

DenD

+3.5 MILJOEN LEZERS OP **DenD.NL**

Ditjes en Datjes

MAART 2024 • NR. 3



**BEZEM DOOR
HILVERSUM!**

Het einde van
een tijdperk...



SEKSFLUISTERAAR

Eveline Stallaart

‘Monogamie is uit!’

MARISA ABELA: STER IN FILM AMY WINEHOUSE

Lekker
voor
bij de
lunch





**ANANASSEN GECERTIFICEERD
"DUURZAAM GETEELD" EN VAN
NATURE RIJK AAN VITAMINE C**



Ginger Goodness

Krachtige gemberthee met een vleugje fruit



Voel je goed met Ginger Goodness. Probeer nu de drie cafeïnevrije en 100% natuurlijke varianten Orange, Lemon en Blueberry.



NIEUW!

Maak gemakkelijk wraps
boordevol groenten en
peulvruchten



In het Mexicaanse schap

DEZE MAAND

DenD

Entertainment

- 12** De Hilversumse slangenkuil
- 22** Society Journaal: Kylie Jenner
- 28** Columnist Rob Goossens
- 60** 7 Vragen over Victor Reinier
- 64** Seksuoloog Eveline Stallaart
- 68** In de hoofdrol... Marisa Abela

Lifestyle

- 20** Hip & Hot
- 42** Koken met Sharon en wijnadvis van David
- 48** Op reis naar Nice
- 56** Oogappels

Advies

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

64

Liefdesgoeroe Eveline Stallaart:
„Wat vind jij prikkelend, heet of spannend?“



12

HILVERSUM DRAAIT DOOR!

Van seks tot schandalen

SOCIETY JOURNAAL



22

Kylie Jenner is het meesterbrein achter haar eigen imperium

7 VRAGEN OVER...



60

Victor Reinier „Ik ben altijd stout geweest“

FOTO: SNAPCHAT

OP REIS



48

Nice: de Côte d'Azur op z'n best



28

**Columnist
Rob Goossens
over
Özcan Akyol**

IN DE HOOFDROL...

68

**Amy Winehouse
is terug dankzij
Marisa Abela's
onvergetelijke rol**



**DenD.NL
MIS HET
NIET!**

Elke maand meer dan
3,5 miljoen kijkers!



Beste lezers,

Als seksuoloog ontrafelt **Eveline Stallaart** dagelijks de geheimen van liefde en lust. In haar nieuwe boek én persoonlijke theatershow deelt ze op een amusante manier verhalen en inzichten uit haar praktijk. Eveline groeide op in het katholieke Heeze, waar seksualiteit diep begraven lag, liefst ergens onder een stapel zondagsmissen.

Als kind was Eveline, ja, ooit misdienaar in de kerk, gefascineerd door dit verboden terrein. Naarmate ze haar roeping als seksuoloog volgde, beseftte ze dat het taboe rond het onderwerp bleef bestaan. Zelfs haar vader zei tegen anderen: „Onze Eveline is psycholoog”, om het beladen woord ‘seksuoloog’ te vermijden.

Mensen hadden de wildste fantasieën over haar werk, alsof ze als een seksuele dirigent met een notitieblok naast het bed van anderen zat. Maar Eveline had een missie: seksuologie toegankelijker maken. Daarin slaagde ze met vlag en wimpel. Van geliefde tafelgast in talkshows tot liefdesexpert in ‘Married at First Sight’, Eveline is het ijzersterke Nederlandse antwoord op **Goedele Liekens**.

Verder in deze editie: een schitterend kijkje in het leven van **Kardashian**-telg **Kylie Jenner**, columnist **Rob Goossens** ontleedt **Özcan Akyol**, eropuit naar Nice aan de Côte d’Azur, en niet te vergeten, alles over het NPO-griezelpaleis!

Heel veel leesplezier,



Anette de Vries

Dat wil ik ook!

Wil jij ook op deze pagina verschijnen?

Stuur een e-mail naar:

commercie@trustedmedia.nl

Liefde zonder taboes Eveline geeft gouden tips

Stap in de praktijkkamer van 'Married at first Sight'-seksuologe **Eveline Stallaart** en ontdek de zes geheimen voor een beter seks- en liefdesleven in haar boek 'Even tussen ons'. Leer van casussen zoals **Michael** en **Naomi**, waarbij het bergafwaarts ging na de geboorte van hun kinderen en seks een 'moetje' werd, tot **Ramon**, die vreemdging vanwege een gebrek aan spanning in zijn relatie. Het boek van Eveline geeft waardevolle inzichten en biedt praktische adviezen.



WINNEN!

DenD verloot 3 exemplaren van 'Even tussen ons' van Eveline Stallaart. Ga naar [DenD.nl/winnen](https://denD.nl/winnen) om kans te maken.



WINNEN!

DenD verloot 1x een Teeproeverij met 6 theesmaken plus 1x een SeizoenTEEkwartet met 4 theesmaken. Ga naar [DenD.nl/winnen](https://denD.nl/winnen) om kans te maken.

De blends van Tante TEE zijn hartverwarmend

Thee drinken zal nooit meer hetzelfde zijn met de TEE-oplossingen van Tante TEE. Elke thee-melange bevat een boodschap die perfect past bij de smaak. Met namen als 'Op je Best', 'WitHeat' en 'RooiBlos' heeft Tante TEE voor elke situatie de juiste thee-oplossing. Vrolijk jouw vriendin op met 'Puur jij - Het is al goed'. Het is als een virtuele knuffel in een mok. Of verras met 'ZoetHart' en de spreuk 'Leef vanuit je hart, luister goed, dat houdt het zoet'.

WINNEN!

DenD doet de Love Is Love ringen set cadeau. Ga naar [DenD.nl/winnen](https://denD.nl/winnen) om kans te maken.

Vier de liefde

Koester de liefde met Melano Jewelry! Dit eigenzinnige Nederlandse sieradenmerk biedt naast verwisselbare sieraden ook een ready-to-wear-lijn: de Friends collectie. De Love Is Love-ringen set is de nieuwste toevoeging, bestaande uit multicolour zegelringen met een schattig hartje. Zo ben je weer helemaal on trend! melano-jewelry.com

SIGMUND

drieëndertigste sessie



Sigmund drieëndertigste sessie

Nieuwe avonturen van de grappigste strippsychiater van Nederland, door **Peter de Wit!** Dokter Sigmund laat in deze drieëndertigste sessie zijn praktijk isoleren om de stijgende energiekosten het hoofd te bieden. Om alle stress tegen te gaan, luistert hij naar een meditatiepodcast voor psychiaters. In de tussentijd houdt de kleine therapeut zich bezig met hoogsensitieve personen, ouderen met ADHD, het einde der tijden, kinderen die gepest worden en meneer Baltus.

sigmund.nl

WINNEN!
DenD geeft 15 exemplaren van Sigmund weg als cadeau. Ga naar DenD.nl/winnen om kans te maken.

Ontmoet het gespuis: The Amsterdam Dungeon



WINNEN!
DenD strooit met 3X 2 vrijkaarten van 'The Amsterdam Dungeon'. Ga naar DenD.nl/winnen om kans te maken.

The Amsterdam Dungeon is een unieke en spannende attractie die je meesleurt naar de meest hachelijke momenten uit het verleden. Sta oog in

oog met heksenjagers, zielenverkopers en anders gespuis. Spanning en humor wisselen elkaar af. De tijd vliegt voorbij, je beleeft vijfhonderd jaar in zo'n zestig minuten. Bezwijk je straks van angst of door een lachbui? Wij zullen het niet doorvertellen!
thedungeons.com/amsterdam

WINNEN!
DenD verloot 2 Pizzarettes Cool Wall (6 persoons). Ga naar DenD.nl/winnen om kans te maken.

Samen pizza's bakken was nog nooit zó leuk!

Proef de ultieme pizzabeleving met de Emerio Pizzarette® Cool Wall. Bak zelf heerlijke pizza's in gezelschap van vrienden en familie. Dankzij de innovatieve Cool Wall-technologie blijft de buitenkant koel, wat het zelfs voor kinderen veilig maakt. Maak onvergetelijke tafelmomenten met de Pizzarette® Cool Wall.



SKUUMKOPPE

Texels Speciaalbier



OP Z'N TEXELS

*Geen 18, geen alcohol.
Met trots voor u gebrouwen.*

STREET
FOOD
Pizza

Lekker
&
Anders

TURKSE PIZZA MET KIP KEBAB
GEWOON UIT HET VRIESVAK VAN JOUW
SUPERMARKT, YOU'LL LOVE IT!



SCAN
HET RECEPT



HOLLE BO

Het schandaalpaleis van Hilversum



**WIE IS WIE
OP HET
MEDIAPARK?**

Het dondert en bliksemt in Hilversum. Elk jaar weer jagen omroepbestuurders op de Gooise apenrots er een miljard euro doorheen. Van de belastingcenten en de opbrengsten van de STER-reclame worden tv-producenten, programmamakers, omroepen en adviseurs vetgemest. Hoe lang houdt de **NEDERLANDSE PUBLIEKE OMROEP (NPO)** dit nog vol na het vernietigende rapport-Van Rijn over intimidaties en ander grensoverschrijdend gedrag?

ALLE NPO...

Het Hilversumse omroepbastion wankelt. Het wordt niet alleen onder vuur genomen door politieke partijen, maar ook is er zo ongeveer een interne paleisrevolutie aan de gang. Het bloed stroomt bij wijze van spreken door de gangen van de omroep-paleizen op het Mediapark na schrijnende onthullingen over grensoverschrijdend gedrag, vastgelegd in het rapport van ex-minister **Martin van Rijn**. Vis begint altijd bij de kop te stinken. Het was **Jan Slagter**, de man die historie schreef door een ouderenoproep op te richten, die onlangs de grote baas van de NPO, **Frederieke Leeftang**, onder vuur nam. De voormalige Zuidas-advocate werd door de Omroep MAX-voorzitter keihard beschuldigd van liegen. Dat is nogal wat als een voorzitter van een van de grote omroepen dat durft. Maar er is nog veel meer kritiek op de kille manier van besturen door opperbaas Leeftang. Hilversum is een opeenhoping

van vergadertijgers en een heuse rapportenfabriek. Weten ze het daar even niet: hup een rapport en nog een rapport en nóg één. Het ministerie van Onderwijs en Media kijkt de NPO nauwlettend op de vingers. Alle ogen zijn gericht op kwatta.

Slangenkuil

De Holle Bolle NPO beschikt inmiddels over maar liefst negen directies met daaronder stafleden, coördinatoren, managers en strategen. Om hoorndol van te worden; een slangenkuil die je ergste vijand niet toewenst.

ONDER ELKE TEGEL DIE WORDT GELICHT, TREF JE EEN RUZIE OF EEN SCHANDAAL



Omroep-directeur Frans Klein nam de wijk naar Talpa.

Bovenaan deze apenrots staat een Raad van Toezicht die een tweekoppige Raad van Bestuur controleert. Voorzitter van de toezichthouders

is voormalig VVD-minister **Bruno Bruins**, die zich nu waarschijnlijk ook afvraagt in wat voor circus hij terecht is gekomen. Onder elke tegel die wordt gelicht, tref je een ruzie of een nieuw potentieel schandaal aan.

Gevlucht

Zoals de praktijken van **Matthijs van Nieuwkerk**, de ex-presentator van *DWDD*, wiens woedeaanvallen jarenlang met de mantel der liefde zijn bedekt. Zijn toenmalige baas **Frans Klein**, koos eieren voor zijn geld en vluchtte naar het Talpa van **John de Mol**. Ondertussen is ruim een jaar getalmd met een →



Matthijs van Nieuwkerk wachtte het rapport niet af en vluchtte naar RTL.

Jan Slagter (Omroep MAX) beschuldigde de NPO-topvrouw Frederiek Leeftang van leugens.

onderzoek door oud-politicus **Martin van Rijn**.

Van Nieuwkerk had niet langer het geduld om te wachten op de uitkomsten. Hij heeft een contract op zak van RTL, maar is op een zijspoor gezet na nieuwe onthullingen over zijn gedrag. Het is een van de voorbeelden hoe de Hilversumse modderpoel er van binnen uitziet. In plaats van het opdoeken van omroepen kwamen er polderoplossingen van pappen en nathouden.

Wereldsalaris

Nog steeds zijn er maar liefst dertien omroepen die stuk voor stuk voor Sinterklaas spelen met de omroepsubsidies. Presentatoren, gewend aan topsalarissen, werden gekort tot aan het niveau van het salaris van de minister-president. De trukendoos werd echter opengetrokken. Een-tweetjes met tv-producenten was de remedie om het salaris op te krikken. Ook voor **Eva Jinek**, overgekomen van RTL waar ze een wereldsalaris



Eric van Stade.

ontving van boven een miljoen euro, zal er mogelijk wel een 'passende' oplossing worden gevonden. De terugkeer van Jinek

naar de publieke omroep zorgde überhaupt voor opschudding. De koningin van de talkshows werd in de armen gesloten door de culturele kolos AVROTROS. Jinek kreeg een heldenontvangst. Voor Jinek moet alles wijken, en de vergadertijgers sloten een kongsi. Er werd een bom geplaatst onder de bestaande talkshows. *Op1* zou moeten verdwijnen, het gefrustreerde BNNVARA zou met **Khalid Kasem** en **Sophie Hilbrand** terugkeren op de late avond: iedereen tevreden, zo leek het. Inmiddels ligt oud-advocaat en presentator Khalid in de kreukels en heeft Hilversum er opnieuw een probleem bij.

ER WERD EEN BOM GEPLAATST ONDER DE TALKSHOWS!

Maar ook binnenskamers bij dezelfde AVROTROS staat de boel kennelijk behoorlijk in de fik.

Moddergevecht

Directeur **Eric van Stade** vertrekt bij AVROTROS, nadat hij tien jaar geleden bij SBS de deur achter zich had dichtgetrokken. Ondertussen zijn de drie leden van de Raad van Toezicht aan de kant gezet, van wie VVD'er **Frits Huffnagel** de bekendste is. Het conflict, een moddergevecht dat geheim moest blijven, is het topje van een ijsberg. Het wemelt al jarenlang van



Frits Huffnagel werd als toezichthouder bij AVROTROS aan de kant gezet.



Sven Kockelmann, de beste presentator van *Op1*, heeft het nakijken.



Na de geslaagde coup van BNNVARA door beslag te leggen op het tijdstip van *Op1* in de late avond gooit Khalid Kasem roet in het eten.



Studio Sport-presentator Tom Egbers zit al maanden thuis te wachten op een besluit wanneer hij weer kan beginnen.

bestuurders, ex-politici, consultants en bureaus, die zich bewegen als palingen in een Hilversumse emmer snot. Veel bizarre besluiten en roddels doen de ronde in Hilversum. Want dezelfde AVROTROS verbande programma's als *Radar* en *Opsporing Gezocht* naar de grafkelder van de publieke omroep: tv-zender NPO 3. Daar kijkt bijna niemand in Nederland nog naar en het is ook uitgerekend die zender die door de partij van **Pieter Omtzigt** (NSC) weleens de nek kan worden omgedraaid.

Wokisme

Ook was er het gesol met aspirant-omroep *Ongehoord Nederland*. Door de bestuurstop van de NPO, die inclusie en wokisme met hoofdletters schrijft, werden sancties opgelegd. Uiteindelijk werd de keutel ingetrokken en mag de omroep van oud-journalist **Arnold Karskens** alsnog gewoon in het bestel blijven. Overigens liggen ook de radio-zenders van Hilversum

PUBLIEKE OMROEP IS NIET LANGER GELOOFWAARDIG

behoorlijk onder vuur. Het voormalige Hilversum 3, vroeger razend populair als dé popzender van Nederland, is ten onder gegaan aan muziekhobbyisme; het scoort al jaren dramatische luistercijfers. Radio 1 is een baken van politieke correctheid, maar kan nauwelijks nog een nieuwszender worden genoemd. En **Mona Keijzer** van de BBB legt de bijl aan de wortels van Radio 2, notabene de bestbeluisterde radiozender van de



Arnold Karskens knokte met succes voor zijn omroep Ongehoord NL.

NPO. De Volendamse Keijzer vraagt zich af wat de toegevoegde waarde is van Radio 2 in vergelijking met commerciële radiozenders als 538, Skyradio en Qmusic. De vraag stellen is die ook meteen beantwoorden. Ondertussen ziet NPO-baas Frederieke Leeftang het schip in Hilversum langzaam aan de grond lopen. De NPO maakt zelfs

water. De geloofwaardigheid van de publieke omroep is tot het nulpunt gedaald. Jongeren kijken nauwelijks lineaire tv, maar ze kijken wel naar bijvoorbeeld YouTube, waar nieuwe sterren aan het firmament gloriëren.

Sodom en Gomorra

Het betuttel, de dealtjes, het weggagen onder valse voorwendsels van populaire *Op1*-presentatoren als **Sven Kockelmann**, **Fidan Ekiz**, **Charles Groenhuijsen** en **Carrie ten Napel** zet ook veel kwaad bloed. En daarnaast is fysiek geweld, pesterijen, geroddel, seksueel wangedrag aan de orde van de dag blijkt uit onderzoek in het Sodom en Gomorra dat Hilversum heet. Ander voorbeeld: *Studio Sport*-presentator **Tom Egbers**. De sportjournalist in hart en nieren zit nog steeds thuis vanwege een privékwestie van lang geleden. Niemand in Hilversum die Egbers rugdekking geeft. De onbekende **Remco van Leen**, wordt ook beticht van fout gedrag destijds bij de Tros. De man van **Anniko van Santen** (*Opsporing Verzocht*) wacht het onderzoek af. Ondertussen wordt in Hilversum volop geëxperimen- ➔

Balconi
ITALIA - 1953

Wafers

Liefde vanaf
de eerste hap!



teerd en worden private uitgevers beconcurrerd - met een podcast-fabriek, betaald met belastinggeld.

Bloedeloos

Zo is het altijd geweest: de omroepgegevens werden met hand en tand beschermd tegen dezelfde commerciële uitgevers. De NPO en de omroepen eisten het monopolie op in ons land. Toekomstvisies van de Nederlandse Publieke Omroep (NPO) staan beschreven in tientallen dikke rapporten. Vorig jaar nog van bureau AEF. Ook waren er rapporten van **Van Geel, Remkes, Schnabel**, het Commissariaat voor de Media, de WRR, **Rinnooy Kan**;



Johan Remkes

de lijst is oneindig. De (tientjes-) leden van de omroepen zijn inmiddels massaal weggelopen.

Opnieuw een signaal dat Nederland zit opgescheept met een vermold omroepbestel. Hoe lang de huidige topvrouw in Hilversum, Frederieke Leefflang, het pluche van haar stoel nog warm houdt, is vooral afwachten. Zal ze ook een bloedeloos afscheid meemaken zoals haar voorgangster **Shula Rijxman**, die destijds vrolijk op privévakantie ging met

de toenmalige staatssecretaris van Mediazaken **Sander Dekker**? Rijxman werd na haar vertrek uit Hilversum gerekruteerd, maar ze faalde al heel snel als D66-wethouder in Amsterdam.

Het moet anders

Het nieuwe kabinet heeft de opdracht het omroepreservaat flink op te schudden. Het moet anders, eenvoudiger, goedkoper en aanzienlijk minder arrogant.

Na decennialang talmen, vertragen en ingewikkeld doen, lijkt er geen ontsnappen meer aan.

Hilversum was jarenlang onaantastbaar, maar het besef is nu eindelijk gedrongen tot het Mediapark: het is uit met de pret.



Shula Rijxman

We kijken minder naar de tv

We kijken steeds minder naar de 'gewone' tv. Vooral Nederlanders tussen de 35 en 49 jaar draaien de knop om. Het weer speelt ook een rol: hoe warmer het is, hoe minder mensen tv kijken.

De Nederlandse kijker kijkt minder naar films en series (op lineaire tv) en meer naar satire, zoals *Even tot Hier*. *Boer Zoekt Vrouw* is uit de gratie. Gemiddeld keken er achthonderdduizend mensen minder naar **Yvonne Jaspers** en haar boeren in Europa. Dit blijkt uit recent onderzoek van mediabureau Groupe M. Nog steeds

wordt er wel naar het 'grote scherm' gekeken, maar dan met name naar de streamingdiensten Videoland, Youtube, Netflix en Amazon Prime. *The Masked Singer* moest het afgelopen jaar inleveren. *Denkend aan Zwitserland* met het gouden koppel **André van Duin** en **Janny van der Heijden** doet het erg goed als het gaat om de lijst met

programma's die het meest worden teruggekeken. Televisie wordt jaar na jaar ook steeds onaantrekkelijker voor adverteerders. Er is steeds meer advertentiebudget nodig om steeds minder kijkers te informeren. „De investeringen voor tv-campagnes wegen niet altijd meer op tegen de effecten op de doelstellingen van de adverteerders”, stellen de onderzoekers van Groupe M. Voor dit jaar zijn de verwachtingen hoog gespannen als het gaat om het Europees Kampioenschap Voetbal in Duitsland. De verwachting is dat Nederlanders wel massaal gaan afstemmen op de voetbalwedstrijden. ■



De lekkerste pannenkoeken bak je zelf!



Met de Pannenkoekmixen van Koopmans maak je het thuis extra gezellig.
Van pannenkoeken met volkorenmeel, tot pannenkoeken met een vleugje kaneel.
Altijd lekker veel keuze. Veel bakplezier!



Dan ben je thuis.

PANNEN
KOEKDAG

8
MAART
2024

JONG
BAKT VOOR
OUD!

BAK JIJ OOK MEE?

Op vrijdag 8 maart 2024 is het weer Nationale Pannenkoekdag, de 17e editie! We nodigen jouw school van harte uit mee te doen aan dit bijzondere evenement, waarbij basisscholieren in het hele land ouders in het zonnetje zetten met zelfgebakken pannenkoeken.

DIT INITIATIEF IS
MOGELIJK GEMAAKT
DOOR:

Tefal



Blue Band



@PANNENKOEKDAG

WWW.PANNENKOEKDAG.NL

Hip & Hot



Astrid Telkamp

Tulpenpracht

Niets zo Hollands als een bloemenveld vol kleurrijke tulpen, toch? Nou nee, want de tulp komt oorspronkelijk helemaal niet uit Nederland, maar uit Turkije. In de zestiende eeuw kwam de tulp naar ons land, waar de bloem snel populair werd. Zo populair zelfs dat hij een eeuw later extreem veel geld waard was. Ten tijde van 'de Tulpenkoorts' was een tulpenbol evenveel waard als een grachtenpand in Amsterdam. Inmiddels is de tulp uitgegroeid tot een belangrijk exportproduct. Wist je dat wij per jaar zo'n 2,5 miljard tulpenbollen exporteren? En dat er achtduizend soorten tulpen zijn, in alle kleuren, behalve blauw en zwart?

Lenteboeket

Mocht je trouwens een vrolijk lenteboeket op tafel willen zetten, combineer dan geen tulpen en narcissen met elkaar. In de steel van de narcis zit namelijk een stofje waar de tulp niet blij van wordt. Ook een vaas tulpen naast de fruitschaal is geen goed idee, omdat in rijpend fruit ethylene zit. Ook daarvan laten tulpen hun kopje hangen.



Muurbloempje

Met de Bild-poster van Ikea hoef je geen rekening te houden met het tulpenseizoen, want dankzij deze moderne wanddecoratie geniet je het hele jaar door van deze kleurrijke bloem.



...
**Zo wordt
geld uitgeven
EEN STUK
LEUKER**
...

De bloemetjes buiten zetten

Geld uitgeven wordt een stuk leuker als het komt uit deze bloemrijke knip-portemonnee van Robin Ruth. Want dit Hollandse tulpendessin tovert toch direct een glimlach op je gezicht?

Uit je bol

Niet alleen tulpen brengen vreugde in huis, ook de bollen zorgen voor plezier. Want daar maakt Clusius Craft Distillers wodka van! Tulip Vodka heeft een zachte smaak met bloemige aroma's en een milde, nootachtige ondertoon. Deze wodka is gemaakt van 100 procent Nederlandse tulpenbollen.



...
Handgemaakt
van 100%
NEDERLANDSE
BOLLEN
...

Pronkstuk

Met deze tulpenvaas van Heinen Delfts Blauw heb je een uniek stuk in huis. Je stelt de driedelige vaas namelijk helemaal zelf samen door de top, het middenstuk en de bodem naar wens met elkaar te combineren. De vaas komt uit de collectie met de toepasselijke naam Stapelgekte.



In bloei

Hangend voor het raam, liggend op tafel of gedrapeerd rond een spiegel, deze sierlijke tulpen-guirlande van flexibel ijzerdraad vindt altijd wel een mooi plekje in je huis. Van Loberon.

...
FLEUR JOUW
outfit op
...



Tulp to go

Hoe leuk is deze Tulp Original tas van By Lin? De lederen blikvanger met ruim binnenvak en handige trekkoordsluiting is verkrijgbaar in diverse kleuren en verschillende kleurcombinaties. Welke fleurt jouw outfit op?

KYLIE

De vrouw met de en een cosm

Kylie Jenner (26), lid van de familie Kardashian-Jenner, maakte een transformatie door; die van opvallende tienermoeder tot zeer succesvolle zakenvrouw. Welke vijf superkrachten gaan er schuil achter die perfect gestifte lippen?



Kylie en Willy Wonka-ster Timothée tijdens de U.S. Open in New York.

1 ROMANTISCHE REBEL

Hollywood houdt van een goed liefdesverhaal, en **Kylie Jenner** en **Timothée Chalamet** leveren de *headlines*.

Het begon met geheimzinnige ontmoetingen en gefluister. Kyliës auto voor Timothées huis was het eerste teken. Al snel volgde kus in het VIP-gedeelte van Beyoncé's Renaissance-tour in LA, een front-row rendez-vous bij de New York Fashion Week, en een gedeelde tribune bij het US Open-tennisstoernooi volgden. En dan, de kers op de taart: de rode loper van de Golden Globes. Timothée, genomineerd voor zijn rol als Willy Wonka, paradeerde alleen over de rode loper, maar Kylie voegde zich later bij hem. Een duidelijk teken

dat deze twee geen geheim meer zijn. Achter de schermen lijken Chalamet en Jenner elk moment samen te koesteren. Volgens Daily Mail staarden ze tijdens een reclameblok als 'verliefde puppy's' naar elkaar en deelden ze tedere kusjes. Kylie Jenner (26) heeft een tumultueuze dating-geschiedenis, waaronder relaties met rappers **Tyga** en **Travis Scott**, met wie ze co-ouderschap deelt voor dochter **Stormi** en zoon **Aire**. En het laatste nieuws? Timothée is stiekem ingetrokken in Kyliës weelderige villa in Los Angeles gevestigd. „Ze missen elkaar altijd enorm als ze niet samen zijn”, onthullen bronnen.

Kylie en ex Travis Scott beleefden een vurige knipperlichtrelatie.

2 GELUKKIGE LEVENSGENIETER

Terwijl Kylie volop in de schijnwerpers staat en haar imperium bestiert, vindt ze geluk in de kleine dingen in het leven. Haar dag begint met een kopje vanille-amandelmelk-koffie, zorgvuldig opgehaald bij Kings Road Café door haar toegewijde persoonlijke assistent. Het ontbijt met haar kinderen is een niet te missen ritueel, compleet met haar beroemde „Mommy's aardappelen” (pannenkoeken).

JENNER

5 superkrachten etica-imperium

B FAMILIE-FLUISTERAAR

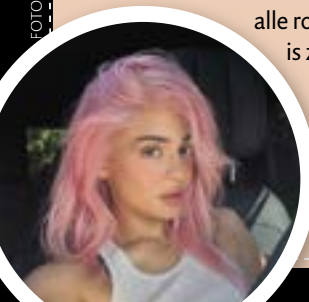
Oké, binnen de Kardashian-Jenner-clan knettert het regelmatig, net als in hun realityshow 'Keeping up with the Kardashians'. Neem bijvoorbeeld de hilarische ruzie die **Kendall** en Kylie Jenner hadden tijdens de opnames. Wat de trigger was voor deze verhitte twist? Nou, Kylie had het lef om wat kledingstukken te lenen

die Kendall wilde dragen, en dat was duidelijk een mode-misdrijf van de hoogste orde. De gemoederen raakten zo verhit dat Kendall uiteindelijk 'underdressed' naar buiten moest, terwijl haar zus pronkte in gestolen haute couture. Het liep uiteindelijk zo uit de hand dat Kylie haar hak in Kendalls nek plaatste. Kendall schreeuwde dat ze haar zus nooit meer wilde zien.

Maar ja, zoals dat gaat in de wereld van de **Kardashians**, kwamen ze uiteindelijk toch weer nader tot elkaar. Ondanks alle drama vertrouwen de zussen en hun moeder, **Kris Jenner**, nog steeds op elkaar. Tenslotte zitten ze allemaal in hetzelfde schuitje. Dat realiseert Kylie zich: „Het is lastig om mensen te vinden die ons leven begrijpen.

Wat we in deze business, met alle roem doormaken, is zo zeldzaam.

Daarom is het belangrijk dat we elkaar hebben om op te steunen.” →



Kylie showt haar nieuwe
bubblegum-roze haar.




FOTO: SNAPCHAT

IEDER MERK
WIL COOL ZIJN.
WIJ PRECIJS 4 GRADEN.

#SERIOUSABOUTBEER



Geen 18, geen alcohol.

warsteiner.nl  facebook.nl/warsteinernl





Kylie en dochter Stormi in Portofino, Italië, voor de glamourbruiloft van zus Kourtney en Travis Barker.

Dend SOCIETY JOURNAAL

GLAMOUREUZE MOEDER-MOGUL

5 In 2018 bracht Kylie dochter Stormi Webster ter wereld en in 2022 voegde ze zoon Aire (echte naam: Wolf) toe. Het moederschap opende een nieuw hoofdstuk in Kylies leven en met dezelfde vastberadenheid waarmee ze haar zakelijke imperium leidde, omarmde ze haar rol als liefhebbende ouder en groeide ze uit tot een stijlicoon voor jonge moeders wereldwijd. En omdat je nooit vroeg genoeg kunt beginnen met het bijbrengen van zakelijke wijsheid, betreft Kylie haar kroost bij haar business. „Stormi was gisteren aan het spelen met mijn make-up. Ze houdt ervan om af en toe rode lippenstift op te doen. Gewoon in huis, natuurlijk. En ik laat haar altijd zien dat mijn naam op de lippenstift staat. Ik zeg dan: *Dit is mama's lippenstift. Jouw mama is echt cool.*” ■

4 GELDMAGNEET

Al zestien jaar houdt *'Keeping Up With the Kardashians'* ons geboeid, en in die tijd is de familie veranderd

in een ware geldmachine. De kroon voor de rijkste Kardashian rust momenteel op het hoofd van **Kim**, met \$1,7 miljard op haar bankrekening. Kylie volgt als goede tweede met \$680 miljoen. Kylies aanspraak op de titel 'jongste selfmade-miljardair' deed behoorlijk wat stof opwaaien, maar ze geeft toe dat ze flink wat hulp heeft gehad.

„Ik kan niet beweren dat ik alles in mijn eentje heb bereikt”, vertrouwde ze toe aan The New York Times. „Als we het puur over financiën hebben, dan klopt het technisch gezien dat ik geen geërfde rijkdom heb. Maar ik heb flink wat ondersteuning gehad en een reusachtig platform.” Ze heeft peperdure lipkits omgetoverd tot het lucratieve Kylie Cosmetics, waarvan ze 51 procent verkocht aan Coty voor \$600 miljoen. Daarnaast heeft ze Kylie Skin gelanceerd en is ze ambassadeur voor bedrijven als Adidas, waarvoor ze ruimschoots wordt beloond om verschillende merken op haar uiterst populaire Instagram-account te promoten.

Kylies imperium: van lipkits tot miljoenen.



Een fragment uit de realityserie van de Kardashian-zussen.



FOTO: SNAPCHAT

nu
Palm
Becel **lievrrij**



Rijk aan Omega 3

Becel is van nature rijk aan Omega 3. Dat draagt bij aan het behoud van een gezond cholesterolgehalte in het bloed. En daarom is Becel goed voor het hart. De volgende Becel kuipen zijn nu palmolievrij: Becel Light, Becel Original, Becel Romig, Becel plantaardig alternatief voor Roomboter.

EAT
OPEN
MINDED

VIV ERA[®]

DE BESTE SHOARMA

Maar dan plantaardig!



Net zo lekker als vlees,
volgens Normec
smaaktest 2021



-73% verzadigd vet*



-62,3% CO₂ uitstoot*

*t.o.v. shoarma van vlees





EERLIJK GEZEGD



**ÖZCAN (EUS)
AKYOL**

‘Wat zien we écht op Eus’ hoofd?’

Als geen ander heeft **Özcan Akyol** het imago dat hij tegen schenen durft te schoppen, terwijl hij in werkelijkheid nog nooit iemand heeft beledigd die zijn boterham betaalt. Het leverde hem de status van nationaal testbeeld op. Toch hapert de marketingmachine de laatste tijd. Moeten we al met de pet rond voor de beroemdste inwoner van Deventer? Ik herinner me nog goed hoe we ineens zaten opgescheept met Eus. Een matige debutroman werd omarmd door de grachtengordel, die smulde van zo’n geciviliseerde wildeman en hem toejuichte in culturele programma’s zoals *De Wereld Draait Door*. Zijn definitieve doorbraak kwam toen hij **Kader Abdollah** voor paal zette als halve analfabeet. Et voilà, een televisiefenomeen was geboren.

Sindsdien gaat er geen week voorbij of we zien Eus wel in een van de talkshows of in zijn eigen programma’s. Als een van de weinigen wordt hij zowel bij de RTL-talkshows als bij *Vandaag Inside* geboekt als tafelvulling. Begrijpelijk: Eus is de hofleverancier van ophef die nooit zijn broodheren raakt. Hij zou het niet

in zijn hoofd halen om **Wilfred Genee** of **Humberto Tan** in zijn eigen programma aan te vallen. Maar zijn monologen klinken wel lekker scherp, en dat is ook wat waard. Dat is allemaal waar, tot het niet waar is, zou **Johan Cruijff** waarschijnlijk zeggen. En de afgelopen tijd heeft Eus vaker dan voorheen iets uit te leggen. Zo kwam hij met een betoog over de nutteloosheid van boa’s zonder een idee te hebben van hun werk. ‘Veilige ophef’, leek het wederom, want er zijn veel mensen die boa’s stom vinden. Helaas voor Eus konden de boa’s prima uitleggen wat ze doen en stond hij voor de verandering eens een keer zelf voor paal.

Dankzij zijn machtige vriendjes kwam hij ermee weg zonder excuses te maken, maar niet veel later werd hij alsnog in verlegenheid gebracht. In het blaadje van het Ministerie van Financiën, dat veel boa’s in dienst heeft, bood hij namelijk wél zijn excuses aan. Was hij soms bang dat de lucratieve klus in het geding kwam? Als je het mij vraagt, stopte hij met die hypocriete actie de ‘Eus’ in ‘opportuneusme’. Daarmee hield de ellende nog niet op. Een lucratief spotje voor een pensioenverzekeraar was de volgende nagel aan



„Dat stugge haar dat op de gekste plekken krult, kan toch maar uit één lichaamsstreek afkomstig zijn?”



Eus met boezemvriend Matthijs.

zijn doodskist. „Waar moet ik anders van leven als straks niemand meer leest?”, was zijn gemakkelijke verweer. Ha, alsof zijn boeken zo'n substantieel deel van zijn inkomsten uitmaken. De tonnen die hij per jaar binnenharkt (eigen bewering) komen toch echt vooral van televisiewerk. Wie een beetje voorzichtig omspringt met zo'n inkomstenbron, kan zich echt wel een hoop permitteren.

Sterker: voor het idee heb ik het maar even uitgerekend. Als Eus over tien jaar gecanceld wordt, nóóit meer boeken verkoopt en daarna even van het inkomen van zijn vrouw moet teren, dan kan hij alsnog met pensioen met een spaarpotje van drie miljoen euro. Daar heeft hij niet eens een pensioenverzekeraar voor nodig - een goede financieel adviseur volstaat. Ik moet eerlijk zeggen dat ik het wel begrijp: dat is eigenlijk wel zo rustig. Zeker voor iemand die zich zelfs onnodig druk maakt om zaken als een wijkende haarlijn. Uiteraard, het is dapper dat hij ervoor uitkomt dat hij wat haarzakjes heeft laten verhuizen naar de bovenkant van zijn hoofd, maar is het er nou echt zoveel beter op geworden? Als ik dat stugge haar op de gekste plekken zie krullen, ben

ik als kijker vooral afgeleid: dat haar kan toch maar uit één lichaamsstreek afkomstig zijn?

En wat te denken van de situatie rond **Matthijs van Nieuwkerk**? Eus was degene die Matthijs aan zijn huidige vriendin **Martha** koppelde. Nu weten we dankzij beschuldigingen vanuit zijn ex-werkgever BnnVara dat Matthijs een veredeld bordeel runde op de DWDD-redactievloer. Geloof er iemand dat die twee boezemvrienden het daar nooit over hebben gehad? Weliswaar is Eus niet in dienst bij RTL, maar als graag geziene talkshowgast had hij op zijn minst even kunnen waarschuwen dat er op dat vlak nog een emmer stront in de beerput was achtergebleven. Zelfs de beste jongleur laat soms zijn ballen vallen. Maar iemand met zo'n talent voor marketing als Eus, hoeft echt niet wakker te liggen van kaalheid of ontleding. Zolang 80 procent van Nederland meegaat in zijn imago van de nobele wildeman, blijft Eus ons nationale testbeeld. ■

Rob Groossens



**BEAT THE HEAT
OF SPICY
FOOD**

**HEAT
HAPPENS
STAY COOL** 🌶️



NIEUW

WASA DELICATE CRACKERS PAPRIKA

LEKKER ALS SNACK OF
VOOR BIJ DE BORREL





EMILE BODE

Klustips & tricks
Huishoudbode

Ouwe snoeperd stopt met snaaien



Ik ben een ouwe snoeperd. Zeker nadat ik zeven jaar geleden ben gestopt met roken. Ik had toen net mijn jubileum gevierd omdat ik een halve eeuw had gepaft. Dat begon omstreeks 1966 toen oom Bill me een Golden Fiction sigaret gaf met de mededeling: „Je bent nu twaalf jaar, het wordt tijd een sigaret op te steken.”

Bijna alle snoep vind ik lekker, en trouwens ook alle gebak, met uitzondering van donuts, en vrijwel alle snacks, te beginnen met een bal gehakt in jus en een kalfskroket. In Duitsland liet ik me zelfs

vereeuwigen in een Haribo-reclame. Misschien wist u dit niet, maar in ons land staan talloze snoepfabrieken. Noord-Brabant wordt zelfs beschouwd als het snoepparadijs van Europa, met bekende merken

zoals Mentos, Fruitella, Klene en de lollies van Chupa Chups. Niet zo lang geleden kocht ik in Deventer een zak snoep bij Jamin en moest ik €16 afrekenen. Ik schrok van de prijs. Mijn kleinzoon van elf jaar houdt

niet echt van snoep, maar hij is wel dol op snoeptomaatjes. Dus ik at de schoolkrijtjes, groentjes en griotten allemaal zelf in recordtijd op.

Toffees

Drop is veruit het populairste snoep in ons land, gevolgd door kauwgom, winegums, pepermunt en allerlei soorten toffees.

Echter, teveel snoep is ook slecht voor de gezondheid, vooral gezien mijn licht verhoogde suikergehalte. Daarom ben ik voorzichtig begonnen met een gezondere levensstijl. Het goede nieuws is dat supermarkten steeds meer gezonde en lekkere producten aanbieden.

Gekookt eitje

Ik probeer mijn snaaimomenten tot een minimum te beperken. Geen koekje bij de koffie, geen suiker in de koffie, maar wel gezondere tussendoortjes. Hierbij kunt u denken aan vers fruit zonder toegevoegde suiker, een gekookt eitje met een volkoren boterham, ongezouten en ongebrande noten, rijstwafels, magere zuivelproducten, appelpannenkoeken, eierkoeken, rauwkost, avocado en ontbijtkoek.

Marsjes

Ik heb mijn vrouw gevraagd de pot met Marsjes, Snickers, Milky Ways, Bounty's en dergelijke niet meer bij te vullen, maar dat doet ze toch omdat een van de (slanke en sportieve) schoonzonen er vaak met zijn hand in graait. Toch gek van mijn vrouw. Je gaat toch ook niet een pakje sigaretten op tafel neerleggen als jouw partner zojuist is gestopt met roken. Bij de borrel van half zes komt de leverworst en oude kaas (meestal) niet meer tevoorschijn. Ah, daar heb je vrouwlief met een pasteitje van mager kipvlees, gevolgd door mosterdsoep. Kan dat allemaal wel?



Het team van
warenhuis
Vanderveen.

Winkel trots van **DRENTHE**

In het stadshart van Assen staat het warenhuis dat in de volksmond 'De Bijenkorf van het Noorden' wordt genoemd. Het is een iconisch grand magasin, met een glazen pui aan het Koopmansplein die al van verre te zien is.

We hebben het over warenhuis Vanderveen dat al sinds 1897 bestaat. Het biedt een breed assortiment, geclusterd in mode & beauty, wonen, vrije tijd, diensten en horeca. Met meer dan zestig shops-in-shop onder één dak, beslaat het een verkoopoppervlakte van 17.500 vierkante meter. Eigenlijk wordt in dit warenhuis zelden 'nee' verkocht.

Stille wens

Antje van der Veen-Oldenburger startte in 1897 een manufacturenwinkel te Assen, met de stille wens om deze uit te laten groeien

tot een groot warenhuis. Haar echtgenoot en drie van haar kinderen traden toe, en stuk voor stuk werden alle omliggende panden van het stadsblok aangekocht. Getipt door een Canadese bevrijder, waren er na de oorlog emigratieplannen, waarbij de familienaam alvast werd 'verengels't naar het aaneengeschreven Vanderveen.

Ondenikbaar

Uiteindelijk ging de verhuizing niet door vanwege nieuwe kansen voor het warenhuis. In 2022/2023 ontving het warenhuis zowel de EK Passion Star (Europese retail jaarprijs) als de GIA Retail Excellence (Amerikaanse retail jaarprijs). Een bezoek aan Assen zonder Vanderveen is eigenlijk ondenkbaar.

**Warendhuis Vanderveen
Koopmansplein 16
9401 EL Assen**

GAAT TOT **3X** LANGER MEE

IN KOUDER WATER*



=



Tips van de maand

Kringen

Een lezeres morste schoonmaakazijn op haar Belgisch hardstenen vensterbank, wat resulteerde in grote, witte kringen. Ze slaagde erin om de vlekken te verwijderen met zeer fijn en watervast schuurpapier. Op deze manier heeft ze het hardsteen als het ware gepolijst. Als laatste stap heeft ze de vensterbank ingewreven met olijfolie. Ik zou echter aanraden om eerst voorzichtig een klein stukje van de vlek te proberen.

Waxine- lichtjes

Ellen Egberts heeft een opmerkelijke 'vrekcentip'. Ze is zuinig met energie en bereidt een stoofpotje voor op gas, waarna ze de maaltijd lekker laat sudderen op waxinelichtjes. Ik vraag me overigens af of deze lichtjes goedkoper zijn dan gas of stroom.



Stofnesten

Marco Kort uit Westland heeft een mooie tip. Het is lastig om onder een laag bed de vloer stofvrij te maken. Thuis trek ik de lattenbodem met het matras omhoog, zodat mijn vrouw kan stofzuigen. Marco heeft een stuk zeil onder zijn bed en lage kasten geplaatst, ver genoeg zodat je het niet kunt zien. Bij het stofzuigen trekt hij het zeil naar voren en kan met een speciale stofzuigerborstel het zeil stofvrij maken. Deze tip verdient een waardebon van €25 euro.



HELPT 'T of
 HELPT 'T NIET

Panty's komen altijd van pas!

Kapotte panty's en pantykousjes moet u niet weggooiden. Ze zijn ideaal voor een tweede leven. Heus, het helpt voor menige zaken. Plaats bijvoorbeeld een panty over een spons om een prima muggenverwijderaars te maken. Bind een stuk nylonkous of panty rond de opening van een stofzuigerslang om een verloren voorwerp onder een kast vandaan te halen. Zo kunt u ook een contactlens terugvinden of een klein Legoblokje. Oude panty's zijn zeer geschikt om planten te binden of zakken af te sluiten. Als je een oude panty aan de binnenkant van de ellebogen van een trui naait, gaan deze kledingstukken veel langer mee. De benen van felgekleurde panty's zijn ideaal als haarbandje. Oude panty's zijn ook uitstekend geschikt om bloembollen in te bewaren en te laten drogen; hang ze gewoon op in de schuur. Een panty als zeef is ook praktisch. Bijvoorbeeld voor klonterige verf. Doe een panty om de afvoerpijp die uitkomt in een regenton. Dat haalt het vuil uit het water. Wel goed vastbinden. ■



Win
een
bon!

Heeft u een geweldige tip of een leuk verhaal?

Mail naar info@emilebode.nl en maak kans op een waardebon van €25. Vergeet niet uw adresgegevens te vermelden.

Nieuw. Andrélon Levendig Lang.

Verrijkt met sakura kersenbloesem
en camellia olie.



* Shampoo en Conditioner, m.u.v. de dop.





**Heerlijk
verfrissend &
boordevol smaak**

**Dubbel
Friss**

Groen geluk



Zet de bloemetjes buiten!

Als je reikhalzend uitkijkt naar de dagen waarop je weer je schep kunt oppakken, dan zijn 'bollen-op-pot' een eenvoudige manier om het grijze winterseizoen vaarwel te zeggen en wat kleur toe te voegen aan je tuin of balkon.

Of je nu gaat voor een grote pot vol tulpen of een kleine verzameling krokussen, het hoeft niet ingewikkeld te zijn. Soms is het beste ontwerp gewoon één bloem of kleur die de show steelt. Maar als je liever creatief bent met je potideeën en een mix van bloemen wilt proberen, waarom ook niet? In het voorjaar zijn tuincentra en bloemenwinkels gevuld met bolgewassen in potten. Dus dit is het moment om los te gaan met narcissen, hyacinten, blauwe druifjes, tulpen, krokussen en kievitbloemen. Maak er een kleurrijk voorjaarsfeestje van!



Kleurige bloementuin

Een bloementuin die het hele jaar door in bloei staat, is een droom voor menig tuinliefhebber. Begin met het planten van lentebloemen zoals tulpen en narcissen om het kleurrijke feest te starten. Voeg dan vroege bloeiers toe, zoals pioenrozen, euphorbia en akeleien. Zodra de zomer aanbreekt, kun je jezelf verliezen in een zee van kleur met zonnebloemen, dahlia's en geurige lavendel. Laat de herfst diepe tinten brengen met chrysanten, asters en Japanse anemonen. Kies 's winters voor sneeuwkllokjes, winterjasmijn en kerstroos. Bonus: met al deze bloemen bij de hand, kun je het hele jaar door prachtige boeketten samenstellen voor in huis.

3 TUINTIPS VOOR MAART



1

VOORZAAIEN BINNEN

Start binnenshuis met het voorzaaien van groenten zoals tomaten, paprika's en komkommers.



2

FRUITBOMEN EN STRUIKEN SNOEIEN

Dit is het ideale moment om je fruitbomen en -struiken te snoeien voordat de groei begint.



3

VOORBEREIDING VAN DE BODEM

Begin met het voorbereiden van de tuingrond door deze op te harken en eventuele onkruidwortels te verwijderen.



HELENDE PLANT

De *Bergenia Cordifolia* is een natuurlijke genezer. Zijn wortels worden al eeuwenlang ingezet tegen kwalen zoals hoest, keelpijn, nierstenen, schimmelinfecties en verkoudheid, dit dankzij hun antimicrobiële eigenschappen.

Bergenia Cordifolia

een mooie en robuuste schoenpoetser...

Met zijn hartvormige bladeren trekt de *Bergenia Cordifolia* niet alleen de aandacht in je tuin, deze robuuste plant blijkt ook nog een handig trucje achter de hand te hebben: hij kan je schoenen oppoetsen.

De *Bergenia Cordifolia* behoudt het hele jaar zijn kleur. De leerachtige grote bladeren variëren van diepgroen in het voorjaar en de zomer tot purperrood in de herfst en winter. In april en mei bloeien de roze bloemen hoog boven het blad, waardoor ze bijdragen aan de biodiversiteit in je tuin door bestuivers aan te trekken.

Doffe neus

De *Bergenia Cordifolia* gedijt zowel in de zon als in de schaduw, op droge en vochtige grond, maar voelt zich het meest thuis in de halfschaduw,

in een humusrijke en enigszins vochthoudende bodem. Deze veelzijdigheid maakt de plant geschikt voor verschillende tuinomgevingen, zoals donkere binnenplaatsen, schaduwrijke stadstuinen en onder bomen met een niet te dichte kroon. De *Bergenia Cordifolia* staat ook bekend als Schoenlappersplant. Deze Nederlandse naam heeft hij te danken aan een interessante eigenschap. De bladeren bevatten namelijk een was waarmee

je de doffe neus van een schoen weer wat glans kunt geven door er met het blad overheen te wrijven. Handig!

De bladeren bevatten een was waarmee je de doffe neus van een schoen weer glans kunt geven...



De plant is over het algemeen sterk en resistent tegen ziekten en plagen, met één uitzondering: slakken lijken er dol op te zijn. Dus, als je slakken in je tuin hebt, wees gewaarschuwd!

Comeback!

Een van de meest interessante aspecten van de *Bergenia Cordifolia* is zijn rol als natuurlijke bestrijder van groene tuinluizen. Deze plant trekt luizen aan, wat voorkomt dat ze andere bloemen en planten aantasten waardoor je tuin gezonder en evenwichtiger blijft. De schoenlappersplant geeft zijn bloeishow van maart tot mei, maar doordat deze ook in de winter groen blijft, ziet de plant er eigenlijk altijd mooi uit. De schoenlappersplant heeft weinig verzorging nodig en is mede daarom erg geliefd. Als je uitgebloeide stengels ziet zitten, kun je die zonder al te veel gedoe kort afknippen.

Ze zullen het volgende jaar terugkomen met een spectaculaire comeback! ■

NIEUWE LOOK!



VANDAAG Valeless® ...OOOH YES!



FOODLOVING
ASIAN FAMILY
EST. 1954

MAAK ELKE MAALTIJD
NÓG LEKKERDER MET
GO-TAN SRIRACHA!

Han Goo



DE NUMMER ÉÉN SRIRACHA VAN EUROPA!

Sriracha is een heerlijk pittige chilisaus met een perfecte smaakbalans, gemaakt van zorgvuldig geselecteerde pepers en verse knoflook. Perfect voor een extra kick op je burger, tosti of bij de salade!



LIKE, SHARE, FOLLOW



WWW.GO-TAN.COM

Koken met Sharon

Meer
recepten?

Kijk dan op
www.dend.nl

A woman with long dreadlocks, wearing a bright green blazer, is smiling in a kitchen. She is holding a large knife and cutting vegetables on a wooden cutting board. In the background, there are shelves with bottles and a bowl of fruit.

‘Breng kleur in je doordeweekse dagen met deze gerechten!’

Welkom terug in de keuken van Sharon, waar we vandaag twee smakelijke opties hebben: de elegante ‘Gevulde koolrolletjes’ en de bruisende ‘Tray Bake’. Laat je verrassen door de smaken en kleuren van deze fantastische gerechten voor doordeweeks. *Bon appétit!*



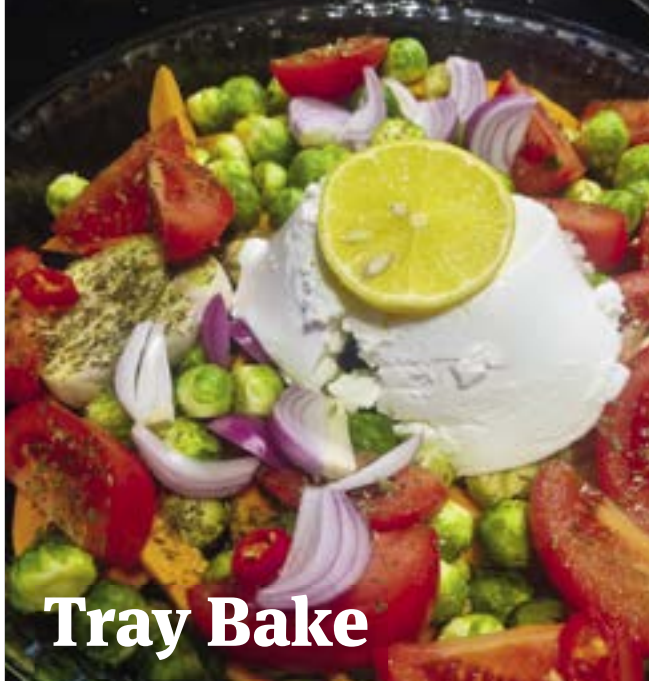
Gevulde koolrolletjes

Het boodschappenlijstje

- | | |
|------------------------|---------------------------------|
| ✓ 400 gr rundergehakt | ✓ Halve bos platte peterselie |
| ✓ 1 kool | ✓ 500 gr vastkokende aardappels |
| ✓ 1 ei | ✓ 100 gr sla naar keuze |
| ✓ 1 rode ui | ✓ 50 gram roomboter |
| ✓ 1 tl gedroogde dille | ✓ Zout naar smaak |
| ✓ 1 tl kerriepoeder | ✓ Olie |
| ✓ ½ tl kaneelpoeder | |
| ✓ 1 tl chilivlokken | |

Bereiding voor 4 personen:

- Breng in een ruime pan met deksel water aan de kook en voeg een snufje zout toe. Haal de koolbladeren voorzichtig uit elkaar en blancheer ze tot ze beetbaar zijn. Laat ze afkoelen.
- Snijd de aardappelen in stukken van ongeveer 2 cm en kook ze in hetzelfde water als de kool gedurende 15 minuten tot ze gaar zijn. Snipper de ui en hak de peterselie fijn. Meng het gehakt met kerriepoeder, kaneel, dille, chilivlokken, peterselie, ui, ei en zout naar smaak.
- Verwarm de oven voor op 180 graden Celsius. Maak gehaktballetjes ter grootte van een golfbal en rol ze in de geblancheerde koolbladeren. Plaats ze in een ingevette ovenschaal. Besprenkel de rolletjes met olie en bak ze 25 minuten in de voorverwarmde oven.
- Giet de gekookte aardappelen af en bak ze in gesmolten roomboter tot ze goudbruin en krokant zijn. Serveer de gebakken aardappels en koolrolletjes met een salade.



Tray Bake

Het boodschappenlijstje

- | | |
|----------------------------|---------------------|
| ✓ 500 gr zoete aardappelen | ✓ ½ citroen |
| ✓ 300 gr spruiten | ✓ 1 bol knoflook |
| ✓ 2 tomaten | ✓ 1 Spaanse peper |
| ✓ 1 tl Italiaanse kruiden | ✓ 250 gr ricotta |
| ✓ 1 rode ui | ✓ 1 bosje basilicum |
| | ✓ Olijfolie |
| | ✓ Zout |

Bereiding voor 4 personen:

- Schil de zoete aardappelen en snijd ze in dikke frieten. Maak de spruiten schoon.
- Verwarm de oven voor op 180 graden Celsius. Snijd de rode ui in halve ringen en snijd de knoflook met schil horizontaal doormidden. Snijd de tomaten en de Spaanse peper in ringen.
- Neem een ovenschaal en verdeel hierin alle groenten. Bestrooi ze met de Italiaanse kruiden en voeg zout naar smaak toe.

Leg boven op de groenten de ricotta en de halve

citroen. Besprenkel het geheel met olijfolie.

- Bak de tray bake gedurende 30 minuten af in de voorverwarmde oven. Knijp de knoflooktenen en de citroen uit. Roer de ricotta erdoor en maak het gerecht af met wat blaadjes basilicum.

TRAY BAKE TREND

De tray bake is een smakelijke en gemakkelijke manier om een complete maaltijd op één bakplaat te bereiden. Het enige wat je nodig hebt, is een bakplaat, olijfolie en een mix van groenten. Deze trend is een moderne versie van een eeuwenoude kooktechniek. In veel culturen werden gerechten vroeger op een enkele bakplaat bereid. Het is een smakelijke mix van oud en nieuw!

Maak je borrel speciaal



Met trots voor u gebrouwen
Geen 18, geen alcohol



Borrelpraat



Proost als een pro: hoe warm of koud moet je gaan?

Wat is de optimale drinktemperatuur voor wijn? Het is een veelgestelde vraag die ik vaak hoor. Vroeger gold kamertemperatuur als ideaal voor rode wijn, maar vandaag de dag is onze kamertemperatuur hoger. De beste temperatuur voor rode wijn is nu 17-19 graden Celsius, waardoor de aroma's en smaken optimaal tot hun recht komen. Frisse en halfdroge witte wijnen bereiken hun top bij 7-9 graden, terwijl vollere variëteiten zoals Chardonnay het best smaken bij 12 graden Celsius. Rosé wordt het best geserveerd tussen de 8 en 12 graden Celsius, waarbij stevige rosés, net als witte wijnen, niet te koud moeten zijn om hun karakter te behouden.



Château de Caroul Côtes de Bourg

Een meesterwerk van Merlot, Cabernet Franc en Cabernet Sauvignon. Met zijn diepe robijnrode kleur en aroma's van rode vruchten en bloemen, is elke slok een ontdekkingsreis die typisch is voor de Côtes de Bourg regio.

LEKKER BIJ: rood vlees en harde kazen

Château Côtes de Chambeau Montagne Saint Emillion

Geniet van de uitmuntende kwaliteit van Bordeaux-wijn die de magie uit de Saint-Émilion in je glas weerspiegelt! De druivenstokken van Château Côtes de Chambeau, gemiddeld twintig jaar oud, brengen een paarsrode wijn voort met heerlijke aroma's.

LEKKER BIJ: rood vlees en harde kazen.

Wat drinken we?



DAVID VAN DEN BURG

Cocktailtip

Tom Collins

De verfijnde Tom Collins is een prikkelende mix van gin, fris citroensap en zachte eenvoudige siroop (suikerwater), opgediend met ijs en een schijfje citroen. Een perfecte balans van zoet en zuur!

- 
- 1 Vul een cocktailshaker met ijs.
 - 2 Voeg 60 ml gin, 30 ml vers citroensap en 15 ml eenvoudige siroop toe.
 - 3 Schud krachtig gedurende ongeveer 10-15 seconden.
 - 4 Giet de cocktail door een zeef in een gekoeld glas met ijs.
 - 5 Garneer met een schijfje citroen of een citroenschil.

DIRCK®

tips

onder de €6

Handtekening in een glas

Waarom de barman al het plezier gunnen? Word je eigen mixoloog en schud de perfecte cocktail. Begin met een basislikeur en experimenteer met verschillende smaakmakers, vruchtensappen en garneringen om je eigen 'signature cocktail' te creëren. Ontdek de perfecte balans tussen zoet, zuur en bitter om een unieke en heerlijke drank te maken die jouw stempel draagt.



Kijk ook online op dirck3.nl



Esmée Koster: ‘Dirk helpt mij mijn uitgaven binnen de perken te houden’

Esmée Koster (21) gaat op zichzelf wonen. Vrolijk deelt ze haar geheim voor budgetvriendelijk en student-proof boodschappen doen: Dirk van den Broek.

„Ik ben dol op lekker eten, maar ik wil niet al mijn geld uitgeven aan boodschappen. Dirk heeft een fantastisch assortiment tegen betaalbare prijzen, wat perfect past bij mijn studentikoze levensstijl”, zegt **Esmée Koster**. Esmee krijgt gelijk van de Consumentenbond, want die heeft onderzocht dat Dirk van den Broek de voordeligste supermarkt is voor de basisboodschappen. Maar naast de koopjes zijn er méér redenen waarom Esmée fan is van Dirk.

Loopafstand

„Ze hebben gewoon alles! Of ik nu op zoek ben naar verse groenten, zuivelproducten of snacks, Dirk heeft het allemaal.” Esmée prijst ook de kwaliteit van de producten. „Betaalbaarheid is belangrijk, maar dat betekent niet dat ik wil

inleveren op kwaliteit. Bij Dirk vind ik verse en hoogwaardige producten die mijn maaltijden smakelijk en voedzaam maken.” Naast de variëteit aan producten, is de studente ook blij met de strategische locatie van de supermarkt. „Mijn appartement ligt op loopafstand van deze Dirk, wat het gemakkelijk maakt om snel even langs te gaan wanneer ik iets nodig heb. Dat bespaart niet alleen tijd, maar ook geld aan reiskosten”, legt ze uit. „En als ik na het boodschappen doen toch nog iets ben vergeten, kan ik makkelijk nog even terug.”

Uitgaan

Dirk staat bekend om zijn aantrekkelijke aanbiedingen en kortingen, iets wat Esmée zeker weet te waarderen. „Ik probeer altijd op koopjes te letten en Dirk heeft altijd geweldige aanbiedingen. Het helpt me echt om mijn maandelijkse uitgaven binnen de perken te houden.” Lachend voegt ze er aan toe: „Dat geld kan ik dan weer aan andere leuke dingen uitgeven, zoals uitgaan bijvoorbeeld.” ■

NIEUW

DE ENIGE ÈCHTE NU OOK PLANTAARDIG



De enige èchte 

Zo nice is Nice!

Het Zuid-Franse Nice is de hoofdstad van de Côte d'Azur. Het is een fantastische bestemming om meerdere dagen te verblijven. Niet alleen door zijn ligging aan de Middellandse Zee, maar ook vanwege het betoverende historische centrum.



Vergeet je auto! Vanuit Schiphol vlieg je in minder dan twee uur naar Nice. Eenmaal daar neem je de tram naar de stad of een Uber naar je hotel of appartement. En wie vanuit Nice uitstapjes wil maken naar andere plaatsen of landen aan de Côte d'Azur, zoals Cannes, Monaco of Italië, die pakt gemakkelijk de trein. Op die manier vermijd je de opstoppingen in het drukke Nice en hoef je niet op zoek naar een schaarse parkeerplek.

Welgestelde Britten

Nice staat natuurlijk bekend om zijn zeven kilometer lange Promenade des Anglais. Deze wereldberoemde boulevard loopt vanaf het oude centrum tot aan de luchthaven als een historische rode loper langs de Middellandse Zee: sfeervol, zowel overdag als 's avonds. De boulevard werd begin negentiende eeuw aangelegd op initiatief van welgestelde Britten die in de wintermaanden in Nice verbleven. Veel gebouwen geven nog altijd een goed beeld van de grandeur van die vervlogen tijd. Wandelend over de Promenade des Anglais geniet je net zo veel van het zeezicht als van schitterende hotels, zoals het Hyatt Regency Nice Palais de la

De haven van Nice, hier vandaan kun je per boot naar Sainte Marguerite of het Cannes. Hier vertrekken ook de schepen naar Corsica.



Een bezoek aan de kasteelheuvel is de moeite waard.



Promenade des Anglais.

Méditerranée (1929); Westminster Hotel & Spa Nice (1880); Hotel Villa Victoria (1835) en Hotel Le Negresco (in 1912 gebouwd door de Nederlandse architect **Eduard Niermans**). De chique Promenade des Anglais loopt helemaal van Nice Airport tot aan de voet van de Kasteelheuvel in Vieux Nice. Dit is het historische hart van de stad met zijn Provençaals gekleurde huizen. Hier waan je je eerder in Italië dan in Frankrijk.

Uitgaansgebied

Je raakt niet uitgekeken op de vele kronkelige steegjes (soms met steile trappen) en pleinen met hun gezellige restaurants en cafés met hun talloze terrassen en

Veel gebouwen geven nog altijd een goed beeld van de grandeur van vervlogen tijd

de prachtige kerken, waaronder de Cathédrale Sainte-Réparate, Chapelle de la Miséricorde of de Église Saint-François-de-Paule. Na zonsondergang verandert het oude stadshart in een gezellig en schilderachtig uitgaansgebied. In deze wijk vind je ook Museum of Photography Charles Nègre. Een

bezoek aan Nice is niet compleet zonder La Colline du Château te hebben bezocht; je bereikt de top van de kasteelheuvel (van het kasteel staan alleen nog wat muren overeind) via de parkzijde of de stadskant. Eenmaal boven kom je bij de bron van de kunstmatige waterval en heb je een fenomenaal uitzicht over Vieux Nice, de Engelenbaai en de haven. Voor wie slecht ter been is of niet van een 'klim' houdt: de top is ook per lift bereikbaar. Die lift is wel even zoeken, want de ingang ligt verborgen tegen de rotswand. Bovenop de heuvel kun je op adem komen en een versnapering →



NIEUW



EXTRA SHINE TECHNOLOGIE
BRILLIANT SHINE



ANTI-KALK
ACTIE

GLAS
BESCHERMING



BRILLIANT SHINE CAPSULES

MET ACTIVE OXYGEN+
VOOR EEN STRALEND SCHONE VAAT

nemen in het restaurant. Eenmaal beneden wandel je snel naar de marktkramen op de Cours Saleya - door een muur en de weg gescheiden van de zee.

Oude Haven

Wie Vieux Nice in westelijke richting verlaat, komt direct in het centrale deel van de stad. Deze wijk is compleet anders dan de 'oude stad', maar ook hier vind je prachtige gebouwen met de bekende kleurrijke, Italiaanse architectuur. Dit is 'Nieuw-Nice', de plek waar concerten en festivals worden gehouden, met Place Masséna met zijn Zonfontein en het beeld van Apollo als middelpunt. Vanaf dit grootste plein van Nice start ook de Promenade du Paillon, een groot park dat doorloopt tot Place Garibaldi (met veel horeca) en de Oude Haven die vol ligt met jachten, boten en cruiseschepen.

Heerlijk winkelen

Wie vanuit Place Masséna de andere kant uitloopt, komt op de Avenue Jean Médecin, de belangrijkste winkelstraat met onder andere warenhuis Galeries Lafayette. Deze brede straat waar ook veel restaurant zijn, is deels autovrij. Wel rijdt er een tram. Aan deze weg ligt ook de grootste kerk in Nice: de negentiende-eeuwse Basiliek



Het Place Masséna.

van Notre-Dame de Nice. Even verderop ligt Station Nice-Ville met een directe aansluiting naar steden als Marseille in westelijke richting en Monte Carlo en Genua (Italië) oostwaarts. DenD bezoekt achtereenvolgens Antibes, Cannes, Monaco en Ventimiglia (Italië).

Sainte Marguerite

Het waren ontzettend leuke dagtochtjes, maar geen van deze plaatsen kan ook maar tippen aan de schoonheid en charmes van La Bella Nizza. DenD liet zich verleiden tot het maken van een boottocht naar Sainte Marguerite. Op dit eiland

staat het fort waar de man met het ijzeren masker gevangen zat. Sainte Marguerite wordt vooral geprezen vanwege het natuurschoon, de pijn- en eucalyptusbomen. Maar de tijd die bezoekers op het eiland moeten doorbrengen alvorens ze weer worden teruggebracht, is wel heel erg lang, want verder is er niet veel te beleven. De boottocht is overigens wel de moeite waard.

Absolute aanrader

Wie Nice voor het eerst bezoekt, wordt niet teleurgesteld en zal zeker terugkeren. 's Zomers trekken de kiezelstranden en de azuurblauwe Middellandse Zee natuurlijk hordes toeristen, maar ook in het voor- en naseizoen is Nice een absolute aanrader voor wie oog heeft voor de charmes van deze eeuwenoude stad. En zoals gezegd: laat die auto gerust thuis. Met de tram (op elke halte kun je een chipkaart kopen/opwaarderen) en trein ben je in no time op je bestemming, zowel binnen als buiten Nice. Tja, de Britten wisten het al begin negentiende eeuw: Nice is nice! ■

Wie Nice voor het eerst bezoekt, wordt niet teleurgesteld



Zicht op de oude stad.



De markt op de Cours Saleya.

iglo

**past wél
in je drukke dag.
zó klaargestoomd!**

nieuw



**een heerlijke stoommaaltijd,
boordevol knapperige groente!**

Oasis325



SPANJE

Estepona
(Costa del Sol)

ONS DROOMHUIS STAAT IN...

Costa del Sol, Spanje

De Costa del Sol, uniek gelegen in het zuiden van Spanje, staat bekend om zijn aangename microklimaat met bijna altijd zonnig weer, zowel in de zomer als in de winter. Dit inspireerde Menno en Yvonne uit Badhoevedorp om er hun tweede huis te kopen.

Het enthousiasme van **Menno** en **Yvonne** voor de Costa del Sol leidde in de zomer van 2021 tot een belangrijke beslissing. „We maakten een afspraak met de makelaar om de opties te onderzoeken voor een vakantiehuis.” Bij de derde bezichtiging was het al raak: „We liepen een net opgeleverd appartement in en waren op slag verliefd.”

Zwembad

Begrijpelijk, want de woning mag er zijn. De ruime woonkamer komt uit op een breed overdekt terras, grenzend aan een eigen tuin. „Het appartement biedt optimale privacy, met zowel schaduw als zon en heeft twee slaapkamers met

eigen badkamers”, zegt Menno. „Het feit dat het complex ook nog eens een royaal buitenzwembad, een overdekt zwembad met wellness en een fitnessruimte biedt, maakte de keuze voor ons eenvoudig. De locatie is ideaal, dicht bij de steden Marbella en Estepona en het strand ligt

op vijf minuten rijden.” Aanvankelijk was het de bedoeling om het appartement als tweede huis te gebruiken.

Spaanse leven

„Begin 2022 gingen we er regelmatig naartoe om te genieten van het Spaanse leven, (online) te werken en te golfen,” zegt Yvonne. „Maar omdat we eigenlijk voornamelijk

in het voor- en najaar in Spanje zijn, hebben we het appartement begin 2023 verhuurd aan kennissen. Dat beviel zo goed dat we besloten de stap naar Micazu te zetten. Het fijne van Micazu is dat je vooraf contact hebt met de huurders. Zo weten we precies wie er in ons huis verblijft en kunnen we huurders helpen met eventuele vragen.” ■

Huurder Samantha:

„Dit prachtige appartement is van alle gemakken voorzien en heeft een heerlijke tuin. De slaap- en badkamers zijn ruim en mooi. Wij hebben het heel fijn gehad en zijn vol lof!”

GESCHIKT VOOR
2-4 personen

BIJZONDERHEDEN

Het huis heeft een luxe inrichting en beschikt over een eigen tuin. Je hebt een zwembad, wellness en sportschool tot je beschikking.

BOEKEN

Geen boekingskosten en direct contact met Yvonne.

BEOORDELING

9,5

MEER INFO?

Scan de QR-code



Er op Uit



JESSIE BALTUS

Nog tips nodig wat te doen tijdens de vrije dagen in het voorjaar? Er zijn weer genoeg voorstellingen te bewonderen, of ga eens vogels kijken in een van deze prachtige natuurgebieden.



Licht in de duisternis

We zijn bijna van de donkere wintermaanden af! Met het Royal Light Festival in Apeldoorn wordt het begin van de lichte periode gevierd met een vijfdaags lichtfestival. Wandel langs indrukwekkende lichtkunstwerken op veelal koninklijke plekken in Apeldoorn. Gratis toegankelijk; van 13 tot en met 17 maart. royallightfestival.nl

Pionier van de performancekunst

Dompel je onder in de wereld van de legendarische **Marina Abramović** in het Stedelijk Museum Amsterdam. Ruim zestig sleutelwerken tonen de ontwikkeling van het indrukwekkende oeuvre van de pionier van de performancekunst in de afgelopen vijftig jaar. stedelijk.nl



FOTO: MARINA ABRAMOVIĆ



Rollerdisco

Echte jaren tachtig gezelligheid maar in een modern jasje. Bij Skate Fever in Rotterdam staan de discolichten en bijpassende muziek altijd aan. De smaak te pakken? Je kunt hier ook skatelessen volgen! skate-fever.com



Kaboom Animatie Festival

In Amsterdam, Utrecht én online heeft van 5 tot en met 14 april het Kaboom Animation Festival plaats. Aansluitend toeren de winnende animaties door het land. Geniet op het festival, thuis of waar en wanneer je wilt van het beste dat topanimators uit de hele wereld te bieden hebben met honderden korte en lange films. kaboomfestival.nl

Wil je ook met een evenement

BLOEMENCORSO

De imposante praalwagens vol bloemen trekken jaarlijks meer dan een miljoen mensen naar het bloemencorso. Dit jaar is het bloemencorso van 17 tot en met 21 april, met het hoogtepunt op zaterdag 20 april.

Op deze corsozaterdag rijden de bonte praalwagens de route van Noordwijk naar Haarlem. Kijk op de website voor alle evenementen rond dit bloemenfeest. **Bloemencorso-bollenstreek.nl**

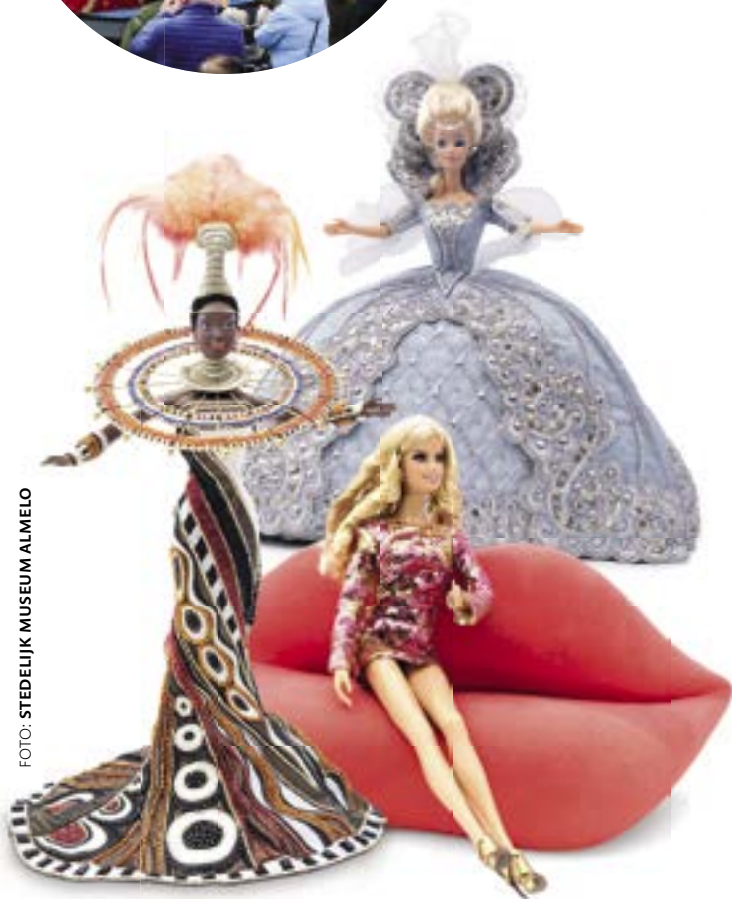


FOTO: STEDELIJK MUSEUM ALMELO

1200 Barbiepoppen

Het Stedelijk Museum Almelo viert Barbies 65^{ste} verjaardag met de grootste Barbie-expositie ooit in Nederland.

De expositie laat de veelzijdigheid van Barbie zien: ze is fashionista, maar ook een geëmancipeerde, hardwerkende vrouw die haar tijd in vele opzichten vooruit is.

stadsmuseumalmelo.nl



FOTO: UNSPLASH FEDERICO DI DIO PHOTOGRAPHY

TOP 5 VOGELS SPOTTEN

1

OOSTVAARDERPLASSEN, FLEVOLAND

Een enorm natuurgebied van wel zesduizend hectare met moerassen, open vlaktes en rietkragen. Hier kun je naast veel andere vogels ook de imposante zeearend zien.

2

DE BIESBOSCH, ZUID-HOLLAND

Een populaire plek om vogels te kijken in Nationaal Park de Biesbosch is Hardenhoek. Hier zie je steltlopers, lepelaars, maar ook de zeearend en visarend kun je hier spotten.

3

FOCHTELOËRVEEN, FRIESLAND

Op de grens van Friesland en Drenthe vind je een hoogveenengebied waar je zeldzame vogels zoals het paapje en de kraanvogel kunt zien.

4

TEXEL, NOORD-HOLLAND

Er zijn op het eiland meerdere plekken om vogels te kijken. Bij de Slufter, dat in verbinding staat met de zee, of bij De Mokbaai, waar je steltlopers en watervogels ziet.

5

MARKER WADDEN, NOORD-HOLLAND

Dit nieuw aangelegde stuk natuur is een paradijs voor vogels en vissen. En daarom een perfecte plek om vogels te zien zoals kluten, visdiefjes en baardmannetjes.



FOTO: BIBIVETH



MAGISCH

Dat er Kijkcoaches in het LAM museum moesten komen, stond altijd vast. De titel kwam later. Toen we lazen over de bedrijfsfilosofie van Disney, wisten we dat de functietitel net zo bijzonder moest worden als de verantwoordelijkheden. De medewerkers bij Disney worden ‘cast members’ omdat ze onderdeel zijn van een theatrale ervaring. De titel van Kijkcoach maakt meteen duidelijk wat deze collega’s doen.

De Kijkcoach

Dit zou de zestigste keer zijn dat ik een kunstwerk in de spotlights zet op deze mooie plek. Deze maand zet ik iets, of beter iemand, anders centraal: de Kijkcoach.

Kijkcoaches vind je alleen in het LAM museum. Ze doen precies wat hun titel belooft: mensen coachen in het kijken. Ze stellen je op je gemak, ze stimuleren je vrij te kijken en te praten en geven je net die ene gouden tip waardoor de kunst tot leven komt. En heel belangrijk: ze luisteren naar jou. Wat voor jou gewoon lijkt, blijkt bijzonder voor anderen. Samen met de Kijkcoaches onderzoek je kunst, maar veel meer nog wie je zelf bent en hoe je kijkt. Je ontdekt wat jou uniek maakt. Deze spread is voor één keer geen ode aan de kunst maar aan de mensen die van het kijken naar kunst een feestje maken. Veel kijkplezier!

Sietske van Zanten is directeur van het LAM, gewoon een bijzonder museum. In het LAM, midden in het groen van Landgoed Keukenhof in Lisse, ga je bijzonder kijken naar heel gewone dingen. Volg het museum op Instagram via @lam_museum, of bezoek lammuseum.nl.



WORD KIJKCOACH

Lijkt het je wat om mensen bijzonder te laten kijken naar kunst en gewone dingen, en tegelijk jouw eigen sociale en creatieve skills te vergroten? Houd dan lammuseum.nl in de gaten voor een plek in het team.

GUS' KIJKTIP

Gus kun je in het museum tegenkomen als Kijkcoach. Zijn tip om bijzonder te kijken: ‘Het voelt misschien heel even ongemakkelijk, maar ga eens liggen onder een kunstwerk. Je krijgt letterlijk een ander perspectief. Je neemt waarschijnlijk ook langer de tijd.’



FOTO: BIBIVETH

INGRIDS KIJKTIP

Ingrid werkt als Kijkcoach in het LAM museum. Haar tip is om eens flink in te zoomen. „It's all in the details! Je wordt vaak verrast door veelzeggende details die het verhaal een andere wending geven of door het materiaal dat compleet anders blijkt te zijn als je van dichtbij kijkt.”



FOTO: BIBI VETH

EUREKA!

De Kijkcoach is niet iemand die jou het hele verhaal over dat ene kunstwerk uit de doeken doet. De Kijkcoach geeft je net de informatie waardoor je zelf die geniale ontdekking doet. Wist je dat iets zelf ontdekken langer beklijft?

DAT IS NOGAL WAT!

Onze Kijkcoaches zijn, in tegenstelling tot wat veel mensen denken, geen vrijwilligers. Voor hun bevlogen werkzaamheden krijgen ze een eerlijk loon. Ze zijn host en suppoost in één en coachen de bezoekers in het kijken naar kunst.

EUS & MILJUSCHKA

INMIDDELS ZIJN ER HEEL WAT BEROEMDHEDEN IN HET LAM MUSEUM GEWEEST, VAAK ALS ANONIEME BEZOEKER EN SOMS VIA EEN TELEVISIEPROGRAMMA ZOALS STERREN OP HET DOEK. VOOR DE KIJKCOACHES MAAKT HET OVERIGENS GEEN ENKEL VERSCHIL; BEROEMD OF NIET, IEDERE BEZOEKER IS VOOR ONS EEN VIP.

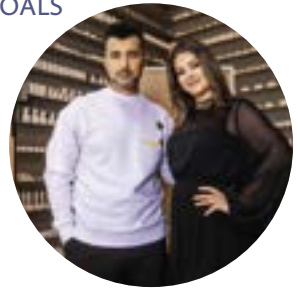


FOTO: AMY VAN LEIDEN/ MAX



Een Junior Kijkcoach aan het werk in het LAM museum.

FOTO: CORINE ZIJERVELD

JUNIOR KIJKCOACH

In het LAM museum nemen we kinderen net zo serieus als volwassenen. Eén keer per jaar wordt het LAM museum overgenomen door Junior Kijkcoaches. Kinderen kunnen zich aanmelden, volgen een stoomcursus Kijkcoach en mogen daarna direct aan de slag. Zo kan het zijn dat kinderen bij ons in het museum de leiding hebben en volwassenen kijktips geven. De eerstvolgende Junior Kijkcoach Dag staat gepland voor november.

KIJK-TELEFOON

TOEN ALLE MUSEA DICHT MOESTEN IN DE LOCKDOWNS, WERKTEN DE KIJKCOACHES DOOR. HOE? VIA DE KIJKTELEFOON! JE KON EEN OUDERWETS TELEFOONGESPRAK INPLANNEN MET ONS. EEN KIJKCOACH BESCHREEF SPECIAAL VOOR JOU IN GEUREN EN KLEUREN EEN KUNSTWERK. NA EEN INTERNATIONALE PUBLICATIE BELDEN DE KIJKCOACHES MET MENSEN VAN OVER DE HELE WERELD.

Tip

Erover lezen is interessant, het zelf ervaren is natuurlijk leuker. Boek je kaartjes op lammuseum.nl/tickets en laat je inspireren door de Kijkcoaches. Met de gesponsorde kaartjes kun je het museum kosteloos beleven.



FOTO: RONALD TILLEMANN

Knorr
SINCE 1838

PROBEER NU DE NIEUWE GROENTEPASTA'S VAN KNORR

met **30%**
GROENTE



100% natuurlijke ingrediënten



Nieuw!
Quint•Art

QUINT•ART

Betaalbare kunst voor iedereen!

Kunst en wanddecoraties in verschillende materialen en in verschillende formaten bestel je vanaf nu online bij Quint Art. Bij deze kersverse webshop kun je foto's uploaden of gebruikmaken van de groeiende collectie kunstwerken als decoratie van de muren bij je thuis of in een werkomgeving.

„Klanten kunnen met onze Design Tool hun eigen ‘kunstwerken’ maken”, vertelt **Kim Vermeer**, het gezicht van het nieuwe Quint Art. De voorbereidingen voor de start van Quint Art namen ruim een jaar in beslag en de ambities zijn groot. De initiatiefnemers streven ernaar om een actueel en uniek assortiment aan te bieden. De collectie groeit stap voor stap. Elke week worden nieuwe kunstwerken en beelden toegevoegd aan de online collectie, waaruit klanten kunnen selecteren, benadrukt Kim. Quint Art staat voor kwaliteit. Voor de decoraties kunnen talloze materialen worden gebruikt voor het verfraaien van de woon- en werkomgeving. Van canvas, aluminium, kurk, karton, plexiglas tot forex: de keuze voor het te gebruiken materiaal is dus groot. Kim Vermeer: „We hebben een zorgvuldig samengestelde verzameling

kunstwerken in verschillende stijlen, thema's en formaten.”

Laatste trends

Kim vervolgt: „Of je nu liefhebber bent van abstracte kunst of moderne kunst, bij Quint Art vind je zeker iets dat je aanspreekt. Onze collectie wordt regelmatig bijgewerkt zodat we altijd de laatste trends online kunnen aanbieden.” De website is gebruikersvriendelijk. In een

mum van tijd selecteer je het kunstwerk of kun je je foto uploaden én bewerken. Wie voor 12.00 uur 's middags het beeld naar Quint Art verstuurt, ontvangt de volgende dag de decoratie thuis. Quint Art heeft zich ten doel gesteld om de verkoopprijzen onder die van concurrenten te houden. Kim somt op waar Quint Art voor staat: „Kunstprints toegankelijk maken voor iedereen, elke week nieuwe kunstprints op quintart.nl, gratis verzending vanaf €35, een 100 procent kwaliteitsgarantie en een supersnelle levering.” ■




QUINT•ART
KUNSTENAARS IN PRINT



vragen
over...

Victor Reinier

Speurneus, boefje en hork in één!

Goeie kop, lang haar, leren jackie. Victor Reinier (60) speelt al voor het achttiende seizoen brigadier Floris Wolfs in 'Flikken Maastricht', samen met Eva (Angela Schijf). Maar soms zit de acteur zélf op het beklaagdenbankje. Zeven prikkelende vragen over Victor Reinier!

1 Is Victor net zo'n bad boy als personage Floris Wolfs?

Dat schaduwrandje hebben ze zeker gemeen. Of zoals **Victor** zelf zegt: „Ik ben altijd stout geweest.” Wolfs is rauw, iemand die de grenzen opzoekt en er af en toe met een grijns overheen gaat, en Victor? Tja, die lijkt er net zo veel plezier in te hebben om af en toe een streepje buiten de lijntjes te kleuren. „Ik ben niet het braafste jongetje van de klas, ook nooit geweest. Maar ik heb geen pistool op zak, dat moet voor de rest van de wereld een opluchting zijn.”

2 Blijft hij in 'Flikken Maastricht' spelen tot aan zijn pensioen?

Pensioen? Dat klinkt als een mysterie dat Wolfs nog moet ontrafelen! Volgens Victor doen acteurs niet aan een pensioen. „Ik sterf wel in het harnas.”

3 Wat vindt Angela Schijf van Victor?

„Victor kan een enorme hork zijn en ik soms heel onaardig.” Maar ondanks hun wrijving komt het tv-recherchekoppel er altijd wel uit. „Ik vind hem erg grappig. Maar ik zou niet met Victor samen kunnen

leven.” Ruim tien jaar geleden, toen **Angela** Victor vertelde dat ze zwanger was van haar derde kind, feliciteerde hij haar op geheel eigen wijze: „Verdomme, hoe moet het dan met de opnamen volgend seizoen?!”

4 Juicechannel onthulde onlangs sappige roddels over Victor.

Het lijkt dat hij een ego ter grootte van een vrachtwagen heeft en af en toe botst hij met collega's, zelfs met **Angela Schijf**. Er doen geruchten de ronde dat hij alleen nog maar in 'Flikken Maastricht' meespeelt om zijn zakken te vullen; naar verluidt leidt dat tot spanningen binnen het team.

5 Ook wordt gefluisterd over...

...buitenechtelijke escapades! Juicechannel beweert dat Victor meer dan eens zou zijn vreemdgegaan. Zoals met een schrijfster uit Limburg, iets waar partner **Aimée Kiene** is achtergekomen, aldus het roddelende Juicechannel.

6 Heeft hij nog meer lijken in de kast?

De meeste skeletten liggen nu wel ergens begraven,

maar dat ene incident uit 2007 bleef Victor lange tijd achtervolgen. Zijn toenmalige vriendin, **Kim Petit**, viel voor zijn ogen uit een hotelraam en raakte in coma. Victor moest mee met echte agenten. „Ik zat in Maastricht in een verhoorkamer op het politiebureau”, vertelde hij. „En zij stelden mij vragen. Dezelfde vragen die ik in Baantjer en Flikken Maastricht zo vaak heb moeten stellen.” Uiteindelijk bleek Victor geen enkele rol te hebben gespeeld bij het ongeluk. Kim gaf toe dat haar eigen dronkenschap de oorzaak van het ongeluk was.

7 Scenarioschrijver Peter Römer staat ervoor open om de serie 'Baantjer' nieuw leven in te blazen. Leuk idee, Victor?

„Wát een creatieve armoe”, verzucht de oud-Baantjer-acteur, die speurneus Vledder gedurende twaalf lange jaren speelde. Victor beschouwt de detective-serie, ooit bekroond met de Gouden Televizier-Ring, als een „gepasseerd station” en noemt het „armoedig” dat **Peter Römer** de serie weer op de buis zou willen brengen. ■



FOTO: WILLIAM RUTTEN

Victor en Angela in
Flikken Maastricht.

*„Ik ben niet het
braafste jongetje
van de klas,
nóóit geweest...”*

NIEUW

NIEUW



Hertog Jan

GRAND PILSENER

HET WACHTEN WAARD



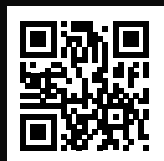
**LANGER GEBROUWEN
VOOR EEN RIJKERE SMAAK**

Met trots voor u gebrouwen. Geen 18, geen alcohol

PAK UIT MET DE BORREL MET OLD AMSTERDAM



Kijk voor meer borrelinspiratie op oldamsterdam.com/recepten of scan de QR code.



LIEFDESGOEROE EVELINE

‘Sommige niet gema

**Eveline Stallaart, de liefdes-
fluisteraar van ‘Married at First
Sight’ onthult haar geheimen
voor een seks- en liefdesleven
dat sprankelt als champagne.**

**„Laat de druk van perfectie
los. Geniet gewoon, en
weet hoe je dat doet.”**

Seksuoloog **Eveline Stallaart** is ervan overtuigd dat goede, lekkere seks geen hogere wiskunde hoeft te zijn. In haar boek ‘Even tussen ons’ deelt ze haar geheimen voor een beter seks- en liefdesleven. Een onmisbare lifehack uit haar boek? Gewoon lol maken en laat die Frozen-tune in je hoofd spelen: „Let it goooo!” Eveline: „Veel mensen zijn nog steeds bezig met het perfect uitvoeren van de seksact. Ze willen schoon en aantrekkelijk zijn en de seks moet vlekkeloos verlopen met een orgasme als einddoel. De spanning moet behouden blijven en goede lingerie is een must. Er moeten vakjes worden afgevinkt. Maar als je zo gefocust bent op presteren, ben je vooral in je hoofd bezig.” Haar boodschap is simpel: „Laat de druk van perfectie los

STALLAART:

mensen zijn gewoon akt voor monogamie'

en beschouw seks niet als een prestatie. Ga gewoon genieten en zorg dat je weet hoe je dat doet."

Met je boek wil je de lakens opschudden en eerlijkheid over seks aanmoedigen. Zijn we echt zo preuts?

„We denken vaak van niet, maar we zijn nog behoorlijk preuts. We maken het vaak net een tandje mooier als we het over seks hebben met vrienden. Dit leidt tot een vertekend beeld van wat normaal is. Als de seks niet top verloopt, denk je snel dat er iets mis is met jou, terwijl dat bij iedereen weleens gebeurt."

Wat vind je ervan dat Waylon openlijk heeft gepraat over zijn erectieproblemen?

„Geweldig! Het is belangrijk om het stereotype te doorprikken dat mannen altijd zin in seks hebben en dat een erectie vanzelf komt. Dat is gewoon niet waar. Dus als een stoere vent als **Waylon** dit deelt, is dat een krachtige boodschap. Als het bij hem ook gebeurt... Maar misschien is Waylon niet het meest voor de hand liggende voorbeeld, omdat hij vreemdging vanwege zijn erectieprobleem, en dat is geen gangbare combinatie."

Met zonen Seb en Vik op de rode loper.

Is er geen verband tussen erectieproblemen en overspel?

„Het is natuurlijk speculatie, maar ik denk dat er veel meer speelt bij dat soort problemen. Als jij last hebt van erectieproblemen, ben je meestal heel bang dat dit bij anderen ook gebeurt. Dus ga je in principe niet per se vreemd. Wat ik wel in mijn praktijk zie, is dat mensen erectieproblemen kunnen krijgen door veel porno te kijken. Hierdoor kunnen ze moeilijkheden krijgen met hun opwinding en trekken ze soms de verkeerde conclusie dat ze hun partner niet meer aantrekkelijk vinden. Dan gaat iemand vreemd of bezoekt een prostituee. Dat is in essentie wat er gebeurt. Maar nogmaals, het blijft speculatie."

Hoe bepaal je bij het koppelen voor Married at First Sight of er een seksuele match is?

„Ik begin met kijken naar je vorige ervaringen. Had je in eerdere relaties een bevredigend seksleven of waren er traumatische momenten? Dit is van belang omdat mensen vaak oude patronen herhalen in nieuwe relaties, vooral als deze voor problemen zorgden. Maar



**DIT DENKEN
MENSEN DIE VEEL
PORNOKIJKEN
TEN ONRECHTE...**

ik kijk natuurlijk ook naar: lust jij er pap van of niet? Dat baseer ik onder andere aan de hand van je masturbatiegedrag. Mensen die seksueel zijn, masturberen doorgaans vaker en verwachten dus ook meer seks van hun partner. Als erotiek voor jou minder belangrijk is en je zelden masturbeert, dan sta je seksueel gewoon minder aan. Wanneer ik twee mensen met zulke verschillende verlangens probeer te matchen, is de kans groot dat het ergens spaak loopt."

Kun je anticiperen op de chemie tussen personen?

„Dat is vaak onvoorspelbaar en magisch, een subjectieve beleving die niet echt te meten →



KLAAS PUUL

PURVEYORS OF THE HIGHEST QUALITY
SEAFOOD SINCE 1968



Heerlijke garnalen om te wokken!

Lekker & gemakkelijk



www.klaaspuul.com



Bijna twaalf jaar geleden was Eveline zélf de bruid!

FOTO: INSTAGRAM

het is de natuur die je vertelt dat het niet handig is om je met verre familie voort te planten. Dus we onderzoeken of kandidaten biologisch gezien geschikt zijn om samen te zijn en kinderen te krijgen.”

Steeds meer jongeren gaan voor non-monogamie in relaties. Merk jij dat ook?

„Ja, ik zie non-monogamie echt als een nieuwe tendens. Het past bij deze tijd, met die wegwerpmentaliteit van snel opgeven en verdergaan. Als iemand niet perfect is? Nou, voor jou tien anderen. Het lijkt een beetje de vibe te zijn van ‘waarom zou ik moeite doen?’ ik vind het niet getuigen van

NON-MONOGAMIE IS GEWOON EEN MAKKELIJKE MANIER OM NIET TROUW TE BLIJVEN

een sterke persoonlijkheid. Kijk, sommige mensen zijn gewoon niet gemaakt voor monogamie. Dat is echt een groot verschil, hè. Je kunt het gevoel hebben dat je niet wilt binden aan één persoon. Maar wat je nu ziet, is dat non-monogamie een makkelijke manier is om niet trouw te hoeven zijn aan één persoon.”

Met al jouw expertise op het gebied van seks en psychologie, moet het in de slaapkamer en in je huwelijk wel een feest zijn, toch?

„Ha, ik ben ook gewoon maar een mens. Ik heb het ook bij tijd en wijle moeilijk in mijn relatie en seksleven. Maar ik kan wellicht makkelijker de vinger op de zere plek leggen. Waar andere mensen bij problemen misschien denken: 'Oh nee, we zullen hier nooit uitkomen', probeer ik al snel te begrijpen hoe we het kunnen oplossen. En ja, inderdaad. Verzand niet te snel in de gedachte dat je het bijltje erbij neergooit. Want, zoals ik vanuit mijn beroep natuurlijk weet, er kan altijd aan gewerkt worden.” ■

valt. We kunnen erover praten, maar perfect matchen op basis van uiterlijk is lastig. Dus moet je het idee van ‘het oog wil ook wat’ loslaten en hopen dat er genoeg ‘seksappeal’ is. En dat het innerlijk wat extra aantrekkelijkheid toevoegt. Mijn collega **Patrick** kijkt dan weer naar het DNA om te zien of er verwantschap is.”

Hoe zit dat precies?

„Als dat het geval is, dan vind je elkaar bijvoorbeeld niet lekker ruiken. En dat bedoel ik tussen aanhalingstekens. Je neemt niet waar ‘oh, hij of zij stinkt,’ maar

BETER INTIEM

Eveline is psycholoog en seksuoloog. Sinds 2013 heeft ze haar eigen praktijk in Amsterdam. Daarnaast treedt ze regelmatig op als expert in programma’s zoals *Married at First Sight*, *RTL Boulevard* en *Vandaag Inside*. Ze is dit jaar twaalf jaar gelukkig getrouwd en heeft twee zontjes, **Seb** (9) en **Vik** (6). Vanaf maart gaat Eveline het theater in met haar show ‘Even Tussen Ons’, gevuld met grappige anekdotes, ondeugende verhalen en verhelderende inzichten. Voor degenen die wat hulp kunnen gebruiken zonder met de billen bloot te gaan bij Eveline, heeft ze haar eigen online platform, ‘Beter Intiem’, met een scala aan hulpprogramma’s waarmee je gericht aan je persoonlijke uitdagingen kunt werken.



Eveline en Carlo: de matchmakers in actie bij MAFS.

In de **HOOFDROL...**

MARISA ABELA

wekt Amy Winehouse weer tot leven!

De gloednieuwe biopic 'Back to Black', vanaf 18 april op het witte doek, werpt een onverschrokken blik op Amy Winehouse en haar extravagante reis naar roem.

De prangende vraag was: wie kan de zangeres met het bijenkorfkapsel en de 'kattenogmake-up' vertolken?

Het antwoord luidt: de rijzende ster Marisa Abela!



Marisa Abela als Amy.

AMY-ERFENIS



Amy Winehouse.

'Back to Black' werpt een nieuwe blik op het turbulente leven van **Amy Winehouse**, die van een nieuwkomer in de Londense jazzscene uitgroeide tot zesvoudig Grammy-winnende superster, voordat ze op slechts 27-jarige leeftijd stierf aan alcoholvergiftiging.

Haar verhaal kennen we natuurlijk al van

documentaires als 'Amy Winehouse: Back to Black' en 'Reclaiming Amy'. Wat deze biopic uniek maakt, is dat deze is gemaakt met de volledige steun van de *Amy Winehouse-foundation* en de medewerking van haar vader **Mitch**, die eerder kritiek kreeg op zijn vermeende rol in haar tragische ondergang.

PASPOORT

NAAM: Marisa Gabrielle Abela

GEBOREN: 7 december 1996
in Brighton, Engeland.

OPLEIDING: Bachelor Acteren
aan de Royal Academy of
Dramatic Art (RADA) in 2019.

CARRIÈRE: COBRA (2020)
en HBO's Industry, Barbie.

LIEFDE: Heeft een relatie
met acteur Jamie Bogyo.

OPMERKELIJK: Voordat
ze ging acteren was ze
mensenrechtenadvocate.

ZANGTALENT

In de trailer van de film horen we **Marisa Abela** het titelrefrein van de film zingen. Dat was niet vanzelfsprekend, verklapt regisseur **Sam Taylor-Johnson**. „Mijn eerste vraag aan Marisa was: *Kun je zingen?* Zij antwoordde dat ze dat niet kon. Ik dacht: *Misschien gebruiken we Amy's stem in de hele film, dan doen we het op die manier.* Ze ging weg na die auditie - ongeacht of ze wist dat ze de rol had - en begon haar stem te trainen.” Tegen de tijd dat Marisa een testopname maakte in Abbey Road werd het resultaat van die oefeningen duidelijk: het was spectaculair.

DIT ZEGGEN ZIJ OVER MARISA

OPVALLENDE UITSPRAKEN MARISA

„Mijn vader is een Maltezer Arabier en mijn moeder komt uit een familie van Pools-Joodse vluchtelingen.”

„Ik ging naar een meisjesschool in Brighton en het was meedogenloos... een echt giftige omgeving. Het heeft zeker invloed gehad op hoe ik over mezelf dacht.”

net zo intensief aan werken, als dat ik oefen met gitaarspelen.”

„Ik ben vrij verlegen, maar thuis zing ik voortdurend. Ik woon boven een bloemist. Zij hoorde me zingen en gaf me een groot applaus en een bos bloemen alsof ik een operaster was.”

„Mijn lichaam beschouw ik bijna als een instrument. Ik moet er

'BACK TO BLACK'-REGISSEUR SAM TAYLOR-JOHNSON:

„Marisa kwam gewoon binnen als Marisa - absoluut geen cat-eye make-up of iets dergelijks. Ze was heel lief en heel stil. Toen zette ik de camera aan. Ze keek in de lens we hadden allemaal echt zoiets iets van: Wááát?!”



ZANGCOACH ANNE-MARIE SPEED

„Marisa zag ik vier keer per week gedurende sessies van twee uur, ongeveer drie maanden voordat we begonnen met filmen. Dus het is een enorme toewijding.”



Maggi



I  **PASTA**



**Onweerstaanbaar lekker
met MAGGi Bouillon**

Geniet in geuren en kleuren



Robijn

Hoera!

Claudia de Breij: 'beetje een einzelgänger'

Volgend jaar is het pas echt groot feest, want dan blaast Claudia de Breij vijftig kaarsjes uit. Maar ook haar komende verjaardag, op 13 maart, zullen echtgenote Jessica en hun twee zonen niet onopgemerkt voorbij laten gaan.

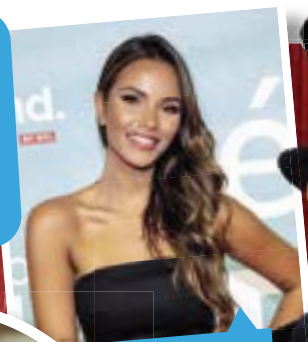


Claudia de Breij was de eerste vrouw in Nederland met een oudejaarsconference. Ook mocht ze naar aanleiding van de achttiende verjaardag van prinses **Amalia** onze troonopvolgster interviewen.

Een vroegere docent verklapte hoe Claudia zelf vroeger was: „Stil, eigenzinnig, een beetje een einzelgänger.” Claudia over zichzelf: „Ik ben een introverte drol. Soms wil ik even een periode alleen zijn.” Écht alleen is ze al lang niet meer. Sinds 2016 is ze getrouwd met **Jessica van Geel** en samen hebben ze twee zonen. Het is haar tweede huwelijk. Eerder was Claudia getrouwd met **Conny Kraaijeveld**. Toen ze een jaar na die breuk Jessica leerde kennen was het scheidingsleed nog vers: „Je moet elke dag opnieuw bereid zijn het risico te nemen dat je gekwetst kunt raken.” Haar vader **Henk de Breij** is de organisator van de grootste haringpartij. ■



Wie zijn
nog meer
jarig?



MONICA GEUZE
Presentatrice
27 maart, 29 jaar



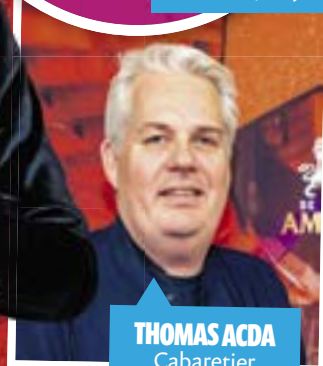
NIKKIE DE JAGER
Visagiste
2 maart, 30 jaar



TWAN HUYS
Presentator
24 maart, 60 jaar



WIBI SOERJADI
Concertpianist
2 maart, 54 jaar



THOMAS ACDA
Cabaretier
6 maart, 57 jaar

Horoscoop

door Savanna Bosch



RAM 21 maart - 20 april

Een golf van krachtige energie domineert jouw maand. In je professionele leven liggen kansen voor samenwerking, waarbij het vinden van een balans tussen leiderschap en teamwork van groot belang is. Binnen persoonlijke relaties kunnen openhartigheid en geduld nieuwe diepten bereiken. Wees niet bang om je kwetsbaar op te stellen, Ram, het zal de banden versterken en persoonlijke groei bevorderen.



STIER 21 april - 21 mei

Deze maand brengt voorspoed in liefde en romantiek. Ook liggen er financiële kansen voor het oprapen, maar bezint eer ge begint. Wees voorzichtig met impulsieve uitgaven. Denk na over de lange termijn. Het vinden van een evenwicht tussen materiële en emotionele behoeften zal je goed doen, beste Stier. Belangrijk: communiceer openlijk in relaties.



TWEELINGEN 22 mei - 21 juni

Je barst van de creativiteit en originele ideeën, Tweelingen. Zorg ervoor dat je hoofd niet op hol slaat en probeer een emotioneel evenwicht te vinden. Voor single Tweelingen kan maart een gunstige maand zijn om nieuwe mensen te ontmoeten. Sociale evenementen of activiteiten kunnen kansen bieden om iemand speciaal tegen te komen.



KREEFT 22 juni - 22 juli

Jou wacht een periode van emotionele stabiliteit, Kreeft. Richt je vooral op zelfzorg en welzijn, luister naar de behoeften van je lichaam en geest. Professioneel gezien kunnen samenwerking en empathie in deze periode leiden tot succes. Investeer ook in het versterken van sociale banden; ze zullen een waardevolle bron van emotionele steun zijn.



LEEUW 23 juli - 22 augustus

Sta open voor nieuwe ideeën en benader uitdagingen met zelfvertrouwen. Voor Leeuwen die een relatie hebben, kan maart een goede tijd zijn om samen activiteiten te ondernemen die jullie beiden plezier bezorgen. Het delen van interesses en het samen doorbrengen van quality time kan de relatie verdiepen.



MAAGD 23 augustus - 23 september

Vertrouw op je intuïtie bij belangrijke beslissingen. In vriendschappen bloeit wederzijds begrip op. Zoek naar manieren om je creativiteit tot uiting te brengen en nieuwe connecties te maken. Voor single Maagden biedt deze periode romantische kansen. Het kan een goed moment zijn om deel te nemen aan sociale activiteiten en nieuwe mensen te ontmoeten.



VISSEN

20 februari - 20 maart

Carrièrekansen openen zich, maar koester ook innerlijke rust. Wees mindful in financiële zaken en vermijd impulsieve uitgaven. In persoonlijke relaties is empathie de sleutel. Besteed tijd aan zelfreflectie en spirituele groei voor een gebalanceerd leven. Laat je creativiteit stromen en creëer een magische sfeer in je liefdesleven, beste Vissen.



WEEGSCHAAL 24 september - 23 oktober

Voor Weegschalen ligt in deze periode de focus op harmonie en evenwicht in relaties. Je kunt je meer bewust worden van de behoefte aan gelijkwaardigheid en eerlijke uitwisseling van ideeën. Het is belangrijk om open te communiceren met je partner en compromissen te sluiten om de harmonie te behouden.



SCHORPIOEN 24 oktober - 22 november

In de communicatie is het belangrijk om duidelijk en assertief te zijn zonder anderen te intimideren. Investeer tijd in persoonlijke ontwikkeling voor blijvend succes, Schorpioen. Je kunt je sterker dan ooit aangetrokken voelen tot iemand met een mysterieuze en intrigerende uitstraling. Wees open voor het delen van je diepste gevoelens en verlangens met je partner, omdat dit de intimiteit kan verdiepen.



BOOGSCHUTTER 23 november - 21 december

Boogschutters zijn van nature avontuurlijk en nieuwsgierig en deze eigenschappen kunnen ook invloed hebben op jouw liefdesleven. Of je nu single bent of in een relatie zit, sta deze periode open voor nieuwe romantische avonturen. Laat je niet beperken door angst; omarm die nieuwe mogelijkheden en verleg je grenzen. Je zult versteld staan van het resultaat.



STEENBOK 22 december - 20 januari

Focus op zelfontwikkeling en het bereiken van langetermijndoelen, Steenbok. In persoonlijke relaties kunnen sterke familiebanden je emotionele welzijn versterken. Het is essentieel om de balans te vinden tussen het zorgen voor anderen en het zorgen voor jezelf. Als single Steenbok kun je door 'zelfliefde' aantrekkelijker worden voor potentiële partners.



WATERMAN 21 januari - 19 februari

Creatieve projecten floreren, Waterman. Maar blijf flexibel in je aanpak. In relaties is het belangrijk om je authentieke zelf te tonen. Sta open voor nieuwe vriendschappen en samenwerkingen. Luister naar je intuïtie en volg je passies. Maart kan romantische kansen met zich meebrengen. Je leert nieuwe mensen kennen en die ontmoetingen geven je de kans om onverwachte mogelijkheden te verkennen.

YES TO FRESH





GOED
GEVIST

VOOR DE LEKKERSTE VIS IN BLIK,
GRIJP JE NAAR PRINCES BLAUW.

SHOP HIER



Intiem met Lieve

Ook een probleem?

Schaam je er niet voor, vraag het gewoon. Wij helpen je! redactie@dend.nl.

‘Ik schrik mannen af!’

Als ‘carriëretijger’ sta ik voor een dilemma. Op mijn werk ga ik als een speer, maar mijn liefdesleven is een grote puinhoop. Ik ben bang dat mijn ambitie en lange werkuren potentiële partners afschrikken. Telkens wanneer ik probeer te daten, lijken mannen weg te rennen, alsof mijn laptop mijn grootste

liefde is. Hoe kan ik mijn werk en de romantiek beter in evenwicht brengen zonder mijn carrière op te geven?
A te D.

Het goede nieuws is dat je zowel een topcarrière als een geweldige liefdesleven kunt hebben. Reserveer tijd voor daten en gebruik je agenda om deze

momenten te markeren. Werk aan je liefdesleven zoals je je CV opbouwt. Zoek partners die je ambitie waarderen en begrip hebben voor je toewijding aan je carrière. Deel je successen en geef eerlijk aan wanneer je in ‘werkmodus’ bent. Het draait om balans, prioriteiten stellen en af en toe je innerlijke romanticus loslaten.

FOTO'S TER ILLUSTRATIE

‘Hij vindt mij ‘te gewoontjes’ in bed’

Een vrouw die ik nauwelijks kende, stuurde me via WhatsApp een schokkende onthulling: ze beweerde al maandenlang een gepassioneerde affaire met mijn man te hebben. Ze vertelde dat mijn partner graag ondeugende dingen met haar doet omdat ik ‘te gewoontjes’ ben. Geschokt zette ik hem na dit gesprek het huis uit, maar na slechts een week waren we weer samen. Nu weigert hij uit te leggen waarom hij vreemdging. Ik voel me tekortgeschoten en schuldig, want



de vrouw met wie hij een affaire had, experimenteerde met zaken zoals tepelklemmen en bondage. Dingen die ik niet wil proberen. Ik voel me vernederd, maar ik durf het met niemand te delen.
B.

Je gevoelens van verraad en pijn zijn begrijpelijk. Het is tijd om een openhartig gesprek te voeren met je partner over zijn escapades tussen de lakens. Als hij weigert verantwoordelijkheid te nemen, moet je overwegen of deze relatie nog wel de moeite waard is. Wellicht kunnen jullie samen op zoek gaan naar manieren om de passie te herontdekken en ja, dat kan betekenen dat je bereid bent nieuwe dingen in de slaapkamer te proberen - op voorwaarde dat hij ook aan jullie relatie werkt en zijn trouw aan jou bewijst.



Sekslessen

Dé erotische gadget van nu

De Satisfyer is de pittige verrassing die niet op de familiebarbecue ter sprake komt... Met maar liefst 75 miljoen verkochte exemplaren wereldwijd heeft dit seks-speeltje een revolutie in de slaapkamer ontketend. Geen suffe trilpartijen zoals bij een traditionele vibrator. De Satisfyer is de meester in luchtdruktechnologie. Wanneer je het tuitje over de clitoris plaatst, stimuleert het luchtdruk en golven, wat aanvoelt als een VIP-clitorismassage zonder dat iemand een vinger of tong hoeft uit te steken. Fans vergelijken het zelfs met een mannelijke erectie vanwege de intense fysieke sensatie. Sommigen kreunen het tot de ultieme climax, terwijl anderen zich afvragen of het niet nét iets te onstuimig is.

OOK EEN SEKSTIP?
Mail: lieve@dend.nl

‘Hoe kan ik mijn obsessie voor haar verleden onder controle houden?’

‘Hoe stop ik met fantaseren over haar exen?’

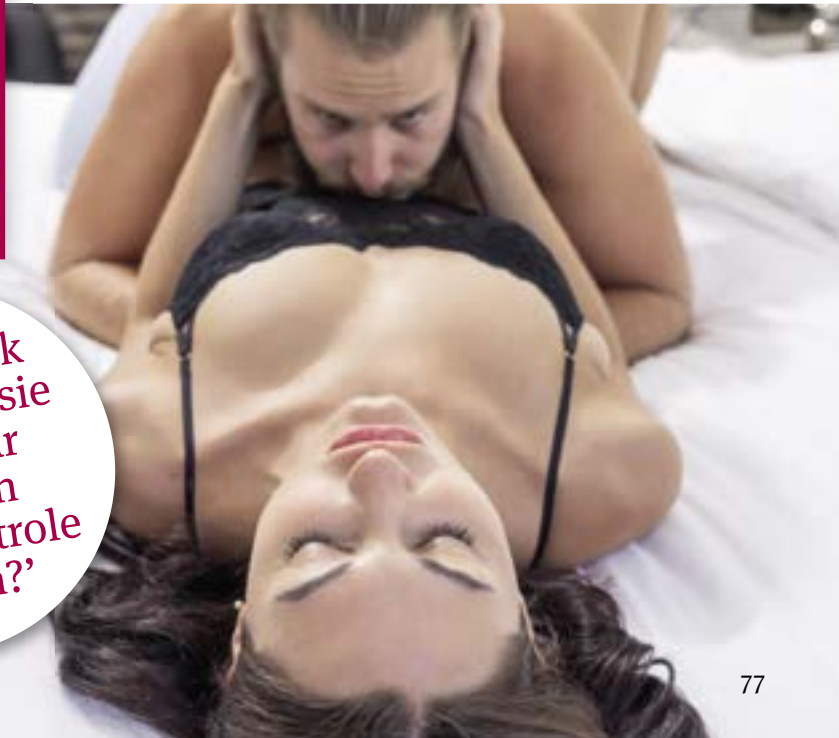
Beste Lieve,

Ik ben 31 jaar en hier is mijn bizarre probleempje. Het lijkt erop dat ik opgewonden raak als ik allerlei pikante details over het romantische verleden van mijn vriendin te horen krijg. In het begin was ze wat verlegen, maar toen ze merkte dat ik niet jaloers, maar juist opgewonden werd, begon ze alle sappige verhalen over haar negen exen met me te delen. Het wordt nog spannender, want ik ken haar laatste ex nog van de middelbare school. Ik fantaseer over mijn vriendin met haar ex wanneer ik alleen ben en wanneer we seks hebben. Hoe kan ik mijn obsessie voor haar verleden onder controle houden zonder onze relatie te verpesten? Mijn eerdere partners werden namelijk stapelgek van mijn eindeloze vragen over dit onderwerp.

Henk

Laten we het simpel houden. Als je fantasieën hebt over je vriendin en haar ex, dan is het tijd om je innerlijke scenarioschrijver aan de kant te zetten en je te concentreren op het heden. Stop met graven in haar verleden, focus op jullie heden en maak

wat nieuwe memorabele momenten samen. Vergeet die eindeloze vragen - laat het verleden rusten en laat de toekomst sexy worden. Probeer je fantasieën om te zetten in iets creatiefs. Schrijf erotische verhalen of poëzie en deel ze met je vriendin. ■



U mag het zeggen

Nomineer een '10'!

Koning **Willem-Alexander** nodigde honderd Nederlanders uit die een 10 verdienen voor hun bijdrage aan onze samenleving. Kent u ook een bijzonder iemand die een 10 verdient? Een vrijwilliger, mantelzorger of hulpverlener? Stuur een foto en een korte omschrijving naar: post@dend.nl.



'Beste buurvrouw ooit'

Dit is **Janny Hofland** uit Capelle aan den IJssel. Ze was 21 jaar mijn buurvrouw, maar inmiddels woon ik al 12 jaar ergens anders. Janny brengt altijd de laatste DenD voor me mee. Vroeger en nu nog steeds. Ze bewaart ze in een tas en als we elkaar om de zoveel tijd zien, is het altijd fijn en krijg ik weer de DenD. Ze is altijd een geweldige buurvrouw geweest (en nu nog), zelfs al wonen we niet meer naast elkaar. Ik geef haar een dikke vette 10!

Met vriendelijke groeten,
Paméla Visser-van Zeventer

GRATIS BOEKEN EN MEER!

Boeken van (o.a.) **Rien Poortvliet** en **Anton Pieck** gratis af te halen. Te koop: twee antieke klokken, 2400 oude fantasie-ansichtkaarten. Zelf zoek ik Verkade-plaatjes. Ik heb geen computer.
Fam. Huis in 't Veld
Voorde 83,
3075 EN Rotterdam
Tel: 06 30324526



GEVRAAGD: POSTZEGELS

Ik plaats een oproepje namens mijn moeder, Anneke. Ze is begonnen met het sparen van postzegels en het zou leuk zijn als mensen nog postzegels hebben liggen die ze naar haar willen opsturen. Alvast bedankt!

Anneke
Burg. Honnerlage Gretelaan 341
3119 BJ Schiedam



LAPJES VOOR QUILT SPREI

Ik ben op zoek naar katoenen lapjes van 25 bij 25 om mijn eigen mooie quilt-sprei te maken. Als er mensen zijn die deze lapjes hebben en er niets mee doen, zou ik ze graag willen hebben!

Wie kan mij helpen?
Daarnaast heb ik ook nog 100 boekjes van Dollhouse Nederland liggen. Bel even en je mag ze gratis komen ophalen.

Marty Smeulders
Broekakker 48
4813 NE Breda
Tel.: 076-5213853



MUNTJES VOOR MIJN ZOON

Mijn zoontje en ik zijn onlangs begonnen met het aanleggen van een muntenverzameling van alle landen. Wie kan ons ondersteunen met het uitbreiden van deze verzameling? We verwelkomen zowel oude als nieuwe munten.

Mous Topal
Kerkwervingesingel 79
3086 HL Rotterdam



HOBBY VERZAMELING

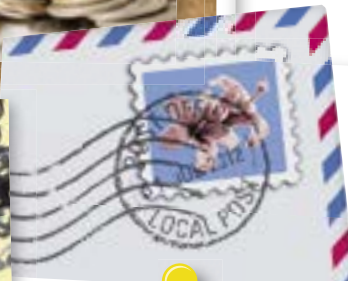
Wie, oh wie, kan mij helpen aan blik-lipjes? Ik verzamel ze om er iets van te maken.

Marja Freggle
marja_freggle@yahoo.de

RUILPARTNER?

Ik verzamel gestempelde postzegels uit Nederland en Europa en ruil graag per brief.

Anton van Dijke
Statenhof 7
4463 TV Goes



**HEEFT U
DEZE
AL GEZIEN?**



- 1 THE BEAR** (Disney +)
- 2 TRUE DETECTIVE** (HBO Max)
- 3 BOY SWALLOWS UNIVERSE** (Netflix)

*** Podcast van de maand ***

TRUE CRIME PRO'S

Serie van 7 onthullende podcasts van een voormalig forensisch rechercheur en een undercoveragent.



OOK REAGEREN?

Reacties

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: dend.nl/puzzel en voor de prijzen: dend.nl/winnen

Brieven en kaarten

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





OREO

PAC-MAN



• SCAN PLAY WIN •



#CHASEPLAYFULNESS



Geniet gerust, maar wel bewust

PAC-MAN™ & ©Bandai Namco Entertainment Inc.

PURINA

felix
IT'S GREAT
TO BE A CAT!



SCAN
& WIN!

Dierenwereld

DIERENVRIEND
van de **MAAND**



Dirk en Dennie op schoot bij Lize Korpershoek.

FOTO'S: INSTAGRAM

Lize Korpershoek

Documentairemaakster **Lize Korpershoek**, bekend van 'De Slimste Mens' en als vriendin van presentator **Tim Hofman**, heeft nog twee grote liefdes: Dirk en Dennie. Haar passie voor beide katten is zo groot dat ze zelfs een opleiding tot kattengedragpsycholoog volgt. Ze mogen alles in huis, behalve op het aanrecht staan. „We slapen soms zelfs lepeltje-lepeltje als ze daar zin in hebben.” Dirk en Dennie hebben duizenden volgers op Instagram en werden een hype nadat Lize katten Dennie adopteerde en de twee katten aan elkaar moesten wennen. De 'samensmelting' werd nauwlettend gevolgd op het account, waar Lize allerlei trucjes probeerde om het proces soepel te laten verlopen. Lize benadrukt ook het belang van verantwoordelijkheid bij het adopteren van kattenrassen zoals dat van Dirk. „Dirk is een highland fold, een langharige Scottish fold en die zou je nooit uit een nestje moeten nemen. Het zijn namelijk katten die ziek zijn en veel pijn gaan krijgen in hun leven omdat ze niet genoeg kraakbeen aanmaken. Het leukste aan de twee? „Dirk luistert als ik hem roep, net als een hond. Dennie heeft een heel chagrijnige blik en dat vind ik enorm grappig.”

Leven als kat

door **ANNEMARIE DE HAAN**

Tinley-gedragstherapeut voor hond en kat

Honden en katten zijn verschillende diersoorten met hun eigen lichaamstaal. Wanneer een hond je blij begroet, kwispelt zijn staart in een brede zwaai. Maar als een kat je benadert met een zwiepende staart, is dat juist géén goed nieuws.

Een vriendelijke kat begroet je door zijn staart omhoog te steken. Als een hond zijn staart rechtop in de lucht houdt, is hij juist bezig met imponeren en ervaart hij de ontmoeting niet als positief. De meeste honden en katten hebben de tijd nodig om elkaars taal beter te begrijpen.

Als speeltje...

Of die kennismaking goed afloopt, hangt vooral af van hoe hun relatie zich ontwikkelt. Een



3x
Tips

TIP 1

GEUREN EN GELUIDEN

'Langzaam wennen' en 'positief introduceren' zijn toverwoorden in de relatie tussen hond en kat. Een stapsgewijze introductie kan beginnen door de dieren eerst aan elkaars geur te laten wennen. Ook wennen aan geluiden van de andere diersoort kan een goede stap zijn. Speel een opname van blaffende honden af op het moment dat de katten te eten krijgen. Begin zachtjes en bekijk of je het geluid dagelijks iets harder kunt zetten.

en hond

goede introductie is daarbij van groot belang. Daarnaast is er uit onderzoek gebleken dat het samenleven een grotere kans op succes heeft als de hond later zijn intrede doet in huis dan de kat. Een veelvoorkomend probleem bij de introductie van honden en katten is dat de hond de kat als een speeltje ziet en erachteraan wil jagen. Dit kan voor een kat heel bedreigend zijn, wat de relatie meteen onder druk zet. Voor de hond kan dit daarentegen juist leuk zijn. Zeker als de kat wegrent, zal de hond er uit zichzelf niet mee stoppen.

Vreemd wezen

Maar ook vanuit de kant van de kat spelen er factoren mee die van invloed zijn op de relatie. Een kat die als kitten niet gesocialiseerd is met honden, zal het moeilijk vinden om te gaan met de aanwezigheid van dit vreemde wezen in huis. Hoewel het meestal de kat is die opgejaagd wordt door de hond, kan dit zeker ook andersom voorkomen! ■



Als de kat bang wegrent, kan de hond dat juist leuk vinden

TIP 2

NAJAGEN VOORKOMEN

Als de pup eenmaal in huis is, kun je de dieren gescheiden houden door het gebruik van deuren en hekken. Ze moeten eerst wennen aan elkaars aanwezigheid zonder directe interactie. Ze mogen elkaar zien door het glas in de deur of via een kinder- of traphekje. Wellicht kan je gebruik maken van een bench voor de hond. Het is vooral belangrijk om najagen te voorkomen. Ook als je een stap verder gaat en de hond niet meer in de bench hoeft, houd hem dan nog steeds aangeliend zodat hij niet plotseling achter de kat aan kan gaan.



Mijn kat heet...

Catootje

Ik heb jullie twee jaar geleden verteld dat ik bij een aardig vrouwtje ben komen wonen; destijds was ik nog erg schuw. Nu kan ik jullie met blijdschap vertellen dat het bijzonder goed met me gaat. Ik kan mijn vrouwtje, ze heet Joke, inmiddels aardig om mijn pootje winden. Het enige dat ik hoeft te doen, is kijken of miauwen, dan begrijpt ze meteen wat ik wil. Sinds kort is er een nieuwe computer, of hoe jullie dat ook noemen. De plank erboven is nu leeg, waardoor ik vanaf grote hoogte kan meekijken. De meeste e-mails sluit ze af met 'Joke en Catootje'.

Joke Davids

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

TIP 3

VEILIGHEID VOOR DE KATTEN

De katten moeten zich te allen tijde veilig kunnen voelen. Zorg daarom voor voldoende schuilplekken en verhoogde plaatsen waar ze naartoe kunnen vluchten. Als de hond de katten kan zien, is het belangrijk om hem bezig te houden met andere activiteiten zodat hij niet steeds naar de katten blijft loeren of tegen hen blaft. De aanwezigheid van katten moet voor hem normaal worden en mag geen opwindingsmoment zijn.
tinleygedragstherapie.nl

NEW

**ALS ZIN IN
IETS LEKKERS
OPPOPT**



Popped not Fried

TE VINDEN IN HET CHIPSSCHAP



DENTASTIX™

GEBITSVERZORGING

Wetenschappelijk bewezen
de VORMING van TANDSTEEN
te VERMINDEREN

GEEN TOEGEVOEGDE SUIKERS
GEEN KUNSTMATIGE KLEUR- OF SMAAKSTOFFEN



Kits



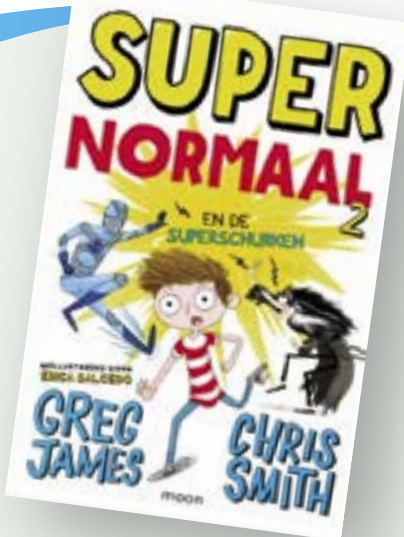
WAT KRIJG JE ALS
JE EEN KOE MET
EEN TRAMPOLINE
KRUIST?

Antwoord: Een milkshake.

KINDERBOEKENTOPPER

SUPER NORMAAL EN DE SUPERSCHURKEN

Niet alle helden hebben superkrachten. Geloof je ons niet? Murph 'Super Normaal' Cooper is het levende bewijs. Hij en de Superzero's lokken overal ter wereld slechteriken in de val. Maar dan verbreekt 's werelds meest gevreesde superschurk in een geheime gevangenis na dertig jaar zwijgen zijn stilte. Zijn eerste woorden? 'Breng Super Normaal naar mij!' Dit is het tweede deel van de spannende Super Normaal-serie, geschreven door BBC-presentatoren **Greg James** en **Chris Smith**. Het zit boordevol humor, grappen, en coole tekeningen die het verhaal tot leven brengen. Je kunt dit boek prima los lezen, maar het is extra leuk als je eerst het eerste deel hebt



gelezen. Vriendschap is het coole geheime ingrediënt van het verhaal. De personages laten ons zien dat vrienden hebben en samenwerken in een team veel, maar dan ook écht veel belangrijker is dan een of andere saaie superkracht hebben.

Check
out!

ALLESKUNNER STERRE

Sterre Koning (21) uit Zutphen is een ster op het podium én in films! Ze begon op haar negende bij 'Kinderen voor Kinderen' en deed mee aan 'The Voice Kids' en het 'Junior Eurovisie Songfestival'. Ze schitterde zelfs in de film 'De Tatta's 2', die een gouden kalf won. En nu, als klap op de vuurpijl, is ze de stem van Hedwig in 'Gewoon super!' met andere geweldige acteurs zoals **Simone Kleinsma** en **Plien van Bennekom**.

Sterre is open over het nadeel van haar succes en haar mentale



gezondheid. Ze heeft in een interview gezegd dat ze hulp heeft gezocht toen het moeilijk werd. »Ik durf wel te zeggen dat ik als dertienjarige een leven begon te leiden dat niet normaal is. Voor een groot publiek staan en constant presteren, daar komt veel bij kijken. Ik denk dat dat iedereen in mijn vakgebied wel een psycholoog kan gebruiken.»

Sterre put ook kracht uit de Bijbel. »Hij staat gewoon op mijn telefoon. Ik heb een superhandige bijbelapp, zo hoef ik niet met een zwaar boek rond te lopen.»

SPELLETJES TIPS VAN TANJA



BRAINSTORM

Uitgever: 999Games

Leeftijd: Vanaf 12 jaar, maar met aangepaste spelregels vanaf 8 jaar

Spelers: 2 tot 10 personen

In Brainstorm proberen spelers kaarten te combineren door de afbeeldingen en de letterlijke betekenis van woorden met elkaar te verbinden. Bijvoorbeeld, een vliegtuig en een telefoon kunnen leiden tot 'vliegtuigstand' en een geitje met sokken vormen 'geitenwollensokken'. Wanneer alle spelers de gecombineerde kaarten goedkeuren, zijn de kaarten voor jou. Ik vond dit spel zelf echt superleuk. Ik ben gek op woordspelletjes omdat ik graag lees en schrijf. Maar als jij daar niet zo van houdt, vind je dit spel misschien minder leuk dan ik. Daarnaast is er bij dit spel geen duidelijk goed of fout. Dit kan leiden tot ruzie of ergernis. Speel dit spel dus niet met spelers die graag winnen, maar puur ter vermaak en om creatieve combinaties te horen. Insta: [boardgame_review_tanja](#)

Score: ★★☆☆

Uit de kom

Er gaat een vis naar de dokter. „Ik zie het al”, zegt die meteen. „Uit de kom!”



ILLUSTRATIE: VECTEEZY

Woordzoeker

T	R	O	H	S	R	E	X	O	B	W	
S	I	L	A	N	K	I	M	O	N	O	
E	B	O	D	Y	W	A	R	M	E	R	
V	B	P	S	T	R	O	P	D	A	S	
N	R	U	D					K	D	L	E
H	O	E	D					R	C	A	L
K	E	P	S					U	S	A	B
I	K	L	T					J	T	J	J
L	D	M	E	H	R	E	V	O	S	A	
T	R	U	I	I	C	C	P	L	H	P	
S	K	I	P	A	K	A	I	A	O	O	
E	A	M	A	J	Y	P	N	N	C	N	



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

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.

BADPAK
BODYWARMER
BOXERSHORT
CAPE
HOED
JACK
JAPON
JURK

KIEL
KILT
KIMONO
KOUS
NACHTPON
OVERHEMD
POLO
PYJAMA

RIBBROEK
SJAAL
SKIPAK
SLIP
STOLA
STROPDAS
TRUI
VEST

HELDENFILM

'Gewoon Super!' is een gloednieuwe familiefilm over Hedwig, die onverwachts de superheldenmantel van haar vader moet overnemen. Eigenlijk is ze daar helemaal niet klaar voor. Ze is onhandig, niet heel snel en ook niet sterk. Ze zoekt hulp bij haar oma en dan komt ze erachter dat je helemaal niet geweldig hoeft te zijn om super te zijn.



WINNEN!

DenD verloot 2x 4 bioscoopkaarten van 'Gewoon Super!' en een setje Brauzz wasstrips. Stuur je oplossing van de woordzoeker in op [DenD.nl/puzzel](#) om kans te maken.

Puzzeltijd!

ZWEEDESE PUZZEL

vrucht honingbij	bontsoort snij-werktuig	6	metaal	huid-uitwas	dierenmond	geldbuidel pluk	vrucht	riv. in Italië	naaldboom			
			rang-telwoord ver-gissing			12	wisseling		13			
leerkracht duur				frisheid rondhout			3	uitroep van afkeer volk				
4					oefenmeester							
pl. in Flevoland	Arabische titel stijf					9	jachtexpeditie					
			ijzergrond	geraamte	DenD							
tijdning	opgooi werelddeel								raad	levenslustig	10	riv. in Duitsland
		2	halsjuk						Euro-peaan	mager deel v.e. fiets		binnenkomst
speling water in Utrecht												dieren-geluid pl. in Friesland
			reeds open ruimte	herkauwer	pestkop	11	christelijk feest					
grens	toestand van rust tam	8			slingerplant vlaktemaat				takje			
				gebouw in A'dam soortelijk gewicht			voordat boeren-werktuig					
aanlegplaats			poets				1	een zekere				
naar	7			hevig			bewijsstuk		5			

© www.puzzelpro.nl

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----



WINNEN!

DenD verloot één keer de kans om te fietsen door de Limburgse mergelgrotten, namens Good4Fun. Stuur de goede oplossing van de woordzoeker in op DenD.nl/puzzel en maak kans.

Grotbiken in de Sibbergroeve

Een uniek, ondergronds avontuur in de Sibbergroeve! Deelnemers volgen ervaren gidsen op cardanfietsen (mountainbikes zonder kettingen) door aardedonkere gangen. Het licht van hun fietslampen onthult historische wandtekeningen, grotkamers en obstakels. Ervaren gidsen en professionele uitrusting zorgen voor veiligheid. Durf jij deze ervaring aan?

Good4fun.nl

SUDOKU ★★

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

SUDOKU ★★★

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

Katak, een beloega met een missie

Volg Katak, de schattige beloega die nog niet van grijs naar wit is verkleurd zoals zijn leeftijdsgenoten. Om erbij te horen, gaat hij op een spannende reis naar het Noorden om zijn onbekende opa te vinden en zijn oma's laatste wens te vervullen. Ontdek de kracht van vriendschap, familie en milieubewustzijn in deze film, met stemmen van **Mattie Valk**, **Gioia Parijs** en **Laura Vlasblom**.
Vanaf 27 maart in de bioscoop



WINNEN!

DenD geeft 3x 3 kaarten van 'Katak – de dappere Beloega' weg. Stuur de goede oplossing van de puzzel in op [DenD.nl/puzzel](https://dend.nl/puzzel) om kans te maken.

Yamato's HINOTORI: het trommelspektakel komt naar Nederland!



Met trots kondigt Yamato de nieuwe wereldtour 'HINOTORI' aan, die Nederland aandoet vanaf 13 april tot eind mei 2024. Het belooft een atletisch en muzikaal meesterwerk te zijn met 24 shows vol dynamiek en passie. Yamato brengt niet alleen de eeuwenoude kunst van het Taiko drummen tot leven, maar is ook een interactief spektakel. De krachtige trillingen van de drums nemen het publiek mee op een meeslepende theaterervaring.
yamatodrummers.com

*Onder voorbehoud van beschikbaarheid.

WINNEN!

DenD verloot kaarten voor de theatershow 'HINOTORI' van de YAMATO Drummers voor een locatie naar keuze*. Stuur de goede oplossing van de puzzel in op [DenD.nl/puzzel](https://dend.nl/puzzel) om kans te maken.



De oplossing van de Zweedse puzzel kun je t/m 27 maart 2024 online invullen op dend.nl/puzzel of per post sturen naar: **redactie DenD, Donauweg 10, 1043 AJ Amsterdam.**

DONEER JE
STATIEGELD-
BON



Help eenzame ouderen er samen op uit te gaan!

Bij Dirk van den Broek kunnen klanten met de statiegeldactie een groot verschil maken in het leven van ouderen, zoals bij Frans (87): „Ik rijd geen auto meer en heb door mijn ziekte meer kans om te vallen.”

Frans is geen uitzondering. Voor veel ouderen is reizen met 'eigen vervoer' niet vanzelfsprekend meer. De kans op eenzaamheid neemt dan toe. Want als je minder op pad kunt, zie je steeds minder mensen en dat kan leiden tot eenzaamheid. Met de **PlusBus** van het Ouderenfonds kunnen ouderen er weer samen op uit! Zo wordt hun wereld groter en ontmoeten ze anderen. De PlusBus rijdt in zo'n honderd gemeenten. Vrijwilligers halen en brengen mensen tot voor de deur. Frans is enthousiast over dit initiatief: „De PlusBus brengt plezier; we gaan samen gezellig op pad.”

Mee op pad?

Van 26 februari tot 7 april 2024 voeren alle filialen van Dirk van den Broek actie voor

het Nationaal Ouderenfonds. Bij het flessen-inleverpunt staat in de actieperiode een donatiebox. Geef eenzaamheid geen kans! Doneer uw statiegeld en help mee om ouderen samen eropuit te laten gaan met de PlusBus. Wilt u ook mee op pad? Zoek een PlusBus bij u in de buurt op ouderenfonds.nl/bus ■

WAT DOET HET NATIONAAL OUDERENFONDS?

Nederland land telt 1,7 miljoen eenzame ouderen. Het Ouderenfonds zet zich in voor alle ouderen in Nederland en pakt eenzaamheid aan. Samen in beweging blijven, eropuit gaan of leren appen maken een groot verschil. Zo blijven senioren verbonden met anderen en kunnen zij van betekenis zijn en blijven. Want ouder worden doe je samen!
ouderenfonds.nl



NIEUW

HALÉON

parodontax

TANDVLEES EXPERT

- Bloedend tandvlees
- Gevoelig tandvlees
- Ontstoken tandvlees

HELPT TANDVLEES
HERSTELLEN
VANAF
1 WEEK*



+ SMAAKVERBETERENDE
TECHNOLOGIE



Bij bloedend, gezwollen en ontstoken tandvlees

Alleen bij gebruik van parodontax Active Repair Tandvlees Fresh Mint.

**Grotere verbetering van de gezondheid van het tandvlees na 1 week in vergelijking met een gewone tandpasta. M.u.v. parodontax Active Repair Tandvlees Whitening. Medisch hulpmiddel. Lees voor gebruik de gebruiksaanwijzing. Trademarks are owned by or licensed to the Haleon group of companies. © 2024 Haleon group of companies or its licensor. PM-GL-PAD-23-00066 en KOAG/KAG 309-0623-294

The logo for Dreft Platinum Plus is contained within a white circle with a green border. The word "dreft" is written in a large, bold, red, lowercase sans-serif font. Below it, the words "PLATINUM PLUS" are written in a smaller, black, uppercase sans-serif font, with "PLUS" enclosed in a red rectangular box.

dreft

PLATINUM **PLUS**

The advertisement features a large, shiny, rectangular metal tray. The left side of the tray is covered in a thick, brown, crusty substance, while the right side is clean and reflective. A small green cartoon character, shaped like a drop, stands on the left side of the tray, pointing towards the clean area. A small white box containing colorful detergent powder is also visible on the tray. The background is a solid green color.

Onze

Nr. 1 reiniging

zelfs in het

korte programma*

VOLGENDE MAAND EXCLUSIEF IN DenD

De volgende DenD verschijnt eind maart!

LA HERRADURA

Een parel aan de
Costa Tropical



Elle van Rijn
en dochter Feline
in een podcast



'Onze Jordaan' gaat nooit verloren

Een musical van DIEDERIK EBBINGE



Lekker
de tuin in:
DenD geeft advies!

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 de meer dan 130 supermarkten van Dirk van den Broek en 41 Dirck3-slijterijen.

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

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

By Lin: by-lin.com

Heinen Delfts Blauw:

heinendelftsblauw.nl

Ikea: ikea.nl

Loberon: loberon.nl

Robin Ruth: hollandse-souvenirs.nl

Tulip vodka: Vodk.nl

UITSTEKEND SCHOON ZELFS IN KOUDE WATER



Doos bevat max. 5% plastic, ontworpen om jouw PODS te beschermen.



Altijd buiten het bereik van kinderen houden.
AISE - Meer info op keepcapsfromkids.eu

BOOST YOUR MOOD

Laat je verrassen door de heerlijke vernieuwde geuren van Palmolive



PALMOLIVE

Zin in een heerlijke Nasi Goreng?



Heb jij wel eens groenten over? In Indonesië wordt Nasi Goreng van oudsher gemaakt met overgebleven groenten en rijst, zodat er niets weggegooid hoeft te worden. Met de authentieke Nasi Goreng Kruidenmix van Conimex maak je een heerlijke Nasi Goreng met de groenten die je nog in huis hebt.



Ook benieuwd hoe jij de lekkerste Nasi Goreng maakt?
Kijk voor alle recepten op: www.conimex.nl/nasi

Let's eat more East

