

DenD

HET LAATSTE NIEUWS OP **DenD.NL**

Ditjes en Datjes

JULI 2026 • NR.7



**DenD
TOP 25**

**‘HEBBERIGE’
INFLUENCERS**

GRAAIEN,

GRAAIEN,

GRAAIEN!



HUP NOA! ONS ORANJE-GEHEIM

PROEF HET EN JE SNAPT HET.



IT HAS TO BE
HEINZ
ESTD 1869



PICK YOUR SIDE



ONTDEK DE PICKWICK MATCHA & CHAI LATTES.
Vegan, romig en in een handomdraai warm of koud
te bereiden met melk of plantaardig alternatief.

BEN JIJ TEAM MATCHA OF TEAM CHAI?



Even strooien. Met een zomer!



vangilse.nl

Fris, gezond & boordevol smaak!



*Perfect voor een lichte lunch,
salade of gezond tussendoortje*



www.ouwehand.com

DEZE MAAND

DenD

Entertainment

- 12 Hebberige influencers
- 22 Society Journaal
- 28 Columnist Rob Goossens
- 60 7 vragen aan Justen de Wildt
- 64 Soraya de Bakker

Lifestyle

- 20 Hip & Hot
- 42 Koken met Sharon en wijnadvies van David
- 48 Reizen: Sicilië
- 54 Eropuit
- 56 Sietskes Oogappels
- 68 In de Hoofddrol: The Stones

Advies

- 32 Huishoudbode
- 38 Groen geluk
- 76 Intiem met Lieve
- 82 Dierenwereld
- 86 Kits

82

Als jouw hond fietsers wegjaagt



7 VRAGEN AAN...

60

Justen de Wildt:
'Er zit een oude
ziel in mij'



FOTO'S: INSTAGRAM



12 **GÊNANT!**
De grote influencer-graaishow

68

Onverwoestbaar!
De Stones
rollen maar
door



48

Bella! DenD
ontdekt Sicilië



28

Rob Goossens over
Marijn Kuipers

64

Soraya de Bakker:
'Ik ben van de
Disney-generatie'

Beste lezers,

Hebben, hebben, hebben. Gratis reisjes, gratis jurkjes, gratis diners, gratis behandelingen. Influencers noemen dat een 'samenwerking', een *blessing* of een *friendship*. Klinkt net wat chiquer dan: *hallo, mag ik dit voor nop?* In onze Top 25: de ergste *Rupsjes Nooit Genoeg*.

Terwijl wij die 'openhandseswereld' onder de loep namen, liep een influencerreis (brand-trip) van een pizzabakker naar Mykonos uit de hand. Een jonge influencer vertelde op TikTok dat ze zich gepest voelde. Ze kreeg te horen dat ze 'niet op deze vakantie hoorde' en werd uitgemaakt voor 'labiel wijf'.

Online startte een heksenjacht: volgers begonnen te speculeren wie de pesters waren, en sommige influencers kregen haat en bedreigingen. Zo werd een tripje dat online alleen maar gezelligheid had moeten uitstralen ineens een inkijkje in de realiteit van de influencerwereld: groepjesvorming, pikorde en toxiciteit.

Tegenover die 'gratisreisjesbrigade' staat **Justen de Wildt**. Een echte volkszanger die al sinds zijn elfde optreedt, spaart en doorzet. We spraken hem over *Cheerio*, de zomerhit van 2026, en over het uitkomen van zijn droom. Ook in dit zomernummer: de column van **Rob Goossens** over **Marijn Kuipers**, nummer 22 in onze 'Hebberige Influencer Top 25'.

Veel leesplezier,

Anette de Vries



DenD.nl mis het niet!

Elke maand meer dan
3,5 miljoen kijkers!



Zet DenD op je beginscherm!

Dat wil ik ook!

Wil jij ook op deze pagina verschijnen?

Stuur een e-mail naar: commercie@trustedmedia.nl

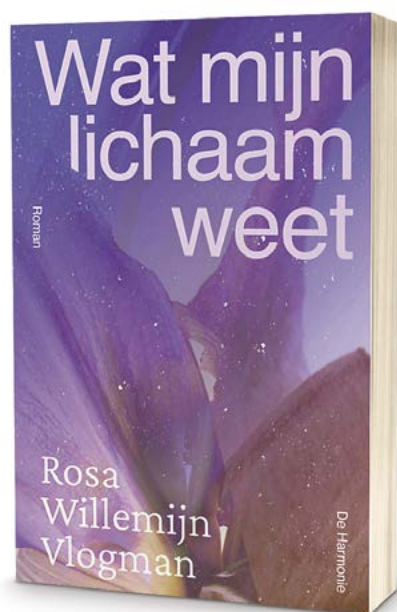


WINNEN!
DenD geeft een Good4Fun cadeaubon weg om te racen in een BMW 3-serie. Ga naar ditjesendatjes.nl/winnen

Zelf racen op Assen of Zandvoort

Altijd al zelf over het circuit willen rijden? Tijdens deze race-ervaring stap je in een BMW 3-serie die speciaal is klaargemaakt voor het circuit. Eerst krijg je uitleg over racen en de baanregels. Daarna rijd je twee rondes mee met een ervaren instructeur, die laat zien hoe je de ideale lijnen rijdt en waar je op moet letten met remmen, sturen en gas geven. Daarna is het jouw beurt. Je wisselt van stoel en rijdt zelf twee rondes over het circuit, met de instructeur naast je voor persoonlijke tips. De sessie duurt maximaal vijftien minuten.

good4fun.nl



Roos Vlogman Wat mijn lichaam weet

In *Wat mijn lichaam weet* mogen we het intieme dagboek van Reva lezen, die volledig wordt meegesleept door haar intense relatie met Ramses. Maar plots lijkt haar lichaam een grens te trekken.

Wat volgt is een persoonlijke zoektocht naar verlangen, intimiteit en de signalen van haar eigen lichaam. Een zintuiglijk en radicaal eerlijk beeld van vrouwelijke seksualiteit.

deharmonie.nl

WINNEN!
DenD verloot 10 exemplaren van *Wat mijn lichaam weet*. Ga naar ditjesendatjes.nl/winnen

Schuim zoals in je favoriete koffiezaak

Romig, stevig en fluweelzacht melkschuim voor cappuccino of latte macchiato: voor veel koffieliefhebbers begint het perfecte koffiemoment bij de juiste textuur. Met de Spuma 700 Plus melkopschuimer van Severin haal je eenvoudig barista-kwaliteit in huis. De speciaal gevormde schenktoet maakt nauwkeurig schenken mogelijk, ideaal voor wie ook thuis met latte art aan de slag wil. severin.com



WINNEN!
DenD verloot de Spuma 700 Plus melkopschuimer. Ga naar ditjesendatjes.nl/winnen

Goede wijn is kunst

Een goede fles wijn openen is een ritueel. Het zachte ploppen van de kurk, het eerste glas dat wordt ingeschonken: juist die kleine momenten maken een diner of avond bijzonder. Met deze elektrische wijnset van Vacu Vin in het herkenbare Keith Haring-design krijgt dat ritueel een stijlvolle draai. Met één druk op de knop ontkurkt je elke fles in enkele seconden. De bijpassende vacuümpomp zorgt ervoor dat geopende wijn tot wel 10 dagen zijn smaak en aroma behoudt. **vacuvin.com**

WINNEN!

DenD verloot de elektrische wijnset van Vacu Vin. Ga naar ditjesendatjes.nl/winnen



© KEITH HARING FOUNDATION. LICENSED BY ARTESTAR, NEW YORK.

Wat als je jezelf in je lievelingsboek kon schijven?



Emily ontdekt een geheime bibliotheek met een gouden schrijfmachine. Hiermee kan ze elk boek veranderen, en dat heeft grote gevolgen voor de echte wereld. *De Gouden Schrijfmachine* van **Carsten Henn** is een spannend boek voor kinderen vanaf 10 jaar, voor iedereen die gelooft dat woorden en verhalen de wereld kunnen veranderen. **kinderboeken.nl**

WINNEN!

DenD verloot 8 exemplaren van *De Gouden Schrijfmachine*. Ga naar ditjesendatjes.nl/winnen

Popnagelen Het leukste dobbelspel van Nederland!

Tactiek, lef en dobbelgeluk – dát is Popnagelen! Dit verslavend leuke spel is gemakkelijk te leren en onmogelijk om weg te leggen. Voor jong en oud dé perfecte keuze voor elke spelavond. Versla je vrienden met slimme zetten en zie hoe elke worp het verschil kan maken. Speel je eerste potje – als je durft! **popnagelen.com**

NIET GEWONNEN?

Bestel het spel met **10% korting** met de code **DenD2026**.



WINNEN!

DenD verloot 2x het dobbelspel Popnagelen. Ga naar ditjesendatjes.nl/winnen om kans te maken.

Geniet van die
verfissende smaak.



Heineken®

Heerlijk Hè.

BOORDEVOL VOEDINGSSTOFFEN

VITAMINE C ☒ FOLAAT ☒ KALIUM ☒ VEZELS ☒



ZESPRI® SUNGOLD® KIWIS ZIJN RIJK AAN VITAMINE C [152 MG PER 100 G] EN FOLAAT [82 µg PER 100 G] EN ZIJN EEN BRON VAN KALIUM [298 MG PER 100 G] EN VEZELS [2 G PER 100 Kcal].
ZESPRI® GREEN KIWIS ZIJN RIJK AAN VITAMINE C [98 MG PER 100 G], FOLAAT [73 µg PER 100 G] EN VEZELS [4,3 G PER 100 Kcal], EN ZIJN EEN BRON VAN KALIUM [300 MG PER 100 G].

Zespri
KIWIFRUIT

DenD's hebbelijke influencer TOP 25

GRAAIEN,

GRAAIEN,

GRAAIEN!

Vroeger was reclame gewoon reclame. Nu krijg je eerst een huilende story van een INFLUENCER, daarna wat woorden over kwetsbaarheid en zelfliefde, en voor je het weet zit je er een serum, jumpsuit of sapkuur in je winkelmandje. Influencers zijn zo commercieel dat zelfs een schuilkelder, sloppenwijk, hun eigen kinderen of een goededoelenreis niet veilig zijn. En slaat hun verkoopdrift als een boemerang keihard terug in hun gezicht. Meedogenloos graaien bedekt met een laagje fondant. Over geloofwaardigheid gesproken...

FOTO'S: O.A. INSTAGRAM, ANP, ETC.

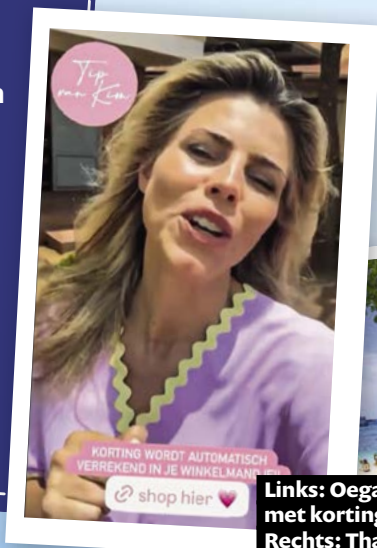
1 KIM KÖTTER DE KORTINGS- CODE IN OEGANDA

Kim Kötter, ondernemer en influencer, reisde naar Oeganda voor het AidsFonds, maar wist daar toch nog haar eigen webshopje tussen te frommelen. In een video rond de reis promoveerde ze haar kledinglijn, mét kortingscode van 15%. Hiv, armoede en een leuke deal op een jurkje; zelfs influencerland knipperde van schrik even met de ogen. **Johan Derksen** noemde het 'misselijkmakend'. **Evert Santegoeds** was nog korter: „Kutter wordt het niet.” Kim bood excuses aan.

De timing was 'superongelukkig', zei ze. Op X kreeg Kim ook kritiek van **MiesBee**, een populair roddelaccount dat BN'ers en influencers in de smiezen houdt. Volgens MiesBee worden de kinderen van Kim en **Jaap** te vaak gebruikt in filmpjes en berichten over gratis uitjes en vakanties. Volgens deze MiesBee draait allemaal om gratis spullen en aandacht. „Paupers Kim en Jaap hadden weer eens geen zin om te betalen.”



Kim en Jaap met hun kroost op de rode loper.



Links: Oeganda met kortingscode. Rechts: Thailand met vakantiepret.



Jessie bij haar 'mother blessing'. Voor zover bekend ongesponsord.

2 JESSIE JAZZ VUIJK JE BAARMOEDER ALS SPONSOR

Jessie Jazz Vuijk is nooit zomaar zwanger. De voormalig Miss Nederland is zwanger in een miljoenenvilla op Ibiza, met zwembad, linnen gordijnen, vrouwencirkels, godinnentaal en **Kaj Gorgels** als blonde huisvader. Rond die babybuik is inmiddels van alles te verkopen. Babydoekjes, meubeltjes, supplementen, verzorging: het aanstaande moederschap blijkt een ruim begrip. In één filmpje zien we Jessie hoogzwanger door oude kinderfoto's bladeren. Pas daarna blijkt dat we naar reclame kijken voor Burberry Goddess, een parfum, in samenwerking met Douglas. Onderaan staat netjes 'advertentie', maar dan heeft het moedergevoel zijn werk al gedaan.



3 GIO LATOXY EN LYNN HERMANUSSEN DE DUBAI-BUBBEL BARST

Gio Latoxy, bekend van YouTube, en **Lynn Hermanussen** filmen hun jonge gesponsorde gezinsleven: vijfsterrenhotels, suites, zwembaden, Dubai-uitzichten en roomservice. Maar toen tijdens hun verblijf boven Dubai raketten werden onderschept, sloeg de sfeer om. De vlog ging van 'slapen in het meest luxe en nieuwste hotel van Dubai' naar een jammerend: 'Wat moeten we nu! Een onzekere dag...' Lynn vroeg ondertussen aan ChatGPT of de oorlog officieel was uitgebroken...



Gio en Lynn in hun Dubai-bubbel.



Anna op Coachella. Stofhappen deluxe.



Anna met Je Moeder. Zelf uitgegeven.

4 ANNA NOOSHIN HARD WERKEN IN DE MAGNUM-VILLA

Anna Nooshin mocht weer naar *Coachella*, het muziekfestival in de woestijn. Anna noemde het zelf de 'Influencer Olympics'. Prima. Dat is goud voor doen alsof een betaalde reis hard werken is. Zilver voor poseren bij de Magnum-villa. Brons voor iedereen die gratis in Palm Springs zit. Ze heeft trouwens ook nog een boek te verkopen: *Je Moeder*. Over hoe weinig lol ze aan de eerste jaren moederschap beleefde. In eigen beheer uitgegeven, via haar eigen kanalen naar voren geschoven. De eerdergenoemde MiesBee noemde haar op X de 'koningin van doortrapte influencers': „Vergeleken met de supergeslepen geldmachine Anna Nooshin is zelfs Kim Kötter een amateur.” ➔

5 FAJAH LOURENS PUUR NATUUR TOT DE CHIRURG LANGSKOMT

Fajah Lourens leeft van het idee dat je jezelf jong, strak en gelukkig kunt kopen. Repen, coaching, vitamines, supplementen: als het in een potje, pilletje of programma past, heeft Fajah er wel een levensles bij. Juist daarom was de verbazing groot toen ze ineens met een zichtbaar ander gezicht opdook. Ze vertelde zelf over een ooglidcorrectie en tempellift, maar het internet zag vooral kattenogen en een gezicht dat ineens op stand strak stond. Mag allemaal. Alleen wat ongemakkelijk als je je geld verdient met natuurlijk jong, fit en in balans blijven.



De Bellinga's op wereldreis.

6 DE BELLINGA'S GEZINSVLOG ONTSPOORT IN ZUID-AFRIKA

De Bellinga's liggen al langer onder vuur met hun gezinsvlogs. BOOS liet eerder zien hoe hun kinderen meespelen in filmpjes waarin producten worden aangeprezen, soms zelfs met scripts. Tijdens hun wereldreis bezochten ze een sloppenwijk in Zuid-Afrika. Een van de kinderen zei over lokale kinderen: „Ze zijn wel heel

lief. Niet schuw ofzo.” Alsof ze bij de kinderboerderij stonden en de geitjes vandaag extra gezellig waren. Later vroeg een ander of mensen daar ‘iets anders eten dan rijst en water’. Ook werden plaatselijke kinderen over hoofd en wang gestreeld.



„Niet schuw”, klonk het in Zuid-Afrika.

7 MONICA GEUZE ALLES IS TE SHOPPEN

Monica Geuze is de influencer der influencers, en eentje die ook nog kan presenteren, onder meer *De Bachelorette*. Veel jonge meiden spiegelen zich aan haar uiterlijk en Chanel-levensstijl. Voor merken is ze goud waard, maar dat is precies het probleem. Op *Coachella* werd dat duidelijk. Voor de volger leek het een jetset-festivalweekend. In werkelijkheid verkoopt Monica een bestaan: erbij horen, mooi zijn en nooit op je rekening hoeven kijken. Dat lukt een stuk makkelijker als een merk betaalt.



Monica en Romee Strijd in een privéjet.



De kaviaar bleef niet ongezien. Dat zou zonde zijn.

8 BAS SMIT EN NICOLETTE VAN DAM DE RECLAMEKAR RIJDT ALTIJD MEE

Bij Bas Smit en Nicolette van Dam weet je nooit helemaal of je naar privéleven kijkt of naar een offerte. Een weekendje weg, een eigen lipgloss, hun rosé, zelfs een bezoekje aan de dierenwinkel voor een krabpaal: vaak blijkt er een 'samenwerking' aan vast te zitten. Ze verkopen niet alleen producten, maar vooral gezelligheid: vrienden erbij, kinderen erbij, proost-moment erbij, merk erbij. Lachen, gieren, brullen en vooral genieten! De hardste botsing kwam met Coca-Cola. Volgens Quote claimde het stel nog € 2,6 miljoen voor een samenwerking, en ineens lag hun buitensporige verdienmodel op tafel. Ze halen ook veel geld op voor goede doelen, dat mag gezegd worden. Maar volgens critici staat zelfs daar de reclamekar nooit ver weg.



9 ROBERT DOORNBOS EN CHANTAL BLES PROMO IN ZUID-AFRIKA

Robert Doornbos verhuisde met **Chantal Bles** en hun kinderen naar Dubai voor luxe en zaken. Tot de oorlogsdreiging daar ineens aanklopte en hij zichzelf driftig filmde: „We horen weer wat!” Daarna

week het gezin uit naar Zuid-Afrika. Eerst kwamen de familiekiekjes, daarna filmpjes uit arme wijken, met het uitdelen van spullen. Goed bedoeld, maar bij volgers viel vooral de camera op. Chantal vond de kritiek 'steeds gekker worden'. Kort daarna volgde weer een promo voor haar favoriete bh's. Want ook na wereldleed moet de samenwerking natuurlijk gewoon door.

Chantal met de goede-doelenkar.

Robert. Van coureur naar crisisvlogger.



Alles is een feestje bij Bas en Nic.



Bas en Nicolette hebben het altijd enorm naar de zin!



Het universum geeft, Sanny factureert.

10 SANNY VERHOEVEN RIJKDOM ALS PRODUCTLIJN

Sanny Verhoeven werd bekend met *Sanny zoekt Geluk*. Inmiddels is dat geluk uitgegroeid tot een assortiment: meditaties, masterclasses, retraites en manifesteren op bestelling. Ze beweegt in het geprivilegieerde kringetje met **Anouk Smulders**, waar zelfliefde vaak begint op Schiphol en eindigt in Sri Lanka of Abu Dhabi. Bij Sanny komen 'financiële meevallers' gewoon uit het 'universum' vallen. Voor wie dat ook wil leren, is er vast een cursus.

11 FAMKE LOUISE

Famke Louise slijt nu een snelgeld-cursus, met verkooppraatjes als: „Je hebt geen talenten nodig, geen connecties en geen geluk.” Ze zegt met één Instagram-bericht meer te verdienen dan de meeste mensen in een jaar. Vooral Famke lijkt de cursus alvast goed te snappen.



13 ARIE BOOMSMA

Arie Boomsma verkoopt het idee dat je nog één potje verwijderd bent van rust, kracht en vrijwillig in koud water zitten. Dat die potjes van zijn eigen BOOM Nutritions komen, maakt zijn gezondheidsmissie vooral een verdienmodel. →



12 ISA HOES

Isa Hoes deed op Instagram alsof ze vrouwen moed insprak over de overgang, maar onderaan stond ineens incontinentiemerk TENA als betaald partner te glimmen. Dat kwam in het verhaal helemaal niet voor, maar de kassabon lekte er wél dwars doorheen.



14 ELOISE VAN ORANJE ZOMERFIT MET HOPPRIJS

Eloise van Oranje deed mee aan Dag ÉÉN, een afvaltraject van € 2500. Of zij dat zelf betaalde, is de vraag; bekende gezichten krijgen dit soort dingen zelden zomaar zonder reden. Zomerfit, vooral voor mensen die ook financieel willen afvallen.



Samen met Anna Nooshin Apple-spulletjes scoren.



Eloise in Parijs. Deze wandeling zat niet in het dieetpakket.

15 RHODÉ KOK

Rhodé Kok kreeg als eerste vlogger een boete voor verborgen reclame: € 6075. In vier TikToks was niet duidelijk genoeg dat ze reclame maakte voor onder meer een crème en een webwinkel. Haar uitleg? Ze was het 'vergeten'.



17 LIEKE VAN LEXMOND

Lieke van Lexmond verkocht met Moonsisters maankalenders en heilzame stenen, tot sommige edelstenen gewoon glas bleken. Dat is toch wel lastig als je hele handel draait op kosmische zuiverheid.



19 BIRGIT SCHUURMAN

Birgit Schuurman had naar eigen zeggen een 'hormonaal klotejaar' en leed ongelooflijk veel onder de overgang. Gelukkig bleef het daar niet bij: er kwam ook een HormoonFestival, een podcast en een app uit. Vele andere BN-vrouwen gingen haar al voor.



16 ENZO KNOL

Bij **Enzo Knol** lijkt de camera nooit meer uit te gaan. Maar na die veel te snelle Porsche-rit en het filmpje waarin zontje **Riven** van de bank viel, denk je toch: misschien is 'niet uploaden' ook een optie.



18 ELS DE ROODE

Els werd na B&B Vol Liefde influencer. Dat ging mis toen ze een ontmoeting met een terminaal zieke vrouw koppelde aan haar boekpromotie. Critiek verdraagt ze matig: „Ga je schamen!”

20 LAURA PONTICORVO

De oer-sluikreclame-vlogger: al in 2016 zat **Laura Ponticorvo** vrolijk Dr. Pepper aan te prijzen op weg naar een buikvet-behandeling. Suikerdrink in de ene hand, vetbestrijding in de andere. Influencer-logica voordat het woord goed en wel was ingeburgerd.





22 MARIJN KUIPERS

De docu van **Marijn Kuipers** over boulimia voelt achteraf toch een stuk minder zuiver. Kort daarna lanceerde ze namelijk een fitnessapp en een fitnesstool van bijna 240 euro.

23 JET VAN NIEUWKERK

Jet van Nieuwkerk (en dochter van **Matthijs**) heeft van 'smaak' een verdienmodel gemaakt: ringen, tafelkleden, kooktips en lifestylemeuk. Critici zien vooral een bekende achternaam met een webshop linnen servetten vouwen.



24 JANICE BLOK

Janice Blok werd bekend met mislukte dates, rode vlaggen en huilvideo's. Nu gebruikt ze precies dat materiaal voor haar theatershow *Had je kenne weten*. Alleen vragen volgers zich af hoeveel er echt was. Op Bali leek ze zelfs een gesprek met een imaginaire date te voeren, haar telefoon op statief erbij.



21 NIKKIE PLESSSEN

MODECAMPAGNE BLEEK SPIEKWERK

Nikkie Plessen kreeg kritiek op AI-modellen in haar campagne, die wel erg veel leken op bekende vrouwen als **Irina Shayk** en **Hailey Bieber**. Dat het AI was stond er eerst niet duidelijk bij. Na ophef verdwenen de beelden snel. In het verleden lag er ook al een smaakdwistie.



LESSEN

Influencers gooien hun **geloofwaardigheid** te grabbel voor geld. Geloof ze niet op hun blauwe ogen.

Het kabinet wil de inzet van 'vlogkinderen' tot en met 15 jaar strafbaar stellen. Daarmee valt dit onder de richtlijnen van 'kinderarbeid'.

Influencers worden op straffe van boetes verplicht prominent **melding te maken** van betaling en sponsoring.

Belasting betalen over sponsoring in natura (reisjes, apparaten etc.)

Commerciële vloggers krijgen **geen podium** meer bij de publieke omroep.

25 LEONTINE RUITERS

SENTIMENT MET SPONSOR

Bij **Leontine Ruiters** is zelfs ontroering opvallend vaak gesponsord. Op Curaçao schreef ze over gezinsvakanties en haar overleden moeder, met dank aan Corendon.

In Thailand volgden bloemen, massages, uitzicht en 35 jaar vriendschap, plus nog even een bedankje aan Body Restore Amsterdam. ■



Dankbaar, mét naamvermelding.



MAAK KANS OP EEN SURFTRIP VOOR 2!

**BIJ AANKOOP
VAN EEN FLES
BAREFOOT WIJN**

www.barefoot-win.eu

TOTAAL 3 REIZEN
t.w.v. elk € 1.500



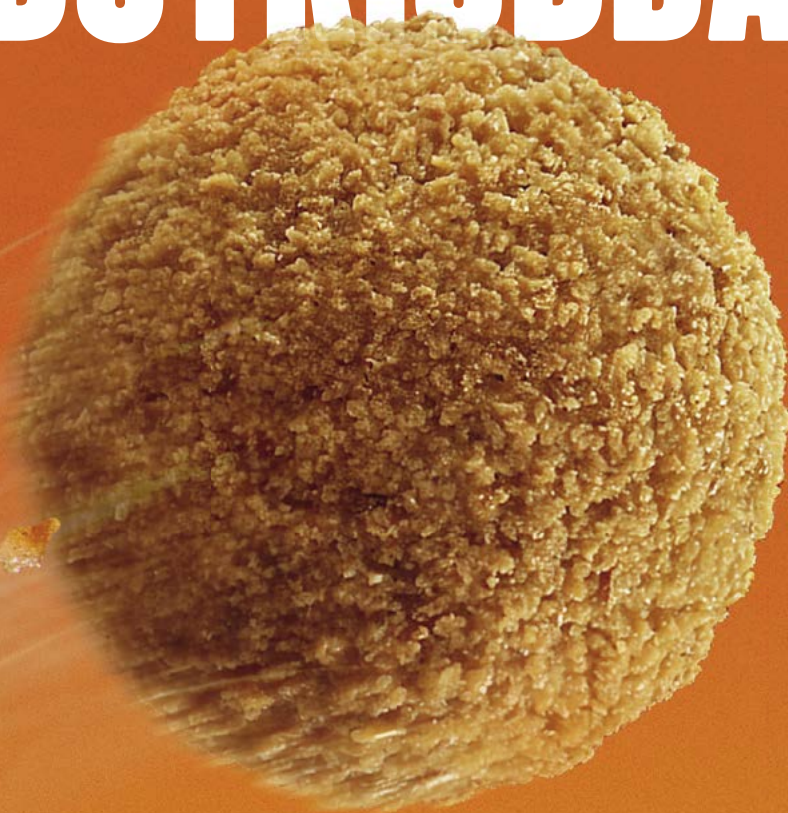
NIX18

©2026 Barefoot Cellars, Modesto, CA. Alle rechten voorbehouden.

mmm

mora

DE PERFECTE WEDSTRIJDBAL



Scoor 'm nu!



Hip & Hot



Astrid Telkamp

De kracht van de zon

Op het weerbericht hoor je vaak het woord 'zonkracht', gevolgd door een cijfer. Hoe zit dat precies? Hoe hoger de zonkracht, hoe hoger het cijfer, hoe sneller een onbeschermdde huid verbrandt.

Waar en wanneer?

- Een zwaarbewolkte lucht laat nauwelijks uv-straling door, bij heilig weer en dunne, nevelige bewolking bereikt veel uv-straling de aarde wel.
- Hoe dichterbij de evenaar en hoe hoger je in de bergen bent, hoe hoger de zonkracht.
- Hoe dunner de ozonlaag, hoe meer uv-straling wordt doorgelaten, hoe sterker de zonkracht. De ozonlaag is het dunst boven Nieuw-Zeeland en Australië.
- In Nederland ligt de zonkracht in de lente en zomer gemiddeld tussen 3 en 7. In de herfst en winter is het vaak minder dan 1.

De temperatuur heeft geen invloed op de zonkracht. Op een relatief koude, maar zonnige dag kan de zonkracht even sterk of zelfs sterker zijn dan op een warme dag. Wat betekent dat je ook op een wat koelere dag wel degelijk kunt verbranden.



...
**Ideale
ZOMER-
ACCESSOIRE**
...

Zet 'm op!

Een hoed is het ideale zomeraccessoire. Hij beschermt je haar en hoofdhuid tegen schadelijke uv-straling en staat ook nog eens leuk en modieus. Bij House of Ord vind je hoeden in allerlei modellen en kleuren.

Alles kan mee

Of je nu naar het zwembad gaat of naar het strand, alles wat je nodig hebt, past in deze shopper van Oilily. Ruim, vrolijk en praktisch, met een inhoud van 41 liter, een hoofdvak met ritsluiting en een waterafstotende coating.



...
**Ruim,
vrolijk en
PRAKTISCH**
...

Blik op de zon

Met deze zeshoekige zonnebril van Cotton Club beleef je de zomer door roenze bril. De gradientglazen en het slanke metalen montuur zorgen voor een moderne uitstraling.



...
**Creëer
schaduw met
DE PARASOL**
...



Schaduwzijde

Keep it cool met deze parasol van Loods5. Het stevige stalen frame met houten finish geeft stabiliteit, terwijl het polyester doek de uv-straling tegenhoudt. Verkrijgbaar in verschillende kleuren.

Lekker veelzijdig

Altijd mee op strandvakantie, want licht, fashionable en op verschillende manieren te dragen: de pareo.

Deze semitransparante Chacha pareo koop je bij Livera en draag je als elegante rok, strapless jurk of trendy halterjurk.



Schatten uit de zee

Van een ring met een schelp tot bedeltjes in de vorm van een vis of zeester, met de Marine-collectie van Pandora draag je de zee altijd bij je.



DenD

SOCIETY JOURNAAL

Jan Smit & Liza

Scheiden als buren?



Jan Smit en Liza Plat zouden hun scheiding bijna rond hebben, maar ze blijven in elkaars nabijheid. Volgens *BekendeBuren* heeft Liza haar oog laten vallen op een monumentaal herenhuis in Broek in Waterland, waar Jan nu al woont. Het pand zou van **Frank Evenblij** zijn geweest en stond te koop voor €1,655 miljoen. Jan Smit is van plan terug te gaan naar zijn eigen huis in Volendam.



Cannes wordt nieuwe rampvakantie

Na Hawaï, Sicilië en Thailand strijkt The White Lotus neer aan de Franse Riviera. Het vierde seizoen draait rond Cannes en het beroemde filmfestival, met opnames in Cannes, Saint-Tropez, Parijs en Monaco. De cast verspreidt zich over plekken waar gewone stervelingen hooguit een koffie durven bestellen: Hôtel Martinez aan de Croisette en Château de la Messardière in Saint-Tropez. Luxe genoeg dus voor nieuwe intriges, ontspoorde rijkelui en een zwembad waar vast weer iemand ongelukkig van wordt.

Hup Noa, Onze 'twaalfde man' bij Oranje

Ze is het allergrootste talent momenteel in de Nederlandse sportjournalistiek. Waar de ex-voetballers hun beleg op brood verdienen als 'duiders', voor de zoveelste keer halen ze oude koeien uit de sloot, oogt de 26-jarige **Noa Vahle** fris en vlijmscherp. De dochter van **Linda de Mol** is een aanwinst voor de Nederlandse sportjournalistiek. Niet morsig, maar journalistiek. Niet 'ik heb alles al gezien in mijn leven', maar nieuwsgierig. Geen vooroordelen, 'maar vragen stellen met open vizier'.

Dat hebben we lang gemist. Je was als voetbalfan voor of tegen de onlangs afgezwaaide Oranje-watcher **Bert Maalderink**, ook hij wist stugge coaches als **Louis van Gaal** en **Ronald Koeman** te verrassen met splijtende vragen. Zet dat eens af tegen het chagrijn op de verslaggevers-tribune. Ze hebben de wereld wel druie keer gezien, hebben een mening over alles en de voetbalwereld heeft voor hen geen geheimen meer. Denken ze! BOOMERS! Nee, dan is er opeens Noa Vahle. Ze zit in het spoor van een nieuwe generatie vrouwen die

opeens de kar trekken in de sportverslaggeving. Van **Eline de Zeeuw**, de boerendochter uit Nagele, tot **Leonne Stentler** van *Studio Sport*, van showkid **Hélène Hendriks** tot **Alethe Leidemeijer** van ESPN. 2026 wordt, let maar op, het WK van Noa Vahle. De Oranjemannen kunnen veel van haar hebben; ze weten dat Noa aan de bal is. Ze heeft voetbalverstand, want weet héél veel. Je kunt haar dus maar beter serieus nemen, vinden ze daar bij Oranje. Net zoals die andere voetbalvrouwen. Hup Noa, onze 'twaalfde man' bij Oranje.



Chase wint in wolk van roze

Chase Infiniti trok bij de Gotham TV Awards minstens zoveel aandacht met haar blushroze Louis Vuitton-jurk als met haar award. De actrice won voor haar rol als Agnes McKenzie in *The Testaments* en verscheen op de rode loper met een wolk van tule, een diepe halslijn en een diamantcollier met groene steen. Niet slecht voor iemand die een paar jaar geleden nog kickboksles gaf.



Dua Lipa & Callum Turner JA-WOORD MET 26 OUTFITS



Dua Lipa en **Callum Turner** hielden het in Londen nog klein, maar in Sicilië ging de rem er alsnog af. In Villa Valguarnera, een zeventiende-eeuwse villa bij Palermo, werd gefeest met zo'n driehonderd gasten en een prijskaartje van €1,15 miljoen. Er waren privéjets, geblindeerde auto's en **Donatella Versace** kwam naar verluidt niet met één jurk, maar meteen met 26 outfits aanzetten. De liefde mag dan blind zijn, Versace kwam in elk geval goed voorbereid.



AAN TAFEL met DenD

Hartje Friese Balk, ga er eens proeven!

Bij de brug over De Luts zagen we hotelrestaurant Teernstra al meteen recht voor ons liggen. Mooi gebouwtje, terras voor de deur. Heerlijk Fries. Het was onze eerste keer in het dorp Balk. Waar geluk nog heel gewoon is. We waren op zoek naar een uitspanning. Het laatste waar we aan dachten was het gedicht **Mei van Herman Gorter**, een hommage aan dit prachtige dorp in het Friese Gaasterland:

„Een nieuwe lente en een nieuw geluid. Ik wil dat dit gedicht klinkt als de bomen, ik wil dat het is zoals de zeeën stromen...”

Bruin café

Balk ligt aan de Elfsteden-tocht-route, met zicht op vaarwater De Luts en de Teernstrabrug. Binnen staat een mooie lange stamtafel; in de ruimte aan de rechterkant is het druk. Vrijwel alle tafeltjes zijn deze zondagmiddag bezet. „Teernstra is de plek waar u comfortabel kunt relaxen, loungen of overnachten”, aldus de reclametekst. Dat

blijkt echt zo te zijn. Een gezellige bruincafésfeer. De kaart: daghappen, flammkuchen met zuurkool, tweehonderd soorten bier en de andere ‘drankjes’, zoals die bovenaan de drankenkaart staat. Natuurlijk zijn er kroketten met heerlijke dikke frieten. Het was een genot. Heerlijk, de gezellige praatjes met de Friezen. Kom er nog maar eens om in het Westen.

Erfgoed

Teernstra heeft de tand des tijds doorstaan. Na de familie **Teernstra** werd het hotel gerund door **Harry Heis**. In die jaren staat het bekend als Hotel Café Teernstra Restaurant De Bourgondiër. Harry Heis werd wereldberoemd vanwege zijn gehaktballen. Ze staan nog steeds op de kaart. Inmiddels is het de familie Dijkman die de gasten ontvangt. Ze zorgen, gastvrij en vriendelijk zoals het hoort, voor dit erfgoed in hartje Balk. Een aanrader! Ga er maar eens proeven.



Andrélon

Vind jouw
perfecte
haarroutine

VERNIEUWD



OIL & CARE

voor droog & pluizig haar



PERFECTE KRUL

voor krullend &
golvend haar



KOKOS VOLUME BOOST

voor fijn of
futloos haar



LEVENDIG LANG

voor lang haar



Thomas van Grinsven en zijn partner Rutger Vink (Furtjuh) zijn razend bekende YouTubers.

Beesten in het nieuws

Of het nou een hond of een kat is, het blijft Paco. Dus als YouTubers **RUTGER** en **THOMAS** een mysterie ontdekken - alle honden veranderen in katten - is **Paco 2** geboren.

Voor veel BN'ers met hun kroost een reden om naar het premièrefeestje in Pathé Arena te komen in Amsterdam. Gratis kaartjes en een middagje vol avontuur en sensatie. Zelfs **André Hazes**, van wie bekend is dat hij een op en top hondenliefhebber is, heeft een eervolle gastrol in de film! **Paco 2** zal waarschijnlijk niet worden genomineerd voor een Oscar, maar wat doet dat ertoe? Voor **Johnny de Mol**, zangeres **Sharon Doorson** en **Carry ten Napel** (ze mag door met haar talkshow bij Omroep Max!) was het een ontspannen middagje.

En ja, alles komt zoals in elk sprookje weer goed. Dat geeft BN'ers, die maar moeten afwachten of ze weer gevraagd worden een rolletje, weer hoop. Waartoe een uitnodiging van **Rutger** en

Thomas voor **Paco 2** wel niet toe kan leiden. ■



Johnny de Mol heeft zijn draai wel gevonden met de nieuwe quiz **Pokerface**. Hier met partner **Anouk van Schie**.



Carry ten Napel met dochter Lotte en een vriendinnetje.



Het waren droevige tijden voor **Liza Sips**, ze verloor haar vader **Rob Sips**. Hij was de 'opie' van **Jonah** en **Charlize**.



Mekkafood

QUALITY PRODUCTS
SINCE 1993



Scan voor meer receptinspiratie
www.mekkafood.com/nl/inspiratie



Geniet van de unieke smaak van thee, fruit en kruiden





EERLIJK GEZEGD

**MARIJN
KUIPERS**



De Milli Vanilli onder de fitgirls

Showbizland hield zijn adem in toen **Marijn Kuipers** dit voorjaar aankondigde dat ze een grote onthulling zou gaan doen. Was de fitfluencer en verloofde van **Dave Roelvink** stiekem al jaren getrouwd met een Arabische sjeik? Had ze een kind aangereden op vakantie in Griekenland?

Prachtig lichaam

We moesten een NPO-documentaire afwachten voor het antwoord, en het echte verhaal was zo mogelijk nog schokkender: Kuipers' online succes bleek gebaseerd op een leugen. Dag in dag uit steekt ze haar volgers - op het moment van schrijven alleen al 660.000 op Instagram - de ogen uit met haar prachtige lichaam. Met content over gezond eten en bewegen wekt ze de indruk dat dát het recept is. Maar het echte geheim van de chef was de eetstoornis *Boulimia*.

Geen prothese

Je kunt het er tegenwoordig voor de zekerheid maar beter bij zeggen, voordat mensen de verkeerde conclusies trekken: een eetstoornis lijkt

me werkelijk afschuwelijk. Waar een gebroken been zelfs in de extremere gevallen nog is op te lossen met een pak gips en een paar stalen pinnen, bestaat er voor een stoornis als *boulimia* geen prothese. De afgelopen jaren nam het aantal patiënten toe, en wetenschappers zijn het over één ding roerend eens: de perfecte plaatjes die we de hele dag op sociale media zien, zijn met name voor jonge meiden een gigantische risicofactor. En daar wringt 'm hier natuurlijk de schoen.

Dit geheimpje

Dat Marijn Kuipers haar worstelingen voor zich hield, is één ding. Ook een influencer heeft recht op privacy. Maar het was voor haar winkeltje toevallig wel heel erg gunstig dat ze dit geheimpje voor zichzelf hield: als een halal-slager die stiekem varkensvlees serveert, zette de fitfluencer jarenlang een levensstijl in de online etalage die ze zelf niet leefde. In haar documentaire mag ze vertellen dat ze 'absoluut geen perfectie probeert te laten zien'.

Kwetsbare meiden

De *Women's Health* zette haar op de cover en liet haar vergelijkbare leugens vertellen. Zo zegt ze



Rob vindt dat Marijn Kuipers veel eerder had moeten vertellen over haar eetstoornis.

in het blad: „Ik ben online best *allround*. Natuurlijk kies ik een mooie foto uit, maar ik wil niet doen alsof alles altijd esthetisch en perfect is.” Alleen al de foto's vertellen een heel ander verhaal. Op elke pagina ziet Kuipers eruit als om door een ringetje te halen. Waarmee ze opnieuw een beeld schetst waarvan ze intussen toch zou moeten weten hoe schadelijk dat is voor kwetsbare jonge meiden.

Geen vetrolletjes

Oude gewoonten zijn moeilijk af te leren, zo blijkt maar weer, want dit sluit volledig aan bij haar instagram-van zorgvuldig afgemeten hoeveelheden eten en drinken, veel sport en zeker geen vetrolletje te veel. Eén verdwaalde foto van *fastfood* is, en dit meen ik serieus, een advertentie voor een 'gezonde pizza' van een fitnessmerk.

Al die tijd belazerd

Dan kun je nog zo mooi eufemistisch spreken over het 'dubbelleven' dat je jarenlang hebt geleid, feitelijk heb je de wereld al die tijd belazerd omdat je te betoeterd was je eigen problemen onder ogen te komen. Hadden die meiden maar geweten dat hun voorbeeld blijkbaar met enige regelmaat een vinger



in haar keel stak. Dan hadden ze zich wellicht niet zo vaak afgevraagd wat er toch mis was met henzelf.

Steunbetuigingen

Het wonderlijke is dat ik alleen maar commentaren tegenkom waarin ze geprezen wordt om haar dapperheid dit te delen. Waarbij je de vraag moet stellen hoe dapper het is om een verhaal te vertellen dat alleen maar extra aandacht oplevert. Het lijkt te werken, want naast de stroom aan hartjes en steunbetuigingen is ze getraakteerd op een persoonlijke documentaire en een coverinterview met de *Women's Health*.

Andere tijden

Begin jaren negentig werden miljoenen muzikfans nog gecompenseerd toen het Duitse popduo **Milli Vanilli** niet zélf zijn platen bleek te hebben ingezongen. De tijden zijn blijkbaar veranderd. ■

Rob Goossens

PROBEER EENS IETS ANDERS?

NIX18



ONTDEK DEZE SMAKEN!

Ristorante verovert ALLE HARTEN VAN NEDERLAND



Nr. 1
VAN
NEDERLAND

Bedankt dat wij jouw favoriet mogen zijn.
Het meest verkochte pizzamerk van Nederland.*



EMILE BODE

Klustips & tricks *Huishoudbode*

Emile met een
ouderwetse
snijbonenmolen.

Vroeger bestaat nog!



Een dame van 88 jaar kreeg in 1960, voor haar uitzet, een snijbonenmolen van het merk Pédé. Na 65 jaar trouwe dienst heeft het apparaat het begeven. Nu wil zij weten of zo'n molen nog ergens te koop is. Ze vindt, net als mijn vrouw, zelfgesneden snijbonen nu eenmaal lekkerder dan kant-en-klare.

Pédé staat voor **Peter Dienes**, een Duitser die in 1869 begon met de productie van handkoffiemolens. Later kwamen daar ook groentemolens bij. Zijn schoonzoon **Paul Land** startte in 1919 in Breukelen een Pédé-fabriek. Die ging in 1970 failliet. De Duitse fabriek hield er al in 1962 mee op. Als deze dame graag weer zo'n ouderwetse

snijbonenmolen wil, kan zij, of een familielid, het beste even op Marktplaats kijken. Daar zijn ze voor minder dan €20 te vinden. En anders krijgt ze er gratis een van mij.

Supersenioren

Heimwee naar vroeger bestaat vooral bij mijn oudere lezers. Neem Mina Bakgraag. Daar heeft



Mina bakt graag
taart en cake.

u waarschijnlijk nog nooit van gehoord, maar supersenioren wel. Mijn moeder, van 1924, zei vaak als grap: „Hier is Mina Bakgraag

Winkels van de maand

met de pannenkoeken.” Mina Bakgraag stond voor het type huisvrouw met een wit schort, die graag in de keuken stond. Het was smalend bedoeld.

Geen dure boter

In werkelijkheid was Mina Bakgraag een bekende reclamefiguur in de Tweede Wereldoorlog. Zij maakte reclame voor een bepaald soort oorlogsbakmeel, waarvoor geen dure boter nodig was. Dat gebeurde met grappige tekeningen en teksten van Mina en het vrolijke bakkertje. In werkelijkheid ging het om surrogaatpannenkoekenmeel van Peja-producten uit Deventer.

Poffertjes

De heer **Verhagen** mailde mij dat de lekkerste poffertjes gemaakt worden van boekweitmeel. Dat deed zijn oma kort na de oorlog al. „Maar ook in poffertjesrestaurants maken ze de poffertjes tegenwoordig allemaal van poffertjesmix”, schrijft hij. „Daar worden ze slapper van en minder van smaak.” Ik moet de heer Verhagen erop wijzen dat er op internet talloze recepten staan voor poffertjes met boekweitmeel. Vaak wordt dit meel gebruikt in combinatie met gist, bloem, melk, water, zout, boter en een ei.



Zelfgemaakte poffertjes.

Meest verkocht

De poffertjesmix van Koopmans is het meest verkocht. Volgens de fabrikant bestaat deze mix uit tarwebloem, maar ook uit, jawel, boekweitmeel. Zelf moet je er nog melk, eieren en drie eetlepels olie aan toevoegen. Dus ‘vroeger’ bestaat nog.



Mus Conceptstore.



Riemer & Walinga in Ermelo.



Oldenhof, een prachtwinkel.



Verzot op spelletjes!

Toppertjes in de provincie

.....

Ondernemersvereniging INretail heeft dit jaar in allerlei categorieën de leukste winkels bekendgemaakt. Dat gebeurde op basis van reacties van 125.000 consumenten.

Volgens ondernemersvereniging INretail geven deze winkels met passie en lef kleur aan het winkel-landschap. Als u in een van de volgende steden gaat winkelen, zijn ze leuk om even binnen te lopen. Ik vermeld hier de winnaars. **Mus Conceptstore** aan de Lijnmarkt 32 in Utrecht won in de categorie mode en accessoires. Een winkel met vaak betaalbare mode en heel prettige verkoopsters. In de categorie speelgoed en hobby is spellenwinkel **De Betovering** in Doetinchem een omweg waard. De nichtjes **Nina** en **Lianne** kwamen er jaren geleden achter dat ze allebei verzot zijn op spelletjes. En wat doe

je dan? Je begint een winkel aan de Boliestraat 15. **Kookwinkel Oldenhof** in Amersfoort scoorde het hoogst in de sector huishoudelijke artikelen. Een prachtwinkel met zes vestigingen en werkelijk een enorm groot assortiment: Van pollepeps tot heuse superkeukenmachines. Den Bosch heeft een geweldige binnenstad. Ga naar **AAF Concept Store**, een gekke zaak op het gebied van geschenken en specialiteiten. Net even wat anders.

Woonwinkel

Op het gebied van kunst en cultuur gaat **Blauwdruk** in Zwolle met de eer strijken. Voor boeken en kantoor-artikelen moet u beslist **Riemer & Walinga** in Ermelo even bezoeken. De algemene winnaar is **Spektakel Wonen** in Amersfoort. Een heel aparte woonwinkel met accessoires waar u van moet houden.

Zin in iets lekkers?

Natuurlijk snoep je Katja



Geniet gerust, maar wel bewust

Tips van de maand



Niet weggooien die panty

Een oude panty moet u nooit weggooien. U kunt er namelijk veel trucjes mee uithalen. Zwarte strepen van schoenen op traptreden of laminaat verwijdert u met een oude panty en wat allesreiniger. Even goed boenen en weg is de vlek. Ik gebruik een oude panty ook om tulpenbollen te bewaren. Na de uitbloei haal ik ze uit de grond en bewaar ik ze daarin tot het volgende seizoen.

Van vliegenkap tot vogelbar



Dit rode netje om eten tegen vliegen te beschermen is van **Nelleke Smak**.

In de zomer is het ideaal voor buiten: over een schaal fruit, broodjes of hapjes heen en vliegen krijgen geen kans. Maar gooi het na de zomer vooral niet weg. In de wintermaanden blijkt het, hoog hangend op het balkon, ook een prima vogelvoerbakje te zijn. Met een driepuntige dunne draad blijft het mooi hangen. „Zelfs de rand is voor vogeltjes een fijne zitplaats om zonnebloemzaadjes open te maken of snel een pinda te scoren. En het is ook nog leuk om naar te kijken.”

AANGEKOECT WASBAKJE

Vooral oudere mensen gebruiken vaak liever waspoeder dan vloeibaar wasmiddel. Een

aangekoekt wasbakje is alleen vervelend. Doe het waspoeder daarom in een dichtgeknoopt kniekousje, direct bij het wasgoed.



☒ HELPT 'T of
☐ HELPT 'T NIET

De beste omatips

Op internet vindt u heel veel zogeheten 'oma-tips' die in werkelijkheid helemaal niet helpen. Zo zweren veel mensen bij een mengsel van schoonmaakazijn en baking soda om afvoeren te ontstoppen, omdat het zo lekker bruist. Maar scheikundig gezien werken ze elkaar juist tegen: ze neutraliseren elkaar. Los gebruikt zijn ze veel krachtiger dan samen. Overigens is gewone huishoudsoda vaak het beste om de gootsteen te ontstoppen.

Maar er zijn wel degelijk tips van vroeger die werken, ook al gelooft u dat misschien niet meteen.

- Leg een schoolkrijtje tussen uw zilveren of metalen bestek. Krijt absorbeert vocht, waardoor u minder snel vlekken of aanslag op het zilver krijgt.
- Spray een mengsel van goedkope wodka en water, verhouding 1:1, op een jasje dat muf ruikt. Alcohol doodt de bacteriën die de stank veroorzaken. En uw jasje ruikt niet naar alcohol, want dan heeft u weer een ander probleem.
- Met ketchup kunt u oxidatie op koperen pannen of messing handgrepen aanpakken. Smeer het erop, laat het een kwartiertje intrekken en spoel het daarna af. Ketchup bevat onder meer natuuraazijn en zout, en precies die doen hier het werk.
- Handdoeken zijn in de droger sneller droog als u er een tennisbal bij doet.

De warmte circuleert dan beter. Ook ideaal voor donsassen.

- U kunt agressieve ovensprays kopen om vet te bestrijden, maar u kunt ook het hoekje van een vaatwastablet nat

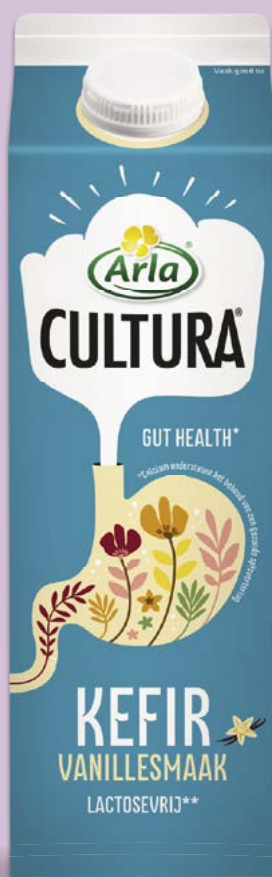
maken en daarmee direct over het aangekoekte glas van de ovendeur wrijven. Het werkt als een milde schuursteen.



NIEUW

ARLA CULTURA KEFIR

ONDERSTEUNT DE
SPIJSVERTERING*
VERFRISSEND
TINTELEND



*Calcium ondersteunt het behoud van een gezonde spijsvertering.



Yum Yum[®]



#BNF
BEST NOODLE
FOREVER



Een wereldtuin, gewoon om de hoek

In het Máximapark in Utrecht ligt de Vlinderhof, een openbare tuin van **Piet Oudolf**. De Nederlandse tuinontwerper werd wereldberoemd met onder meer de High Line in New York, maar zijn werk is dus ook gewoon gratis in Utrecht te zien. De Vlinderhof laat goed zien hoe Oudolf werkt: niet met losse pronkplanten, maar met lagen. Hoge en lage vaste planten, grassen, bloemen en zaadhoofden lopen door elkaar. Daardoor blijft er steeds iets te zien, ook als de eerste bloei voorbij is. Oudolf ontwerpt zijn plantenborders als levende schilderijen die met de seizoenen mee veranderen. Dat kun je thuis ook gebruiken. Kies niet alleen planten die kort en fel bloeien, maar ook soorten die langer mooi blijven, zoals zonnehoe, siergras, salvia, dropplant of kattenkruid. Laat hier en daar een zaadhoofd staan en geef grassen de ruimte. Zo wordt een tuin voller en levendiger.



De kleurborder mag knallen

Een kleurborder draait om bloemen die mogen opvallen; niet één plantje in een hoek, maar groepen kleur die elkaar afwisselen. Zo blijft de tuin langer vol en levendig. Zet hoge planten achterin, zoals zonnebloem, phlox of vlinderstruik. In het midden werken zonnehoe, rudbeckia, dahlia en vuurpijl goed. Vooraan kun je lavendel, salvia of kattenkruid kwijt. Siergrassen of verbena ertussen houden het luchtig. Veel van deze planten koop je gewoon in pot bij het tuincentrum of de kweker, vaak al in bloei. Handig als je snel resultaat wilt, want niet iedereen begint



in maart al met zaaibakjes. Kies liever een paar kleuren die bij elkaar passen dan van alles één. Geel, oranje en rood geven warmte. Roze, paars en wit maken het zachter. Zet de planten in groepjes van drie of vijf. Dat geeft rust en samenhang.

3 TUINTIPS VOOR JULI



1 GEEF POTTEN DORSTLESSERS

De aarde in potten droogt snel uit, zeker bij zon en wind. Geef 's ochtends of 's avonds goed water.



2 KNIP OUDE BLOEMEN WEG

Haal uitgebloeide bloemen eruit. Dan bloeien dahlia's, geraniums en petunia's langer door.



3 ZAAI NOG WAT NA

Sla, radijs, rucola en snijbiet kunnen nu nog prima.



Zonnehoed: sterk hart in de zomerborder

In juli staat de zonnehoed op zijn best. Echinacea is een vaste plant met grote, margrietachtige bloemen en een stevig, vaak oranjebruin hart. De bloemblaadjes staan recht naar buiten of hangen wat naar beneden. Zo zie je meteen waar de naam vandaan komt.

De bekendste soort is Echinacea purpurea, de rode zonnehoed. Die naam klopt niet helemaal, want in de tuin is hij meestal paarsroze. Inmiddels zijn er veel meer kleuren: wit, zachtgeel, groen, oranje en donkerrood. Sommige soorten blijven laag, andere worden bijna een meter hoog. Zonnehoed bloeit van juli tot september en bij gunstig weer soms nog langer.

Doorbloeien

Knip uitgebloeide bloemen weg, zodat de plant langer kan blijven doorbloeien. Als je de zaadhoofden laat staan, dan blijven ze tot diep in de herfst nog decoratief. Vogels pikken later graag de zaden eruit.

De naam Echinacea komt van echinos, het Griekse woord voor egel

Voor Nederlandse tuinen is Echinacea een sterke keuze. De plant houdt van zon, stevige grond en een plek waar water goed weg kan. Eenmaal aangeslagen kan hij redelijk tegen droogte. Natte kleigrond, zeker in de winter, is minder geschikt. Dan rot de plant namelijk sneller weg dan je lief is. Van oorsprong komt Echinacea uit Noord-Amerika, waar hij groeit op prairies. Dat zie je terug in zijn karakter: rechtop, stevig en weinig franje.

Siergrassen

In de border combineert hij mooi met siergrassen, salvia, kattenkruid, dropplant, berg-amotplant, kogeldistel en hoge vlambloem. Ook in een grote pot kan zonnehoed goed werken, zolang hij genoeg zon, ruimte en water krijgt. De naam Echinacea komt van echinos, het Griekse woord voor egel. Wie naar het stekelige bloemhart kijkt, begrijpt dat meteen. De plant is ook bekend uit de kruidenwereld. In de tuin is zijn waarde eenvoudiger: hij bloeit lang,

trekt bijen, hommels en vlinders aan en blijft ook na de bloei nog iets toevoegen.

Vitaal en rijk

Veel verzorging vraagt de zonnehoed niet. Geef jonge planten en potplanten water bij droogte. Knip in het voorjaar de oude stengels terug. Om de plant sterk te houden, kun je hem eens in de drie à vier jaar delen, bij voorkeur in april. Gebruik dan vooral de jonge buitenste delen van de pol. Zo blijft de plant vitaal en rijk bloeien. ■

WITTE ZWAAN

Echinacea 'White Swan' is de witte zwaan onder de zonnehoeden: rustig, sierlijk en toch stevig genoeg voor de border. Hij staat mooi tussen siergrassen of blauwe bloeiers en trekt bijen en vlinders. De licht hangende bloemblaadjes verklaren de naam, zonder dat hij meteen de prima ballerina van de tuin uithangt.



Vier de start van de zomer met
de **verfrissende verzorging** van
Palmolive & Unicura



* Bron: Nielsen handzeep data (omzet) in Levensmiddelen-Drogisterij inclusief Levensmiddelen E-com, volledig jaar 2020, 2021, 2022, 2023, 2024 en 2025.



Silvo.Nederland

PROEF DE ZOMER

We
hebben
3 heerlijke
recepten
voor je!

Recept 1
*Fish &
Chips*



Recept 3
*Ceviche
van zeebaars*



Recept 2
*Gegrilde
zalm*

Meer weten of
receptinspiratie?
www.silvo.nl

Koken met Sharon

Meer
recepten?

Kijk dan op
www.dend.nl



‘Perzik, burrata en een beetje zon’

Voor dit soort zomergerechten hoef je niet veel te doen, als je maar goede combinaties kiest. Burrata met gebakken perzik werkt omdat romig en zoet elkaar meteen vinden, zeker op warm, krokant brood. De orzosalade met feta en aardbeien is fris, hartig en makkelijk vooraf te maken. Allebei simpel, maar net feestelijk genoeg voor een lunch buiten of een etentje waarbij je liever aan tafel zit dan boven de pannen hangt.



Gegrild oerbrood met burrata, gebakken perzik en basilicum



Frisse orzosalade met feta en aardbeien

Het boodschappenlijstje

- | | |
|--|---|
| ✓ 4 flinke sneetjes oerbrood of zuurdesembrood | ✓ 2 el geroosterde zaadjes, bijvoorbeeld pompoen- en zonnebloempitten |
| ✓ 2 bollen burrata | ✓ 1 handvol verse basilicumblaadjes |
| ✓ 2 rijpe perziken | ✓ Grove zwarte peper |
| ✓ 3 el extra vierge olijfolie | ✓ Zeezout naar smaak |

Bereiding voor vier personen

- Rooster de zaadjes kort in een droge koekenpan tot ze goudbruin en geurig zijn. Zet apart. Snijd de perziken in parten.
- Verhit 1 eetlepel olijfolie in een pan of grillpan en bak de perzikparten 2-3 minuten per kant tot ze licht gekaramelliseerd zijn.
- Bestrijk het brood licht met olijfolie en grill of rooster het tot het mooi krokant is met duidelijke grillstrepen.
- Verdeel de burrata over het warme brood. Leg daarop de gebakken perzik. Besprenkel met extra olijfolie, strooi de geroosterde zaadjes erover en werk af met verse basilicum, grove zwarte peper en een klein beetje zeezout.

Het boodschappenlijstje

- | | |
|--------------------|-------------------------------|
| ✓ 250 g orzo | ✓ 1 handvol verse peterselie |
| ✓ 150 g feta | ✓ 3 el extra vierge olijfolie |
| ✓ 200 g aardbeien | ✓ Grove zwarte peper |
| ✓ 1/2 komkommer | ✓ Zout naar smaak |
| ✓ 1 gele paprika | |
| ✓ 1 kleine rode ui | |
| ✓ Sap van 1 limoen | |

Bereiding voor vier personen

- Kook de orzo volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar. Giet af, spoel kort af met koud water en laat goed uitlekken.
- Snijd de aardbeien in kwartjes. Snijd de komkommer en paprika in kleine blokjes. Snipper de rode ui fijn.
- Hak de peterselie grof. Meng de olijfolie met het limoensap. Breng op smaak met zout en flink wat grove zwarte peper.
- Doe de orzo in een grote schaal en voeg komkommer, paprika, rode ui en aardbeien toe. Schep de dressing door de salade.
- Verkruiemel de feta erover en werk af met verse peterselie en extra zwarte peper.



**Burrata,
romig
van binnen**

Burrata is mozzarella met een zachte kern van room en sliertjes kaas. Snijd je hem open, dan zakt die vulling langzaam over je brood of bord. Precies daarom werkt hij zo goed met gebakken perzik: zoet, warm, romig, een beetje zout erover en klaar. Haal burrata wel op tijd uit de koelkast. Koud is hij vlak en stug; op kamertemperatuur wordt hij pas echt lekker.

READY TO SERVE



SCHENK 125ML



SHAKE MET IJS



GENIET!

NIX18

DE KUYPER
LET'S COCKTAIL





DAVID VAN DEN BURG

Spritzen: de trend van zomer 2026



Er is een duidelijke trend naar minder alcohol in het glas, maar het moet wel lekker blijven en er ook nog goed uitzien. Vooral de jongere generatie is op zoek naar goede alternatieven. Spritzen zijn daarom razend populair. Ze bevatten veel minder

alcohol, gemiddeld zo'n 8%, en je kunt er eindeloos mee variëren. Naast de verschillende smaken kun je bij het zelf maken ook de sterkte bepalen door te spelen met de hoeveelheid mousserende wijn en bruisend bronwater. Naast de Aperol Spritz is vooral de Limoncello Spritz enorm gewild. Door de gele kleur geeft die meteen een zomers gevoel en hij is heerlijk verfrissend. Maar laat je vooral niet beperken. Kijk welke fruitige likeur je nog in de kast hebt staan, maak je eigen spritz en garneer hem met passend fruit.

Mixtip

Piña Colada

Piña colada is een cocktail met rum, ananas en kokos. Hij is romig en fris tegelijk en daardoor precies zo'n drankje dat je eigenlijk alleen in de zon wilt drinken.

1

Mix 50 ml witte rum, 100 ml ananassap en 50 ml kokosmelk of kokosroom.



3

Shake alles goed in een shaker, of mix kort in de blender.

4

Schenk in een koud glas.

2

Voeg een flinke hand ijsblokjes toe.

5

Garneer met een stukje ananas of een schijfje limoen.



Diamond Allure Rosé alcoholvrij

Deze frisse en fruitige alcoholvrije rosé is een verrassend goed alternatief voor de alcoholhoudende variant. Hij heeft een goed gebalanceerde zuurgraad en zit ook nog eens in een mooie fles, een sieraad op tafel.

LEKKER ALS: borrelwijn in combinatie met lichte hapjes.



tips

Onder de €5

Capogiro Limoncello Spritz

Deze Italiaanse kant-en-klare mixdrank combineert de zoete en fruitige smaak van limoncello met mousserende wijn. Schenk 'm koud in een breed wijnglas gevuld met ijsblokjes. Garneer eventueel met een schijfje sinaasappel of citroen en een takje verse munt voor een extra verfrissende smaak.

LEKKER BIJ: lichte hapjes, tapas of als aperitief, drink hem wel goed gekoeld.



Gegrilde ananas

Serveer bij een piña colada eens gegrilde ananas. Snijd de ananas in stukken of plakken en bak ze kort in een grillpan of op de barbecue. Door de warmte wordt de ananas zoeter en krijgt hij een licht gekaramelliseerd randje. Dat past goed bij de kokos, ananas en rum in de cocktail, maar net zo goed bij andere zomerse cocktails. Serveer de stukjes los erbij, of prik ze op een stokje als garnering in het glas.



Alles voor een fijne Dirk-prijs: Mikki slaagt hier elke keer weer

Mikki van Sneek (24) loopt met een goed-gevulde boodschappenkar de supermarkt uit. Bij Dirk winkelt ze doelgericht, maar niet met oogkleppen op.

„Ik kom eigenlijk voor alles bij Dirk”, zegt **Mikki van Sneek**. „Van pasta en shampoo tot leuke glazen voor in huis. Je weet nooit wat je allemaal tegenkomt.” In de winkel is de non-foodafdeling voor Mikki een vaste stop. „Ik heb laatst nog mooie glazen gekocht bij Dirk. Ze zien eruit alsof ze uit een dure woonwinkel komen, maar waren echt superbetaalbaar.” Volgens Mikki zit juist daar de charme van Dirk: praktische boodschappen combineren met onverwachte vondsten voor thuis. „Je loopt naar binnen voor melk en brood en gaat naar buiten met leuke spullen waar je echt blij van wordt.”

Aanbiedingen

Natuurlijk is Mikki ook groot liefhebber van de aanbiedingen. Elke week kijkt ze even welke producten in de actie zijn. „Je merkt gewoon dat je veel waar voor je geld krijgt”, legt ze uit.

„Zeker met grote merken. Dan denk ik echt: waarom zou ik ergens anders meer betalen?” Daarmee sluit haar ervaring perfect aan bij het idee van: grote merken, kleine prijzen. Wat ze ook prettig vindt aan Dirk, is dat de prijzen voor iedereen gelijk zijn.

Mikki kent de Dirk Principes. Die zijn simpel: *Dezelfde lage prijs voor iedereen.*

Alles wat je nodig hebt voor een Dirk Prijs.

Zelf halen = geld besparen. Voordeel gewoon per stuk. Lage prijzen, recht voor je neus.

No-nonsense

„Dirk is echt een no-nonsense supermarkt. Geen overbodige luxe en daardoor blijven de prijzen laag. Dat merk je echt.” Volgens Mikki maakt dat boodschappen doen toegankelijk voor iedereen, zonder in te hoeven leveren op kwaliteit of assortiment. Mikki besluit enthousiast: „Ik kom bij Dirk altijd met meer buiten dan ik van plan was”, zegt ze lachend. „Maar eerlijk? Dat vind ik juist het leuke eraan. Ik laat me graag verrassen!” ■

NIEUW



Probeer Pro-Expert

100%
EFFECTIEF

op aangekoekte vlekken



Cefalù is een ware toeristenmagneet.



DenD ontdekt **SICILIË**

Amsterdam, Rome, Athene, Barcelona, het zijn steden waar geklaagd wordt over 'overtourisme'. Wie tijdens zijn vakantie letterlijk en figuurlijk warm welkom geheten wil worden, moet nadenken over Sicilië. Het Italiaanse eiland heeft ontzettend veel te bieden. Denk aan historische steden, lieflijke kustdorpen, een indrukwekkend landschap, heel veel zee, en ongekeende gastvrijheid.

Sicilië heeft een veelbewogen geschiedenis. Sinds de Italiaanse eenwording van 1860–1861 maakt het deel uit van Italië; het is een autonome regio met speciale status. Vroeger leefden hier onder anderen Grieken, Moren, Romeinen, Noormannen en Spanjaarden. Ze drukten hun stempel en droegen stuk voor stuk bij aan de Siciliaanse cultuur die we vandaag de dag kennen. Maar de Siciliaanse geschiedenis is ook

onlosmakelijk verbonden met de Etna, de grootste en een van de meest actieve vulkanen van Europa. DenD begint het bezoek in Catania, de tweede stad van het eiland.

Twee rampen

Catania ligt aan de oostkust van het eiland en heeft circa driehonderdduizend inwoners. De stad ligt aan de voet van de vulkaan en heeft op dramatische wijze ervaren hoe vernietigend

een vulkaanuitbarsting kan zijn. In 1669 kwam de Etna tot uitbarsting; de lava overspoelde en bedolf een groot deel van de stad. Een kwart eeuw later voltrok zich een nieuwe ramp. Een aardbeving verwoestte de stad en twee op de drie inwoners verloren het leven. De overlevenden zorgden ervoor dat Catania niet in de vergetelheid raakte, zoals dat met Pompeï eeuwenlang het geval was. Ze bouwden met gebruikmaking van de zwarte



De zwarte lavastenen steken op uit zee.



De Vespa in mini-uitvoering, Italiaanser wordt het niet.



Teatro Massimo is niet alleen enorm, maar ook magnifiek.



De markt in Palermo, aan verse vis is hier geen gebrek.

lavasteen van de Etna een nieuwe stad op de ruïnes. Zelfs vandaag de dag worden de grotere lavasteenen nog gebruikt, onder andere voor het asfalt en als bouw- en siermateriaal.

Bezienswaardigheden

De Catanezen zijn de twee grote tragedies die hun stad teisterden nog lang niet vergeten. Vroeg of laat komen ze ter sprake. Wie denkt dat de Catanezen een nieuwe vulkaanuitbarsting vrezen, vergist zich. Zoals Nederlanders vertrouwen dat op hun dijken, zo zijn de Catanezen ervan overtuigd dat meetapparatuur in de Etna hun tijdig zal waarschuwen voor een nieuwe uitbraak. En als die moderne techniek dan toch faalt? Dan is er altijd nog de Fontana dell'Elefante op het Piazza del Duomo, gebouwd tijdens de wederopbouw van de stad. De zwarte lavasteenen olifant moet Catania tegen de vulkaan beschermen. De meeste bezienswaardigheden liggen op loopafstand van elkaar. Zoals

CATANIA IS HERBOUWD OP DE RUINES

Castello Ursino (dit dertiende-eeuwse kasteel is een van de weinige gebouwen die de aardbeving heeft doorstaan) en het prachtige Piazza Università (hier vind je het Palazzo dell'Università (de universiteit) en het schitterende Palazzo Sangiuliano). Maar ook de gezellige vismarkt is nabij.

Begraafplaats

Wie het centrum in westelijke richting uitloopt, arriveert na anderhalve kilometer (het lijkt veel verder, maar dat had veel te maken met de temperatuur) bij de Porta Garibaldi, de triomfboog uit 1768. Weer anderhalve kilometer verder kom je bij de indrukwekkende Cimitero Monumentale Di Catania. Met een oppervlakte van 22 hectare en zijn enorme mausoleums heeft

deze begraafplaats meer weg van een stad. Over brede lanen gaan waar bezoekers per auto naar het graf van een geliefde. Buiten de 'stadsmuren' is het om begrijpelijke redenen een aaneenschakeling van bloemenstallen. Na een aantal dagen was het moment daar om naar Palermo af te reizen.

Ware blikvanger

Met een huurauto vertrokken we naar de hoofdstad, een ontspannen rit van tweeënhalf uur over een stille snelweg. Zodra je Palermo binnenrijdt, wordt het rijden soms wat 'minder ontspannen'. Voorrangsregels moeten wijken voor een korte stoot op de claxon, maar de rijstijl went verrassend snel en heeft zijn charme—zolang je schadevrij je bestemming bereikt. Palermo is de hoofdstad van Sicilië en telt circa 750.000 inwoners, circa driehonderd kerken, maar slechts één Teatro Massimo Vittorio Emanuele. Dit enorme, magnifieke gebouw, ruim 7.700 m², is het grootste operagebouw van Italië en een ware blikvanger. Voor de bouw in 1875 moesten vier kerken en kloostercomplexen en een historische stadspoort wijken. In 1897 werd het operagebouw opgeleverd. De Grote Zaal biedt plaats aan ruim 1.300 bezoekers. Teatro Massimo komt ook voor in de tragische slotscène van *The* →

Verse pasta uit Italië



Haal *La Dolce Vita* in huis met de gevulde pasta van Daily Chef, bereid in Italië volgens authentieke recepturen. Buon appetito!

PASTA

Godfather III. Op de trappen wordt Mary Corleone (de dochter van Michael Corleone) doodgeschoten.

Maffiabestrijders

In het echte leven ging het er soms net zo gewelddadig aan toe. Twee beroemde Siciliaanse rechters, **Giovanni Falcone** en **Paolo Borsellino**, werden in 1992 vermoord door de maffia, op Sicilië is dat de Cosa Nostra. Het vliegveld van Palermo is naar deze heldhaftige maffiabestrijders vernoemd: Falcone Borsellino Airport. Maar ook op andere plakken worden de rechters geëerd. Onder andere op de muur van het Nautisch Instituut nabij de haven is een mooie afbeelding aangebracht van Falcone en Borsellino, zo zien we tijdens de hop-on-hop-off-tour. En in het Tribunale di Palermo (het gerechtshuis) waar de maffia-processen plaatsvonden tussen 1986 en 1992) is een klein Falcone-Borsellino-museum te vinden. Wordt de nagedachtenis van Falcone en Borsellino in ere gehouden, verdiend wordt er

THE GODFATHER IS BIG BUSINESS OP HET EILAND

aan Don Vito Corleone, in de *The Godfather*-films gespeeld door **Marlon Brando**. Elke souvenirwinkel heeft een groot assortiment magneten, sokken, T-shirts en poppen van Brando als Godfather Corleone.

Designerwinkels

Filmfans kunnen op Sicilië ook meerdere locaties bezoeken waar de opnamen van de wereldberoemde *The Godfather*-trilogie hebben

plaatsgehad. Palermo is al met al een fijne (wandel)stad. Net als in Catania heb je hier niet het idee dat je in een toeristische hotspot bent. Daarvoor voelt de stad te authentiek aan. Het is ook een prachtige stad. Bezoek het Piazza Ruggero Settimo, gedomineerd door het Teatro Politeama Garibaldi uit 1874, en wandel daarna door de Via della Libertà met zijn hoge bomen. Dit is de chique boulevard met designerwinkels (denk aan Gucci en Louis Vuitton) en boetieks. Tegelijkertijd is dit de stad waar marktkooplui hun waren aanprijzen en streetfood als Arancini (gefrituurde en gevulde rijstballen) overal verkrijgbaar zijn. ■

Castello Ursino in Catania krijgt een opknabbeurt.



ANDERE AANRADERS

Heeft Sicilië meer te bieden dan Catania en Palermo? Absoluut. DenD bezoekt natuurlijk ook Taormina, volgens sommige Sicilianen behoort het plaatsje tot de mooiste plekken van het eiland. Dat is doorgedrongen tot de rest van de wereld, want er lopen verhoudingsgewijs meer toeristen rond dan in Catania en Palermo.

Toeristenmagneet

Ook Cefalù stond op het to-do-lijstje. Deze bad- en vissersplaats is eveneens een ware toeristenmagneet. Vanaf de havenmuur heb je een mooi uitzicht op de huisjes die door een smalle zandstrook

van zee gescheiden zijn. Toeristen verdringen zich om een selfie te maken voor de gerestaureerde puinbogen aan de Piazza Marina, boven de Oude Haven en het Marina-strand, ooit maakten ze deel uit van middeleeuwse verdedigingsmuren.

Romeinen

Het ligt een beetje verstopt, maar in Catania is het Romeinse amfitheater zeer de moeite waard. Het amfitheater werd in de tweede eeuw n. Chr. gebouwd met lavasteen van en bood plaats aan twintigduizend toeschouwers.

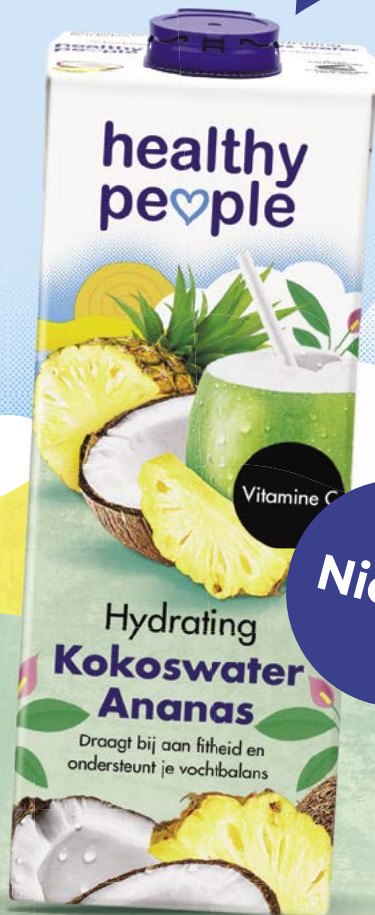


Voor een grote of kleine hap kun je overal terecht.



Taormina is een pareltje.

Kokoswater met de fruitige twist van **Ananas**



Nieuw!

healthy
people



ONS DROOMHUIS STAAT IN...

Guarda, Portugal

In Centraal Portugal, vlak bij het natuurgebied Serra da Estrela, ligt **Quinta da Estrela**. Na een jarenlange wereldreis vonden ze hier eindelijk hun plek. „Hier vonden we wat we al die tijd zochten: rust, vrijheid en de schoonheid van het eenvoudige leven.”

„Quinta da Estrela is geen doorsnee vakantieadres, maar een plek waar je vanzelf vertraagt. Je wordt wakker met vogelgezang, drinkt koffie met een magnifiek uitzicht en voelt meteen dat je vakantie écht begonnen is”, zeggen **Tim** en **Saartje**. „Op ons domein liggen drie kleurrijke huisjes, elk met een eigen karakter en warme inrichting. De combinatie van natuur en comfort maakt dit de ideale plek om te onthaasten.”

Kleur en sfeer

Wat meteen opvalt, is het uitgesproken karakter van de plek. „Geïnspireerd door

onze reizen door Afrika en Zuid-Amerika vind je overal een levendig kleurenpalet terug. Turquoise, zonnig geel, diep roze en helderblauw zorgen voor een zomers gevoel dat meteen vakantie oproept.” De bar aan het zwembad is het hart van de Quinta. Tussen tropische planten en kleurrijke details komen gasten

spontaan samen. „We vinden persoonlijk contact belangrijk en delen graag onze favoriete wandelroutes, verborgen rivierstrandjes en authentieke plekjes in de omgeving.”

Sterrenhemel

„Hier draait alles om vrijheid en beleving”, zeggen Tim en Saartje. „Kinderen hebben ruimte om te ravotten tussen

granieten boulders en oude ruïnes; avonturiers kunnen zich wagen aan canyoning, kajakken of hiken.” En na zo'n dag wacht ontspanning vanzelf: een duik in het zwembad, een glas wijn op je terras of een avond in de jacuzzi onder een indrukwekkende sterrenhemel.” ■

Marc:

„We beleefden hier een onvergetelijke vakantie! Tim en Saartje hadden leuke tips voor de omgeving. We hebben genoten en komen zeker terug!”

Vila Franca da Serra
(Guarda)
PORTUGAL

GESCHIKT VOOR
1-5 personen

BOEKEN
Geen
boekingskosten
en direct contact
met Tim en Saartje.

BEOORDELING
9,9

MEER INFO?
Scan de QR-code



**OOK JOUW
VAKANTIEHUIS
VERHUREN?**
Begin met verhuren
en ontwerp
vrijblijvend je
advertentie op
Micazu.nl

Er op Uit



JESSIE BALTUS

Festivals die de grond laten trillen, verassende kunst en theater tussen de bomen. De zomer is in volle gang!



350 jaar geleden

Natuurmuseum Fryslân is gevestigd in het monumentale Nieuwe Stads Weeshuis in Leeuwarden, dat een lange en veelbewogen geschiedenis kent. Dit jaar is het 350 jaar geleden dat de eerste weeskinderen naar het huis kwamen. Ter gelegenheid van dit jubileum organiseert Natuurmuseum Fryslân een bijzondere expositie getiteld Weeshuis vol verhalen.

Beats in het groen

Dance Valley keert op 8 augustus terug naar de 'Velsen Valley' in recreatiegebied Spaarnwoude. Met meer dan dertigduizend feestvierders en elektronische muziek in alle smaken laat Dance Valley Spaarnwoude weer op zijn grondvesten trillen. Ook leuk: bezoek Spaarnwoude de dag erna voor Bizzey's Zin In De Zomer Fest op 9 augustus.



Tussen de bladeren

Tien avonden lang nestelt Bosfest zich tussen wortels en bladeren in het Amsterdamse Bos. Rauw, intiem en altijd dichtbij. Dit is kleinschalig theater op zijn best. Van 11 tot en met 22 augustus.



SPEEL COMPONIST

Museum Speelklok Utrecht heeft een nieuw interactief muzieklab. Vanaf acht jaar ontdek je hoe muziekmachines werken én maak je je eigen muziek. Wie weet beland jij straks in de museumcollectie! Een nieuwe generatie technici is hard nodig. Daarom wil het museum vooral ook jongeren laten zien hoe handig en leuk techniek is, met muziek als beloning.

Thuis in New York

Met een poëtische en intuïtieve blik legt fotograaf **Helen Levitt** (1913–2009) vanaf de jaren dertig het straatleven in New York vast. Spelende kinderen, toevallige ontmoetingen en alledaagse scènes vol tederheid, humor en spanning vormen de kern van haar oeuvre. Tot 4 oktober te zien in Kunsthal Rotterdam.



Liefde in beeld

Veertig jaar lang legden de legendarische, van oorsprong Nederlandse fotografen **Inez & Vinoodh** de wereld op hun manier vast. Deze tentoonstelling met achttien zalen in Kunstmuseum Den Haag blikst terug op het leven en creatieve partnerschap van deze kunstenaars. Als pioniers op het vlak van digitale beeldvorming nemen ze een unieke positie in op het snijvlak van mode en kunst. Tot en met 6 september.



TOP 5 LEUKSTE STADSSTRANDEN



FOTO: KOEN PETERS SOIA

1

STRAND OOG IN AL, UTRECHT

Hét stadsstrand van Utrecht, aan het kanaal, met strandpaviljoen voor een lunch, barbecue of gewoon een heerlijk drankje in de zon.

2

BELCRUM BEACH, BREDA

Gratis toegankelijk stadsstrand op het Haveneiland, met livemuziek, dj's in het weekend en kinderactiviteiten doordeweeks.

3

PLLEK, AMSTERDAM

Op het industriële NDSM-terrein, opgebouwd uit zeecontainers, met een strandje en panoramisch uitzicht over het IJ.

4

STADSSTRAND HOORN, HOORN

Het grootste stadsstrand van Nederland: zonnen, zwemmen, volleyballen en foodtrucks, met uitzicht over het Markermeer.

5

DE OERKAP, HAARLEM

Midden in de stad aan het Spaarne: zand, huisgemaakte pizza's, livemuziek en kleinkunst in een relaxte hippiesfeer.



Grenzeloos

Deze maand ga ik de grens over voor een buitenlandse vakantie. Ik verheug me op het verkennen van een nieuwe omgeving en het achterlaten van dagelijkse verplichtingen. Heel even kan ik me losmaken van vaste patronen. Het is mijn ultieme gevoel van vrijheid. Wie ben ik echt? Doe ik wat ik doe voor mezelf of om anderen tevreden te stellen?

Kunstenaar **Wenhui Lim** (1981), bekend als Niceaunties, had geen vakantie nodig om los te komen van alles wat haar leven bepaalde. De komst van AI veranderde haar leven compleet. Bijna twintig jaar werkte ze als architect. Berekeningen, bouwvoorschriften en wensen van de klant bepaalden voor een groot deel wat ze maakte. Tot ze AI ontdekte. In een mum van tijd wekte het AI-programma een onmogelijk verhaal uit haar hoofd tot leven in een hyperrealistisch beeld. Terwijl ze zichzelf losmaakte van een carrière vol beperkingen, bevrijdde ze in haar kunstwerken de oudere vrouwen in haar cultuur van alle maatschappelijke regels waar ze zich hun hele leven aan hadden moeten voldoen.

Ik wens je een grenzeloze zomer.

Sietske van Zanten is directeur van het LAM, gewoon een bijzonder museum, midden in het groen van Landgoed Keukenhof in Lisse. Sietske presenteert regelmatig het televisieprogramma *Nu te Zien*! Volg het museum op Instagram via @lam_museum, of bezoek lammuseum.nl.

De 'kleinkunst' van Bianca van der Hulst-Sijse
in het LAM museum in Lisse stond
dinsdag 2 juni jl. op de voorpagina
van De Telegraaf



Wenhui Lim

Auntie

De kunstenaar achter Niceaunties, Wenhui Lim (1981), woont en werkt in Singapore. In haar cultuur is een 'auntie' niet alleen een tante maar vooral een stereotype voor een oudere vrouw. Het is een plagerige beschrijving voor een persoon die tegelijkertijd ouderwets, bemoeizuchtig én zorgzaam is. Word je eenmaal zo genoemd, dan is dat geen compliment.

DE LUCHT IN
VOLGENS DE AUNTIES
VAN NICEAUNTIES KUN
JE MAAR BETER FLINK
WAT HAAR HEBBEN:
'HOE HOGHER HET
HAAR, HOE DICHTER
BIJ GOD.'

TYPISCH EEN AUNTIE

'Ben je nu nóg steeds vrijgezel?' of: 'Word



JEZELF ZIJN

De start van haar kunstenaarscarrière ziet Niceaunties ook als een zoektocht naar zichzelf. Ze wilde 'ontleren' en zelf meer zichtbaar worden.



jij niet een beetje te dik?' De opmerkingen van een typische auntie komen snoeihard binnen. Toch komen ze voort uit liefde en

bezorgdheid. Een auntie uit haar warmte voor jou niet met lieve woorden, maar met veel eten en ongevraagd, praktisch levensadvies.

OMA De oma van Niceaunties is een van haar inspiratiebronnen. „Ze was het grootste deel van haar leven thuis om voor iedereen te zorgen. Ze ging nooit de deur voor zichzelf uit. De laatste jaren van haar leven lag ze ziek op bed. In mijn kunstwerken stel ik haar voor me met een heel ander leven.”



Niceaunties, Auntieverse
Chapter 3 Factory #201

EEN WARM BAD

VOOR NICEAUNTIES IS DE KOM RAMEN HET ULTIEME SYMBOOL VAN ZORGZAAMHEID. DE TRADITIONELE AUNTIES UITEN HUN LIEFDE VAAK VIA ETEN, LEGT DE KUNSTENAAR UIT. IN DIT KUNSTWERK IS DE KOM COMFORTFOOD ER PUUR VOOR HET PLEZIER VAN DE AUNTIES ZELF.

ENERGIE

„Ik hoop dat mensen energie van mijn werk krijgen en dat het ze stimuleert om hun unieke zelf te zijn.”

UNIVERSUM

MET ELK KUNSTWERK DAT NICEAUNTIES MAAKT, BOUWT ZE AAN HAAR AUNTIEVERSE: EEN WERELD WAARIN OUDERE VROUWEN GRENZELOOS MOGEN GENIETEN EN ZICHZELF ZIJN. EEN AUNTIE ZIJN, WORDT BEGERENSWAARDIG. WIE WIL ER NIET ZO HEERLIJK VRIJ ZIJN ALS DE AUNTIES VAN NICEAUNTIES?

Niet voor eeuwig

Niceaunties denkt dat het sociale label auntie in de toekomst niet meer bestaat. Het is een term die ontstond in een tijd van verandering. Vrouwen moesten zowel voldoen aan de regels van de oude als de moderne tijd.

NET ZO GEK

Soms is de werkelijkheid net zo gek als de verbeelding. In het Japanse Yunessun Spa Resort in Hakone kun je écht baden in een bad vol (nep)ramen en bouillon. Het bad is verrijkt met onder andere knoflook, wat goed zou zijn voor de huid en stofwisseling.



BEN & JERRY'S



Probeer ze nu!

Vinp pe

GOUDEN AARDAPPEL en WIN €10.000*



**CASHBACK
BIJ ELKE
ZAK LAY'S**

Lekker doen

*Actie loopt van 01/07/2026 – 30/09/2026. Aankoop verplicht. 18j+. NL only.
Actievoorwaarden zijn beschikbaar via Lays.nl/goud 100% kwaliteitsaardappelen. 100% heerlijke smaken.

7 vragen aan...

Justen de Wildt

Verrassende zomerzanger van 2026

Na **Mart Hoogkamer**, **Marco Schuitmaker** en **Yves Berendse** lijkt Nederland opnieuw een zomerzanger te hebben. **Justen de Wildt** (22). Hij komt uit Veenendaal, staat met *Cheerio* bovenaan de hitlijsten en hoort zijn kroegenknaller ineens overal. Zelf moet hij nog wennen aan de gekte. DenD stelt Justen de 7 vragen.

1 Wanneer wist jij: Cheerio gaat echt los?
„Mijn broer en ik werden in april gebeld: hebben jullie de Spotify-streams gezien? Die gaan door het dak heen. Ze waren vier keer zo hoog als normaal! Een kwartier later belde mijn boekingskantoor: ik krijg tien telefoontjes en negen zijn voor jou. Toen ging er bij ons een lampje branden. En nu staan we op nummer één in de Top 40.”

2 Je zat bij Jinek. Dat is toch wel een mijlpaal?
„Heel bijzonder ja. Toen ik elf was, stond ik onderaan de ladder. Daarna ging het steeds een stapje hoger. Vorig jaar stond ik denk ik midden op die ladder, en nu gaat het dwars door het dak. Of ik er klaar voor ben? Ja, tuurlijk. Zingen is mijn lust en mijn leven.”

3 Waarom koos je voor Nederlandstalig?
„Ik kom best wel uit een volkse familie. Mijn overgrootopa speelde accordeon en ik ben met Nederlandstalige muziek opgegroeid. Vriendjes luisterden naar rap en pop, ik naar **Willy Alberti** en **André Hazes**. Omdat ik dat mooi vond en kende. De teksten kon ik luidkeels meezingen. Soms wist ik niet waar

het over ging, maar dat ga je later beter begrijpen. Dat is het mooiste aan Nederlandstalige muziek: het geeft een boodschap mee.”

4 Je broer Sven is je manager en rechterhand. Had je dit zonder hem gekund?
„Nee, we doen het echt samen. Ik was elf en hij was dertien toen ik begon. Hij werkte al en zijn eerste centjes gingen in mijn plaatjes. Samen met mijn ouders heeft hij mij vanaf dag één gesteund. Toen **Sven** zijn rijbewijs had, reden we samen naar optredens. Dat doen we nog steeds. Hij wil niet op de voorgrond, maar op de achtergrond is hij de held. Hij regelt alles, zakelijk en financieel, en zorgt dat ik netjes op tijd ben.”

5 Je woont nog thuis. Hoe gewoon is het daar nog voor jullie?
„Thuis blijft het gewoon thuis. Mijn moeder staat in de keuken, mijn vriendin kookt af en toe, ze doen de was. Ze proberen alles door te laten gaan zoals het altijd was. Mijn ouders zijn enorm trots. Ze zeggen ook: *Justen, als dit niet was gelukt, waren we alsnog trots op je*. Alleen ben ik bijna nooit meer thuis. Ik eet zeven van de tien keer niet mee en ben vooral

onderweg. Dus als ik er wel ben, koester ik dat. Ik ben 22, dus het is hard werken en hard sparen voor een eigen huisje in de toekomst. En waarmee ze me blij maken? Met andijviestamppot!”

6 Wat betekent je vriendin in deze gekte?
„Ze steunt mij, maar voor haar is het ook allemaal nieuw. Ineens wordt zij ook meegenomen in sommige bladen. Dat is even wennen. We gaan het gewoon met elkaar doen. We zijn bijna een jaar samen. Op onze eerste afspraak vroeg ze: *wat doe je eraan?* Ik zei: *ik zing eigenlijk alleen maar*. Ze wist waar ze aan begon, maar niet dat het ineens zó uit de hand zou lopen.”

7 Hoe kwam de officiële hardstyle-remix met dj Outsiders tot stand?
„De remix brengt twee werelden samen: ik kom uit de Hollandse hoek en Outsiders is al jarenlang een grote naam in de hardstyle, met optredens op Defqon.1 en Tomorrowland. Bij Hard & Hollands deden we het nummer voor het eerst live en daar gingen de bezoekers meteen massaal uit hun dak.” ■



*'Zingen is echt mijn
lust en mijn leven'*

Probeer Lenor Dream Team



VERS UIT DE OCEAAN !

deepblue[®]



Zalmtaart
voor elke
gelegenheid!

WWW.DEEPBLUE.NU/RECEPTEN

Soraya's EIGEN bruiloft kwam er nooit

Soraya de Bakker kent het ja-woord als geen ander. Als trouwambtenaar en bij *Married at First Sight* zag ze hoe mooi en rommelig liefde kan zijn. Straks staat ze in het theater met *Help, ik ga trouwen...* Zelf zag ze haar verloving stranden, maar cynisch werd ze er niet van. „Ik ben van de Disney-generatie.”

Soraya de Bakker (41) heeft als trouwambtenaar van alles gezien: huilende vaders, nerveuze bruidegoms, bemoeizuchtige families en stellen die hun Tinder-verhaal op de grote dag net wat oppoetsen. Maar bij *Married at First Sight* gebeurde er dit laatste seizoen iets wat wereldwijd nog

niet eerder was vertoond: bruid **Sandra** zei NEE tegen **Rob**, vlak voor het jawoord. „Dat is echt iets uit de film”, zegt Soraya. „Iemand die op het allerlaatste moment toch afhaakt, dat gebeurt in de praktijk eigenlijk nooit.” Ze moest snel inschatten wat er gebeurde. Paniek, twijfel, iets dat nog te keren viel? „Misschien moeten we even kort praten, goed ademen”, dacht ze. Maar

Sandra was beslist. „Het was en bleef een keiharde nee.”

Onvoorspelbaar

Voor Soraya zegt het ook iets groters over liefde. Zelfs in een programma waarin experts mensen matchen, blijft die onvoorspelbaar. „Je kunt het niet op een presenteerblaadje geven en dan verwachten dat het werkt. Op papier kan het helemaal kloppen,

maar dat betekent niet dat die klik er ook is." Bij bruid Sandra sneuvelde het al bij de allereerste aanblik. Toch ziet Soraya net zo vaak het omgekeerde. „Dan zegt iemand: *ik vind kleine mannen helemaal niks*. En dan staat daar ineens de juiste. Dan gaat zo'n lijstje gigantisch overboord." Ze knipt met haar vingers als ze het magische probeert te vangen. „Soms is het uiterlijk, soms timing, soms chemie. Als we precies wisten hoe het werkte, zou het een stuk gemakkelijker zijn.”

Huwelijk

Vanaf september staat Soraya in het theater met *Help, ik ga trouwen...* Een voorstelling over liefde, huwelijk en alles wat daar vrolijk mis kan gaan. „Mijn theaterachtergrond, mijn werk als trouwambtenaar en mijn eigen liefdeservaringen; alles komt hierin samen.” Als kind droomde Soraya van het grote liefdessprookje. „En dan alles ontzettend meeslepend. Ik ben van de Disney-generatie. Een knappe prins op zo'n wit paard, die vooral heel charmant zat te wezen.” De eerste barst in dat plaatje kwam met haar eerste vriendje. „Toen het uitging, had ik liefdesverdriet waar je u tegen zegt. Ik was veertien of vijftien. Ik wist niet dat liefde zo'n pijn kon doen. Daar vertel ik ook over in mijn voorstelling.”

Aanzoek

Zelf kwam de tv-BABS ooit bijna tot het altaar. De ring was er, het aanzoek ook. „Tot daar ben ik gekomen”, zegt ze droog. In december 2020 werd ze gevraagd, een jaar later was de relatie voorbij. Een trouwdatum kwam er nooit. „Achteraf vond ik dat wel een rode vlag. We hadden



Achter de schermen met MAFS-collega Eveline Stallaart.

een verloving, en verder niks. Geen datum, niet eens kijken naar een jurk of een locatie.” Toch heeft het haar liefde

voor trouwen niet aangetast. „Ik ben echt van de liefde en huwelijken. Een bruiloft is gewoon fantastisch.” Zelf nog een keer naar het altaar? Dat hoeft van Soraya niet per se. „Ik ben bevoorrecht dat ik al zoveel bruiloften heb mogen meemaken. Mijn potje is wel gevuld, snap je. Dus als het niet meer bij mezelf gebeurt, ben ik ook tevreden.”

Geen cynicus

Soraya is single, maar geen trouwcynicus. Ze gelooft nog volop in de liefde, alleen niet in het idee dat je zonder man maar half af bent. „Als vrouwen zijn we gelukkig niet meer afhankelijk van een man”, zegt ze. Toch ziet ze bij jonge mensen veel druk:

‘GEEN DATUM, GEEN JURK, HELEMAAL NIKS’

op tijd iemand vinden, anders zou je de boot missen. „Alsof je richting je dertigste ineens haast moet krijgen. Terwijl: stel je wordt negentig, wat is dertig dan?” Soraya staat zeker open voor een relatie, maar dan moet iemand wel iets toevoegen. „Ik val op een man die emotioneel ontwikkeld is”, zegt ze. „Die zijn dingen op orde heeft en niet bang is om naar zichzelf te kijken. Dat blijkt nog best een categorie.”

Vertrouwelijk

Als trouwambtenaar hoort Soraya de mooiste liefdesverhalen, maar niet elk verhaal is even netjes als het wordt opgedist. „Soms krijg ik iets te horen waarvan ik denk: *dit klopt niet helemaal*. Dat mag, maar zeg het dan wel tegen mij. Dat blijft vertrouwelijk. Ik hoef het niet op te schrijven, maar ik moet wel weten wat ik níét opschrijf. Anders voelen mensen tijdens zo'n ceremonie dat er iets mist.” Oordelen doet ze niet. „Mijn mening doet er niet toe. Als de wet zegt dat deze mensen met elkaar mogen trouwen, dan mogen ze trouwen. Punt. Het gaat om hun liefde. Soms is die keurig, soms rommelig. Dat mag allebei.” →



Soraya en Carlo Boszhard vieren samen de liefde.

GAAT ^{TOT} 3X LANGER MEE

IN KOUDER WATER*



=



*(23°C) t.o.v. verdunde imitaties

Na het interview met *DenD* staat Soraya die middag op het strand van Noordwijk, bij Witsand, waar ze een bruiloft leidt. Voor haar staat een stel dat elkaar via Tinder vond. Hun eerste date was op deze plek. Nu staan ze er weer, klaar voor het ja-woord. „Ik trouw heel veel Tinderstellen. Mensen doen daar soms nog een beetje moeilijk over. Via een app, ja. Nou en? Vind elkaar! Of dat nou via Tinder is, *Married at First Sight* of je jeugdliefde.”

Blijf jezelf

Haar belangrijkste advies aan stellen: blijf bij jezelf. „Dat is misschien een cliché, maar daar gaat het vaak mis”, zegt ze. „Door ouders, familie, verwachtingen. Dan denken mensen: *het is een huwelijk, dus het hoort op een bepaalde manier*. Maar dat hoeft dus niet meer.” Vroeger was trouwen veel meer een vast ritueel. „Op het gemeentehuis werd er snel een toga uit de kast gehaald, *one size fits all*, en dan was het maar net welke ambtenaar je kreeg. Die had een standaardspeech waar alleen de namen in werden veranderd. Rechten en plichten erbij, met zo'n vingertje.”

Ome Henk

Nu kan bijna alles. Mooi, vindt Soraya, maar soms schieten

stellen door in de verkeerde dingen. „Dan gaat er”, zoals ik in mijn voorstelling vertel, „duizend euro naar een champagnetoren, maar is er geen geld meer voor een goede fotograaf. Dan moet ome Henk, die ooit in 1802

‘ER WERD OP HET STADHUIS SNEL EEN TOGA UIT DE KAST GEHAALD’

een spiegelreflexcamera heeft gekocht, de foto's maken.”

Miljoenen

Een bruiloft kan tegenwoordig makkelijk €20.000 tot €25.000 kosten. Bloemen, diner, jurk, muziek, locatie; de teller loopt lekker door. Maar een gelukkig huwelijk koop je daar niet mee. „Je kunt er miljoenen tegenaan gooien, maar garanties heb je niet. Dat is ook het mooie van de liefde.” Haar beste leerschool lag niet in

een trouwzaal, maar bij een kartbaan, waar ze vanaf haar vijftiende groepen begeleidde. „Veel vrijgezellenfeesten ook. Mannen in wortelpakken, bier achter de kiezen.”

Ondertussen vroeg ze naar hun liefdesverhaal. „Hoe hebben jullie elkaar ontmoet? Wanneer was het echt 'aan'? Voor mij is dat nog altijd het spannendste stuk. Het is net als met romantische komedies. Die gaan ook altijd over het beginverhaal. Zodra ze bij elkaar komen en 'ze leefden nog lang en gelukkig', komt de aftiteling.” ■

FOTO: INSTAGRAM

Samen met het dolverliefde MAFS-stel Domenik en Ferenc.



In de **HOOFDROL**...

Doden, drugs, bejaard en relletjes, maar...

THE STONES ROLLEN DOOR

The Stones zijn niet stuk te krijgen. **KEITH RICHARDS** (82) ziet eruit alsof hij al veertig jaar dood is, maar rockt nog altijd door. **RONNIE WOOD** (78) is clean, meestal dan, en schildert. **MICK JAGGER** (82) danst nog steeds met die beruchte heupen. Drugs, doden, ruzies, comebacks: deze band heeft meer meegemaakt dan de meeste bands in drie carrières. En toch komt er gewoon wéér een album: *Foreign Tongues*, het wordt hun 25^{ste}.



HET BLEEF SPOKEN

Oprichter **Brian Jones** werd in juni 1969 ontslagen en nog geen maand later dood gevonden in zijn zwembad. Officieel was het een ongeluk, al bleven er geruchten over drugs, ruzies en geld rondzingen. Daarna bleef het spoken. Ian Stewart, de 'zesde Stone', overleed op 47-jarige leeftijd aan een hartaanval. Drummer **Charlie Watts** stierf in 2021 op tachtigjarige leeftijd aan kanker. Richards overleefde heroïne en een val uit een palmboom op Fiji. Over Jagger gaat het verhaal dat hij in 1976 ternauwernood aan een overdosis ontsnapte.

TIJDSLIJN

1962: The Rolling Stones ontstaan in 1962 in Londen, rond Mick, Keith en Brian. Hun eerste optreden onder die naam in de Marquee Club geldt als hun officiële begin.

1965: *Satisfaction* maakt ze wereldsterren. The Stones worden het brutale broertje van The Beatles.

1971-1972: *Sticky Fingers* en *Exile on Main St.* verschijnen, opgenomen in Frankrijk vol drugs en paranoia.

1973: Met *Angie* scoren The Stones een van hun bekendste ballads.

1981: *Start Me Up* wordt een wereldhit.

1989-1990: Met *Steel Wheels* en *Voodoo Lounge* worden The Stones definitief stadionkoningen.

2023: *Hackney Diamonds*, hun eerste studioalbum met nieuw werk in achttien jaar.

2026: Op 10 juli verschijnt *Foreign Tongues*. Met hulp van **Paul McCartney**, **Steve Winwood**, **Robert Smith** en **Chad Smith**, én met oud drumwerk van **Charlie Watts**.



The Stones met de sixties-look.

EXEN OVER JAGGER



MARIANNE FAITHFULL:

„Mick was een ongelooflijke minnaar, maar hij was ook een enorme egoïst.”

JERRY HALL:

„Hij beloofde me altijd dat hij zou veranderen... maar rocksterren veranderen nooit.”



BIANCA JAGGER:

„Mijn huwelijk was al voorbij op de dag van de bruiloft.”

DE EEUWIGE HAAN

Mick Jagers libido doet nog steeds niet aan pensioen. Hij heeft acht kinderen bij vijf vrouwen en is verloofd met **Melanie Hamrick**, voormalig ballerina en 38 jaar oud. Toen ze elkaar in 2014 in Japan ontmoetten, was zij 26 en hij 71. Samen hebben ze een zoon, **Deveraux** (9). Hamrick schrijft nu zwoele romans over de balletwereld en zegt dat seksscènes haar makkelijk afgaan. Met Jagger aan haar zijde is dat op zijn minst een pikant detail. Creepy, zeggen sommigen. Rocksterprivilege, zeggen anderen.



Mick Jagger met Melanie Hamrick.

THE STONES IN HUN EIGEN WOORDEN

Ronnie Wood:

„**De vrouwen die om The Stones heen hingen, dat was een heel ander level. Groupies, supermodellen, het was één groot circus**”

Mick Jagger:

„**Ik denk niet aan mijn leeftijd. Ik ga gewoon door**”

Keith Richards:

„**Ik heb mijn vader gesnoven. Hij was gecremeerd en ik kon de verleiding niet weerstaan om hem te vermengen met een beetje coke**”

Bill Wyman (bassist):

„**In 1965 hadden we een avondje zitten tellen. Ik had toen al 278 meisjes gehad, Brian 130, Mick ongeveer 30, Keith 6 en Charlie nul**”



Ronnie, Mick en Keith weten van geen ophouden.

Geniet van die
verfissende smaak.



Heineken®

0.0

Heerlijk Hè.

NIEUW!

Napoli style
PIZZADEEG

VAN ITALIAANSE
KLASSE

VAN



PIZZADEEG VAN ITALIAANSE KLASSE

Maak van elke keuken een pizzeria met JAN Napoli Pizzateeg. Zó luchtig, zó knapperig en ook nog eens super eenvoudig. Heerlissimo gewoon! Je vindt het deeg in het koelschap in de supermarkt. Buon appetito! www.jan.eu/napoli



Hoera!

Juultje Tieleman: verraden in de liefde

Op 7 juli viert Juultje Tieleman haar 27^{ste} verjaardag. Dat doet ze zonder een vriend aan haar zijde. Ze zag haar liefdesrelaties met youtubers Gio Latooy en Don de Jong en Bankzitter Koen van Heest mislukken. Juultje weet inmiddels waarom het telkens fout gaat...



„Ik heb zieke vertrouwensissues, omdat ik relaties heb gehad met mannen die vreemdgingen”, vertelde **Juultje**. „Elke keer wordt bevestigd dat ik mensen niet kan vertrouwen.” Maar de Zeeuwse schoonheid duwt haar partners uit zelfbescherming ook van zich af: „Heel snel kan ik in een ruzie zeggen: *Oké, nou dan gaat het niet werken tussen ons*. Dat is uit angst, bang om gekwetst te worden. Want ik wil juist dat iemand dichtbij komt.”

Uit de hel

Televisiekijkers kennen Juultje van RTL4-programma *De Verraders*, *Vals Spel* en *Expeditie Robinson*. Ook speelde Juultje in *Rokjesnacht* en *Verliefd op Bali*, maar ze werd bekend als influencer; ze promoot lingerie en cosmetica. De foto's die ze post, vallen op Goeree-Overflakkee niet bij iedereen in goede aarde. Volgens Juultje hebben sommige mensen daar maar weinig met haar op: „Alsof ik uit de hel kom lopen.” Tegenwoordig woont ze in Rotterdam. ■



Wie zijn
nog meer
jarig?

MICHEL HUISMAN
Acteur
18 juli, 45 jaar



ROBBIE VAN DE GRAAF
Youtuber (de Bankzitters)
5 juli, 28 jaar



FOTO: INSTAGRAM

EVA JINEK
Presentatrice
13 juli, 48 jaar



TIM HOFMAN
Presentator, journalist
9 juli, 38 jaar



FAJAH LOURENS
Fitnessgoeroe
3 juli, 45 jaar



Horoscoop

door Savanna Bosch



LEEUEW 23 juli - 22 augustus

Je straalt, en ja, dat merken anderen ook. Liefde voelt romantisch en spontaan, Leeuw.

Een wens kan dichterbij komen als je blijft geloven in je plan. Financieel is het slim om niet te royaal te doen, hoe verleidelijk ook. Je sociale leven bloeit, maar zoek tussendoor stilte. Zelfs een Leeuw hoeft niet elk feestje te regeren.



MAAGD 23 augustus - 23 september

Je krijgt behoefte aan rust, overzicht en een beetje minder moeten. In de liefde groeit iets langzaam, maar stevig. Eerlijkheid helpt om spanning op te lossen. Werk vraagt geduld, maar kleine successen geven voldoening. Laat controle iets vaker los. Niet alles stort meteen in als jij even niet de hele wereld sorteert.



WEEGSCHAAL 24 september - 23 oktober

Plezier en verantwoordelijkheid trekken allebei aan je mouw. Je sociale leven is druk, maar je verlangt ook naar rust. In de liefde zorgen open gesprekken voor meer warmte. Vriendschappen veranderen, en dat lucht op. Je krijgt ineens zin om iets te maken, te regelen of anders aan te pakken. Kies vaker voor jezelf zonder schuldgevoel.



SCHORPIOEN 24 oktober - 22 november

Je voelt scherper aan wat klopt en wat niet. Oude twijfels maken plaats voor kracht. In de liefde komt meer diepgang door eerlijk te zeggen wat je wilt. Iemand kan meer indruk maken dan je eerst wilt toegeven. Financieel loont geduld. Familie geeft steun, al vraagt dat soms ook energie. Je onderbuik zit er niet vaak naast.



BOOGSCHUTTER 23 november - 21 december

Vrijheid lonkt, en jij krijgt zin in nieuwe ervaringen. Liefde begint luchtig, maar kan serieuzer worden dan gedacht. Werk vraagt flexibiliteit en een open blik. Vrienden brengen inspiratie en misschien ook een kans. Reizen of uitstapjes doen je goed. Plan alleen ook rust in, anders wordt avontuur gewoon vermoeidheid met betere foto's.



STEENBOK 22 december - 20 januari

Je mag deze periode wat minder streng zijn voor jezelf. Liefde wordt warmer door openheid. Op werk helpt jouw betrouwbaarheid, maar je hoeft niet alles alleen te dragen. Financieel komt er meer duidelijkheid. Familie vraagt aandacht en geeft ook mooie momenten terug. Doe dingen waar je blij van wordt, Steenbok. Zonder daar eerst een takenlijst van te maken.



KREEFT

22 juni - 22 juli

Er komt meer rust in je hoofd. Oude gevoelens zakken weg en maken ruimte voor nieuwe plannen. In de liefde helpt eerlijkheid, ook als dat even spannend is. Familie speelt een grote rol en geeft steun. Werk of geldzaken vragen geduld, maar er komt beweging in. Blijf weg bij mensen na wie je drie uur moet bijkomen.



WATERMAN 21 januari - 19 februari

Er komt vernieuwing in je plannen, je contacten of je werk. Je wilt vrijheid, maar ook mensen die je begrijpen. In de liefde helpt eerlijkheid meer dan afstand houden. Vrienden brengen nieuwe ideeën, beste Waterman. Een project kan onverwacht de goede kant op vallen. Doe niet automatisch wat je altijd doet, alleen omdat het bekend voelt.



VISSEN 20 februari - 20 maart

Je zoekt rust, zachtheid en echte verbinding. In de liefde betekenen kleine gebaren veel. Een keuze waar je al langer mee rondloopt, wordt duidelijker. Met geld is voorzichtigheid goed, maar jezelf iets gunnen mag ook. Natuur, stilte en creativiteit geven inspiratie. Je hoeft niet alles te bewijzen voordat je ergens op mag vertrouwen.



RAM 21 maart - 20 april

Je krijgt zin om te bewegen, plannen te maken en nieuwe dingen te proberen. In de liefde ontstaat spanning door spontane ontmoetingen. Op werk helpt jouw snelle schakelen, maar let op dat je niet te veel tegelijk doet. Een oude vriend duikt weer op. Met geld voel je sneller aan wat wel en niet klopt. Neem rust voordat je jezelf voorbijloopt.



STIER 21 april - 21 mei

Je hebt weinig zin in gedoe en veel behoefte aan mensen bij wie je niet hoeft op te letten. De liefde groeit door eerlijkheid en kleine gebaren. Singles kunnen iemand ontmoeten via vrienden. Een kans lijkt eerst onzeker, maar pakt goed uit. Blijf voorzichtig met geld, maar gun jezelf ook iets leuks, beste Stier. Niet alles hoeft tot op de minuut gepland.



TWEELINGEN 22 mei - 21 juni

Je agenda loopt vanzelf vol met gesprekken, afspraken en onverwachte ontmoetingen. In de liefde helpt humor meer dan lange analyses. Op werkgebied komen kansen via mensen die je toevallig spreekt. Een korte reis of uitstap geeft nieuwe energie. Schrijf goede ideeën meteen op, want bij jou verdwijnen ze anders sneller dan een ijsje in juli.



Alles voor koud

Klinkt als
Grolsch

Bij Grolsch doen we geen concessies.

Niet in het brouwproces. Niet in smaak.
En niet in temperatuur. Niemand zit te
wachten op lauw bier. Maar ook niet op
té koud. Daarom doen wij alles voor koud.
Voor een perfect gekoeld biertje. Alleen
zo smaakt jouw Grolsch zoals het
bedoeld is. Met karakter in elke slok.



NIX18



Proef het goede leven

Op mediterrane wijze



Intiem met Lieve

.... Ook een probleem?

Schaam je er niet voor, stel je vraag aan Lieve. Ze helpt je!
lieve@dend.nl

....

De babyfoon stond nog aan, en toen hoorde ik plotseling DIT...

Lieve,

Ik hoorde mijn man via de babyfoon met de buurvrouw praten. Ik stond boven de was op te vouwen en ineens hoorde ik zijn stem in de tuin. Eerst dacht ik dat hij gewoon stond te roken. Ze giechelde. Daarna zei hij: „Niet hier, ze kan ons zien.” Sindsdien doet hij raar. Hij gaat heel vaak naar de kliko en de schuur, en hij zwaait ook steeds zo overdreven vrolijk. Ik wil hem betrappen, maar ik schaam me ook. Want eerlijk is eerlijk: vorig jaar heb ik zelf met de buurman staan zoenen op de buurtbarbecue.
Janine B.

Je hoeft hem niet eerst te betrappen om dit serieus te nemen. Een man die via de babyfoon zegt: „Niet hier, ze kan ons zien”, is niet bezig met een gezellig praatje over de schutting. Daar mag je dus gewoon iets van vinden. Vraag hem: Wat speelt er tussen jullie? Let goed op zijn reactie. Gaat hij eerlijk praten, of maakt hij jou meteen jaloers en gek? Je eigen zoen met de buurman maakt het rommeliger, maar niet onbespreekbaar. Die hoort ook op tafel. Niet als vrijbrief, maar omdat jullie allebei aandacht buiten jullie relatie zoeken.

Ik heb seks met mijn baas en nu krijgt mijn vriend promotie

Lieve,

Ik ben in een affaire beland met mijn baas. Hij is ouder, getrouwd en totaal mijn type niet. Hij maakt flauwe grapjes bij de koffieautomaat en zegt de hele tijd ‘even schakelen’. Normaal krijg ik daar meteen jeuk van. Maar in bed is het

dus ineens een ander verhaal. Seksueel klikt het veel te goed! Mijn vriend werkt sinds kort ook bij ons. Nu heeft mijn baas hem voorgedragen voor promotie en mijn vriend kwam helemaal blij thuis. Hij zei: „Hij is echt een goede vent, hè?” Ik kon wel janken. Ik wil stoppen met mijn baas, maar ik ben bang dat hij mijn vriend dan laat vallen. Mijn vriend doet nu extra zijn best op kantoor en weet van niks. Wat moet ik doen?
L. uit D.

Je moet stoppen met je baas, meteen. Dit gaat verder dan vreemdgaan. Hij is je leidinggevende en heeft nu ook invloed op de toekomst van je vriend.

Daardoor zit er macht en afhankelijkheid in, en dat maakt de situatie gevaarlijker dan een gewone affaire. Vertel je partner in alle eerlijkheid dat er iets is gebeurd met je baas. Zeker nu zijn promotie ermee verweven raakt, kan hij niet buiten dit weinig fraaie verhaal worden gehouden.





Sekslessen

Eén keer per week seks, € 50.000 aan relatiegeluk

Eén keer per week seks kan veel doen voor je relatie. In Nieuw-Zeelands onderzoek waren vrouwen die minstens wekelijks seks hadden veel vaker tevreden over hun relatie dan vrouwen bij wie het minder dan één keer per maand gebeurde: 85 procent tegenover 17 procent. Het effect werd zelfs vergeleken met het geluksgevoel van € 50.000 extra salaris. Het draait volgens de onderzoekers niet alleen om hoe vaak je seks hebt, maar ook om regelmatige intimiteit en emotionele verbinding. Ook kleine aanrakingen, zoals knuffelen, hand vasthouden of tegen elkaar aan liggen, bleken later nog samen te hangen met meer lust en minder stress.

Mijn Bali-man stond ineens naast mijn zus

Ik heb op Bali iets gehad met een man. We leerden elkaar kennen bij de hotelbar en na twee avonden lag ik bij hem op zijn kamer. Hij was grappig, zonbruin en heel charmant. Ik wist alleen zijn voornaam. Hij zei dat hij uit Nederland kwam, maar niet waar precies. Dat vond ik juist lekker. Na vier dagen ging hij naar huis, zonder nummers uit te wisselen. Tot mijn zus vorige week haar nieuwe vriend meenam naar een familiedag. Ik liep de keuken in en daar stond mijn vakantie-liefde, naast mijn zus. Met een schaal huzarensalade in zijn handen. Hij keek mij aan alsof hij een spook zag. Mijn moeder vroeg of we elkaar kenden. Ik zei: „Volgens mij niet.” Hij zei niks en ging meteen aan het bier. Later appte hij mij via Instagram: „Zeg alsjeblieft niks.” Maar mijn zus is stapelgek op hem en praat al over samenwonen. Kan ik mijn mond houden, of blaas ik dan straks alles nog harder op?

Anoniem

Hou dit niet langer geheim. Dat lijkt nu misschien de makkelijkste weg, maar dan zit jij straks bij elk familiediner naar je zus en jouw Bali-man te kijken. Praat eerst met hem. Zeg dat jij niet gaat liegen voor hem en dat hij dit zelf aan je zus moet vertellen. Doet hij dat niet, dan moet jij het zeggen. Rustig: jullie kenden elkaar van Bali, het was meer

dan een praatje aan de bar, en jij wist niet dat hij haar nieuwe vriend was. Je zus kan boos worden, ook op jou. Dat is pijnlijk, maar niet belangrijker dan haar recht om te weten met wie ze een toekomst opbouwt. Als je nu zwijgt, wordt dit geheim alleen maar groter. Vertel het rustig, zonder details die haar onnodig kwetsen, maar wel eerlijk genoeg om haar zelf te laten kiezen. ■



‘Hij keek mij aan alsof hij een spook zag’

U mag het zeggen

Stuur je vakantiefoto's naar de DenD-redactie!

Wat een heerlijke tijd is de vakantieperiode. Met je gezin, vrienden of je geliefde op pad: prachtige herinneringen worden vastgelegd op video en foto's. Wil je deze herinneringen met de lezers van DenD delen? De leukste inzendingen en verhalen plaatsen we. Mail naar post@dend.nl.

Nog volop genieten!

Ik ben 75 geworden!
Ik heb een goede gezondheid en geniet samen met mijn **Jan** nog volop.
Op 17 mei waren we 52 jaar getrouwd.

Corrie Leeuwenburg-vd Maden



75 jaar!

Hierbij mijn verjaardagsfoto. Ik ben 75 jaar geworden.
Nel Welsing



Bedankt voor de theelabels

In een eerder editie van DenD vroeg ik om Pickwick-theelabels. Uit heel Nederland heb ik er heel veel ontvangen. Heel erg bedankt daarvoor aan iedereen. Ik heb er duizend kraanvogeltjes mee gevouwen en aan elkaar geregen. Het is een lint geworden van ruim zes meter. Ik vond het erg leuk om dit te maken.
Sherin Subhani



POSTZEGELS GEZOCHT

Mijn hobby is postzegels verzamelen. Zijn er mensen die mij postzegels willen sturen? Gebruikt of ongebruikt, alles is welkom. U maakt mij er heel blij mee.

Ria Colussi
Groen-blauwlaan 152i
2718 JV Zoetermeer
f.r.colussi@casema.nl



WIE HEEFT EEN PATROON VOOR EEN NOORSE TRUI?

Tijdens mijn vakantie in Noorwegen zag ik veel mooie truien. Die zou ik graag zelf willen breien voor komende winter. Wie heeft er voor mij een breipatroon voor een dames- of herenmodel? Verzendkosten worden natuurlijk vergoed.

Chris van Uffelen
vanuffelenchris@gmail.com



Gezellig maatje gezocht in Apeldoorn

Ik ben een vrouw van 67 jaar uit Apeldoorn en zoek een gezellige vriendin of maatje. Ik vind het leuk om samen te winkelen, zwemmen, bingo te spelen, te jokeren of een terrasje te pakken. Heeft u ook zin om samen af en toe iets leuks te doen? Dan kom ik graag met u in contact.

Wilma

Tel.: 06-11125617

**HEEFT U
DEZE
AL GEZIEN?**



1 SHOULD I MARRY A MURDERER? (Netflix)

2 YOUNG SHERLOCK (Prime Video)

3 DAREDEVIL: BORN AGAIN (Disney+)

*** Podcast van de maand ***

DE VONDELING

Lieve werd in 2003 als baby gevonden in De Pijp. Nu, 22 jaar later, zoekt ze uit wie haar ouders zijn en waarom ze werd achtergelaten. Te beluisteren via AT5, Spotify en Apple Podcasts.



HAAKPATROONTJES GEZOCHT

Graag wil ik aan de lezers van DenD vragen of iemand haakpatroontjes heeft voor kleine vogeltjes en kleine diertjes.

Elly Putters-de Groot
pcemtdegroot@gmail.com



BORDUURSPULLEN WELKOM

Ik borduur al jaren met heel veel plezier. Heeft u borduurzijde, borduurlinnen of iets anders wat met borduren te maken heeft en doet u er niets meer mee? Dan maakt u mij daar heel blij mee.

Anita Baselier
anitabaselier@home.nl

MEDAILLES VAN SCHAATSTOCHTEN

Ik verzamel al dertig jaar medailles van toertochten op de schaats. Ook stempelkaarten van schaats-tochten zijn zeer welkom.

Louis de Rijk
louisderijk@casema.nl



OOK REAGEREN?

Verzamelen?

Als u wilt reageren op de verhalen in DenD, of als u iets speciaals zoekt voor uw verzameling, dan kan dat via het volgende e-mailadres: **post@dend.nl**

Puzzels en prijzen

Ga voor oplossingen van de puzzels naar: **ditjesendatjes.nl/puzzel** en voor de prijzen naar: **ditjesendatjes.nl/winnen**

Brieven en kaarten

Ons redactieadres voor brieven en kaarten is:
DenD
Donauweg 10
1043 AJ Amsterdam



NIEUW Pink Grapefruit

0%
Suiker



Join THE
Royal Club



VAN DIEPVRIES NAAR DINER IN EEN HANDOMDRAAI



**Smaakvol. Duurzaam.
Onmiskenbaar PUUL'S.**

Verantwoord genieten



Dierenwereld

DIERENVRIEND
van de MAAND



Britt met haar blonde minipaardje Scottie.

FOTO: INSTAGRAM

Britt Dekker

Britt Dekker heeft haar stal uitgebreid met minipaard Scottie, een American Miniature Horse. Op Instagram laat ze zien hoe ze met het kleine paardje speelt. Britt zou Britt niet zijn als daar niet meteen groot enthousiasme bij kwam kijken. „Zo veel zin in alle mooie avonturen”, schrijft ze. Scottie is ook goed nieuws voor Teddy, Britts andere minipaard. Zijn vorige vriendje Gestionneke overleed, en volgens Britt was Teddy daar verdrietig van. Nu lijkt hij weer helemaal opgefleurd: Teddy is volgens haar ‘helemaal in love’ met zijn nieuwe vriendin. Britt heeft sowieso een flinke paardenfamilie. Naast Teddy en Scottie zijn er onder meer Johnny, George en Eve. Johnny en George spelen ook mee in *Racing Johnny*, haar derde paardenfilm na *Whitestar* en *Silverstar*. Die film komt in 2027 uit.

Waarom je hond blaft naar fietsers of scooters

door **ANNEMARIE DE HAAN**

Gedragstherapeut voor dieren

Veel hondeneigenaren herkennen het: je loopt rustig te wandelen en ineens schiet je hond blaffend en trekkend naar een passerende fietser of scooter. Het kan er heftig uitzien en soms ook behoorlijk gênant voelen. Toch doet je hond dit meestal niet omdat hij dominant of ongehoorzaam is.



Voor veel honden is een snel bewegend object simpelweg heel spannend. Fietsers, hardlopers of scooters bewegen snel, maken geluid en komen vaak plotseling dichtbij. Honden kunnen daar om verschillende redenen op reageren. In grote lijnen zijn er meestal drie mogelijke oorzaken voor dit gedrag. Sommige honden proberen de fietser weg te jagen. Zij vinden de situatie spannend of bedreigend en blaffen of vallen uit om afstand te creëren. Dit zie je vooral bij honden die onzeker of schrikachtig zijn.

Prooi

Bij andere honden wordt juist het jachtinstinct geactiveerd. Een snel bewegend object lijkt voor

3x
Tips

TIP 1

HOUD VOLDOENDE AFSTAND

Probeer in het begin zoveel mogelijk afstand te houden tot fietsers en scooters. Hoe dichterbij ze komen, hoe moeilijker het voor je hond is om rustig te blijven. Kies bijvoorbeeld een breder pad of ga even aan de kant staan. Op grotere afstand kan je hond de situatie vaak nog goed overzien zonder meteen te reageren. Dat maakt het mogelijk om rustig te oefenen en gewenst gedrag te belonen.



hen een beetje op een prooi die langsschiet. De beweging triggert het natuurlijke jachtgedrag, waardoor ze erachteraan willen rennen. Een derde mogelijkheid is dat de hond probeert de beweging of het geluid te stoppen. Sommige honden raken geïrriteerd of gefrustreerd door het geluid van een voorbijgaande fiets of scooter.

Een snel
bewegend object
lijkt een beetje
op een prooi die
langsschiet

Niets spannends

Soms speelt één factor een rol, maar vaak is het een combinatie. Door rustig te oefenen, voldoende afstand te houden en fietsers te koppelen aan positieve ervaringen, kan je hond leren dat passerende fietsers niets spannends zijn. ■

TIP 2

VRAAG AANDACHT VOORDAT DE FIETSER VOORBIJKOMT

Vraag je hond om aandacht. Beloon hem zodra hij contact met je maakt. Zo leert je hond dat het loont om zich op jou te richten in plaats van op de fietser. Wacht niet tot je hond al blaft of trekt, want dan is het vaak te laat om nog goed te trainen. Je kunt ook wachten tot je hond de fietser zelf ziet, zolang de afstand groot genoeg is.



Mijn hond heet...

Simba

Maak kennis met Simba, een prachtige chihuahua van zes jaar oud. Simba is vernoemd naar het bekende leeuwteje uit de Disneyfilm *The Lion King*, en eerlijk is eerlijk: hij gedraagt zich ook echt als een koning van de jungle! Simba vindt het heerlijk om samen met mijn zoon **Sydney** te wandelen in de buurt van Overschie. Onderweg houdt hij alles scherp in de gaten, want een echte Simba laat zijn koninkrijk natuurlijk niet zomaar onbeheerd achter. Na zo'n rondje kruipt hij thuis graag weer tevreden op zijn favoriete plekje.

Catia Vanessa Lima Duarte

Ook met uw huisdier in DenD?
Mail naar post@dend.nl

TIP 3

OEFFEN STAP VOOR STAP

Gedrag veranderen kost tijd. Begin op plekken waar fietsers nog op ruime afstand passeren en je hond rustig kan blijven. Beloon hem wanneer hij kalm blijft of naar jou kijkt. Gaat het goed, dan kun je langzaam dichterbij het fietspad oefenen. Door deze rustige opbouw leert je hond dat fietsers niets spannends zijn en wordt de wandeling voor jullie allebei een stuk rustiger.
tinleygedragstherapie.nl

Een ultiem fris gevoel!



Page

Voel je schoon en fris



+



Combineer Page Toiletpapier
met Page Vochtig Toiletpapier
voor een ultiem fris gevoel.

HET PÉRFECTE SNOEPJE VOOR ONDERWEG!





KINDERBOEKENTOPPER

Fontana Banana en de Nietnoffers

Fontana Banana is niet zomaar een hond. Als hij een banaan heeft gegeten, kan hij namelijk praten. En vliegen! Zijn beste vriendin Shelly is de enige die dit weet, want zoiets bijzonders kun je maar beter geheimhouden, toch? Op een dag zitten Fontana en Shelly samen bij de fontein op het Dorpsplein. Maar ineens... is Fontana verdwenen. Achter de fontein blijkt een geheim schuil te gaan, of liever gezegd: een geheime wereld! Zo begint Shelly aan een razend spannend avontuur in Nietnof, een wonderlijke plek waar alles anders is. Eén ding weet ze heel zeker: ze móét Fontana vinden. Maar is ze nog op tijd? Schrijfster **Judith Visser** kreeg als volwassene de diagnose van autisme. Daarover schreef ze haar *Zondag*-reeks. Judith is altijd in gezelschap van haar honden, die zorgen voor rust in haar hoofd.



CHECK OUT!

PODIUMZUSJES COCO EN CATO

Coco-Claire (12) en **Cato-Colette** (10), de dochters van **Susanna Klibansky**, groeien op in een wereld met veel glitter om zich heen. Op filmpjes van de familie zie je mooie jurken, verjaardagslunches, vakanties naar Curaçao, Spanje en de sneeuw, kunst in huis en camera's in in de buurt. Dat klinkt als een leven uit een tv-serie, en dat is het soms ook een beetje, want hun moeder ken je van *The Real Housewives of Amsterdam*. Maar tussen al die mooie outfits en reizen door

doen Coco en Cato vooral wat ze het liefst doen: zingen, dansen en optreden. In *DNA Singers* zongen ze onder meer *Love Story* van **Taylor Swift**. Toen presentator **Kees Tol** vroeg of ze later allebei zangeres wilden worden, was het antwoord meteen: ja. Cato maakte het nog duidelijker: „Ik wil later een superster worden.” Coco is daar al flink mee bezig. Ze werd finalist van het *Junior Songfestival* en volgt een vooropleiding bij de talentenschool *Lucia Marthas*. Cato was al te zien bij kinderen voor kinderen en in de film *Juf Braaksel 3*.



Het Klibansky-gezin is gemaakt voor de spotlights.

SPELLETJES TIPS VAN TANJA



PILGRIMAGE: START YOUR JOURNEY

Uitgever: Just Entertainment
Leeftijd: vanaf 6 jaar | **Spelers:** 2-4

Kies de snelste route en wees de eerste speler die twaalf heilige voorwerpen verzamelt. Spelers gebruiken kaarten uit hun hand om zich over het bord te verplaatsen. Bereik je een van de vier bestemmingen die boven in de hoek van het bord staan, dan mag je die tegel pakken en in je eigen puzzel leggen. De heilige voorwerpen op die tegel tellen meteen mee. Daarnaast hebben spelers persoonlijke krachten en manieren om hun tegenstanders dwars te zitten. Ik ben aangenaam verrast door dit spel. Dit spel voelt echt als een volwaardig bordspel. Er is genoeg interactie: je zit elkaar soms flink in de weg. Ook moet je keuzes maken die invloed hebben op je score. Doordat er steeds andere bestemmingen en spelerseigenschappen zijn, blijft het spel leuk om te spelen.

Insta: [boardgame_review_tanja](#)

Score: ★★☆☆☆

Te laat

Juf vraagt: „Waarom ben je te laat?” Pietje zegt: „Er stond een bord: school langzaam naderen. Dus dat heb ik gedaan.”



WINNEN!

Woordzoeker

O P E R A T I E C F L
I B L E O T S L O R K
E W H C E N I T C E O
I O R E T K O D S T O
L N I P L P E R
A D L T A O M T
B O Z W A E O S
Z E K A N D M U
A F D E L I N G G R U
A R T S I F I J I N E F
L I F T P Z P L U H N
S A S S I S T E N T I



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

De woorden hieronder zitten in alle richtingen verstopt. Sommige letters kunnen vaker gebruikt worden. Streep alle woorden af die je hebt gevonden. De letters die overblijven, zet je achter elkaar in de lege hokjes. Dat is de oplossing.

AFDELING
ARTS
ASSISTENT
BALIE
BED
DIEET
DOKTER
EHBO
FOTO

GIPS
HULP
INFUUS
KOORTS
LIFT
NAALD
OPERATIE
PIL
PIJN

RECEPT
ROLSTOEL
SPOED
TEST
THERMOMETER
WOND
ZAAL
ZALF
ZIEK

FRIKANDELBROODJES

In *Rik & Jesper en de frikandelbroodjescrisis* kunnen Rik en Jesper een leven lang gratis frikandelbroodjes winnen. Wanneer de beroemde frikandelbroodjesfabriek een gigantische winactie organiseert, weten Rik en Jesper één ding zeker: die moeten ze winnen. Het enige wat ze hoeven te doen? De mysterieuze gouden boon vinden die verstopt zit in één van de broodjes. Klinkt makkelijk... toch?



DenD verloot *Rik & Jesper en de frikandelbroodjescrisis*. Stuur je oplossing van de woordzoeker in op [ditjesendatjes.nl/puzzel](#) om kans te maken.

Puzzeltijd!

ZWEEDSE PUZZEL

jacht-expeditie		riv. in Rusland		traag	2	zangstuk	slaap-plaats		lang en smal	5	zaadje		deel v.d. voet		Arabishe titel
vaartuig		klooster-zuster		verlies op-splitsen					vordering		soort tapijt				
brochure							projectie-plaatje				regel-maat		Europese Unie		
angstig persoon							kauwtje						sport-attriboot		
				9			duik-pijpje								
langs		offer-tafel kaarten-boek						sterren-beeld					3		
			indien		gemalen steen	DenD				laag-hartig		pl. in Drenthe		riv. in Spanje	
strijd-kreet	werktuig	zeer goed													
7				voor-gerecht						vogel	priem				onder elkaar
groot aantal water-dier											gods-dienst		Chinese munt enthousiasme		
			ad vocem		montuur met glas		volk			hout-deeltje					
			eentonig												
deel v.e. fiets		eentonig-held mannetjesbij					iedereen		1				rond en dik	6	
					een weinig grond-toon					bewijs v. onschuld					
										voeg-woord					
voeg					uiterst							afgemat			
naar-geestig				4			vreemde munt				houtrot			8	

© www.puzzelpro.nl

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

Een hart van goud

De Limited Mom Armband Pearl Emaillé Gold Plated van Sparkling Jewels is een subtiel sieraad met een herkenbare

boodschap. Het hartvormige element met parelmoerachtige emaille afwerking staat voor liefde, waardering en verbondenheid. De armband is gemaakt van 925 sterling zilver met een gold plated afwerking. Verkrijgbaar bij Maxgoud in Rotterdam, bekend van onder meer VARA Kassa en al jaren een vertrouwd adres voor goudinkoop en sieraden.

maxgoud.com



WINNEN!
DenD verloot de Limited Mom Armband Pearl Emaillé Gold Plated van Sparkling Jewels. Stuur de oplossing van de puzzel in op **ditjesendatjes.nl/puzzel** om kans te maken.

SUDOKU ★★

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

SUDOKU ★★★

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

Beleef de ultieme arcade-ervaring

Sir Winston Fun & Games heeft meerdere arcadehallen door heel Nederland. In elke vestiging vind je een indrukwekkend spelaanbod: van behendigheidsspellen tot klassieke arcadegames. Je kunt er highscores neer-zetten, tickets verzamelen en coole prijzen winnen. Ook kun je terecht voor toffe kinderfeestjes en bedrijfsuitjes die je volledig naar wens kunt samenstellen. Met locaties in Rijswijk, Schiedam, Scheveningen, Ypenburg, Amsterdam en Zaandam. sirwinstonfungames.nl

WINNEN!

DenD verloot een Sir Winston Fun & Games-prijs met drie gymtassen, 60 tickets (voor de spellen/prijzenmuur), drie knuffeldiertjes en 30 minuten gratis gamen voor drie personen. Stuur de oplossing van de puzzel in op ditjesendatjes.nl/puzzel om kans te maken.

WINNEN!

DenD verloot de Mr. O by Otazu zilveren bangle met goudgele Swarovski-steen. Stuur de oplossing van de puzzel in op ditjesendatjes.nl/puzzel om kans te maken.



Goudgele blikvanger

Deze Mr. O by Otazu bangle combineert zilver met een goudgele, druppelvormige Swarovski-steen. Elegant, glanzend en helemaal in de herkenbare Otazu-stijl. De bangle is verkrijgbaar bij Juwelier Jansen in Rotterdam, waar bijzondere sieraden, vintage vondsten en exclusieve merken samenkomen. juwelierjansen.nl



De oplossing van de Zweedse puzzel kun je t/m 27 juli 2026 insturen op ditjesendatjes.nl/puzzel of per post naar: **Redactie DenD, Donauweg 10, 1043 AJ Amsterdam**

DONEER JE
STATIEGELD-
BON

Buitenspelen is essentieel
voor de gezondheid en
ontwikkeling van kinderen.



Samen zorgen we dat álle kinderen weer buitenspelen

Klimmen, rennen, verstoppetje spelen. Voor veel kinderen is dat niet meer vanzelfsprekend. Buitenspelen staat onder druk, terwijl het essentieel is voor de gezondheid, ontwikkeling en kansen van kinderen. Jantje Beton zorgt voor meer speelplekken, sterke buurtspeeltuinen en activiteiten waar kinderen elkaar ontmoeten.

In Nederland spelen circa vierhonderdduizend kinderen niet of nauwelijks buiten. Een grote groep kinderen groeit op zonder de dagelijkse ervaring van vrij spel, contact met andere kinderen en voldoende beweging.

Nieuwe vriendschappen

Buitenspelen is veel meer dan plezier maken. Het helpt kinderen om zelfvertrouwen

op te bouwen en samen te leren spelen. Buiten ontdekken kinderen hun talenten, verleggen ze grenzen en sluiten ze nieuwe vriendschappen. Daar hebben ze hun hele leven profijt van. Met jouw donatie help je mee om buitenspelen weer mogelijk te maken. ■

STATIEGELDACTIE

Van 29 juni tot en met 30 augustus 2026

zetten alle Dirk-filialen zich in voor Jantje Beton. Tijdens deze periode vind je bij het flessen-inleverpunt een speciale donatiebox. Doneer je statiegeld en help meer kinderen weer buiten spelen. Dank je wel!

JANTJE  BETON

PROTEÏNE SMAAKT ALL GOOD!



WHEN LIFE GIVES YOU  Chocomel®

OP Z'N TEXELS GENIETEN



NIX18

VOLGENDE MAAND EXCLUSIEF IN DenD

De nieuwe DenD verschijnt eind juli



WIE WINT IN TALKSHOWLAND?

IS ER NOG PLEK
VOOR ARJEN
LUBACH BIJ RTL?



Huishoudbode:

**HANDIG,
EEN ELEKTRISCH
BROODMES**

2026 jaar van
de doorbraak:

JET VAN DER STEEN



DenD

Colofon

DenD en Oranje Boven zijn de grootste gratis redactioneel onafhankelijke familiebladen van Nederland met een oplage van 650.000 exemplaren. Gratis meenemen bij 135 supermarkten van Dirk van den Broek en 44 Dirck3-slijterijen.

Ga naar www.dend.nl voor het actuele entertainment- en royaltynieuws.

Uitgever

Brookland Productions, Sassenheim

Concept, realisatie en redactie

Trusted Media Publishers

Fotografie

Johannes Dalhuijsen, ANP/
Hollandse Hoogte o.a.: Edwin Jansen,
Anneke Jansen, Patrick Harderwijk
en Robin Utrecht, Flickr, Unsplash,
Instagram, Facebook, Netflix,
Jurjen Donkers

Adres redactie DenD

Trusted Media Publishers
Donauweg 10
1043 AJ Amsterdam

DenD wordt verspreid via:
alle Dirk van den Broek-supermarkten
en Dirck3-slijterijen

Niets in deze uitgave mag, in welke vorm en op welke wijze dan ook, worden overgenomen zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Hoewel DenD met de grootst mogelijke zorgvuldigheid wordt samengesteld, staan uitgever en redactie niet in voor eventuele onvolkomenheden in de inhoud en kunnen hiervoor niet aansprakelijk worden gesteld. Niet alle in de advertenties genoemde producten zijn verkrijgbaar in de winkels die hieronder worden genoemd.



PRODUCTINFORMATIE

Cotton Club: cottonclub.nl/nl-nl/home

House of Ord: houseoford.capetown/

Livera: livera.nl

Lood5: lood5.nl

Oilily: oilily.com

Pandora: nl.pandora.net/nl/

Nieuw!



Satésaus Chinese Stijl



**Mild van smaak,
restaurant kwaliteit**

Exclusief verkrijgbaar bij Dirk. Volg ons op  [remiafans](#).

- SINDS 1956 -

Uniekaas

*Het oudste kaasmerk
van Nederland*



DE BESTE KAAS IN JOUW KEUKEN MET

Uniekaas
& MILJUSCHKA

*'t Wordt alleen
maar lekkerder*

JE KUNT 'M
MAAR BETER
OP ZAK HEBBEN



SULTANA®

Geniet gerust, maar wel bewust