vrouw waar je trots op kan zijn.

Ongeacht waar je leeft, is een plicht om alle energie te gebruiken voor alle vrouwen in de wereld. Geef met liefde je gedachten aan hen. Ze zijn er voor het gezin, ze zijn er voor de COMMUNITY, ze zijn er voor de economie, ze zijn er om de toekomst te bouwen voor ons alle. Vrouw zijn is een eer in een dynamische maatschappij. Dankbaar aan alle vrouwen die mij inspireren. Leermeesters van de wereld. Vrouwen van alle werelddelen.

DAGJE UIT

KUNSTMAAND AMELAND



Wie denkt dat er in de herfst niks te beleven is op Ameland, heeft het mis! Ameland staat namelijk de hele maand november in het teken van de kunst. En kunst is er in vele vormen! De Kunstmaand op Ameland biedt de kans om te genieten van inspirerende kunst, muziek, rondleidingen, films, workshops en lezingen. Net even anders kunst kijken, beleven en ervaren? Dit is Kunstmaand Ameland. Omdat het dit jaar de 25e editie is – oftewel een zilveren jubileum – heeft de organisatie gekozen voor een toepasselijk thema: Zilver. Zilver glanst en sprankelt, maar kan evengoed bescheiden zijn. Want ‘every cloud has a silver lining’.

Meer info op

www.kunstmaandameland.com.



FILMPJE KIJKEN SPENCER

Het huwelijk van Prinses Diana en Prins Charles is al lang bekoeld. Ondanks geruchten over affaires en een echtscheiding gaan de kerstfestiviteiten door op het landgoed van de koningin in Sandringham. Spencer speelt zich af tijdens deze cruciale kerstdagen in de vroege jaren negentig waarin prinses Diana besluit dat haar liefdeloze huwelijk met prins Charles niet werkt. Ze zal moeten afwijken van het pad dat voor haar was uitgestippeld als toekomstige koningin. Spencer is een verbeelding van wat er gebeurd zou kunnen zijn. **SPENCER is vanaf 11 november te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN NACHTANGST



De van oorsprong Nederlandse schrijver P.J. Weber kan in New York niet van zijn pen alleen leven. Om in zijn levensonderhoud te voorzien, doet hij administratieve klussen. In de nachtelijke uren stuurt hij vanuit het kantoor lange e-mails aan zijn Amerikaanse agente. Op een avond wordt er ingebroken in het afgelegen pand. Terwijl de angst te worden ontdekt hem in een wurggreep houdt en de inbrekers steeds dichterbij komen, begint Weber aan een testament, een bekentenis wellicht. Hij vertelt over het huwelijk en de dood van zijn ouders, het schrijverschap, zijn zoon in Nederland, seksueel misbruik en de beschutting van taal. **NACHTANGST van Ronald Giphart is vanaf 4 november verkrijgbaar.**

HÉT H WAAR JIJ NAAR



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

HOTEL ★★★★★ OP ZOEK BENT!

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!*





SOOS Pets is een Canadees merk dat dierenshampoos maakt op basis van Dode Zee-mineralen. De shampoos worden gemaakt met natuurlijke ingrediënten, waaronder kokosolie en plantenextracten en zijn vrij van SLS (sulfaten) en parabenen.

Het resultaat? Een mooie én gezonde vacht. Zeg nu zelf, jij wilt toch ook het allerbeste voor jouw huisdier?

SOOS™
DEAD SEA-SPA PRODUCTS FOR PETS

Meer informatie?
info@soospets.nl
www.soospets.nl

Bruist jouw huisdier al?

“Ontketen de kracht van de Dode Zee. Dankzij de genezende kracht van mineralen uit de Dode Zee en een mix van natuurlijke ingrediënten hebben de shampoos en conditioners een weldadig verzorgende werking.”



Op zoek naar de beste en gegarandeerd de goedkoopste?

Transparent **Keukens:**

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

BEZOEK DAN
EENS ONZE SHOWROOM
OF MAAK EEN AFSPRAAK

Zomerdijk 34 B
in Maassluis

 Transparent
Keukens

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



“IK HOU ERG
VAN HET
ONVOORSPELBARE
IN DE MUZIEK”

Rol Amélie is Christanne de Bruijn op het lijf geschreven:

“Muziek is het belangrijkste in mijn leven”

Door een uitstapje naar de filmwereld (De Dirigent) en een lockdown is het al een tijdje geleden dat we Christanne de Bruijn in het theater zagen. Maar gelukkig is het wachten voorbij. De actrice speelt namelijk sinds oktober de hoofdrol in Amélie de Musical. “Wij vertellen het verhaal van hoe Amélie zich ontwikkelt tot de eigenzinnige vrouw die iedereen kent uit de film.”

Als kind was Christanne al weg van de fantasievolle film over de dromerige Amélie, in wie zij zich zeker herkent. “Zij is bijna een toeschouwer in het leven. Dan zit je naar iedereen om je heen te kijken en dan voelt het alsof je er zelf altijd nét buiten staat. Dat je zo in je eigen wereld zit en je je eigen fantasie en dromen creëert, dat had ik als kind echt gigantisch.”

'Jazz is mijn muziekliefde'

Naast acteren en zingen speelt Christanne ook cello in de musical. “Het is heel spannend, maar ook heel tof!” In de musical speelt muziek een hoofdrol, net als in Christannes eigen leven. “Muziek is wel echt het allerbelangrijkste in mijn

leven. Jazz is mijn grootste muziekliefde”, lacht ze. “Ik houd erg van het onvoorspelbare in muziek, maar ik luister ook heel graag naar Janice Joplin, Fleetwood Mac, Prince en dat soort artiesten.”

Iedereen mag er zijn

Amélie brengt een boodschap van tolerantie over die goed aansluit bij de huidige tijdsgeest. “We leren echt naar de ander te kijken. Ik kijk de hele eerste akte als toeschouwer naar alle personages om me heen, daar word je zo empathisch van”, aldus Christanne. “Iedereen komt ergens vandaan en heeft een verleden en bepaalde gedragingen. En dat is oké!”



Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. Ga naar theater.nl/bruist

En dan opeens zit er

A close-up photograph of a person's face, focusing on the eye and cheek area. The skin shows signs of aging with fine wrinkles and a prominent brown pigmented spot (possibly a freckle or age spot) on the cheek. The overall tone is warm and natural.

Wil je ook
verlost worden van
overtollig pigment?
Neem vrijblijvend
contact op.

een PIGMENTVLEK

Iedereen herkent het wel, zo heb je niets en zo zit er opeens een bruine vlek op je gezicht. Je handen en decolleté zijn ook favoriet voor deze vlekken, maar natuurlijk kunnen ze overal ontstaan. De vlekken zijn ontsierend en je lijkt ook gelijk wat ouder dan je in werkelijkheid bent omdat je huidteint niet egaal meer is.

Onderin onze bovenste huidlaag (opperhuid) liggen onze pigmentcellen oftewel de melanocyten. Op het moment dat UV-licht op de huid komt, dringt het licht door tot aan deze pigmentvormende cellen. Ze reageren direct door pigmentkorrels (melanosomen) af te geven.

Deze pigmentkorrels gaan als een paraplu boven de cellen liggen om zo onze huid te beschermen tegen UV-straling. Als het UV-licht dan nog steeds weet door te dringen tot de pigmentcellen, dan blijven de cellen pigmentkorrels produceren en wordt je bruiner en bruiner.

Door verschillende oorzaken kunnen de pigmentvormende cellen overgevoelig raken en geven ze nog meer pigment af. Het vormingsproces verloopt dan ook niet goed meer, met als gevolg dat de korrels gaan klonteren. Zo ontstaan pigmentvlekken.

Wil je graag verlost worden van overtollig pigment?

Wij maken gebruik van Nordlys, het meest veelzijdige en effectieve laser/IPL-systeem momenteel op de markt. Met maar liefst 8 verschillende handstukken is er voor ieder huidprobleem een veilige en effectieve oplossing.

Neem vrijblijvend contact met ons op en ontdek de precieze mogelijkheden voor jouw huid.



Marjan van Gernerden en Stephanie Dirven

vital
Huidinstituut

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 **STOOMREINIGING** MET DE **GREENSTEAMER 8!**

Wij geven gespecialiseerde trainingen op het gebied van stoomreiniging. Waarom een training met stoomreiniging? Stoom is toch gewoon water met hoge temperatuur zodat het stoom wordt? Wat kan daarmee fout gaan?

Wij geven onze training stoomreiniging met de Greensteamer 8 (made in Holland) van Knol Cleaning Solutions, geen huis-tuin-en-keukenstomer die je koopt bij een (internet)winkel. De maximale druk is hoger, je kan hem afstellen in droogstoom, natstoom en stoom er tussenin. Belangrijk is te weten is of het afwerkmateriaal tegen hoge temperaturen kan of tegen hoge vochtigheid. Met de Greensteamer 8 kun je het gestoomde oppervlak bovendien droogzuigen zodat er geen natte plasjes achterblijven die schade aan zouden kunnen brengen aan het afwerkmateriaal.

Professioneel werken met stoomreinigers verdient de juiste aandacht en instructie. Vandaar dat wij deze training hebben ontwikkeld in samenwerking met Knol Cleaning Solutions. De basisinstructie

(gebruiksaanwijzingen) staat op de Greensteamer 8, maar om alle mogelijkheden te leren kennen is een training met de Greensteamer 8 een must. En het voorkomt ook nog eens onnodige problemen. Weet waarmee je werkt!

Bij Clear4Clean leer je de mogelijkheden van de Greensteamer 8. Neem gerust contact met ons op voor de mogelijkheden.





Afscheid nemen...

Zie je de dag van tevoren aankomen?

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

Euthanasie. Wanneer? En ben je niet te vroeg?

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

WAT NU?

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



Huisdieren Crematorium Drechtsteden

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



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

Met passie voor haar!

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

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

Goede producten

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

De laatste trends

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



Beautylounge
Rotterdam



Voor vragen kun
je bellen/appen met
06 42129333.

Blijf gezond en
tot snel!

Vanuit het hart

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

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

maira@beautyloungerotterdam.nl | www.beautyloungerotterdam.nl

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 / plaatsen isolerend glas

Advies voor materiaal- en kleurgebruik

'De klant is koning'

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

VOOR AL UW SCHILDERWERK
RENÉ VERHAGEN



MAASSLUIS | 010-5928139
WWW.RENEVERHAGENSCHILDERWERKEN.NL



Er zijn verschillende redenen waarom u kiest voor stucwerk. In de eerste plaats geldt het als finishing touch van uw ruwe muur of plafond en zorgt een fraaie afwerklaag voor een mooie uitstraling van wanden en plafonds. In de tweede plaats kunt u voor stucwerk kiezen omdat het de thermische isolatie bevordert en het een brandvertragende en vochtwerende werking heeft.

Verschillende soorten stucwerk

- Glad stucwerk
- Sierpleister
(spachtelputz, rustiekputz of granol)
- Schuurwerk
- Spacksputwerk
- Behangklaar stucen
- Sausklaar stucen
- Tegelklaar stucen

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

STUCADOOR NODIG?

Alles weer glad?

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

VOOR ELKE VRAAG
HEEFT RENÉ VERHAGEN
SCHILDERWERKEN
DÉ OPLOSSING!

Zorgverzekering voor je huisdier

- ✓ Lage premie, geen winsttoegmerk
- ✓ Hoogste uitkering van Nederland
- ✓ Unieke code is verkrijgbaar bij Milan's Diervoeding

PetSecur
Zoow plezier, samen verzekerd



MILAN'S DIERVOEDING

Peppelweg 17-19a, Rotterdam | 010-4185603
milansdiervoeding@gmail.com | www.milansdiervoeding.com

#Ren tegen kanker

KWF

Waar ren jij mee?
Ga naar
rentegenkanker.nl



Verloskundige Jemimah uit Kenia:
"De geboorte van een baby is iets magisch."

Iedereen verdient goede zorg

In Afrika is een enorm tekort aan goed opgeleid medisch personeel. Daarom traint Amref Flying Doctors zorgverleners in Afrika.

Doneer nu op
amref.nl/zorgverleners
of scan de QR-code.



Voor een gezond
en sterk Afrika

'Ideaal voor in de trapkast!'

Het draaibaar kastsysteem van Van der Ven biedt ongekennde mogelijkheden...

De Inzetkast is een stevige houten kast, gevat in een stalen frame, waardoor deze kast niet zal gaan doorzakken of schrancken, zelfs niet bij zijn maximale belading van 75 kilo. Geplaatst op een kogeltaatslager draait de kast verbazend soepel. En vrij van uw vloer, alsof hij over uw vloer zweeft.

De inzetkast past altijd, een stelling die wij durven te beweren na al de jaren dat wij deze kasten leveren.

Opbergproblemen?

Wij bedenken graag met u een maatoplossing!
Aarzel niet.
Bel ons vrijblijvend op

076-5021879

Kijk op handigekasten.nl

voor meer informatie over:

- Inzetkast
- Slaapkamerkast
- Zolderkast
- Knieschotkast
- Dubbele ordnerkast
- Computermeubel





EXCELLENT JEWELRY



€175,-

€190,-

Zilver & 14kt goud



€299,-



€259,-



€459,-



€259,-



C. VERKADE

J u w e l i e r

anno 1912

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

Nooit meer een bad hair day

Wat doe je als 'het' zich plotseling aandient?
Die 'bad hair day' die altijd op het verkeerde moment komt?



Stap onder de douche

Kom je er 's ochtends achter dat je haar in pieken langs je gezicht hangt? Was je haren met een verzorgende shampoo en gebruik vervolgens een conditioner voor een glanzende coupe. Weinig tijd? Er zijn diverse soorten shampoos en conditioners die je op droog haar aanbrengt.

Leg de nadruk niet op je haar

Doe eens iets gekks met je make-up, trek een outfit in een opvallende kleur aan of kies voor een in het oog springende bril. Niemand die nu nog op je haar let!

Zet een hoed op

Die zijn nu hartstikke hip, dus waarom zou je daar geen gebruik van maken? Kies bijvoorbeeld voor een flaphoed, gleufhoed of een bolhoed.

Kies voor een staart, vlecht of knot

Dan vallen je gekke pieken, pluizige punten of vette haardos veel minder op. Zijn er nog plukjes die zich niet aan jouw regels willen houden? Gebruik dan wat leuke speldjes.

Ga naar de kapper

Een goede knipbeurt kan wonderen verrichten. Al eens aan een leuk kleurtje gedacht? Je kapper kan je adviseren over de laatste haartrends.

Geen gedoe thuis in de badkamer

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



Benieuwd geworden?
Loop gewoon eens binnen!

Y·ä·rdic



OMGAAN MET ANGSTIGE GEDACHTEN

Ons autonome zenuwstelsel is het deel van ons zenuwstelsel dat buiten onze wil om werkt en een belangrijke rol speelt als het gaat om angst en stress. Het bestaat uit een sympathisch en parasympatisch zenuwstelsel. Het sympathisch zenuwstelsel is verantwoordelijk voor de zogenaamde vecht- of vluchtreactie. Deze reactie is heel functioneel als er bijvoorbeeld een roofdier voor je neus staat en je direct in actie moet komen.

Het probleem is echter dat dit roofdier eruitziet als het coronavirus, ruzie met je partner, blijvende stress op je werk of in de huidige situatie bijvoorbeeld angstige gedachten over ziek worden. Angstige gedachten of reacties op je omgeving veroorzaken dezelfde reactie in je lichaam als dat roofdier. Je lichaam weet het verschil niet. Hierdoor maak je te veel stresshormonen aan en zal je immuunsysteem verzwakken, waardoor je vatbaarder bent om ziek te worden.

Als je merkt dat je in deze tijd angstig bent, is het ten eerste belangrijk om dit te zien bij jezelf. Word bewust van je eigen gedachten over de situatie en hoe dit angstige gevoelens bij je oproept. Een (korte) meditatie in de ochtend kan heel erg helpen om los te komen van je angst en om je te verbinden met jezelf. Daarnaast kan de focus op je ademhaling helpen om uit je gedachten te gaan en meer in je lichaam te komen. Adem een paar keer diep in door je neus en uit door je mond om sneller tot rust te komen. Bedenk waar jij van tot rust komt. Kom je er zelf niet helemaal uit, dan heb ik voor jou een online Feel Good Training gemaakt die je helpt om deze moeilijke tijd door te komen.

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

Liefs, Fajah Lourens

Kijk voor meer info op:

<https://mkbmshop.com/products/online-feel-good-training>





ZA 27 NOVEMBER I LOVE URBAN

Het festival ging in juli niet door, maar in november kun je los tijdens de indoor editie van I Love Urban.

I Love Urban zorgt voor spectaculaire dansshows, entertainment, komedie, vuurwerk en nog veel meer. Het festival wordt gepresenteerd door Jandino. Verwacht in ieder geval te gekke namen op de line-up, liveoptredens van verschillende artiesten en sets van populaire dj's.



AHOY ROTTERDAM



ZA 13 NOVEMBER KUIPVREES WINTER FEST

Waag een dansje in de Kuip tijdens de eerste editie van Kuipvrees: Winter Fest! Aan de Olympiazijde vind je het in -en outdoorfestival met 5 area's: METZ, De Tech-house tunnel, een Silent Drive-In Disco tent, Die Bierstube en Het Winterplein.

De line-up van de Tech-house tunnel is al bekendgemaakt. Benny Rodrigues, Boris Ross, Dande en onder andere Elinov komen plaatjes draaien.



STADION FEIJENOORD/DE KUIP

UITGELICHT



Foto: Joop Reedijk

DO 25 T/M ZA 27 NOVEMBER

CAMERETTEN FESTIVAL

Na een jaar uitstellen kan het nieuwe aanstormende cabaretalent van Nederland en België niet wachten om te laten zien en horen wat ze in huis hebben.

Cameretten is het oudste én grootste cabaretfestival van Nederland. Het is traditie dat de finalisten de topcabaretiers van de toekomst worden. En die kun je tijdens deze avond zien zonder in je slaapzak voor de deur te liggen.

Op 24 en 25 november vinden de halve finales plaats en mogen zes geselecteerde acts hun beste voorstelling van dat moment tonen aan publiek. Uit de zes halve finalisten kiest de gerenommeerde jury van Cameretten drie finalisten die bij de finale op 27 november kans maken op de titel winnaar van Cameretten 2021.



OUDE LUXOR THEATER



ZO 14 T/M ZO 28 NOVEMBER

FLAMENCO BIËNNALE

Flamenco Biënnale Nederland is een tweejaarlijks internationaal dans- en muziekfestival met als kloppend hart de flamenco.

Organsatrice Ernestin van de Noord biedt met de Flamenco Biënnale een serieus podium aan de flamenco die ze zo liefheeft. 'Flamenco is haat-liefde, ik ben er bijna bang voor.'

Het verenigt de hedendaagse flamencotop in een programma met muzikale kruisbestuivingen en indrukwekkende dansvoorstellingen.

Het programma in Rotterdam bestaat uit vier onderdelen, te bezoeken in LantarenVenster of de Doelen.



LANTARENVENSTER, DE DOELEN

Your gift FOR A X-MAS MOMENT

Wat hebben we een veelbewogen jaar achter de rug. Een jaar waarin de gevolgen van COVID-19 nog steeds voelbaar zijn. Veel gezinnen zijn getroffen door werkloosheid en leven in een onzekere periode. Dit raakt met name de kinderen uit deze gezinnen. Niet alle ouders zijn in staat om cadeautjes te kopen en hun kinderen een onbezorgde kerst te geven.



Ook de dak- en thuislozen hebben het zwaar, doordat ze in de maand december extra getroffen worden door eenzaamheid. De afgelopen 26 jaar heeft Victory Outreach Rotterdam tijdens het kerstfeest altijd succesvol uitgereikt naar de daklozen en minderbedeelden. Vorig jaar hebben we zelfs meer dan 1.000 mensen mogen trakteren op een heerlijke uitgebreide afhaalmaaltijd met daarin ook een boodschap van Jezus:

Er is hoop!

A X-mas Moment: 1.500 pakketten!

Ook dit jaar willen we Kerstmaaltijden uitdelen. Op vrijdag 17 december voorzien we van 16.00 tot 20.00 uur maar liefst 1.500 mensen van een Kerstafhaalmaaltijd en een goedgevuld kerstpakket. Kinderen tot 12 jaar mogen zaterdag 18 december genieten van een middag met volop spel, eten, drinken en cadeautjes.

Hoe helpt u mee?

1. Ondersteun ons financieel: 1.500 maaltijden en pakketten uitdelen is een kostbare onderneming. Elke gift telt! U kunt uw bijdrage overmaken naar NL53 RABO 0159 039 525 t.n.v. Victory Outreach Rotterdam o.v.v. Gift Kerst 2021. Of geef gemakkelijk via onze website www.vorotterdam.nl/geven.
2. Ondersteun ons materieel: er is een lijst beschikbaar van de spullen die we nog nodig hebben om deze twee dagen tot een succes te maken.
3. Word vrijwilliger: we hebben extra handen nodig om deze dagen succesvol te laten verlopen. Registreer u via backoffice@vorotterdam.nl. Let op: dit jaar kunt u alleen als vrijwilliger meehelpen als u van tevoren geregistreerd bent en de briefing heeft bijgewoond.

Heeft u vragen?

Neem dan contact met ons op.

We zijn bereikbaar via telefoonnummer 06-840 48 962 of 06-471 61 481 en via e-mail backoffice@vorotterdam.nl.

Namens ons, de vele daklozen, minderbedeelden en de kinderen die we gaan bereiken: hartelijk dank voor uw hulp!

Met vriendelijke groet,

Jerry en Xannelou Mendeszoon en het leiderschapsteam

N.B. Victory Outreach Rotterdam is een ANBI.

Uw financiële gift is onder voorwaarden fiscaal aftrekbaar.

Draagt u ook uw steentje bij aan Gift Kerst 2021? Scan de QR code.





Romige venkelsoep met Parmezaanse kaas

Venkel is voor velen een onbekende groente en dat is zonde. Het zit bomvol smaak, is licht zoet, maakt je darmen rustig en combineert perfect met tal van ingrediënten.

Bijvoorbeeld in deze heerlijke soep, met bouillon en Parmezaanse kaas.

4 PERSONEN - 30 MIN.

INGREDIËNTEN

3 venkelknollen
1 ui
olijfolie
2 aardappelen
½ tl gemalen komijn
1 liter kokend water
2 bouillonblokjes
100 ml room
peper en zout
50 g Parmezaanse kaas

BEREIDING

Snijd de stengels en het groen van de venkelknollen en bewaar eventueel wat voor de garnering. Snijd vervolgens de venkel in stukken en verwijder de harde kern.

Snipper de ui en bak deze tot de uit glazig is. Snijd vervolgens de aardappelen in kleine blokjes. Voeg de stukjes venkel, aardappel en gemalen komijn toe en roer alles goed door elkaar.

Giet het kokende water in de pan erbij en voeg eventueel bouillonblokjes toe. Meng goed totdat de bouillonblokjes opgelost zijn. Laat de ingrediënten 20 minuten koken.

Mix de ingrediënten met een staafmixer tot een gladde soep. Voeg de room toe en breng de soep op smaak met peper en zout.

Hak het venkelgroen fijn en strooi het over de soep. Rasp de Parmezaanse kaas erover.

PUZZELPAGINA



November is de maand waarin het steeds duidelijker wordt dat de winter echt niet lang meer op zich laat wachten. Kom dus maar op met die dikke truien en zachte plaids waaronder je je heerlijk kunt nestelen op de bank. En wat kun je nu het beste doen tijdens het cocoonen? Natuurlijk, lekker (online) bladeren door deze editie van Bruist en puzzelen voor mooie prijzen.

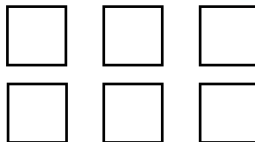
	7	○		2	4		9
		5			6		
4	3	7		9			
1			2				
2	8		3	6		4	1
			4			○	7
			2	7	3		5
		1			8		
3	2	5	○				1

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-9-2**.

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: rust.
De oplossing van vorige maand was **woning**.

Door verstopping of wateroverlast in de knel?

TOS Ontstoppings Service BV
uw adres voor:

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



REGIO GROOT-RIJNMOND
0900-8998833
DAG EN NACHT BEREIKBAAR

Baarsweg 124,
3192 VR Hoogvliet
www.tostotaal.nl

TOS
ONTSTOPPINGS SERVICE BV

Maak kans op een:

VVV-cadeaubon
t.w.v. € 50,-

TOS

ONTSTOPPINGS SERVICE BV

Baarsweg 124, Hoogvliet
www.tostotaal.nl

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

toilet	dakgoot
ontstoppen	badkamer
wastafel	reinigen
gootsteen	storing

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

VAN MOSSEL ZEKERHEID #3:

TOPKWALITEIT VOOR DE SCHERPSTE PRIJS



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

Van Mossel OCCASIONS