

ROTTERDAM



SEPTEMBER 2024 WWW.ROTTERDAM-BRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Transformeer
je stijl

Lees het interview
met *Davey Turnhout*





BOREK
parasols | outdoor furniture

ENJOYING THE OUTDOORS
WITH OUR THREE BRANDS

ORIGINAL DUTCH DESIGN SINCE 1977

Showroom Borek | Bedrijfsweg 7 | Oisterwijk | T +31 (0)13 528 88 66 | E mail@borek.eu



MAX&LUUK
PARASOLS | OUTDOOR FURNITURE



yoi
INSPIRED BY
RELAXATION

Wij regelen het graag voor u!

Betrouwbaar transport van en naar **Spanje!**

Bent u op zoek naar betrouwbaar transport voor uw inboedel, auto, motor of boot van en naar Spanje?

Costa Sprinter staat voor u klaar! Wij verzorgen met plezier ook kleinere zendingen zoals huisraad, kleding of koffers. Onze uitgebreide dienstverlening omvat tevens opslagmogelijkheden in zowel Nederland als Spanje. Of u nu verhuist naar de zonovergoten Costa's of naar het Spaanse binnenland, wij regelen het graag voor u!

Complete Transportservice voor Spanje en Europa

Costa Sprinter biedt meer dan alleen transport naar **Spanje**. Wij rijden regelmatig naar **Portugal, Frankrijk, België, Duitsland** en door heel **Nederland**. Onze service is ontworpen om aan al uw transportbehoeften te voldoen, of het nu gaat om een **enkele koffer** of een **complete inboedel**. Dankzij onze **ruime ervaring**

en **betrouwbare dienstverlening** bent u verzekerd van een **zorgeloze verhuizing**.

Opslagmogelijkheden in Nederland en Spanje

Heeft u tijdelijke opslag nodig tijdens uw verhuizing? Geen probleem! Costa Sprinter biedt **veilige** en **flexibele opslagmogelijkheden** aan in zowel Nederland als Spanje. Of het nu gaat om korte of langdurige opslag, uw bezittingen zijn bij ons in goede handen.

Wij zorgen ervoor dat uw goederen veilig en beschermd worden opgeslagen tot u ze weer nodig heeft.

Kies voor onze betrouwbare en flexibele service en onze jarenlange ervaring. Contacteer ons vandaag nog voor een vrijblijvende offerte!



COSTA SPRINTER

Transport van en naar Spanje

Vraag naar de mogelijkheden en onze tarieven, bel of whatsapp (+31) 6 27 27 27 72



8



24



32



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
SALES SUPPORT NL Bruist 076-7115340
VORMGEVING NL Bruist - Nesia Mamengko
THEMATEKSTEN NL Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN NL Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN NL Bruist
EINDREDACTIE Anouk Jacobs

f Like ons op Facebook.com/rotterdambruist

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

Copyright NL Bruist B.V. ©2024. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Rotterdam Bruist is een merknaam en eigendom van NL Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. NL 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. **NL Bruist B.V. is een uitgeverij van glossy magazines die 33 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Foto: Ron Eskens soowpictures.nl



Bruisende lezer,

Een nieuw seizoen staat voor de deur, alles transformeert. De perfecte tijd om je eigen stijl ook eens onder de loep te nemen en die wellicht eveneens een transformatie te laten ondergaan. Want het is tijd voor een frisse wind en het ontdekken van een nieuwe stijl die écht bij je past. Hoe je daarvoor de basis legt, lees je verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

Ook comedian Davey Turnhout kan trouwens meepraten over het begrip transformatie. Momenteel staat hij namelijk in de theaters met zijn tweede avondvullende cabaretvoorstelling, CHAOS. “De meest persoonlijke show die ik kan maken”, vertelde hij ons tijdens het interview dat we met hem hadden. De basis voor een interessant gesprek én een dijk van een voorstelling.

Wie ook druk zijn met allerhande transformaties, zijn onze bruisende ondernemers. Hun winkels passen zich aan aan de naderende seizoenswisseling, diensten worden erop afgestemd. Het enige wat niet transformeert is hun enthousiasme om al hun klanten zo goed mogelijk van dienst te zijn. Want dat is waar zij het stuk voor stuk voor doen, zoals je op kunt maken uit al hun inspirerende verhalen.

Lea en Marcel Bossers



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

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



12



28

Foto: Jasper Loeffen

Inhoud

NEEM JE VRIENDINNEN MEE OP EEN SHOPPINGTRIP



Transformeer *je stijl*

Ben je telkens weer trouw aan dezelfde spijkerbroek? Voelt je garderobe als een grijze muis die weinig over jou vertelt? Het is tijd voor een frisse wind! Voeg wat kleur toe aan je dag door jezelf verleidelijker en verrassender te kleden. Ontdek een nieuwe stijl die écht bij je past.

Een nieuwe look begint bij je kapsel. Verzamel foto's van kapsels die je mooi vindt en neem ze mee naar je kapper. Hoe meer inspiratie je deelt, hoe beter je kapper begrijpt wat je wilt. Kies een kapper die niet alleen goed kan knippen, maar die ook beschikt over een scherp oog voor stijl en een luisterend oor. Een kapper die begrijpt wat jij wilt en die je kan helpen met deskundig advies op maat is essentieel voor het beste resultaat.

Let bij je keuze op de vorm van je gezicht. Een kapsel kan bepaalde kenmerken benadrukken of juist verzachten. Bespreek dit uitgebreid met je kapper, zodat jullie samen tot de meest flatterende keuze komen.

Een nieuwe look vraagt om lef. Als je twijfelt, plan dan je nieuwe kapsel vlak voor een vakantie. Zo heb je tijd om eraan te wennen. Valt het tegen? Dan is het model bij terugkomst al verzacht.

De ultieme outfit

Een nieuwe look betekent een frisse garderobe. Dat hoeft niet drastisch te zijn, maar een opruimbeurt kan geen kwaad. Doneer kleding die je al meer dan een jaar niet hebt gedragen en zeg vaarwel tegen versleten items. Bepaal wat je wilt uitstralen met je nieuwe look. Blader door modebladen en laat je inspireren door verschillende stijlen. Kies uiteindelijk een look die écht bij je past.

Neem een vriend of vriendin mee op shoppingtrip. Pas zoveel mogelijk om te ontdekken wat je goed staat. Investeer in een paar basics en bouw je nieuwe stijl langzaam op. Vind je het spannend om in één keer met een nieuwe look op je werk te verschijnen? Combineer dan nieuwe stukken met je oude favorieten. Zo went je omgeving langzaam aan je vernieuwde stijl. Jouw nieuwe look bouw je net als een meesterwerk stap voor stap op.

Wil jij een nieuwe look?

Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Matrabike heeft al meer dan 30 jaar ervaring met het leveren van fietsen van fabrikant naar de klant. Het assortiment van Matrabike bestaat uit allerlei soorten fietsen van racefietsen, stadsfietsen, mountainbikes tot elektrische fietsen. Oftewel; Matrabike heeft voor elk wat wils!

HET IS WEER ZOMER!

Matrabike vindt het belangrijk dat de klant écht waarde krijgt voor haar geld. Dit ziet u ook terug in onze klantenreviews. Matrabike heeft de hoogste klantenwaardering in de fietsenbranche op Trustpilot.



STOKVIS E-Trento

- MXUS achterwielmotor
- 7 Shimano versnellingen
- V-brake remmen

Van €1499 voor

€ 899,- *Stokvis*



ROMET e-Modeco Urban 1.0

- Bafang G020 achterwielmotor
- 7 Shimano versnellingen
- Hydraulische schijfremmen

Van €1799 voor

€ 1299,-



LEKKER OP DE FIETS!



FONGERS E-Transporter N7

- MXUS voorwielmotor
- 7 Shimano versnellingen
- Rollerbrake remmen

Van €2149 voor

€ 1399,-



FONGERS[®]
Distributed by Matrabike



FONGERS Nuevo Plus

- Motinova Volans Plus middenmotor
- 7 of 8 Shimano versnellingen
- Hydraulische schijfremmen

Van €2999 voor

€ 2199,-



FONGERS[®]
Distributed by Matrabike

★ Trustpilot



TrustScore 4.7
4.902 reviews

Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

Gompenstraat 21, 5145 RM Waalwijk,
Nederland. Tel. 0416 34 20 12

Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

Kortrijksesteenweg 70, 9830 Sint Martens
Latem, België. Tel. 03 888 09 90

Matrabike Rumst (BE)

Antwerpsestraat 83, 2840 Reet
(gemeente Rumst), België.
Tel. 03 888 09 90



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

matrabike
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

Heeft u vragen of wilt u meer informatie?
Stuur dan een e-mail naar:
klantenservice@matrabike.nl

Kijk voor uw elektrische fiets op:
www.matrabike.nl

ZORG WEER VOOR GRIP OP JE EIGEN LEVEN!

Het boek 'Laat de kaas niet van je brood eten' geeft je inzicht over hoe je staande kunt blijven en de kracht weet te vinden om door te gaan tijdens het hebben van schulden, stress vanwege persoonlijke geldproblemen of een faillissement.

PRE-ORDER NOW!
via onderstaande mailadres



J

Jolanda.Philipse@icloud.com

REINIGINGSKOGELTJES VOOR KARAFFEN

Karaffen zijn mooi, maar lastig schoon te maken. Met deze reinigingskogeltjes wordt het eenvoudig: rol ze met wat water door de karaf om kalk- en tannineaanslag te verwijderen. Na gebruik kun je de kogeltjes in het bijgeleverde flesje opbergen en reinigen. Klaar voor de volgende schoonmaakbeurt.

be.peugeot-saveurs.com/nl




ROTTERDAM URBAN WINERY

Rotterdam Urban Winery introduceert wijn van geredde tafeldruiven. Dit innovatieve wijnhuis in hartje Rotterdam transformeert druiven die anders verloren zouden gaan tot hoogwaardige wijnen. Met een duurzame aanpak en stedelijke ambiance biedt de winery een unieke ervaring. Geniet van exclusieve wijnen en proef het vakmanschap van Rotterdamse bodem. Rotterdam Urban Winery is een pionier in duurzame wijnproductie en een must voor wijnliefhebbers.

www.rotterdamurbanwinery.nl




RITUALS GOODIE BAG

Koop deze tas en je levert meteen een positieve bijdrage aan een duurzame wereld. Elke tas is handgemaakt door vrouwen uit de sloppenwijken van Mumbai, India. Met de opbrengst hiervan brengt de Tiny Miracles Foundation een echte verandering teweeg.

www.rituals.com




Scan de QR-code

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.

Nazomeren in september

INTUITION 2-IN-1 SENSITIVE CARE

Hét scheersysteem voor vrouwen die vooral snel en gemakkelijk willen ontharen zonder veel gedoe. De Intuition 2-in-1 Sensitive Care biedt schuimende verzorging en scheert tegelijkertijd. Zo sla je twee vliegen in één klap en gaat dit systeem makkelijk mee in de handbagage of backpack voor een lange reis. Dat bespaart tijd, terwijl nauwkeurig ontharen nog steeds heel eenvoudig is. Makkelijker dan met dit systeem wordt ontharen niet.

www.wilkinsonsword.com




ZABRONI CASCARA IJSTHEE SIROOP


Ontdek Zabroni's Cascara IJsthee Siroop, een verfrissende drank gemaakt van gedroogde koffieboonschillen. Deze siroop heeft een perfecte balans tussen zoet en zuur met een subtiele koffiesmaak. Ideaal voor warme dagen: meng met koud water en ijsblokjes voor een verfrissend drankje. Bovendien helpt het gebruik van deze schillen koffieboeren in Colombia, die vaak onder het bestaansminimum leven. Probeer deze unieke cascara-smaak vandaag nog!

www.zabroni.com




LEZERSACTIE* Permsal Magnesium kuurpakket t.w.v. € 23,-

Een intensieve magnesiumkuur voor je gezondheid. Bij klachten zoals vermoeidheid, stress, burn-out, slaapproblemen of reumatische pijn heeft je lichaam extra magnesium nodig.



www.permsal.nl/producten



Doe mee en win

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

Moderne elegantie van elektrische haarden!

Ontdek de revolutie in haardverwarming met de elektrische haarden van vandaag! De moderne technologieën hebben geleid tot een verbluffend realistisch 'vlammenspel', compleet met levensechte rook op basis van waterdamp. En het beste van alles? Er is geen schoorsteen of rookkanaal nodig!

Van inbouwhaarden die strak in uw muur passen tot schouwhaarden die uw ruimte een klassieke uitstraling geven, de mogelijkheden zijn eindeloos. En laten we de vrijstaande kachels en hanghaarden niet vergeten! Wat uw wensen ook zijn, er is altijd een perfecte elektrische haard voor uw interieur.

Maar er is meer! Veel van onze modellen hebben ook nog eens een ingebouwde verwarmingsfunctie. Met een simpele druk op de knop geniet u niet alleen van een prachtig

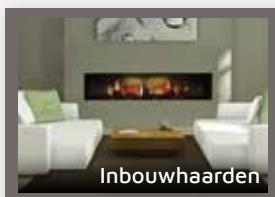
vlammenspel, maar ook van een heerlijke aangename warmte in uw hele kamer.

Kies voor comfort, gemak en stijl met een elektrische haard. Geniet van het sfeervolle en gezellige vuur, zonder gedoe met rookkanalen. Ontdek nu de mogelijkheden en transformeer uw huis in een warme en knusse oase met een elektrische haard van topkwaliteit.



SCAN DE QR-CODE

en bekijk ons gehele assortiment aan elektrische haarden online.



Inbouwhaarden



Voorzethaarden



Vrijstaande kachels



De Griffioen



Houtkachels

CV-houtkachels

Gaskachels

Pelletkachels

Sierschouwen

Elektrische kachels

Tuinhaarden

Plateaus

Anthonetta Kuijstraat 36, Rotterdam
+31 10 404 6459

info@griffioenrotterdam.nl
www.griffioenrotterdam.nl





Van burn-out naar een nieuw balans

Voel je je uitgeput, opgejaagd en wordt alles te veel? Zonder voldoende herstel kan je lichaam het niet meer bijhouden en beland je in overspanning of zelfs burn-out.

Met de diagnose burn-out en dus arbeidsongeschikt, hoorde ik: "Ik ben ongeschikt." Inmiddels weet ik beter: burn-out is juist een ziekte van sterke doorzetters.

Ik weet inmiddels ook dat herstel mogelijk is – en zelfs een beter leven! Door eigen ervaring met lichaamsgerichte therapieën, heb ik mijn emoties kunnen identificeren, stressoren herkennen en oude patronen doorbreken.

Sindsdien heb ik geleerd kinesiologie en craniosacraal therapie toe te passen om anderen te helpen een nieuw balans te vinden. In jouw hersteltraject staat een duurzame levensstijl centraal. Naar behoefte

kunnen we technieken voor rust en herstel toepassen, maar ook protocollen tegen bijvoorbeeld (bijnier) uitputting.

Loop je tegen een burn-out aan? Hulp is binnen handbereik, gun jezelf tijd en zorg om te herstellen – je verdient het!

- SLAAPPROBLEMEN
- MOEHEID
- STRESS & BURNOUT**
- LEREN EN PRESTEREN
- ANGST
- PIJN EN HERSTEL
- HOOFDPIJN EN DUIZELIGHEID
- ZELFONTWIKKELING

Voor een aanraking van vitaliteit, neem een kijkje op touchtilldawn.com of scan de QR-code en boek meteen een afspraak! Ook in Breda.



Touch till Dawn
Westblaak 122C
(Studio Oost West), Rotterdam
06 1768 5740

BRUIST



Bruist verscheen voor

het eerst in Breda en is gevestigd in Oosterhout. Het team van Bruist bestaat uit ongeveer 25 enthousiaste collega's. Bruist verschijnt niet alleen in Nederland, maar ook in België, Costa del Sol en Ibiza. We komen elke maand met **33 edities** uit. Per regio ligt Bruist Magazine op 250 locaties. Dit betekent dat het blad op **meer dan 8000** locaties gratis meegenomen kan worden.

De eigenaren van Bruist Magazine, **Marcel en Lea**, zijn niet alleen getrouwd, maar staan ook samen aan het roer van het bedrijf. Naast onze printuitgave hebben we ook Bruist Online, waar we websites maken, social media beheren en merkidentiteit creëren. Er zijn **lezers** die al 5 jaar lang elke editie van elke maand trouw verzamelen.

Luxe vakantie appartementen te huur

Step into your dreams!



**Hacienda
el Sueño**

la cala de Mijas

Ontsnap aan regenachtig weer en geniet van een heerlijke zomer aan de prachtige Spaanse Costa! Speciaal voor jou hebben we nu een last minute actie met 20% korting op jouw verblijf. Gebruik de code **SpanjeBruist2024** en boek direct! Zien we je binnenkort?

**Er zijn nog enkele
appartementen te koop!**

Maak vrijblijvend een afspraak met onze sales.

Sales

+31 621 128 189 • +34 604420449 Diana Mol
+31 263 034 261 Petra De Kleermaeker
www.dreamhomemarbella.com

Meer informatie en voor reserveringen:
www.haciendaelsueno.com
rentals@haciendaelsueno.com of bel met **+34 951 668 718**



SALES

De ultieme ontspanning aan de Zeeuwse kust

Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied de Zeepeduinen en het strand van Westerschouwen, vind je **Grand Hotel ter Duin**. De perfecte plek om te genieten van alles wat de Zeeuwse kust te bieden heeft!



Grand Hotel ter Duin is van alle gemakken voorzien. Wil je Zeeland op twee wielen verkennen? Geen probleem, het hotel kan de fietsen voor je regelen. Daarnaast beschikt het hotel over een prachtige lobby met bar waar je heerlijk kunt zitten om te genieten van een hapje en een drankje. Ook voor een smakelijk diner ben je hier aan het juiste adres. Grand Hotel ter Duin is niet alleen open voor hotelgasten, want iedereen is hier welkom om even te relaxen.

Met een uitgebreide wellness, fitnessruimte en het strand op loopafstand ontbreekt het je nergens aan!



Grand Hotel ter Duin Hogeweg 55, Burgh-Haamstede | Tel. 0111 655 200 | www.sheetz.nl/grandhotelterduin



Echt tijd voor elkaar!

Lekker uitwaaien!

Grand Hotel Ter Duin ligt op loopafstand van het strand. Leg je deze afstand liever niet te voet af, dan verhuren wij ook fietsen.

Het luxe hotel met **133 kamers** en vier appartementen kent verschillende faciliteiten waarvan je onbepikt kunt genieten: twee sauna's, een Turks stoombad, verwarmd zwembad en twee luxe zonnebanken. De kamers zijn sfeervol ingericht en hebben een warme uitstraling.



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



HOTELS BY SHEETZ

Recharge yourself



MG3 Hybrid+

Ontdek de nieuwe MG3 met Hybrid+ technologie. Ervaar de kracht van elektriciteit en het vertrouwd gevoel van benzine.

Vanaf
€ 22.769*



143kW/195PK
Vermogen

4,4 L/100km
Verbruik (WLTP)**

7 JAAR
GARANTIE

vanmossel.nl/mg

*Prijswijzigingen voorbehouden
**CO₂-uitstoot: 100g/km. CO₂-Klasse: C

Van Mossel

DAGJE UIT PARELS VAN DE STAD



Parels van de Stad (PVDS) is het meest toonaangevende festival van Amsterdam voor hiphop- en urbanliefhebbers die house, afro en pop ook kunnen waarderen. PVDS brengt de beste artiesten, partners, fashion- en lifestylemerken samen en zorgt op die manier, samen met het publiek, voor een glanzende afspiegeling van de heersende Amsterdamse jongerencultuur. PVDS staat voor diversiteit, muzikaal talent, stijl en samenhang. Dit jaar vindt Parels van de Stad plaats op 14 en 15 september, met meer dan 125 artiesten op zeven stages in de Riekerhaven. Zorg dus dat je erbij bent! **Kijk voor meer info op www.parelsvandestad.nl.**

FILMPJE KIJKEN THE FABULOUS FOUR

Als Marilyn twee maanden na de dood van haar man onverwacht besluit om opnieuw te gaan trouwen, vraagt ze haar oude studievriendinnen Kitty, Lou en Alice om haar bruidsmeisjes te zijn. Tijdens een waanzinnige trip naar Florida is de oude chemie tussen de vier al snel teruggevonden. Het verleden komt weer boven, maar er worden ook fantastische nieuwe herinneringen gemaakt. Terwijl de vier druk zijn met het voorbereiden van de trouwdag, zorgen meningsverschillen, rauwheid en romantiek ervoor dat hun levens op onverwachte manieren op zijn kop worden gezet. **THE FABULOUS FOUR is vanaf 5 september te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN WATERLAND



In de zomer van 1959 verhuist een jong gezin – vader, moeder en vier meisjes – vanuit Amsterdam naar een nabijgelegen dorp in een gebied dat als Waterland bekendstaat. Ze zullen er tien jaar blijven wonen. Marieke, de tweede dochter, duikt in haar herinneringen van opgroeien in een nieuwbouwwijk in het Nederland van de wederopbouw en haalt een zo goed als verdwenen wereld naar boven. Van de veilige beschutting van de kinderjaren naar de eerste scheuren in het gezinsgeluk, tot het zich loswrikken van de adolescent. Een gezin als vele anderen en net zo uniek. **WATERLAND van Marieke van der Pol is vanaf 3 september verkrijgbaar.**

DE LEUKSTE, MOOIESTE EN MEEST COMPLETE (INDOOR) HONDENSCHOOL VAN ROTTERDAM E.O.



HOND OP SCHOOL
Coaches voor hond & baas

PUPPYCURSUSSEN

GEHOORZAAMHEIDSTRAININGEN

GEDRAGSCONSULTEN

SPORT- & SPELTRAININGEN

AANKOOPADVIES

DIERENARTSTRaining

VERLATINGSANGSTTRAJECT

MAATWERK



Veilingweg 3, Rotterdam
06-18299873 | 06-29544050 | info@hondopschool.nl

WWW.HONDOPSSCHOOL.NL



GEDRAGSTHERAPIE VOOR HONDEN

PROFESSIONELE HULP OP MAAT

Bij Hond op School begrijpen we dat het gedrag van honden soms uitdagingen kan geven. Of het nu gaat om uitvallen aan de lijn, angst (voor vuurwerk), onzindelijkheid, destructief gedrag of verlatingsangst, onze gespecialiseerde kynologisch gedragstherapeuten staan klaar om eigenaren en hun viervoeter te ondersteunen.

Ons gedragssprekuur biedt de mogelijkheid om met een - bij de NVGH aangesloten - gedragstherapeut te onderzoeken wat er speelt. Tijdens een uitgebreid consult analyseren wij het gedrag van de hond. Onze gedragstherapeuten bieden een grondige gedragsanalyse en geven op maat gemaakte adviezen en prognoses. Bij Hond op School richten we ons op het welzijn van zowel hond als eigenaar. Geen quick fixes, maar een gestructureerd plan waarin eigenaren zelf actief aan de slag gaat met onze tips en oefeningen. Gedragsverandering is een proces dat tijd en geduld vraagt.

PROGRAMMA VOOR VERLATINGSANGST

Honden met verlatingsangst kunnen plassen, poepen, blaffen, of spullen vernielen.

De hond heeft stress en ongemak. Ook op de eigenaar heeft het veel impact. Voor deze situaties hebben wij het programma Happy in je Uppie om te helpen de zelfstandigheid van de hond te vergroten en om de hond stap voor stap te leren om alleen te blijven.

Ons doel is om eigenaren te ondersteunen bij gedragsveranderingen van hun hond op een positieve, hondvriendelijke manier.

SCAN DE QR-CODE OF GA NAAR WWW.HONDOPSSCHOOL.NL.

Voor meer informatie over ons gedragsconsult of het programma Happy in je Uppie en hoe wij jou kunnen ondersteunen, bezoek onze website of neem direct contact met ons op.



Gezondheidsvoordelen van massagestoelen



Massages worden al eeuwenlang geprezen om de helende en therapeutische voordelen. Het is veel meer dan alleen een luxe of een manier om te ontspannen; massages hebben directe en meetbare voordelen voor lichaam en geest. Enkele van de meest erkende gezondheidsvoordelen van massage zijn:

- ✓ Verminderde spierspanning
- ✓ Verbeterde bloedcirculatie
- ✓ Bevordering van de lymfedrainage
- ✓ Betere slaapkwaliteit
- ✓ Stressverlichting
- ✓ Verhoogde mentale alertheid
- ✓ Pijnverlichting

Massagestoelen van Ervaarrust.nl bieden een breed scala aan gezondheidsvoordelen. Ze zijn ontworpen om diverse massages zoals **Thaise massage shiatsu en kloppende massage na te bootsen**, wat kan helpen bij het verlichten van rugklachten, doorbloedingsproblemen en stress.

Thaise massage in een massagestoel maakt gebruik van strekkingen en drukpunten om de energiebalans in het lichaam te herstellen, wat spierspanning vermindert en de bloedcirculatie stimuleert. Shiatsu massage richt zich op specifieke drukpunten om de energiestroom te bevorderen en stress te verminderen. Kloppende massage biedt ritmische bewegingen die spanning in de spieren verlichten.

Deze massages kunnen ook effectief zijn bij specifieke gezondheidsproblemen. Bij **fibromyalgie** kan de massagestoel helpen door pijn te verlichten en de slaapkwaliteit te verbeteren. Mensen met **rugklachten** ervaren vaak verlichting doordat de stoel de spieren ontspant en de doorbloeding in het getroffen gebied stimuleert. Ook bij **spijsverteringsproblemen** kan de stoel ondersteuning bieden door de spijsvertering te bevorderen en symptomen van een opgeblazen gevoel te verminderen.

Massagestoelen zijn ideaal voor wie op zoek is naar ontspanning en verlichting van stress in de eigen omgeving.



Meer info over onze
massagestoelen?
Scan de QR-code!



Ervaarrust.nl
Ontspannen is leuk!



Davey Turnhout:

‘Het moet een overwinningsverhaal zijn, geen ‘huilie huilie’

Comedian Davey Turnhout is tien jaar geleden begonnen met stand-upcomedy en won in 2019 het Amsterdams Cabaret Festival. Hij staat nu in de theaters met zijn tweede avondvullende cabaretvoorstelling *CHAOS*.

Turnhouts eerste soloshow Niet normaal gelukkig (2023) was als een droom die uitkwam: “Tijdens de comedy avonden was ik al gewend om in een line-up met andere comedians voor publiek te spelen, maar tijdens de theatershow kwam het publiek voor het eerst echt voor mij. Dat was heel bijzonder.”

JEUGDTRAUMA'S Hoewel er veel positieve reacties kwamen op de eerste voorstelling, blijft het maken van een nieuwe show spannend. Turnhout: “*CHAOS* wordt de meest persoonlijke show die ik kan maken. Ik ga in op de jeugdtrauma’s die me mijn leven lang hebben achtervolgd. Dat is doodeng, maar wel belangrijk.” De comedian vervolgt: “Ik heb me 25 jaar lang geschaamd voor iets dat me is overkomen. Als er in die periode een cabaretier was geweest die op het podium een vergelijkbare ervaring had gedeeld, had ik me

waarschijnlijk een stuk minder raar en alleen gevoeld. Als het delen van mijn persoonlijke verhaal maar twee mensen helpt, is voor mij het doel al behaald.”

HUMOR HELPT RELATIVEREN Turnhout schuwt de zwaardere onderwerpen niet. Toch blijft *CHAOS* een echte comedyshow: “Het moet een overwinningsverhaal zijn, geen ‘huilie huilie’. Hoewel ik de problemen zeker niet zal weglachen, zal ik er wel met humor over praten. Dat helpt juist om het te relativeren. Bovendien maak ik uitstapjes naar luchtige thema’s, zodat het niet te zwaar wordt.” Zo vertelt Turnhout ook over zijn leven als ADHD’er en rommelige creatieveling en over de chaos van een huis met twee kleine kinderen en een puppy.

De speellijst van *CHAOS* vind je op Theater.nl.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist



Leon en Najib, twee stoere kerels die na de puberteit konden fluiten naar een mooie, gave huid — tenminste, dat dachten ze.

Van alles hadden ze al geprobeerd. Leon kwam zelfs met een tas vol producten van allerlei verschillende merken ons instituut binnenlopen. Met een flinke klap zette hij de tas op de balie: “Ik ben er helemaal klaar mee om als ‘krentenbol’ door het leven te moeten!” Najib was er al niet veel beter aan toe. Hij stak zijn kin omhoog en zei: “Zien jullie dit, al die bruine en ontstoken plekken in mijn hals?”

De aanpak

Of dit voor ons een makkie was? Nee, zeker niet. Eerst moet er vertrouwen zijn in onze aanpak, want altijd spelen er meerdere factoren een rol bij huidproblemen zoals deze. Maar waar vooral eerst aan gewerkt moet worden, is een goede, gezonde huidbalans.

Vocht- en vetbalans

Je huid komt weer in evenwicht als zowel de vocht- als de vetbalans oké zijn. Pas dan is je huid gehydrateerd en soepel en zal deze in rap tempo herstellen.

Hoe gaat het nu met Leon en Najib?

Leon is al jaren ‘krentenbol’ af en komt nog altijd één keer in de acht weken voor een reinigende huidbehandeling. Zijn huidverzorgingsroutine pakt hij dagelijks op. Najibs problemen waren naast een verkeerde huidbalans ook ingegroeide baardharen. Dit was verantwoord op te lossen met laser- en blend-ontharingstechnieken. Nu heeft Najib zo’n stoere, strakke en verzorgde baardlijn.

Wist jij dat... ruim een kwart van ons cliëntenbestand man is?

Dus herken jij jezelf in één van deze verhalen, of ben je gewoon benieuwd naar jouw huidconditie? Maak dan snel een afspraak.

Geef mij ook een gaaf gezicht!



Vital Huidinstituut is 32 jaar geleden opgericht door Marjan van Gernerden en staat garant voor uitstekende service, kwaliteit en betrokkenheid. Wij streven ernaar om met de nieuwste generatie apparatuur te werken en volgen alle ontwikkelingen op medisch/cosmetisch gebied. Up-to-date blijven is ons belangrijkste gedachtegoed. Alleen zo kunnen wij je optimaal van dienst zijn!



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



Qualis biedt onafhankelijke en objectieve kwaliteitsmetingen voor de schoonmaakbranche. Met ons unieke meetsysteem en deskundige auditors krijgt u eerlijke en gedetailleerde rapporten, zonder commerciële belangen of vaste contracten.

Vertrouw op ons voor betrouwbare audits en directe verbeterinzichten.



Objectief



Onafhankelijk



Onpartijdig



Schoonmaakbedrijven



Opdrachtgevers



Intermediairs

Pieter Zeemanweg 47 B07, Dordrecht
0852 - 08 06 56
info@qualis-insight.com
www.qualis-insight.com



Qualis Insight betreft een nieuw kantoor

Na de overname van maart 2023 heeft Qualis Insight gewerkt vanuit het kantoor van Clear4Clean aan de Kamerlingh Onnesweg 14 in Dordrecht.

Door onze groei en door de toevoeging van Clear4Clean aan Qualis Insight vanaf eind 2024, is nu het moment om een nieuw kantoor te betrekken. Een kantoor waarin we onze activiteiten verder kunnen uitbreiden en verder aan onze groei kunnen werken. Of te wel een locatie die met ons mee kan groeien. **Per 1 augustus zijn wij verhuisd naar de Pieter Zeemanweg 47 - B07 te Dordrecht.**

We gaan vanuit onze nieuwe locatie onze activiteiten nog meer ontplooiën voor de keurmerken van LOSK-KVS, SIEV keurmerk, SIEV Glas & Gevel Keurmerk, SIEV MVO keurmerk en het Social Impact Label. (LOSK – Landelijk Orgaan Schoonmaak Kwaliteit, KVS – Keurmerk Verantwoord Schoon, SIEV – Schoonmaak Is Een Vak).

Naast deze mooie en relevante keurmerken kunt u natuurlijk ook bij ons terecht voor kwaliteitsmetingen van de schoonmaak, advies, trainingen en kennisondersteuning voor de schoonmaak.

Uw complete adres voor schoonmaak kwaliteitsbeoordelingen en schoonmaakvraagstukken. Wij staan met ons team vakspecialisten voor u klaar. Ons aanpak is praktisch en vakinhoudelijk. **U kunt ons altijd vrijblijvend contacten via de bekende gegevens.**



Scan de QR-code
en ontdek onze
diensten!

Neem contact
op voor
schoonmaakadvies
en kwaliteitsmetingen!

Voor een waardig en respectvol afscheid van je huisdier

‘WE WILLEN VOORAL
VERTROUWEN BIEDEN’



In oktober 2014 openden Paula en Rob Veenfliet, beiden grote dierenliefhebbers, de deuren van Huisdieren Crematorium Drechtsteden. Ze hadden zelf vervelende ervaringen gehad bij de crematie van hun hond en waren vooral gedreven om het anders te doen. “Veel mensen zien hun huisdier als een volwaardig gezinslid, daar moet je zorgvuldig mee omgaan.”

“Wij halen je huisdier desgewenst op bij jou thuis of bij de dierenarts”, vertelt Paula. “Je kunt hem ook zelf brengen. Er wordt weleens anders beweerd, maar jij, niet je dierenarts, bepaalt waar je je huisdier wilt laten cremeren.” Cremeren gebeurt collectief of individueel. “Wilt u erbij zijn? Kijk dan op de website wat de mogelijkheden zijn. De as kun je mee naar huis nemen in een urn danwel as-sieraad of uitstrooien op een toepasselijke locatie. Wat je ook doet, het gaat erom dat jij met een goed gevoel terugkijkt op het hele gebeuren zodat je het een plekje kunt geven.”

Met zorg en liefde

“We doen alles met zorg en liefde. Ons crematorium beschikt over twee afscheidskamers waar je in alle rust afscheid kunt nemen van je geliefde vriend. We werken bewust alleen op afspraak zodat we je de tijd en aandacht kunnen geven die je verdient. Soms is er zo veel verdriet dat wij ook een traantje weg moeten pinken. En als je dan later ziet hoe dankbaar mensen zijn... daar doen we het voor!”

Voor iedereen

Sinds 2020 zijn Paula en Rob ook dealer van crematieovens en hebben ze een groothandel in urnen. “Het steekt ons dat de prijzen in de uitvaartbranche vaak onnodig hoog zijn. Om die reden hebben we ook een crematie spaarplan opgezet, waarbij je maandelijks een bedrag stort zodat alles straks goed is geregeld. Iedereen moet zijn huisdier een waardig en respectvol afscheid kunnen geven.”



Behandelingen

VERSCHILLENDE BASIS- EN
LUXE GEZICHTSBEHANDELINGEN

VERSCHILLENDE HUIDVERJONGING
TREATMENTS

ACNE- BEHANDELINGEN

MESOTHERAPIE

ACNE- BEHANDELINGEN

BIO SKINLIFTING

WENKBRAUWEN VERVEN/EPILEREN
EN WIMPERLIFTING

LASEREN

WATERLOOSTRAAT 81-1, ROTTERDAM

010-737 14 91

WWW.PUURVANALLES.NL

Een nieuwe weg

NA 10 GEWELDIGE JAREN VAN ALLES BIJ ELKAAR, SLAAT PUUR VAN ALLES IN ROTTERDAM EEN NIEUWE WEG IN. AFGELOPEN WEKEN ZIJN WE ACHTER DE SCHERMEN DRUK BEZIG GEWEEST OM EEN UNIEKE PLEK TE CREËREN OM HEERLIJK TE ONTSPANNEN. VANAF 4 MAART LIGT DE FOCUS VOLLEDIG OP JOU NOG MEER LATEN STRALEN. DAT BETEKENT DAT WE STOPPEN MET DE WINKEL, MAAR HET BEAUTYGEDEELTE VERDER UITBREIDEN. WE VERWELKOMEN JE GRAAG IN DE GLOEDNIEUWE BEAUTYSALON OP DE HOEK LUSTHOFSTRAAT / WATERLOOSTRAAT 81-1 VOOR O.A. EEN FIJNE GEZICHTSBEHANDELING, ANTI-AGING BEHANDELING, MICRODERMABRASIE, MESOTHERAPIE EN DIVERSE IPL-BEHANDELINGEN

BIJ PUUR VAN ALLES MAKEN WIJ GEBRUIK VAN DE BESTE PRODUCTEN VOOR EEN MOOIE, GEZONDE EN STRALENDE HUID



36 DERMA PRIME



PURLÈS

PUUR VAN ALLES

WWW.PUURVANALLES.NL



Beautiful skin

NIEUW ADRES, NOG MEER FOCUS OP BEAUTY



DE LANGE & REEK
WONINGINRICHTERS

Bent u toe aan een verrassend advies voor uw interieur?

Graag adviseren wij, de medewerkers van De Lange & Reek, u bij het maken van een persoonlijke keuze waar u echt blij van wordt en bieden wij 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:

Maatwerk in uw interieur!



Maak uw interieur helemaal af met **kasten op maat**. Zo ontwerpen wij kledingkasten, dressoirs en tv-meubels, afgestemd op de kleuren en materialen van uw interieur. Na ontwerp en productie worden deze door onze eigen vakkundige monteurs bij u geplaatst.

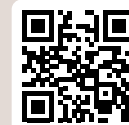
Naast maatkasten kunt u bij ons ook terecht voor een uitgebreid

interieuradvies.

Zo ontwerpen wij de volledige inrichting voor u: meubels, wandafwerking, raambekleding en traprenovatie.

In verschillende kleuren, uitvoeringen en merken.

Bezoek onze showroom om alle mogelijkheden te bekijken.



Voor meer info kijk op
www.delangeenreek.nl



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

HÉT HOTEL****

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

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



SCAN DE QR-CODE
En laat jouw
vakantie beginnen!

HET KALMERENDE EFFECT VAN DE WIM HOF METHODE

In onze snelle wereld met overvolle agenda's en technologische innovaties die de angst om iets te missen vergroten, zijn stress en angst steeds gebruikelijker. Dit zou echter niet de norm moeten zijn, gezien de negatieve impact op onze gezondheid. Het is daarom belangrijk om effectieve ontspanningstechnieken te vinden. De Wim Hof Methode biedt een krachtige aanpak voor stressmanagement via drie pijlers: ademhalingsoefeningen, blootstelling aan kou en mindset.

Hoe ademhaling je kalmeert

De Wim Hof ademhalingsoefening verschuift je zenuwstelsel van de 'vecht of vlucht' naar de 'rust en verteer' staat, wat leidt tot diepgaande ontspanning en stressvermindering.

Hoe de kou je kalmeert

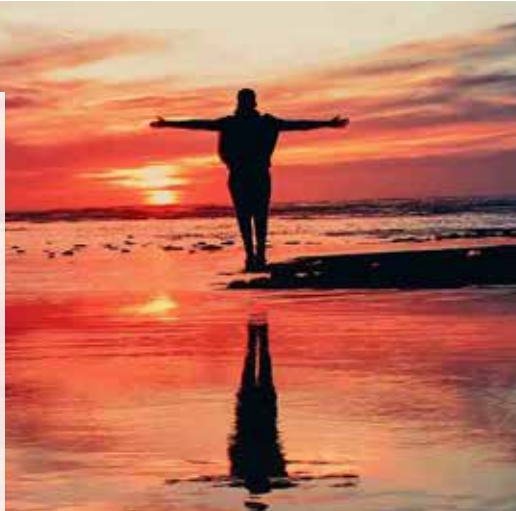
Koude douches of onderdompeling in koud water stimuleren de afgifte van endorfines, wat angst en stress vermindert en bijdraagt aan een positieve levenshouding.

Hoe je mindset bijdraagt aan stressmanagement

Regelmatige beoefening versterkt je mindset, wat leidt tot betere stressbeheersing en algemeen welzijn.

Ervaar zelf het effect van de Wim Hof Methode

De Wim Hof Methode biedt krachtige tools voor kalmte en welzijn. Wetenschappelijke studies en miljoenen gebruikers wereldwijd bevestigen de effectiviteit. Ontdek de voordelen door online videocursussen te volgen, zoals de gratis Mini Cursus of de 10-Weekse en Fundamentals-cursussen. Begin vandaag nog vanuit je eigen huis en verbeter je welzijn.



JE BENT STERKER DAN JE DENKT DAT JE BENT



Ademhaling



IJstherapie



Toewijding

LET OP: ademhaling volgens de Wim Hof-methode kan de motorische controle beïnvloeden en in zeldzame gevallen tot bewustzijnsverlies leiden. Ga altijd zitten of liggen als je de technieken oefent. Oefen nooit in of nabij watermassa's, terwijl je een voertuig bestuurt of in een andere situatie waarin bewustzijnsverlies je of anderen schade kan toebrengen.



Scan de QR-code voor meer uitleg en oefeningen.

WWW.WIMHOFMETHOD.COM



PARADOXALE HAARGROEI

Paradoxale haargroei is een **zeldzame** bijwerking van laserontharing. De laser stimuleert het haar om dikker en opvallender terug te groeien. Deze **bijwerking** komt het meest voor bij laserbehandelingen in het gelaat of nek. Toch komt het ook voor op lichaamsdelen met **fijn of donzig haar**. De oorzaak van deze bijwerking is het niet juist instellen van de **parameters** van het laserapparaat. Daarnaast speelt het hebben van onvoldoende **kennis** en grote rol. Om dit te voorkomen, is het belangrijk om door een **bekwame** en **ervaren** huidtherapeute behandeld te worden.



NIEUWSGIERIG?
bekijk onze
diensten online!



Schieweg 41D, Rotterdam | 06 24 83 78 17
info@clinicmanifest.nl | www.clinicmanifest.nl



VICTORY OUTREACH ROTTERDAM

Woensdag 19u - 21u
Gebedsdienst

Vrijdag 19u - ...
Young & Comitted

Zondag 11u - 13u
Eredienst

Hartelijk welkom bij Victory Outreach.
Een dynamische, levensveranderende
kerk met diensten
voor jong en oud.



VOWEBSITE

*A place you call home,
a people you call family*

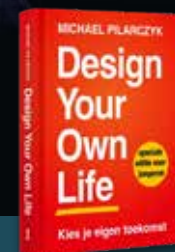
Mijnsherenplein 9, 3081 CN Rotterdam

MICHAEL PILARCZYK

Het leven is een **avontuur** om te ondergaan, een **mysterie** om te ontdekken, een kans om te **benutten**, een **uitdaging** die we moeten aangaan. Het leven is zowel **de reis** als de **bestemming**.



Bestel hier mijn
nieuwe boek



www.michaelpilarczyk.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 / 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



46

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

Het onderhoud vraagt meer dan af en toe 'een kwastje verf' aanbrengen. 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!

47

Quiche Lorraine

met kaas en spekjes

Deze klassieke Quiche Lorraine is een perfecte combinatie van romige kaas, knapperige spekjes en een boterige korst. Ideaal voor een verfijnd ontbijt, brunch of een elegant diner!

6-8 PORTIES • 70 MIN.

INGREDIËNTEN BODEM

200 g bloem
1 snufje zout
100 g boter (koud en in blokjes)
1 ei

BEREIDING

Maak de bodem: Verwarm de oven voor op 180°C. Meng de bloem met een snufje zout. Voeg de koude boter toe en wrijf deze door de bloem tot een kruimelige textuur. Klop het ei en voeg het toe aan het mengsel, meng het tot een deegbal. Verpak deze in een plasticfolie en koel 30 minuten.

INGREDIËNTEN VULLING

200 g spekblokjes
1 ui (fijngehakt)
3 eieren
200 ml slagroom
200 ml melk
200 g geraspte kaas
peper en zout
1/2 theelepel nootmuskaat

Bereid de vulling: Bak de spekblokjes krokant en laat het uitlekken op keukenpapier. Bak de fijngehakte ui in het spekvet tot het glazig is en laat het afkoelen. Klop de eieren met de slagroom en melk, voeg de geraspte kaas toe en breng het op smaak met peper, zout en eventueel nootmuskaat.

Stel de quiche samen: Rol het gekoelde deeg uit op een met bloem bestrooide ondergrond en bekleed een taartvorm (23 cm). Snijd het overtollige deeg af en prik gaatjes in de bodem. Bedek het met bakpapier en vul met bakbonen of rijst. Bak 10-15 minuten blind in de voorverwarmde oven, verwijder de bakbonen en bak nog 5 minuten.

Vul de quiche: Verdeel de spekblokjes en de ui over de bodem. Giet het eimengsel erover. Bak 30-40 minuten tot de vulling stevig en goudbruin is. Laat een paar minuten afkoelen voordat je de quiche uit de vorm haalt en warm of op kamertemperatuur serveert.



Transformeer je kledingstijl en verken je modepotentieel terwijl je geniet van onze spannende puzzelactiviteiten. Doe mee en maak kans op geweldige prijzen die je een goed gevoel geven. Niet alleen je kledingstijl, maar ook jijzelf of je interieurstijl. Dus waag je kans en wie weet...

PUZZELPAGINA

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

Los de sudoku op

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

Zoek de zes letters in BRUIST!

Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

| | | |
|---|---|---|
| □ | □ | □ |
| □ | □ | □ |

Zoek de zes verborgen letters

Vind de letters en maak er een woord van. Woordthema deze maand is 'Winkelen'. De oplossing van vorige maand was **Camper**.

Maak kans op een:

HOTEL VOUCHER

t.w.v.

€ 250,-



Hotels by Sheetz is een Nederlandse hotelcollectie op unieke locaties, met centraal ondersteunde, zelfstandig beheerde hotels en een eigen identiteit. www.sheetz.nl



| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----------|
| f | g | u | v | o | s | l | p | s | q | z | Alkmaar |
| s | e | p | t | e | b | t | m | p | e | z | Almelo |
| t | c | j | w | s | w | b | r | e | q | y | Bos |
| d | b | h | o | t | e | l | l | a | g | i | Enschede |
| o | l | e | m | l | a | a | s | b | n | b | Hotel |
| r | d | q | w | e | n | i | p | o | p | d | Sheetz |
| g | a | q | g | d | g | m | k | s | x | h | Strand |
| e | n | s | c | h | e | d | e | y | j | f | Zeeland |
| w | l | n | g | w | h | s | h | k | y | l | |
| w | a | d | a | z | j | h | x | u | e | v | |
| r | a | a | m | k | l | a | h | k | m | i | |

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing.

Wil jij kans maken op deze leuke prijs?

Vul de oplossing in voor 1 oktober 2024 via www.nederlandbruist.nl/rotterdam/puzzelen of scan de QR-code.



TYPISCH Joris Shop
Ballonnen & feestartikelen

Voor ballonnen, feestartikelen en meer kun je terecht in onze **webshop**

Of scan de QR-code

www.typischjorisshop.nl

Ballondecoraties • Entertainment • Verhuur van springsussens, Abraham & Sarah, geboortepoppen, spellen en overige verhuur

06-39816673 | typischjorisevents@outlook.com | www.typischjorisevents.nl

#Ren tegen kanker

KWF

Waar ren jij mee?
Ga naar rentegenkanker.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

