

# Deze week

... heeft Vriendin-redacteur Whitley DE NIEUWSTE WEETJES en de LEUKSTE, ORIGINELE IDEEËN voor jou.



## Bloemetje voor...



**Lonneke (31, links)**  
**Relatie:** ja  
**Beroep:** leerkracht

**In het weekend...** "pak ik graag een terrasje of lees ik een goed boek. Yoga vind ik ook heel fijn om te doen. Ook deed ik altijd aan tennis, dat wil ik echt weer een keer gaan doen. En dan

het liefst met mijn vriendin Mignon, ik kan niet wachten om met haar weer een lekker balletje te slaan."

**Andere mensen zouden mij omschrijven als...** "direct, spontaan, iemand die graag bezig is. En dat klopt: zo ben ik ook."

**Ik wil graag...** "op vakantie naar Italië. En genieten van een high tea met mijn vrienden en familie. Dat staat al heel lang op mijn wishlist. Het lijkt me zo gezellig om samen te zijn met de mensen van wie ik hou en ondertussen te smullen van al het lekkers."

**Het bloemetje is voor...** "mijn vriendin Mignon, naast me op de foto. We kennen elkaar al sinds de basisschool, maar zijn elkaar een tijd uit het oog verloren. Totdat we elkaar twee jaar geleden weer tegenkwamen bij yoga. Zo bijzonder: meteen was die klik er weer. Met Mignon kan ik praten over serieuze, maar ook luchtige onderwerpen. Ik ben haar dankbaar voor onze vriendschap."

➔ **OOK IEMAND EEN BLOEMETJE GEVEN?**

Wil jij ook iemand verrassen met een prachtige bos bloemen? Geef je dan op via [Vriendin.nl](http://Vriendin.nl). Als jij wordt uitgekozen, mag je iemand blij maken met een boeket t.w.v. € 25,-. Met dank aan Floriënt: [www.florient.nl](http://www.florient.nl)



## SLIMME SCHUIVER

De nieuwste haardo: je lok opzij vastzetten met een schuifspeldje. Met de Waver van Invisibobble (van de elastiekjes zonder ijzertje) blijft je kapsel stevig zitten zonder dat je een gekke knik of klitten in je haar krijgt als je het speldje er weer uithaalt. € 3,95 via Douglas



**Ook leuk:** schuif een paar speldjes onder elkaar voor een speels effect, zoals hier. Set van haarspeldjes € 13,99 Orelia via [www.asos.com](http://www.asos.com).



## 5 DINGEN OM DEZE WEEK TE DOEN

### Stemmen

Donderdag 23 mei zijn de Europese Parlementsverkiezingen (check [www.eu.stemwijzer.nl](http://www.eu.stemwijzer.nl)). Je bepaalt dan welke Nederlandse Europarlementariërs in het Europees Parlement mogen. Zij beslissen onder meer over internationale handel, veiligheid en klimaatverandering.

### Enkhuizen bezoeken

In en rondom de Noord-Hollandse stad aan het IJsselmeer is genoeg te beleven:

- **Zuiderzeemuseum** Tijdens weekenden, vakanties en feestdagen kunnen kinderen in het buitenmuseum in de huid kruipen van een kind uit 1919. Meer info: [www.zuiderzeemuseum.nl](http://www.zuiderzeemuseum.nl).
- **Historisch centrum** Het centrum van de stad ademt de sfeer van de Gouden Eeuw met monumentale panden en verdedigingswerken. Wandel bijvoorbeeld langs het Peperhuis, de Westfriese Munt en de Drommedaris.
- **Lekker lunchen** Dit doe je bij Van Bleiswijk (het broodje zalm is een aanrader) of Onder de Wester (neem vooral een kop koffie met huisgemaakt gebak).

### Maak je tuin bijvriendelijk

Bijen zijn belangrijk voor de natuur. Toch gaat het niet goed met ze. Heet ze welkom in je tuin met veel bloeiende planten en bijenhôtels. Ga naar [Vriendin.nl](http://Vriendin.nl) voor meer info.



### FIETS NAAR JE WERK

Het is donderdag Fiets-naar-je-werk-dag. Als je fietst, maak je je hoofd leeg, geniet je van de frisse buitenlucht én ontwijk je files. Win-win!

Steeds meer mensen ervaren werkstress door de toenemende informatiestroom via WhatsApp en mail. De PvdA vindt daarom dat werknemers het recht moeten krijgen om buiten werktijd onbereikbaar te zijn. **Ben jij het hiermee eens?**

**95%** ZEGT JA

We vroegen het jou op Facebook

## Begraafplaatsen met een verhaal

Dit weekend (24 t/m 26 mei) is het Weekend van de Begraafplaats. Het thema dit jaar is: een plek vol verhalen. Een begraafplaats is verre van eng of ongemakkelijk; het is een plek vol prachtige, unieke en verdrietige verhalen over families, geliefden, kinderen en een definitief afscheid. Elke steen vertelt een geschiedenis. Check [www.weekendvandebegraafplaats.nl](http://www.weekendvandebegraafplaats.nl) voor activiteiten bij een begraafplaats bij jou in de buurt.

## 2x winnen!

Vind je een fotoboek maken een tijd-rovend klusje? Dan is de **Smart Assistant van albelli** iets voor jou! Hiermee maak je de mooiste fotoboeken in een paar minuten. De tool herkent wazige en dubbele foto's, waarna jouw beste foto's automatisch in een leuke indeling worden geplaatst. Je kunt zelf ook nog foto's wisselen en aan de slag met clipart, kaders, sjablonen en achtergronden. Meer info: [www.albelli.nl](http://www.albelli.nl). Vriendin geeft 3 wincodes voor albelli fotoboeken weg (niet geldig i.c.m. andere aanbiedingen van albelli) t.w.v. € 50,- (plus gratis verzending).



3x

**2** De nieuwste **Body Soufflés van Nivea** combineren de weldaad van een olie in een bodycrème voor elke dag die lekker snel intrekt en geen plakkerig laagje achterlaat. De soufflé komt in twee geuren: tropische Coconut & monoï olie en fruitige Cherry blossom & jojoba olie. Vriendin geeft 3x beide Body Soufflés weg t.w.v. € 13,98.



3x

**KANS MAKEN OP DEZE MOOIE PRIJZEN? KIK OP [VRIENDIN.NL/WINNEN](http://VRIENDIN.NL/WINNEN)!**

# VOOR JOU GELEZEN

door het Vriendin-boekenpanel

Janica las *Het huis op de klif* van Felicity Hayes-McCoy

Waardering: ★★☆☆☆

**Janice:** "Na haar scheiding is Hanna uit Londen vertrokken om weer in haar geboortedorp te gaan wonen, het Ierse kustdorpje Finfarran. Ze werkt in de plaatselijke bibliotheek en kan maar moeilijk aan het dorpsleven wennen. Als de bieb door bezuinigingen dreigt te verdwijnen, komt Hanna in actie. Door samen te werken met de bewoners ontdooit ze langzaam en leert ze het dorpsleven steeds meer waarderen. Het verhaal komt maar langzaam op gang. De schrijfster houdt van

uitgebreide beschrijvingen. Alle beslommingen van het leven in dit dorpje vind ik soms te veel van het goede. Niet alle verhaallijnen zijn even interessant. De bewoners van het dorp spelen een belangrijk rol in het boek, maar zijn helaas allemaal erg stereotiep: ze blijven op dezelfde, voorspelbare manier reageren. Pas op driekwart van het boek komt er vaart in het verhaal. Toch stijgt dit boek voor mij niet boven het genre streekroman uit."

## Vriendin-abonnees in het zonnetje gezet!

Elke week verloten wij een mooi cadeau onder onze trouwe Vriendin-lezeressen. **Deze week ontvangen 3 abonnees een Rivièra Maison Celebration Cake Set t.w.v. € 69,95!** De set bestaat uit een mooi serveerplateau van porselein inclusief 4 gebaksbordjes.

### De winnaars van deze week zijn:

J.G. Koelewijn uit Kloetinge, M. Grasmeijer uit Alphen aan den Rijn en S.W. Zinnemers uit Maasdam.

Gefeliciteerd! Jullie krijgen je cadeau thuisgestuurd.

Als abonnee profiteer je van heel veel voordeel. Ben je nog geen abonnee? Ga dan snel naar [vriendin.nl/abonnementen](http://vriendin.nl/abonnementen) voor leuke aanbiedingen.



# 3 vragen aan

Presentator

JAN JOOST VAN GANGELEN (44)

In het programma *It takes 2* nemen bekende Nederlanders, waarvan niet bekend is dat ze zingen, het t egen elkaar op in een zangcompetitie. Jan Joost van Gangelen is al verrassend ver gekomen.



### Waarom doe je mee aan het programma?

"Ik kom uit een redelijk muzikale familie. Mijn moeder zingt al jaren in zeemanskoren en ik moest vroeger verplicht op pianoles. Toen mijn opa heel ziek was, zong mijn moeder nog aan zijn bed. 'Je gaat toch niet weer zingen hè?' grapte hij toen. Muziek hoort bij onze familie. Met mijn kinderen Thijs (6) en Koozje (4) zing ik ook veel. Door dit programma zijn we dit nog meer gaan doen. Zij oefenen met me mee. Het toffe aan *It takes 2* is dat alle kandidaten auditie moesten doen. Er was plaats voor negen mensen. Een valsekraaien-show is het dus allerminst."

### Hoe bereid je je voor?

"Vanaf oktober volg ik al professionele zanglessen. Daarnaast heb ik 'huiswerk'. Ik oefen hoe ik het beste kan ademen en teksten uit mijn hoofd kan leren. Mijn kinderen vinden het geweldig dat ik meedoe. Ze helpen me door met me mee te zingen. Vooral Nederlandstalige muziek van Nielson of Jan Smit vinden ze leuk. Het is best bijzonder wat mijn deelname aan het programma teweeg heeft gebracht

in ons gezin. We zijn closer geworden. Als het even kan, zetten we onze playlist aan en zingen we gezellig mee. Heerlijk! Maar op het podium is het een ander verhaal, hoor. Doorgaans ben ik nooit echt zenuwachtig, maar toen ik voor het eerst op het podium stond met een grote band en zeshonderd man publiek, gierden de zenuwen wél door m'n lijf. Ik vond het zelfs zo eng dat ik na de eerste repetitiedag dacht: ik kap ermee. Gelukkig ben ik doorgegaan."

### Hoe vinden je sportcollega's het dat je meedoet?

"Iedereen reageerde vol ongeloof, haha. 'Serieus, kan jij zingen?', vroegen ze. Veel mannen uit de sportwereld durven dit niet. Het is not done, té metroman. Ze zijn vooral erg verbaasd en verrast, maar stiekem vinden ze het best cool. Dat komt ook door mijn coach Waylon. Hij is natuurlijk de ultieme rocker."

➔ *It takes 2* is elke vrijdag om 20.30 uur te zien bij SBS6.