

MONIQUE

Alles over een gezonde huid

Alle behandelingen
op een rij
pagina 2

Klanten aan
het woord
vanaf pagina 5

Wie is Monique?
pagina 7

Voeten zijn geen
stiefkinderen
pagina 13

40 jaar
Schoon-
heidssalon
**Monique
Albers**

Jubileumuitgave 8 juni 2019

Alle behandelingen op een rij



Gezichtsbehandelingen

- Huidverzorging en -verbeteringen met BDR
- Acnebehandelingen
- Ontharen met suiker
- Elektrisch ontharen voor langdurig effect
- Verwijderen goedaardige fibromen, pigmentvlekken, bloedblaasjes
- Zuurstofbehandelingen
- Speciale huidverbetering Manuele Lymfedrainage- en bindweefsel-massage
- Acupressuur en acupunctuur oren
- Diverse gezichtsmassages: Klassiek, Mannen, Nouvelle-Price, Penseel, Shiatsu gelaat, Ayurvedisch gelaat, Pincement, Thaise yoga gelaat, Chinese ontspanning gelaat, Magneet, Hotstone, Wellness, Saffier, Bellabacci cuppen, Oorreflex, Cryo Globes, Guasha en Japanse massage

Lichaamsbehandelingen

- Met suiker ontharen van lichaamshaar
- Verwijderen van goedaardige fibromen, pigmentvlekken, bloedblaasjes
- Droge Hamman met Kaë producten
- Pressotherapie met infrarood
- Speciale behandelingen Manuele Lymfedrainage en borstweefsel-behandeling
- Speciale behandeling Manuele Lymfedrainage voeten, benen, buik
- Speciaal Fibro massage
- Speciaal Dorn Methode
- Cellulitis behandeling
- Diverse lichaamsmassages: Klassiek, Bindweefsel, Shiatsu

(schouder, nek, rug, benen), Body Cupping, speciale rug/schouder/nek, Polariteiten, Deep tissue, Exposure, Body-relax, IJsmassage en Warm-waterkussenmassage en Guasha

- Treatment wellness- Uyuni, Shinshiro, Ceylon, Mahayana

Pedicure

- Voetverzorging
- Diabetische, reumatische en mycose-voeten (niet meer geaccrediteerd)
- Voetmassages

Manicure

- Handverzorging
- Handmassage
- Nagels lakken met traditionele of gellak

Advies over voedingssuppletie

Advies over huidverzorgingsproducten



Inhoud

Gezichtsbehandeling	4
Beste klanten	5

Wie is Monique?	6
-----------------------	---

Hamam ritueel als wellness behandeling	10
--	----

Weg met vlekjes en plekje	10
---------------------------------	----

Dr. Vodder en Manuele lymfedrainage (MLD)	11
---	----

Wereldse reis	12
---------------------	----

Nieuw: Zuurstofbehandeling	12
----------------------------------	----

Voeten zijn geen stiefkinderen	13
--------------------------------------	----

Schoonheidssalon Monique Albers: De zeven zekerheden	13
--	----

Cosinta	14
---------------	----

Verzorgde handen? Een visitekaartje	16
---	----

Weg met die haren	17
-------------------------	----

Gastenboek website	18
--------------------------	----

Sinaasappelhuid te lijf20

Zeg nee tegen acne21

VitOrtho..... 22

In het oor projecteert
de hele mens..... 23

Podiamed..... 23

Diploma's en certificaten24

Nouvital Cosmetics
puur en betaalbaar26

Beschermd in de
zon met Vision 27

Een behandeling
voor mannen.....30

Duurzaam
ondernemen.....31

Wat u altijd al had
willen weten 32

Massagetechnieken
van Monique Albers.....34

De kracht van
een fijn netwerk.....36

Merci



Het is groot feest. 40 jaar werkzaam zijn in de huidverzorging, wellness en huidverbetering is geen sinecure. Tegelijk ook energievul want ik hoop het nog heel veel jaren met hetzelfde plezier te kunnen doen. Al die jaren heb ik er gelukkig nooit alleen voor gestaan en kon ik altijd rekenen op de steun van heel veel mensen. Daar ben ik hen zeer dankbaar voor. Zonder anderen tekort te willen doen, bedank ik een aantal personen in het bijzonder voor hun constante support en inspiratie. Te beginnen mijn ouders. Dank jullie wel dat jullie mij de mogelijkheid hebben gegeven om deze particuliere opleiding te kunnen doen. Mam, bedankt dat je altijd voor mij klaarstond. Of het nu ging om oppassen, eten koken of naaiwerkjes, niets was te veel. En ja mijn Jan. Al 40 jaar ben je mijn maatje, partner, vriend, geliefde, vader van mijn kinderen en zo veel meer. Je hebt mij de ruimte en tijd gegund om mij te ontwikkelen. Altijd sta je voor mij klaar om een klusje te doen of langs de groothandel te gaan. Je bent een fantastische gastheer voor mijn klanten en zorgt iedere dag weer voor een heerlijk gezonde maaltijd. Ik hou van je. Ook een bedankwoord voor onze meiden, Viola en Aida. Menig keer lagen jullie model. En dat niet alleen. Een salon in huis betekent ook dat jullie er rekening mee moesten houden dat mijn klanten voor hun ontspanning komen. Geen herrie was dan ook in ons huis het devies. Verder ook een welgemeende dank jullie wel voor mijn schoonouders die altijd met raad en daad voor mij klaarstonden, mijn zwager Gerard voor alle elektraklussen en mijn zus Mariska voor alle advies, vooral in tekst, Liesbeth voor het maken van mijn Glossy. Last but not least ook Manorma, Greet, Silvia, Yvonne, Dona, Cosinta, Podimed, Novital, VitOrtho, Nollie, Angeles, Annet, Desiree, Jos, Steef, Bram, Marjan, De Bruijn en alle anderen die ik niet heb genoemd, lieve allemaal, heel hartelijk bedankt! Veel leesplezier toegewenst!

Monique

Colofon

MONIQUE is een eenmalige uitgave ter gelegenheid van het jubileum van Monique Albers-van der Steenhoven. Op zaterdag 8 juni 2019 is zij precies 40 jaar gediplomeerd schoonheidsspecialist. Tijdens de receptie voor klanten en relaties is deze Glossy onthuld en verspreid.

Vormgeving	Liesbeth van Dam	Eindredactie	Mariska Dupon
Redactie	Monique Albers	Druk	NIVO
Columnisten	Klanten en relaties	Oplage	500
Fotografie	Hans Roode, Bart Noordervliet, fotoarchief leveranciers en Monique Albers		

Gezichtsbehandeling

Ontspannende verzorgende gezichtsbehandeling en huidverbeterende gezichtsbehandeling.



Het is alweer 40 jaar geleden dat ik mijn diploma schoonheidsspecialist heb gehaald. Ondanks al die jaren vind ik het geven van een verzorgende behandeling erg leuk. Ieder mens en ieder huidtype is anders en daarom krijgt iedereen zorg die daarop is afgestemd.

Hoe ziet een gezichtsbehandeling bij Monique Albers eruit?

Allereerst overleg ik wat u verwacht van een gezichtsbehandeling en welke wensen u heeft. Voordat u op de behandelstoel plaatsneemt, begin ik met een schouder/nek massage op een speciale massagestoel. Een warm welkom en de spieren worden heerlijk losgemaakt. Zo neemt u ontspannen plaats op de behandelstoel. Nadat ik een huidanalyse heb gemaakt, kunnen we bespreken welke behandeling voor u geschikt is. We beginnen met een uitgebreide reiniging van de huid. Dit kan op diverse manieren en wanneer nodig worden de wenkbrauwen in model geëpileerd. Tijdens het stomen met de vapozone wordt de huid voorgeweekt om daarna kunnen meeëters, puistjes en gerstekorrels makkelijker verwijderd worden. De huid is nu grondig gereinigd. U krijgt nu een hoog geconcentreerd serum aangebracht, één die perfect bij uw wens past. Vervolgens wordt er een warme olie op de huid aangebracht en ontvangt u één van de vele massages die ik heb mogen leren. De relaxte muziek op de achtergrond zorgt voor een optimale ontspanning. Tijdens de gelaatmassage is menigeen zo ontspannen dat ze als het ware in hun eigen twilight zone belanden. Na de massage wordt met een warm compres het massageproduct verwijderd en een intensief masker aangebracht. Gedurende



de inwerktijd van het masker zorg ik voor een heerlijk kopje koffie, thee of een glas water. Na het masker wordt er een passende verzorging aangebracht. Uw huid voelt zacht en verzorgd aan.

Naast deze besproken behandeling is er veel meer mogelijk zoals:

- Een eenuursbehandeling, mocht u niet veel tijd hebben
- Een acne behandeling- een intensieve reiniging voor de onzuivere huid.
- Liever alleen een gezichtsmassage? Er is een keuze uit wel 15 soorten massages.

Wilt u een huidverbeterende behandeling?

Dan is Beauty Defect Repair een perfecte keuze. Een BDR-behandeling bestaat uit diverse onderdelen die de huideigen functies activeren. Na de reiniging wordt er een fruitzuurpeeling op de huid aangebracht. Een fruitzuurpeeling zorgt ervoor dat de dode huidcellen worden losgemaakt en geeft een direct zichtbaar resultaat. De huid ziet er jonger, gezonder, steviger en glanzender uit. Na de fruitzuurpeeling worden de dode huidcellen intensief verwijderd door middel van microdermabrasie. Nu de

huid intensief is ontdaan van dode huidcellen wordt de huid gestimuleerd door middel van microneedling. Met micronealdjes wordt de collageen- en elastineproductie gestimuleerd, hierdoor krijgt de huid een stukje stevigheid terug. Deze behandeling wordt afgesloten met een werkstoffmasker met daarover een vibrerend masker. De vibraties van dit masker laten de gelaatsspieren ontspannen en trillen de werkstoffen dieper in de huid. Na één BDR-behandeling zie je direct resultaat. Voor een langdurig resultaat wordt een kuur aangeraden. Vraag naar de mogelijkheden voor uw huid. Ik geef u graag advies.



Meer weten over BDR?
Scan de QR-code!

Beste klanten,

Opgroeien met een moeder als schoonheidsspecialist, dat klinkt toch als een droom voor elk meisje. Nou dat is het zeker. Wij dochters van Monique hebben flink geluk gehad met zo een moeder.

Van de tijd dat we heel jong waren, weten we niet zo veel natuurlijk. Maar de meesten van jullie hebben ons zien opgroeien. De muur naast de pedicuresalon werd elk jaar weer aangevuld met een nieuwe foto van ons twee, zelfs het jaar dat we kapstertje met elkaar gespeeld hadden en Aida met een mooie bloempot moest poseren). We hebben vaak gehoord hoe leuk het was om ons via die foto's te zien groeien, en hoe jammer het was dat de foto's weg moesten.

De echte pret met de salon begon voor ons toen we naar de middelbare school gingen. Al die nagellakjes, make-upjes en poeders werden ineens heel interessant. Toen we net op de middelbare school zaten, toverde mama de hele woonkamer om tot beauty center voor onze verjaardagsfeestjes. We mochten dan alle meiden uit onze klas uitnodigen en heel de avond elkaar behandelen alsof we echt in een beauty center waren. Er stond een massagetafel, een make-up tafel, een tatoostation (niet schrikken, het was henna!), een pedicurestoel met voetenbadje en een manicuretafel met alle kleuren nagellak die je maar kunt bedenken. En mama als deskundige, liep overal rond. Moet je je voorstellen, een kamer vol met enthousiaste tieners, dan kom je volgens mij handen te kort. Het leverde in ieder geval veel vriendinnetjes op.

Toen we echt wat ouder werden (zestien jaar), kwamen ook de puistjes. Vaak zat hebben we in paniek gevraagd of die 'ontsteking', zoals mama dat in jargon benoemde, alsjeblieft weg

kon: 'Zo kan ik toch niet uit!'

Als zussen onder elkaar hebben we elkaar natuurlijk ook vaak een behandeling gegeven. Of we hier nou per se mooier van werden, valt te bediscussiëren. Het allerfijnste was natuurlijk een heerlijke behandeling van mama. Ze deed dan net alsof we echte klanten waren en dat vonden we prachtig.

We vervulden niet alleen de rol van klant, maar kregen ook een functie in het bedrijf. Als manager Inkoop mochten we vaak mee naar de beauty beurs, een walhalla voor elk meisje. Alles schitterde van de glitters, voor op je gezicht, je nagels of je haar, je tas, noem maar op. Je kon je haar ergens laten stijlen en vervolgens een paar meter verderop weer in de krul laten gooien, je kon je nagels vol laten plakken met stickers, prints, glitters, glansjes het hield niet op. Er waren tassen, schoenen, haaraccessoires, sierraden, riemen. We hebben ooit ons aura laten lezen en een verjongingsfoto gemaakt (nog steeds geen twintig jaar oud), kortom; het was geweldig. En ohja, mama kwam er natuurlijk ook om nieuwe inspiratie op te doen voor de salon.

Nu vele geverfde wimpers, geharste benen, geëpileerde wenkbrauwen en uitgeknepen mee-eters verder, zijn we echt volwassen, maar kind van je moeder blijf je altijd. Wij hebben natuurlijk niet alleen geboft met onze moeder, omdat ze ons overspoelde met heerlijke crèmepjes of uit de brand hielp met een nare puist. Wij zijn enorm trots op onze hardwerkende en vooral lieve moeder. Mama heeft echt een passie voor haar werk en dat is aan alles te merken. Ze heeft altijd weer iets nieuws voor in de salon en draagt al haar klanten een warm hart toe.

Voor Mama: we houden van je, voor jullie: veel lees plezier.

Groetjes Viola en Aida

Klant(en) aan het woord

Ha die Monique,

Wat geweldig dat je al 40 jaar je beroep als hobby kunt uitoefenen.

Op de achtergrond gesteund door, niet onbelangrijk, je gezin (Jan, Aida en Viola).

Meer dan de helft van die 40 jaar kom ik regelmatig naar je toe. Door mijn buurvrouw van weleer aangestoken om mij eens heerlijk te laten verwennen met een gezichtsbehandeling. Het beviel blijkbaar want nog steeds kom ik bij je langs, eerst aan de Mozartlaan, later aan de Hugo de Grootstraat. Heel ontspannen onderga ik alles wat je doet. Een ware traktatie voor mezelf.

Jij was en bent altijd belangstellend naar mijn leven, het wel en wee in mijn gezin, soms voortbordurend op een onderwerp wat we een vorige keer bespraken. Heel knap dat je dat allemaal onthoudt. Dat is een gave en geeft mij, als cliënt, een fijn en betrokken gevoel.

Ook mijn twee dochters wisten je te vinden. Eentje komt nog steeds af en toe langs voor gezicht of voet.

Je staat ook niet stil. Je weet je tijd goed te verdelen tussen cliënt, bijscholing en extra scholing om up-to-date te blijven, je kennis te verdiepen en je aanbod te vergroten. Het is niet gebleven bij de "simpele" gezichtsbehandeling van toen.

Langs deze weg wil ik je bedanken voor alles wat je voor me betekend hebt, een schouderklopje voor al die fijne jaren. Klinkt als een afscheid maar nee, hopelijk kan ik nog een aantal jaar je trappen beklimmen voor een behandeling en misschien zie je ooit kans om een thuis-service aan te bieden.

Lieve groet voor je hele gezin,
Alice Roos-van Leeuwen

Jeetje Monique, alweer 40 jaar? Niet te geloven, ik kan het me nog goed herinneren dat je begon op de Mozartlaan.

Van harte Monique.

Groet van Gerard en Bep



Wie is Monique?



Monique van der Steenhoven werd op 16 januari 1960 in Delft geboren. Zij is de eerste dochter van Maarten van der Steenhoven en Alida de Vries. Met veel plezier neemt Monique jullie mee in haar levensloop. Lezen jullie mee?

Roots

De eerste 3,5 jaar van mijn leven woonde ik in een woonboot aan de Rotterdamseweg. Vlak naast de manege waar de liefde voor paarden is ontstaan. Enfin, toen mijn zus er in 1962 bijkwam, werd de woonboot te klein en verhuisden we naar het voormalige huis van mijn opa en oma (Van der Steenhoven) aan de Rotterdamseweg 384; een stukje dichterbij de binnenstad toe. Daar waren ook de garages van zand- en grindhandel A.F. van der Steenhoven en zn. Mijn vader zette daar het bedrijf van zijn vader voort. Ik heb er een heerlijke jeugd gehad met veel buiten spelen en diertjes om ons heen. Paarden speelden een hoofdrol in ons leven. Doordat de manege verhuisde naar waar manege Prinsenstad nu nog steeds is, kwam er een eigen pony bij ons huis. Die pony moesten mijn zus en ik zelf verzorgen.

Fijne jeugd

We gingen naar de basisschool in de Wipolder, de prins Mauritschool. In die buurt woonden de meeste vrienden van ons. Zij kwamen wat graag bij ons spelen. Want buiten was er altijd wel iets spannends te beleven. Daarna ben ik naar de LAVO gegaan. Dat was een korte carrière. Ik voerde er niets uit maar wist wel achten en negens te behalen. Dus na een jaartje 'luiëren' vonden mijn ouders dat ik naar de MAVO moest. Dat werd de dr. Kuyperschool aan de Huyterstraat in de binnenstad. We verhuisden naar het Westplantsoen 128 en de paarden naar een andere stal aan het Haantje. Vlakbij de stad vond ik het ook weer leuk wonen; shoppen, ergens een thee drinken, dansles bij Wesseling, uitgaan naar de congregatie de Fut, enz. Kortom alles wat een tiener leuk vindt. Rond mijn 14de verhuisde mijn paard terug naar de Rotterdamseweg bij Prometeus. Daar kon ik genieten van het



buitenleven en thuis de geneugten van de stad. Intussen werkte ik op vrijdagavond en zaterdag bij de kaas- en notenwinkel van Rob Wigcherink aan de Nieuwe Langendijk; eerst noten branden, later bij de kaasafdeling. Bij Rob leerde ik wat meer uit mijn schulp te kruipen en wat losser om te gaan met mensen. Daar voor was ik best wel een ingetogen en serieus mensje. Rond de tijd van het eindexamen had ik mijn bijbaantje in de boutique van Peter Schramle aan het Vrouw Juttenland/Vlouw.

Na mijn MAVO-diploma vonden mijn ouders dat ik een vakopleiding moest volgen en dat ik mij niet alleen op een carrière in de kleding zou moeten richten, waaraan ik trouwens al mijn verdiende centen uitgaf. Ik ben toen de opleiding Schoonheidsspecialist gaan volgen bij Dangremond in Den-Haag. Na twee jaar behaalde ik op 8 juni 1979 mijn diploma

Schoonheidsspecialist B. In die tijd mocht je dan pas met een middenstandsdiploma je eigen zaak beginnen, maar dat later.

Vlinders

In die tijd ben ik verliefd geworden op mijn Jan. Ik ontmoette hem in de Fut, waar ik en nog steeds vrienden van nu bij elkaar kwamen. Ook veranderde ik van baan naar Sonja's feest- en avondkleding aan de Adriaan Pauwstraat en in Voorschoten. Dus werkte ik een paar dagen in Delft en een paar dagen in Voorschoten. Met Sonja mocht ik op de maandagen mee inkopen en zo leerde ik onderhandelen en slim inkopen. In die tijd veranderde de mode; lange avondkleding ging eruit met als gevolg dat Sonja ermee stopte. Ik maakte toen de overstap naar Bins mode in Wasse-naar. De verkering met Jan werd intensiever; tijdens de Wintersport in 1980 verloofden wij ons en maakten we plannen om in 1981 te trouwen.

Op eigen benen

Omdat Jan bij een corporatie werkte en in de buurt moest wonen ingeval van calamiteiten, kregen we een flat toegewezen aan de Mozartlaan 64. We gingen aan de slag met het opknappen van de flat. Intussen was ook de datum van ons huwelijk geprikt. Op 22 mei 1981 was de huwelijksvoltrekking en sindsdien draag ik met trots de naam Albers. Sonja had toch weer een bruidsmodezaak aan de Molslaan geopend. In de eerste jaren ben ik er weer gaan werken. Ik zie mijn leven in die tijd als fase waarin ik mij verder heb ontwikkeld tot volwassen vrouw. We kregen 'gezinsuitbreiding' met de komst van Fanny, een schotse Collie. Veel tijd ging er naar mijn paard, de





hond, het huishouden en het ontwikkelen van mijn praktijk in de flat en natuurlijk naar onze passie, reizen.

Zelfstandig

In 1985 sta ik ingeschreven bij de Kamer van Koophandel en is schoonheidssalon Monique Albers een feit. In dat jaar ben ik ook begonnen met de opleiding Pedicure, die toen nog uit een 1-jarige opleiding bestond. In 1986 behaalde ik dus het diploma. Deze werd in 1995 vervangen door een provoet-diploma nadat ik was bijgeschoold in boekhouden en rechts- en wetskennis. Noodzakelijke vakken die mijn interesse niet hebben. Desondanks ben ik blij dat ik met hakken over de sloot een voldoende heb weten te scoren. Toch heb ik de boekhouding vanaf het begin van ons huwelijk tot op heden uitbesteed aan Jos. Hij heeft mij wel moeten opvoeden want het liefst leverde ik alles in een schoenendoos aan. In september 1986 verhuisden we naar de Hugo de Grootstraat 111. Een heerlijke plek waar wij nog steeds met veel plezier wonen en ik mijn salon heb. De naam van de salon veranderde in Schoonheids- en pedicuresalon Monique Albers.

Groei

Enfin, na een maand hard werken en de hulp van veel vrienden en familie was ons gedateerde huis mooi gerenoveerd en hielden we dus open huis. Ook voor mijn klanten. De twee behandelkamers werden druk bezocht. Heel wat professioneler dan op de Mozartlaan. En met

deze fijne ruimtes kon ik best meer klanten in mijn werkagenda kwijt, dus startte ik met een folder een werving in de buurt. Zij kwamen. Veel zijn er nu nog steeds. Ik vind het heel bijzonder dat ik nu nog steeds klanten ontvang uit de tijd van de Mozartlaan. Van 1986 tot 1990 timmerde ik flink aan de weg met de uitbreiding van mijn praktijk en verbreding van vakkennis. Menig workshop volgde ik. In die tijd hebben we ook grote reizen gemaakt en veel bijzondere mensen en culturen ontmoet. Het inspireerde mij en waar mogelijk paste ik bepaalde kennis in mijn praktijk toe.



Kraamtijd

In 1990 kregen we het fantastische nieuws dat ik in verwachting was en zo kwam in oktober 1990 Viola in ons huis en in ons gezin. Toen waren er voor zelfstandigen geen voorzieningen en ook mijn vakorganisatie had geen idee hoe de praktijk aan huis moest doordraaien terwijl ik met zwangerschapsverlof was. Ik had ergens gelezen over de mogelijkheid om tijdelijk je praktijk inclusief jouw klantenbestand kon verhuren. Dit leek mij de beste optie. En zo kwam Dona voor de schoonheidssalon en Yvonne voor de pedicuresalon. Deze samenwerking beviel mij goed. Na twee maanden ging Dona, die zelf ook zwanger was, weg en bleef alleen Yvonne mij ondersteunen in de pedicuresalon. Ik ben haar nog steeds erg dankbaar daarvoor. Na zeventien maanden werd onze tweede schat, Aida, geboren in maart 1992. En ook deze zwangerschapsperiode werd overbrugd. Silvia, mijn nog steeds gewaardeerde collega, kwam mij vervangen in de schoonheidssalon en soms - als Yvonne niet kon - in de pedicuresalon. Silvia zou mij een half jaar vervangen zodat ik heerlijk bij mijn twee guppen kon blijven. Na mijn terugkeer is Silvia uiteindelijk nog vijf jaar op maandag in mijn praktijk gebleven.

Heel fijn dat Silvia mij bleef ondersteunen want twee kids snel achter elkaar vergde wat energie. De kinderen gingen twee dagen naar het kinderdagverblijf en heel veel keren hebben mijn ouders en schoonouders ingesprongen. Heel fijn want zo kon ik blijven werken en mijzelf ontwikkelen. Menig workshop heb ik ook in die tijd gevolgd. Toen de kinderen naar school gingen, is "tante" Greet komen oppassen, strijken, boodschappen doen en



ook stond het eten altijd klaar als Jan en ik uitgewerkt waren. Ik weet niet of ik het had gered zonder al deze hulp. Want naast het zichtbare werk moet er bij een eigen bedrijf ook veel achter de schermen gebeuren. Denk aan het schoonmaken, vakliteratuur lezen, beurzen bezoeken, boekhouding voorbereiden, inkopen/voorraadbeheer en veel meer.



Onzekerheid

Jaren van stabiliteit en groei volgen. We reizen nog steeds veel en nemen de kinderen mee op avontuur. We proberen ze in hun opvoeding andere culturen en gewoonten mee te geven. In 2007 werd ons gezinsleven heftig verstoord. Bij Jan was non-hodgkin ontdekt. Ons leven heeft een onzekere toekomst. Gelukkig is Jan na een half jaar chemo en een half jaar herstellen weer helemaal de oude geworden. Deze periode heeft ons nog meer doen beseffen dat het leven kostbaar is. Na deze heftige periode van onzekerheid kon ik mij weer helemaal op mijn praktijk toeleggen.

Nieuwe koers

Ik was nieuwsgierig naar nieuwe behandelingen. In die tijd ging ik regelmatig naar collega's toe om zelf een behandeling te ondergaan en om mezelf scherp te houden. Op deze manier ontmoet je collega's en voel je hoe een bepaalde behandeling wordt uitgevoerd. Zo kwam Angeles tegen met de Beauty Defect Re-

pair (BDR). Omdat zij met haar praktijk ging stoppen, bood ze mij haar apparatuur aan. Daar moest ik nog een nachtje over slapen. Ik was er namelijk altijd stellig in dat ik vooral mijn handen tijdens de behandelingen wil gebruiken en alleen de noodzakelijke apparaten daarbij gebruik. Om mij te overtuigen, gaf Angela mij een BDR behandeling met de belofte dat ik direct het verschil zou zien. Ik was overtuigd. Nog lang had ik een stralende, glanzende en frisse huid. En zo nam ik haar apparatuur over. Ik volgde een tweedaagse opleiding en werd partner van BDR. Dit houdt in dat je verplichtingen aan en ondersteuning van deze groothandel hebt/krijgt. Je doet dan mee aan opfrisdagen en ontmoet collega's die dezelfde behandelingen aanbieden. Zo kwam ik ook Nollie weer tegen. Jaren ervoor had ik haar ontmoet bij een ANBOS congres. Wij behandelen elkaar nu regelmatig met BDR en

wisselen bijzonderheden uit. Met de BDR-toevoeging is mijn praktijk niet alleen verzorgend en wellness maar ook huid verbeterend.

Ambitie

Mijn ambities strekken ver. Om mijn klanten nog meer maatwerk te kunnen bieden, heb ik mijn MLD-diploma (lymfedrainage) in 2016 gehaald bij de ANBOS en volgde ik daarna verschillende verdiepingen bij Desiree. In 2018 breidde ik uit met tal van wellness behandelingen van Treatment. En ook in 2019 is er een noviteit. Ik introduceer dan de zuurstofbehandeling. Deze zet ik in ter ondersteuning van de inwerking van serums en veel andere toepassingen.

Toekomst

Wat is er veel gebeurd in die 40 jaar! Oprecht trots ben ik op wat ik heb bereikt en waar ik nu sta. Toch is stilzitten niet aan mij besteed. Ook na de viering van deze mijlpaal zet ik mijn ontdekkingsstocht voort. En met alle vergaarde kennis en noviteiten hoop ik mijn klanten nog heel veel jaren te kunnen verblijden en verrassen. Ik zeg vaak dat ik van plan ben tot mijn 77ste door te gaan als vakvrouw in de schoonheidsverzorging en pedicurevraagstukken. Uiteraard als mijn gezondheid dit toestaat en mijn passie blijft. Voor nu bedank ik u voor het in mij gestelde vertrouwen en hoop ik u nog heel veel jaren in mijn salon te mogen ontmoeten.

Liefs,

Monique



Klant(en) aan het woord

Mijn afspraakjes met Monique

Tja, hoe lang hebben we die inmiddels al. Het is langzaam gegroeid maar mijn vermoeden is dat het toch zeker al zo'n twintig jaar gaande is. Jan weet er van, dus het mag.

Destijds was het toch wel een stap. Als man denk je al gauw dat het helemaal niet nodig is. Die vijftig jaar daarvoor was het ook goed gegaan. Goeie voeten meegekregen bij de geboorte, later aandacht voor goed schoeisel ook al hadden we het niet breed. En, heel belangrijk, mijn moeder leerde me: nagels van je handen rond knippen maar je teennagels, recht! Maar na verloop van decennia wordt de eeltlaag toch hinderlijk en het zelf prutsen werkt ook niet echt. Mijn echtgenote Carla heeft me zover gekregen om mijn eerste afspraak te maken en die beviel goed. Mijn contacten met Monique verdiepten zich in de jaren daarna. Het werd een stabiele relatie.

Toen ik kon stoppen met mijn dagelijks werk had dit ook een positief effect op de dikte van de eeltlaag, zodat onze contactfrequentie daalde tot eenmaal per acht weken.

Onze voetrelatie is respectvol en is inmiddels in rustig vaarwater beland en dat doet me goed.

Boudewijn

Hoi Monique,

Al jaren klant bij Monique. Voor het eerst sprak ik haar door de telefoon, naar aanleiding van een advertentie over het toen nog nieuwe product Epilfree waar ze me enthousiast over informeerde. Na al die jaren is Monique nog steeds een enthousiaste, kundige vrouw waar ik heel graag kom. Als ze weer iets nieuws leert, bijvoorbeeld lymfedrainage, dan was ik graag een gewillig proefkonijn. De behandelingen worden goed uitgevoerd en daarnaast krijg ik altijd weer veel nieuwe informatie. Monique is ook degene die me inspireerde te starten met eerst de opleiding Medische Basiskennis om zo door te kunnen stromen naar de opleiding orthomoleculair therapeut. Ze leende me spontaan haar studieboeken uit zodat ik kon kijken of de opleiding bij me zou passen. Monique kan masseren als de beste. Een afspraak bij Monique voelt als een fijn cadeau voor jezelf. Hartelijk gefeliciteerd Monique met dit jubileum!

Francine

Hammam ritueel als wellnessbehandeling



Gedurende de Hammam behandeling wordt de huid intensief gereinigd met de unieke Savon Noir, zwarte olijfzeep met eucalyptus. Deze wordt opgeschuimd in een speciale zeepzak en luchtig over de huid verdeeld. Het geeft een prikkelend en verfrissend gevoel. De huid wordt verweekt en intensief geschrubd met de Kese, een scrubhandschoen. Met heerlijke warme handdoeken worden de dode huidcellen verwijderd en is de huid klaar voor een Rhassoul pakking. Dit is een voedende

vulkanische kleipasta. De Rhassoul klei wordt met natuurlijke sponzen verwijderd, dit voelt weldadig zacht aan. Na de intensieve peeling wordt er met de pure arganolie een ontspannende massage gegeven. De arganolie is rijk aan vitamine E en vele andere mineralen. Een lichaamsbehandeling als in de hammam om de huid te ontdoen van dode huidcellen zodat de huid weer zacht, glanzend en jong aanvoelt. Doordat de dode huidcellen zijn verwijderd bruint de huid sneller, egalier en blijft de huid langer gebruind.

Weg met vlekjes en plekjes

Er was vraag in de salon of ik ook pigmentvlekken en steelwratjes kon laten verdwijnen, we hebben er allemaal last van. En ja, natuurlijk kan ik dat. In eerste instantie ben ik met de Zapper gaan werken maar op de beurs liep ik tegen de Rolls Royce van deze apparatuur aan: de T-Away. Natuurlijk kwam deze op mijn verlanglijstje te staan. Enige tijd later werd mij een T-Away apparaat aangeboden, weliswaar gebruikt maar in perfecte staat. Helemaal happy de instructiedag gevolgd en ik kan nu bijna alle huidoneffenheden weghalen zonder blijvend litteken. Zoals:

- Fibromen (dit zijn steelwratjes)
- Pigment, ouderdomsvlekken.
- Couperose, Spinnaevi, teleangiëctasieën en bloedblaasjes dit zijn alle aderafwijkingen.
- Bindweefselwoekeringen, een huidkleurige egale bolvormige verhevenheid in het gelaat.

Met de Zapper verwijder ik eigenlijk alleen nog voetwratten.



Manuele lymfedrainage (MLD)

In mijn salon pas ik ook de manuele lymfedrainage van dr. Vodder toe. Ik heb mijn hart verpand aan deze massage. MLD is namelijk een zacht pulserende en rustgevende massage met verbluffend mooie resultaten.

Waarom MLD

Het lymfesysteem is een belangrijk transportmiddel in ons lichaam. Het vervoer gebeurt door lymfevocht. Dit is een stroperige vloeistof die zich in het hele lichaam bevindt. Met MLD stimuleer je het lymfesysteem waardoor ziektekiemen en afvalstoffen sneller worden afgevoerd via dit lymfeweefselvocht. Het vervoert afval zoals lymfocyten (de strijders in ons lichaam), hormonen, eiwitten, antistoffen en enzymen. Om u een indicatie te geven, dankzij MLD kan het vervoer door het lymfesysteem met wel 75% worden versneld.

Wat levert MLD u op

Een snelle afvoer van ziektekiemen en afvalstoffen bevordert het immuunsysteem, het verlaagt stress en optimaliseert het hormoonstelsel.

Wanneer MLD

Ik pas manuele lymfedrainage bij een groot aantal klachten toe. Denk aan acne, eczeem, onrustige huid, detox, stress, overgangsklachten, vermoeidheid, hoofdpijn, hoge bloeddruk, weerstand, opgezette of pijnlijke benen, voor en na operaties (ook cosmetisch),

kneuzingen, spataderen, rusteloze benen, zwangerschap en zo meer.

Pressotherapie

Ik kan u in mijn salon ook mechanische compressietherapie in combinatie met infrarood aanbieden. Dit is een apparaat dat is gekoppeld aan een pak met luchtkamers.

Met MLD stimuleer je het lymfesysteem waardoor ziektekiemen en afvalstoffen sneller worden afgevoerd

Dit pak doet u aan. Tijdens de pressotherapie wordt er lucht in- en uitgepompt. Dit zorgt voor een stevige massage van de bloed- en lymf circulatie. De infraroodwarmte verhoogt de stofwisseling en zorgt ervoor dat de vetcellen de vetzuren moeten vrij geven wat zeer ontgiftend werkt. Tijdens afslankbehandelingen met deze methode worden vetpercentages verlaagd en cellulites aangepakt.

Wanneer deze pressotherapie

U kiest voor pressotherapie voor het verbeteren van de bloedsomloop, de bloedcirculatie of oedeem. Ook voor vochtreductie, detox, zware benen, pijnbestrijding, een betere dootbloeding van de spieren, vetvermindering, anti-stress. En zo meer.

Afhankelijk van de aard van de klacht kunnen beide behandelingen meerdere malen per week tot eenmaal per maand plaatsvinden. De behandelingsduur is 30 tot 60 minuten. Na een behandeling voelt u zich nog een lange tijd ontspannen.

Klant(en) aan het woord

Nieuwe rubriek.....
vraag het aan Monique

wel eens last van kalknageltjes, eelt, kloofjes, droge nagels, ingegroeide nageltjes of eksterooies?
vraag het aan Monique

heb je wel eens zweetklitjes, haartjes uit moedervlekken, wratjes op steeltjes, gerstekorreltjes, striae, psoriasis, krentenbaard, rimpeltjes, acné of couperose?
vraag het aan Monique

wel eens gehoord van kapperseczeem, roos of berg?
vraag het aan Monique

vragen over schimmels, bacteriën, gisten of virusjes?
vraag het aan Monique

een deskundige behandeling?
vraag het aan Monique

Carla

Lieve Monique,
Ook ik mag deel uit maken van 40 jaar vak-kennis. Altijd goed advies, altijd een luisterend oor, ik heb veel van mijn leven met jou gedeeld.
Mijn moeder voelde zich ook prettig bij jou. Er mocht voorheen nooit iemand aan haar voeten komen, ondanks de pijn, ze peuterde er liever zelf aan.
Jij was de enige die aan haar voeten mocht komen. Later ook voor een schoonheidsbehandeling. Heerlijk vond ze dat!
In haar nadagen ze wist het allemaal niet meer zo goed. Een behandeling door jou was voor haar nog altijd een plezier.
Nu mijn dochter Julie, zij behoort inmiddels ook tot jouw klantenkring.
Monique hoop op nog heel veel jaren.

Lieve groet,

Helga



Wereldse reis

V erleden jaar bezocht ik de voorjaarsbeurs in Utrecht. Geheel niet gepland, trokken opvallend heerlijke geuren mij naar een stand toe. Het bleek een leverancier in producten die zijn gebaseerd op de traditionele treatments van vier landen. In de stand sprak ik ene Bianca, één van de trainsters. We hadden meteen een klik. Het bleek namelijk dat we allebei verzot zijn op masseren. De Treatment belevingen die ik geef, zijn divers. Als voorberei-

ding was en scrub ik het lichaam en soms pas ik een body pakking toe in Ceylon-methode of zoals bij de Shinshiro-methode lig je op je zij en gebruik ik Sutikku!! Bij de Uyuni-methode gebruik ik zoutstempels en volgens de Mahayana-methode verwarmde stenen. Deze weldadige traditionele massages geef ik met bijpassende geuren, oliën en muziek. Mede hierdoor beleeft u tijdens de massage als het ware een wereldse reis. Natuurlijk kun je zo'n weldadige behandeling ook iemand cadeau doen!



Meer weten over Mahayana?
Scan de QR-code!



Meer weten over Uyuni?
Scan de QR-code!



Meer weten over Shinshiro?
Scan de QR-code!



Meer weten over Ceylon?
Scan de QR-code!

Nieuw! Zuurstofbehandeling

D it jaar ben ik met een nieuwe behandelmethode gestart, namelijk het toepassen van zuurstof. U zult zich misschien afvragen: "waarom zuurstof?" Welnu, dit doe ik voor de optimalisatie van de huid. Deze is namelijk zelf niet in staat om zuurstof op te nemen omdat het zuurstofmolecuul te groot en te zwaar is. Maar tijdens de behandeling met zuurstof kan ik juist deze eigenschappen gebruiken om de verzorgingsproducten dieper uw huid in te sluiten, waardoor de werking hiervan

intensiever is. Voor medische doeleinde kan ik het zuurstof niet aanbieden. Wel voor pigmentstoornissen, rimpels, fijne lijntjes, het stimuleren van het herstel van de huid na een peeling of wonden al dan niet post-operatief.

Verschillende toepassingen

Er zijn verschillende toepassingen. Bijvoorbeeld met de vacuümdrukfunctie door serum over de huid te vernevelen. Het serum en de zuurstof worden dan over de huid gesprayd. De druk van het zuurstof op de huid zorgt ervoor dat de poriën wijd opengaan en het serum diep in de huid kan dringen. Met de zuurstof pen kan je op een andere manier de wat dickere en vollere serums en concentraten veilig de huid inbrengen. Ook kan ik een vliesmasker over het gezicht plaatsen met daaroverheen het zuurstof coconmasker toepassen. Dit is een doorzichtige kunststofkap. Deze plaats ik over het hele gezicht zodat het zuurstof erin kan rondblazen. Het zware zuurstofmolecuul sluist zo op een andere manier de verzorgingsproducten dieper in de huid.

Met dit masker wordt ook 93% ingeademd. Dit zorgt ervoor dat de stofwisseling beter loopt en afvalstoffen sneller afvoeren. Bij een normale ademhaling, ademen we ongeveer 23% zuurstof in. Dus bij 93% zuurstof krijgt niet alleen de huid maar ook het lichaam echt een boost.

De zuurstofbehandeling kunt u apart of in combinatie met een BDR-behandeling afnemen. Het kan als kuur of een enkele keer als opkikker voor jezelf, een feestje of andere gelegenheid

Deze techniek is zacht en aangenaam ontspannend. De zuurstofbehandelingen kunt u apart of in combinatie met een BDR-behandeling afnemen. Het kan als kuur of een enkele keer als opkikker voor jezelf bij een feestje of andere gelegenheid. Zuurstof geeft de huid namelijk een jongere en frissere look.



Voeten zijn geen stiefkinderen

Na een aantal jaren van groeien en bloeien van mijn salon was ik toe aan uitbreiding, zo vond ik. Naast de behandelingen van gezicht, handen en lichaam ontbrak de verzorging van de voeten nog. Dus ging ik mij ook als pedicure specialiseren.

Meer dan nagels knippen

Een pedicure omvat meer dan het knippen van nagels en het verwijderen van eelt. Je verwijdert tijdens zo'n behandeling ook likdoorns of maakt ingegroeide nagels los. Het verzorgen van de nagelriemen hoort erbij en als nodig worden kalk- of schimmelnagels behandeld. Daarnaast geeft een pedicure ook advies over de voetverzorging en geschikte schoenen. Toen ik een paar jaar als pedicure aan het werk was, ben ik mij gaan specialiseren in schimmeldiagnostiek en de diabetische- en reumatische voet. Dit omdat de complicaties bij deze voeten een stuk hoger zijn dan bij een gezonde voet.

De pedicure

Tijdens een pedicure staat de behandeling van de voeten centraal. Als eerste reinig ik de



voeten met een desinfectant. Daarna knip ik de nagels en verwijder ik het eelt en eventuele likdoorns. Met behulp van mijn pedicuremotor met nattechniek worden de voeten nog mooier. Ik slijp namelijk met dit apparaat de nagels en de snijvlakken, waar het eelt heeft gezeten, glad. Tot slot masseer ik de voeten in met een verzorgende crème. Als u mijn salon verlaat, voelt u het weldadige effect van de pedicure.

U kunt ervoor kiezen om uw pedicure uit te breiden met een intensieve voetmassage.

Hiervoor pas ik Chinflex toe. Dit is een Chinese voetmassage gericht op twee systemen:

1. Op de voet zijn zones die de organen, de spieren en het weefsels weerspiegelen. Door deze zones te masseren, komt er meer doorbloeding in het betreffende deel waardoor het beter kan functioneren.
2. Ook zijn er meridiaanbanen en accupunctuurpunten op de voet. Door deze te masseren krijgt het lichaam een optimale energie.

Een combinatie van deze twee systemen is dan ook een weldaad.

Een andere massage die ik kan doen is MLD voetreflex. Ook deze werkt eerst op de meridianen. Het zorgt ervoor dat afvalstoffen en overtollig vocht worden afgevoerd. Hoe dit werkt, leest u in het artikel over de lymfedraining.

Uiteraard kan ik ook uw nagels lakken als u aansluitend een gezichtsbehandeling heeft. Dit heeft met de droogtijd van de lak te maken.

Als gediplomeerd pedicure ben ik aangesloten bij de vakorganisatie ProVoet.



Schoonheidssalon Monique Albers

De zeven zekerheden

Respectvol Empathisch Professioneel

iedere klant is gelijk, uw privacy is gewaarborgd.

ik kan mij goed in de ander verplaatsen, ben graag een luisterend oor en reik met plezier oplossingen aan.

de salon is uitgerust met kwalitatief hoogwaardige apparatuur en voldoet aan alle hygiëne-eisen. Met grote regelmaat volg ik workshops en seminars om mij verder te bekwamen met nieuwe methoden en technieken.

Stabiel

u kunt rekenen op continuïteit. U heeft altijd dezelfde specialist. In de salon maak ik gebruik van de vertrouwde verzorgingsproducten.

Puur Transparant Flexibel

mijn behandelingen zijn vooral gericht op het herstellend vermogen van de huid.

what you see is what you get, ik stel resultaten niet mooier voor dan ze zijn en geef mijn klanten realistisch advies.

of het nu overdag is, in de avonduren of op zaterdag, mijn werktijden laat ik aansluiten op de wensen van mijn klanten.

Kortom mijn vak is mijn passie. Maar mijn missie is pas helemaal geslaagd als mijn klanten verzorgd en ontspannen met een tevreden glimlach de salon verlaten en zij zich voor een nieuwe sessie hebben aangemeld.

Cosinta

Na de opleiding tot schoonheidsspecialist te hebben afgerond in 1979 ging ik op zoek naar een groothandel die mij een kwaliteit product maar ook goede ondersteuning kon bieden. Al snel kwam ik bij de familie Van Giesen in Bleiswijk terecht, distributeur van Doctor Eckstein. De opstart van Cosinta was in 1964 met An als schoonheidsspecialist en haar man Ton voor de apparatuur.



Het vroegere Cosinta Beauty Inspiration Centre.

Later kwam broer John in het bedrijf met het private label make-up merk John van G. Het merk John van G heeft 30 jaar geleden een award gewonnen voor het navulbare magneetsysteem. Een systeem wat vandaag de dag nog steeds bestaat en populair is! Het bedrijf groeide en groeide en verhuisde al snel naar een nostalgische boerderij die verbouwd werd tot shop en

opleidingscentrum. Ook werd het assortiment uitgebreid met een aantal merken. In 2013 is Cosinta overgenomen door het echtpaar Peter en Inge Luijckx en vanaf dat moment is Cosinta drastisch gemoderniseerd. Het bedrijf is in 2017 naar Zoetermeer verhuisd naar een modern pand dat van alle gemakken is voorzien. Maar het gevoel van familiebedrijf is er nog steeds.

Begin 2017 ben ik partner geworden van Time

Capsule Formule van BDR en vanaf dat moment is ook de gratis aangeboden webwinkel van Cosinta gelinkt aan mijn website www.moniquealbers.nl. Op deze manier ben ik 24/7 online. Ook ik moest mee met de modernisering waar ik al een hele tijd tegen aan liep te hikken. Mede met de ondersteuning en service van Cosinta ben ik actief op social media en up-to-date wat betreft digitalisering. Cosinta heeft een uitgebreid aanbod



van verschillende merken, en ik bied tot volle tevredenheid verschillende van deze merken bij mij in de salon aan. Op deze manier kan ik iedere klant die binnenkomt een persoonlijk behandelplan aanbieden dat perfect aansluit op haar of zijn behoeften.

Dr. Eckstein BioKosmetik is opgericht in 1949 en viert dit jaar het 70 jarig bestaan! Doctor Eckstein is een familiebedrijf en produceert de producten in eigen huis in Duitsland. Voor de productie wordt er zoveel mogelijk gebruik gemaakt van planten- en kruidenextracten. Het assortiment van Doctor Eckstein telt meer dan 100 producten die verschillende doelen realiseren. Vorig jaar heeft Doctor Eckstein de 4-10-100 hulpgids geïntroduceerd. Deze hulpgids maakt het voor de klant makkelijk om in het uitgebreide assortiment de juiste producten te vinden. Nieuw in het assortiment van Doctor Eckstein is de mannenlijn "Rae". Deze lijn bestaat uit 5 essentiële producten gebaseerd op wetenschappelijke formules en zijn geschikt voor elke dag en iedere leeftijd. Biomaris haalt al haar actieve ingrediënten uit de zee. Dit bedrijf uit Duitsland werkt met diepzeewater uit de Atlantische Oceaan en is rijk aan mineralen en sporenelementen.



Samen met Verena Eckstein op de foto.



Het huidige Cosinta Beauty Inspiration Centre

De mineraalstoffen en sporenelementen (natrium, kalium, calcium, magnesium) van het zeewater zijn gelijk aan ons bloedplasma. Daarom zijn de producten van BIOMARIS ook erg gunstig voor allerlei huidproblemen (psoriasis, eczeem) en worden de producten goed verdragen door de huid.

Een cadeau voor de huid.

Kaë is sinds 2005 op de markt met als basis pure Arganolie uit Marokko. Arganolie staat bekend om de hoge concentratie aan vitamine E en onverzadigde vetten. De Arganolie heeft het vermogen het vochtgehalte van de huid te verhogen, het ontstaan van rimpels en littekens te verminderen, de huid te kalmeren bij allergie en jeuk en veroudering tegen te gaan. De Kaë producten zijn gecertificeerd door

Cosmebio en ECOCERT.

Alexandria Professional Body Sugaring is een manier van ontharen op een 100% natuurlijke manier. In de oudheid gebruikte men in het Midden-Oosten al suiker om gezicht en lichaamshaar te verwijderen. Suiker is een natuurlijk conserverings- en geneesmiddel en het voorkomt huidinfecties. Een groot voordeel van het ontharen met suikerpasta is het verwijderen van de haren in de natuurlijke haargroei-richting, hierdoor voorkom je afgebroken en ingegroeide haren. BDR staat voor Beauty Defect Repair. Een huidverbeteringsmethode die de hudeigen functies activeert en geschikt is voor iedere huid, elke huidconditie en diverse huidproblemen.



Klant(en) aan het woord

Lieve Monique,

Wat kom ik al lang bij je....
er is heel wat gepasseerd in die tijd.
Teveel om op te noemen, mooie dingen,
verdrietige dingen....
het leven.....

De behandelingen zijn compleet,
voetjes nog even gemasseerd, luisterend oor
en aan het eind heerlijk ontspannen tijdens
een massage met weer een nieuwe muzikale
omlijsting....want je houdt van vernieuwing,
de salon, je huis, weer een nieuwe
massagecursus of nieuw product.

We ontdekten gaandeweg gezamenlijke
interesses, zoals het reizen en het snorkelen.
Eigenlijk ga je bij mijn reizen altijd een beetje
mee, omdat ik vaak basic reis en ondertussen
een groot aantal kleine flesjes heb gespaard
van monster Courtinflesjes.
Super handig!

40 jaar schoonheidsspecialiste!
Ik weet niet meer wanneer ik voor
het eerst kwam, maar dat is al gauw
een jaar of 25-30 geleden.
Van Harte Gefeliciteerd en dankjewel
voor 30 jaar rustpuntje!

Liefs Esther Valk

Men neme: een wit pak, een tuinstoel, wat
apparatuur en 'n kamertje, en zie daar de
schoonheidssalon is geboren. Dat was dus 40
jaar geleden. En wat begon op een tuinstoel is
inmiddels uitgegroeid tot een professionele
salon met alle mogelijke apparatuur.
Het is goed om te zien dat ze het ontzettend
leuk vindt, ze is dan ook constant bezig met
zowel behandelingen als bijscholing en het
introduceren van nieuwe behandelmethoden.
Ze is dan ook zeker nog niet van plan om te
stoppen, 'ik ga door tot mijn 77e' zegt ze altijd.

Dus ik zal u nog vele malen zien in mijn
functie van deuropener.

Jan

Verzorgde handen? Een visitekaartje

Het eerste vakdiploma dat ik behaalde was die van manicure.
Manus betekent handen en Curere verzorgen. De verzorging
van onze handen is geen overbodige luxe. Ze worden immers
de hele dag blootgesteld aan allerlei zaken die voor uitdroging
of beschadiging zorgen. Denk aan het weer, afwasmiddelen,
schoonmaakmiddelen en water.



De manicure

Tijdens een manicure staat de behandeling
van de handen en vooral de nagels centraal.
Als eerste reinig ik de handen met een heerlijk
ruikende scrub om zo de dode huidcellen te
verwijderen. Daarna vijl ik de nagels in vorm
en masseer ik de nagelriemolie op de nagels.
Dit zorgt ervoor dat de nagelriemen verwe-
ken, waardoor ze ik ze zonder veel moeite
kan terugduwen. Eventuele velletjes langs de
nagel en nagelwal knip ik weg. Na de reiniging
met een alcohol zijn de nagels klaar voor een
verzorgende glans laag. Zodra dit droog is,
masseer ik de handen in met een verzorgende
handcrème. Na deze manicure voelen uw
handen fluweelzacht aan en zien ze er prachtig
verzorgd uit.

Uitbreidingsmogelijkheden

- U kunt uw manicure uitbreiden met een
nagellak. Ik breng dan eerst een basislak aan
gevolgd door een of twee lagen kleurlak. Om
de laklaag te beschermen, sluit ik af met een
toplaag.
- Gelnagellak. De uitharding van gelnagellak
gebeurt onder de ledlamp. Gelnagellak heeft
als voordelen dat het een snelle droogtijd
heeft en langer mooi op de nagel blijft. De
keerzijde is dat u deze nagellak moeilijk
kunt verwijderen.
- Ook een uitgebreide ontspannende hand-
massage behoort in mijn salon tot de uitbrei-
dingsmogelijkheden van uw manicure. Deze
massage is weldadig voor uw handen en is
zeer verzorgend.

Weg met die haren

Ontharen met Body Sugaring

100% natuurlijk ontharen met suiker werd in de geschriften in de oudheid al besproken. Ook toen was het schoonheidsideaal geen lichaamsbehandling. Suikerriet was volop voorradig en niet duur.

Men maakte er een kleverige pasta van, smeerde het met de haargroei richting over de huid en trok het met korte rukjes met de haren erop vastgeplakt van de huid af. Doordat de pasta 100% natuurlijk is zijn er geen bijwerkingen en geen allergische

reacties, je zou de pasta kunnen eten maar dan komen er wel wat kilo's bij. Suikerpasta zou je als suikerverband kunnen gebruiken bij brandwonden en infecties vanwege de antiseptische eigenschappen. Kortom de ideale manier van ontharen; dit wisten ze al in de oudheid. De voordelen van ontharen met suiker zijn: Het haar wordt alleen met de natuurlijke groeirichting mee verwijderd, waardoor de behandeling minder pijnlijk is en de haren nauwelijks meer ingroeien. Je kunt de haren al verwijderen wanneer ze nog kort zijn en als je dit ongeveer eens in de vier weken volhoudt, zie je de haren in volume dunner en minder donker worden. Uiteindelijk zal er minder haargroei zijn.



Ontharen met de T-Away

Elektrisch ontharen, ook wel elektrische epilatie genoemd, is een vorm van definitieve ontharing. Deze methode is met name geschikt voor de kleinere gebieden, zoals bijvoorbeeld de kin, bovenlip en buik.

De werkwijze is als volgt :

- er wordt een heel klein naaldje in het haarzakje gebracht;
- vervolgens wordt er stroom gegeven;
- bij de wisselstroom ontstaat er warmte;
- deze vernietigt de haarwortelstructuur.

Elektrisch ontharen is niet pijnloos. Wel kan de stroomsterkte aangepast worden, zodat

het voor iedereen goed te ondergaan is. De behandelperiode varieert van enkele maanden tot soms jaren. Dit is afhankelijk van de hoeveelheid haren en de grootte van het te behandelen gebied.

U kunt contact opnemen voor vrijblijvende informatie.



Gastenboek website

Robert Wigcherink

Hoi Monique, jij kwam heel lang geleden bij ons binnen om in het kaas noten en wijnhuis te komen werken als zaterdagkracht. Wij hadden namelijk zo'n zaak op de Nieuwe Langendijk 17 in Delft. De winkel was toentertijd van Thijs Honders, vrienden van jouw ouders. Na 2 jaar werd het mijn eigen winkel. Bij binnenkomst was jij best wel een schuchter meisje maar dat was snel verdwenen. We hebben je veel geleerd, o.a. hoe je met klanten om moest gaan. Je was een gezellige meid maar helaas voor korte duur want na een jaartje sloeg je je vleugeltjes uit om elders te gaan werken. Helaas kan ik me niet heel veel meer herinneren van die tijd 1975. Maar het was altijd wel gezellig bij de Wigcherinkjes. Gelukkig zien wij elkaar nog iedere 5 weken om de nageltjes weer op orde te krijgen en hebben in de stoel veel plezier en mooi resultaat. Hoop nog lang van jouw kundigheid te mogen genieten. Knuffels Van Rob Wigcherink

Marlene Zonneveld

Lieve Monique,
Voordat je mijn schoonheidsspecialiste werd, was je al mijn lieve buurvrouw. Maar met zo'n topper in de buurt, is de stap naar een behandeling snel gemaakt. Alhoewel "snel", jij had maar geen plekje voor mij. Een



te groot klantenbestand, je zou bijna ondergaan aan je eigen succes. Uiteindelijk is het toch gelukt en heb ik m'n hele familie meegenomen. Naast alle heerlijke behandelingen heb je nog een ander groot pluspunt, dankzij je zonnige humeur en je vrolijke kijk op 't leven, ga ik niet alleen gepamperd, maar ook altijd heel positief bij jou vandaan. Dus Monique, graag nog 40 jaar erbij!!! Liefs, Marlène

Fija

Hallo Monique,
Al bijna 20 jaar kom ik bij je! Elke keer weer een heerlijke ontspanning. En ook elke keer weer een verrassing welke nieuwe massage of techniek je weer hebt geleerd! Je hebt veel kennis, leuke acties en mooie producten! Ik kom heel graag nog heel lang bij je! Liefs, Fija

Katy Bennett

Beste Monique, Ik heb lang geleden mijn eerste gezichtsbehandeling van mijn moeder gekregen als cadeau en was meteen verkocht. Nu boek ik naast de gezichtsbehandelingen ook graag een pedicure bij jou. Heerlijk een moment ontspannen en mijn voeten en gezicht voelen na de afspraak heerlijk zacht aan. Ik weet niet meer hoe lang ik bij jou kom, maar in ieder geval vanaf 2014? Elke keer is het weer even een moment voor mezelf en geniet ik volop! Even gezellig kletsen en daarna in rust genieten van een heerlijke massage. Fijn dat je elke keer met nieuwe ideeën komt en dat je haarfijn aanvoelt wat ik op dat moment nodig heb. Vooral de lymfemassage had op mij een positieve werking. Terwijl het maar hele kleine massagegrepen zijn had het een groot effect. Daarnaast weet je heel veel, ben je professioneel en kan ik met allerlei vragen bij jou terecht. Gefeliciteerd met 40 jaar schoonheidsspecialiste en ik hoop dat je nog heel lang doorgaat! Groetjes, Katy

Karin

Gisteren voor de eerste keer bij jou geweest door een cadeaubon van jouw praktijk. Wat fijn dat je alle tijd nam om uit te leggen hoe je werkt en dat je alle tijd nam voor de behandeling. Ik voel me weer goed, mijn gezicht voelt fijn en schoon! Maar dan heb ik het nog niet over je massage gehad. Die was

echt top. Zowel de massage op de stoel als de gezichtsmassage. Ik hoop dat ik nog heel lang bij je mag komen genieten. Ik heb mijn nieuwe plekje weer gevonden. Veel plezier in dit jubileumjaar!

Tineke

Nadat Annette Prins stopte met haar praktijk, moest ik op zoek naar een andere schoonheidsspecialiste. Annette gaf mij jouw adres. Het was best spannend om na zoveel jaren te veranderen. Maar zorgen voor niets; het was bij jou gelijk raak!! Wij kletsen wat af over van alles en nog wat, maar vooral over reizen. En jouw behandelingen zijn complete verwensessies. In één woord heerlijk.

Anneke en moeder

Mijn moeder Nel komt al heel lang bij jou, ik geloof zo'n twintig jaar. Gezicht en voeten. Ze is er zeer tevreden over, maar ze klets ook graag met jou over het leven! Ik kwam er later bij, gezichtsbehandelingen vind ik super! Het is zeer ontspannend. Super 40 jaar, ga zo door.....

Hans

Ik kom nu, hoe lang ook al weer, bij je voor mijn ongemakkelijke voeten. Dat je je werk goed doet leidt geen twijfel, anders kwam ik niet. Maar wat ik zo leuk aan je vind is je gezelligheid en humor. Zo had je een keer tissues bevochtigd en die ergens op mijn voeten geplakt om voor te weken. Op een bepaald moment raakte het elektrische apparaatje de tissue en er vlogen stukjes papier door de hele ruimte, die overal aan vast plakten. Zonder blikken of blozen begon je te schateren en zei: "Dat wordt een uurtje extra poetsen dadelijk".

Anja Vink

Lieve Monique,
Van harte gefeliciteerd!
Op je homepage staat "Met passie en enthousiasme wil ik u graag in mijn salon kennis laten maken met een van de vele behandelingen die ik geef" Ik zou daar nog graag aan willen toevoegen: met veel kennis en een aangeboren talent! Ik ben een liefhebber van massages en ik kan als ervaringsdeskundige zeggen dat JIJ de beste bent! Daar komt nog bij dat je telkens weer een nieuwe massage aan het assortiment toevoegt. Sowieso knap hoe je op de hoogte

blijft van de laatste ontwikkelingen in je vak en ook op aanverwante gebieden m.b.t. gezondheid. Je denkt altijd mee en zoals iemand al eerder zei "je dringt nooit iets op". Ik kan alleen maar wensen dat ik nog vele jaren mag genieten in je Salon van zowel de pedicure, de gezichtsbehandelingen en af en toe een complete massage.

Veel liefs voor jou en je gezin die vast apetrots op jou zijn.

Anja

Yvonne

Lieve Monique, ik kom al heel wat jaartjes bij jou en kijk er altijd zo naar uit! Mijn moeder en dochter en zus inmiddels ook al klant bij jou en ook allemaal zeer tevreden. In de zomermaanden bezoek ik ook je pedicuresalon, en ook daar zijn de behandelingen fantastisch! Ik hoop nog vele jaren klant te blijven, groetjes Yvonne

Hermien

Ik bezoek altijd je pedicuresalon en ben blij met je! Op je website lees ik, dat je alle ontwikkelingen wat betreft je schoonheidssalon en pedicurebehandelingen "op de voet volgt", een zeer toepasselijke opmerking voor wat betreft mijn voeten: nooit meer pijn! En mocht je toch een pijnlijke nagel hebben, even bellen en je mag altijd even langs komen. Vandaar dat ik blij ben met je!!!

Katrien vd Mast-Nuhn

De behandeling die niemand me ooit zal afnemen.... Zo noem ik het als ik een afspraak bij je heb. Ronduit heerlijk! Professioneel, zeer bekwaam in je vak, gezellig, meedenkend maar nooit iets opdringen. Door mijn moeder ooit bij jou terecht gekomen en nu komen ook mijn eigen kinderen. Drie generaties totaal genieten dus!! Hopelijk nog lang.

Nicole Diefenbach

Hoi Monique, Al weer bijna 40 jaar je salon en een kei in je vak. Wat is het toch altijd heerlijk om te komen voor een behandeling met massage, hele schoonheidsbehandeling altijd fijn om bij je op de stoel te liggen. Elke 7 weken weer een verwennerij. Gestart in jullie flat op de Mozartlaan waar mijn moeder ook altijd graag bij je kwam. Ik weet zeker als ze nog in ons

midden zou zijn dat ook zij nog elke 6 weken bij je zou komen incl. pedicurebehandeling. Mijn eerste kennismaking met de salon was als jong meisje met veel last van acne dus toen kwam ik al bij je. Wat later uiteraard ook werd omgezet naar heerlijke uitgebreide behandelingen en ook mijn bruidsmake-up 21 jaar geleden heb je verzorgd. Later ben je pedicure gaan doen. Ook dat heb ik geprobeerd naar dat gefriemel aan mijn voeten is niets voor mij. Gelukkig kan ik nog steeds zonder. Voor mij liever de schoonheidssalon. Nog steeds volg je veel cursussen en je hebt altijd wel nieuwe massages heerlijk altijd die verwennerij.

Inmiddels komen allebei mijn kinderen tussendoor ook bij je. Voor dochterlief zijn haar wenkbrauwen erg belangrijk en zoonlief mag tussendoor voor een acnebehandeling en oei wat is dat een wiebelaar voor je op de stoel. Maar het lukt je toch elke keer weer om hem te behandelen. Ik hoop dat wij nog lang van je behandelingen en gezelligheid mogen genieten.

Lieke

Lieve Monique, Heel erg bedankt voor alle heerlijke behandelingen. Elke keer is het weer een feestje. Fijn bijkletsen en iedere keer ga ik weer helemaal ontspannen naar huis. Je blijft je ontwikkelen en komt elke keer weer met wat nieuws. Dat bewonder ik enorm in jou. Heel veel liefs, Lieke

Mirjam Huijser

Lieve Monique. Ik kom nu al zeker 25 jaar naar jou toe voor gezichtsbehandelingen en tijdens de behandelingen hebben we fijne gesprekken. Laatst nog een heerlijke Treatment massage gehad. Bij jou kan ik mijzelf zijn. Groetjes, Mirjam

Jacqueline

Als je bij jou voor de deur staat dan geeft dit al een heel goed ontspannen gevoel. Bij binnenkomst word je al hartelijk ontvangen door het even roepen naar elkaar, jouw vriendelijke stem! Eerst die heerlijke soms knoopjesachtige massage. Jij voelt altijd wel iets wat dus goed losgemaakt wordt door jou. Dan de klassieke schoonheidsbehandeling. Heéééerlijk en zo



goed hoe jij dit uitvoert. Op een gegeven moment ben ik dan bijna in dromenland ha,ha. Je merkt dat jij zoveel plezier hebt in jou werk met hart en ziel! Ik bewonder jou dat je ook niet stilstaat dan heb je weer iets nieuws aan een crème of behandeling enz enz.

Lieve Monique, je bent echt een geweldig lief persoon en nogmaals serieus en heel goed in jouw werk. En altijd het meedenken in alles. Ik hoop nog heel veel jaren bij jou te komen! Lieve groetjes, Jacqueline Buitendijk

Tonny

Lieve Monique. Wat heb ik het altijd naar mijn zin bij jou. Heerlijk verwend worden. Alle spierknopen weg masseren, wat niet zo lekker is. Maar daarna de heerlijke gezichtsmassage. En dat al ongeveer 30 jaar. Hoop nog lang bij je te kunnen komen. Lieve groetjes Tonny.

Maria

40 jaar. Zo lang kom ik nog niet bij jou Monique. Inmiddels wel een aantal maanden. Vanaf de eerste keer voelde het goed. Ik hoop dat er nog heel wat jaartjes bijkomen. Groetjes, Maria

Klant(en) aan het woord

Ik ben de moeder van Monique. 84 jaar. Vroeger had ik ook graag schoonheidsspecialiste willen worden maar 60 jaar geleden mochten getrouwde vrouwen niet werken.

Toen Monique van de mavo kwam heb ik haar gestimuleerd om een cursus schoonheidsspecialist te gaan doen bij SCHOONHEIDS INSTITUUT STIVAS in Den Haag. Daar was en ben ik nog steeds erg blij mee.

Monique begon met werken op een tuinstoel. Tien jaar later heeft ze een opleiding gedaan voor pedicure. Nog steeds volgt ze cursussen en is ze op de hoogte van de laatste nieuwe producten.

Nu, na 40 jaar, nog steeds een gezellige en goedlopende praktijk.

Bedankt Monique!

Je moeder

Al 25 jaar kom ik met veel plezier bij Monique. In het begin alleen voor een gezichtsbehandeling, maar later ook pedicure en manicure. En dankzij mijn schoonmoeder een keer per jaar voor een lichaamsmassage. Ook mijn zoon heeft veel baat bij de behandelingen én adviezen van Monique.

Bij elke behandeling is het vooral genieten van de massages: klassiek, met de armen, mannenmassage, ayurvedisch, hot stone, met de kwastjes (penseelmassage), oor reflex, Thaise massage, BDR en met zuurstof en ben er vast een paar vergeten.

Monique blijft zichzelf altijd bijscholen en inspireren door nieuwe technieken en mogelijkheden. En is nieuwsgierig naar alles.

Monique, van harte gefeliciteerd met dit jubileum en ik hoop dat je nog heel lang hiermee doorgaat, zodat ook ik nog lang mag genieten van jouw 'treatments'!

Anne Boer

Sinaasappelhuid te lijf

Veel vrouwen kunnen last krijgen van cellulitis. Dit is een bobbelige structuur in de huid en het onderhuids bindweefsel. Om dit euvel tegen te gaan, kan ik in mijn salon de detox cellulitis behandeling aanbieden. Deze methode zorgt voor versteviging en vermindering van de sinaasappelhuid. Het is een kuur van minimaal zes aaneengesloten weken waarin tussen de behandelingen in ook enige activiteit van de klant wordt gevraagd.

Hoe werkt het?

Elke behandeling duurt 90 minuten. Afhankelijk van hoe de klant op de voorgaande behandeling reageert, kunnen de massagebehandelingen per sessie verschillend zijn. De stappen zijn als volgt.

Deep tissue

het losmaken van het bindweefsel met cups. De cups vergemakkelijken het verwijderen van vocht en afvalstoffen uit de cellen.

Ijismassage

Voor het op spanning brengen van het weefsel.

MLD

Manuele Lymfe Drainage. Dit is een zachte, ontspannende massage om het vocht met afvalstoffen uit het weefsel af te voeren. Het lymfesysteem is weliswaar een soort rioolstelsel van het lichaam maar heeft ontzettend veel andere functies. Er zijn er teveel om hier op te noemen.

Voor een optimaal resultaat gaat de klant thuis zelf aan de slag volgens mijn instructies. Hier zijn de volgende producten voor nodig:

- Ijismassage cup
- Body cup
- Ultra slimming gel, stimuleert ontslakken
- Firming body cream, zorgt voor huidversteviging door opbouw collageen
- Eventuele voedingssuppletie, afhankelijk van hoe zwaar u wilt detoxen

Last but not least is het belangrijk om elke dag een half uur in stevig tempo te lopen. Het succes van de detox cellulitis methode zit in de wederzijdse inspanning. Alleen samen bereiken we het beste voor een krachtige huid.



Zeg nee tegen acne

Klant(en) aan het woord

Jeugdpuistjes komen niet alleen bij jongeren voor. Ook volwassenen kunnen last hebben van een vette, onzuivere huid. Ik kan erover meepraten.

Van mijn veertiende tot 22e jaar had ik ontstoken puistjes en mee-eters. In die tijd behandelde de schoonheidsspecialiste van mijn moeder mij met het uitreinigen van de puistjes. Ook gaf zij verzorgingsadviezen. Ik kan u vertellen dat ik daar heel blij mee was. Dankzij deze behandelingen en adviezen heb ik er geen littekens in mijn gezicht aan overgehouden.



Hoe ontstaat het?

Als het lichaam te veel talg aanmaakt, kunnen de talgklieropeningen verstopt raken. Er ontstaat dan een verstoring van de hoornhuid, zichtbaar door zwarte puntjes of mee-eters. Soms raken puistjes of pukkels ontstoken. Dit komt door de propionibacterie en de staphylococcus epidermidis. Deze bacteriën voeden zich met huidvet. Bij het afbreken van het huidvet komen er afvalstoffen en vetzuren vrij die een ontsteking van de talgklieren (pukkels, puistjes) veroorzaken.

Behandeling

Reinigen staat centraal in de behandeling van acne. In de salon pas ik verschillende behandelingen toe om de overmatige talgproductie te verminderen, de poriën te verkleinen, de hoornlaag [bovenste huidlaag] dunner te houden en de huid in balans te houden. Maar zoals gezegd, spelen bij acne verschillende factoren een rol zoals darmwerking, onzekerheid, emotie, behandelingen en thuisverzorging. Daarom kunnen voedingsadviezen

en (hoewel niet bewezen) supplementen bijdragen aan een optimaal resultaat. Hoe dan ook, de strijd tegen acne blijft een grote uitdaging.

Nieuwste behandelmethoden

Klanten met acneproblemen kan ik nu ook met zuurstof behandelen. Met deze methode gebruik ik een apparaat dat 93% zuurstof uit de lucht haalt. Deze zuurstof blaas ik met een canule op/in de huid. De klant zet de behandeling thuis voort met gepulst blauw licht. Door dit licht maakt de acnepukkel extreem veel zuurstof aan. Dit zorgt voor vernietiging van de bacteriën die de acne veroorzaken. Daarnaast maak ik in de strijd tegen acne ook gebruik van fruitzuren. Dit is overigens een kuur. Het zorgt ervoor dat de huid meer weerstand opbouwt tegen de bacteriën. Met deze methode kan de acne na een aantal behandelingen onder controle zijn.

Meer weten of advies? Neem gerust contact met mij op.

Mijn mobiele telefoon trilt, mailtje binnen. Ondanks dat ik druk ben op mijn werk, kan ik mijn nieuwsgierigheid niet bedwingen en kijk snel van wie ik een mailtje krijg. Gezellig het is een mailtje van Monique. Ik glip onder de vergadertafel om de mail te lezen.

Wat?! Monique al 40 jaar Schoonheidsspecialiste? Hoe jong was ze dan wel niet toen ze begon? Volgende zin "voornemen om een Glossy te maken" Jij durft, om aan te sluiten bij de glossy's: O, LINDA., MATHIJS., GULLIT., DINAND., DONALD., YOUP.: DE MONIQUE.

De mail gaat verder "wil je je bevindingen met mij te delen". Natuurlijk wil ik dit. De dag van de behandeling. Sta met een goed gevoel op want ik mag naar Monique. Sta soms al veel te vroeg voor de deur, maar wacht tot mijn horloge de afgesproken tijd aangeeft en bel aan. Van boven klinkt het vriendelijke "Goedemorgen" en ik zweef als het ware de trap op naar de salon. We starten met de stoelmassage. Eerst een of meerdere knoepjes wegmasseren, de droge huid d.m.v. een heerlijke massage in de olie zetten en daarna het bed op. Het begin is even doorzetten bij het epileren, maar dan geef ik mij volledig over aan de behandeling. Aan gesprekstof hebben wij nooit tekort, fijne gesprekken, goede adviezen en soms kan ik lekker "leeglopen" over van alles en nog wat. En wat ik waardeer van je dat je mij erop attendeert wanneer je onregelmatige plekkjes ziet.

We zijn toe aan de massage en houden op met praten, de muziek gaat aan en genieten kan beginnen. De tijd vliegt de tijd voorbij, ik hoor het gepruttel van de koffiemachine al. "Nee Monique ajb je bent nu toch niet klaar?". Helaas wel. Gezicht verstoppen onder een masker, bed omhoog en genieten van een heerlijk bakkie. Afschminken, dagcrème op en afrekening. Mijn dag is fantastisch begonnen.

Vaak vraag je of ik nog iets ga doen, maar eerlijk gezegd na zo'n behandeling ben ik de hele dag in een "dromerige" wereld. Er komt niet veel uit mijn handen, maar op deze dag erger ik mij er niet aan en geef me eraan over, wat ik normaal niet kan. Die heerlijke ontspanning veroorzaakt jij, maar ik neem het je niet kwalijk; ik wil je hiervoor juist bedanken.

Lieve Monique, van harte gefeliciteerd met je 40 jarig jubileum!

Lieve groetjes,

Carlita

Dit shirt over mijn sterrenbeeld 'de steenbok' vond ik op het internet en ik moet zeggen, ik zie wel een hoop overeenkomsten. U ook??

Ik heb ooit een workshop Pentalogie gevolgd en daar kwam ik ook weer verrassende karaktertrekken tegen. Zoals de "1-6 as". De getallen 1 en 6 horen bij elkaar in de visie van de Pentalogie. We noemen deze as de "ik-wil as" en is verbonden met de ruggengraat. Dit zijn sterke mensen met een vitale kijk op de dingen des levens. Deze as heeft te maken met levenswil. Ik kan u vertellen dat ik hem dubbel heb, die wil. Mijn geboorte datum is 16-1-'60.



MULTIVITAMINEN?

Dan kies je VitOrtho!

MEER-IN-1 DAGELIJKS



Ik gebruik Vitaminen

Ook voor advies op orthomoleculair gebied met betrekking tot voeding en suppletie kunt u in mijn salon terecht. Ortho betekent goed en moleculair staat voor betreffende moleculen. Met andere woorden een bijdrage aan een goede beschikbaarheid van alle moleculen die de lichaamssystemen nodig heeft. Een hele mond vol. In feite komt het erop neer dat het lichaam over voldoende mineralen, vitaminen, vetten, eiwitten, spoorelementen, enzymen enz. moet beschikken om een optimale gezondheid of herstel na ziekte/operatie te kunnen creëren. Bij een normaal en evenwichtig voedingspatroon hebben we geen tekorten maar door factoren zoals bodem-/luchtverontreiniging, stress, alcohol, roken, straling, zure regen, gemanipuleerd en bewerkt voedsel enz. komen wij

tekort aan voedingsstoffen zoals hierboven benoemd. En dan komt er nog eens bij dat veel voedingsstoffen alleen in combinatie volledig werkzaam zijn. Met andere woorden, gezond en vers eten en een goede multivitamine zou het begin van een goede gezondheid moeten zijn in deze tijd en daarnaast kan ik adviseren bij huid-, darm- en andere gezondheidsproblemen of u doorverwijzen naar een orthomoleculair arts.

Hoe kom ik hier nu op?

In 2005 hadden mijn collega, Silvia, en ik het al regelmatig over huidproblemen die maar niet op te lossen waren en waar wij het vermoeden van hadden dat deze problemen ook aan voeding kon liggen. Onze kennis in die tijd was niet zo groot om onze klanten op een goede onderbouwde manier te kunnen adviseren. In de tijd

heb ik een workshop gevolgd die mij tot het besef heeft laten komen dat je nooit uitgeleerd bent als het gaat over de gezondheid van het menselijk lichaam. Ik volgde de opleiding orthomoleculaire voedingsleer en orthomoleculair suppletie adviseur. Sindsdien bezoek ik regelmatig workshops en congressen om mijn kennis op dit gebied te verbreden en te vergroten.

VitOrtho

In mijn speurwerk naar een betrouwbaar merk in mijn salon kwam ik terecht bij AOV en VitOrtho. Ik heb een goed gevoel

bij VitOrtho omdat ze mij goed ondersteunen. Ook omdat zij betrouwbaar en innovatief zijn. Niet in de laatste plaats omdat zij kwalitatief hoogwaardige voedingssupplementen hebben samengesteld die bovendien een goede prijs-kwaliteitverhouding hebben. Meer-in-1 van VitOrtho vind ik een prima multi-vitamine, afgestemd op verschillende leeftijden. Het is bovendien in poedervorm verkrijgbaar. Fijn voor mensen die last hebben met slikken.

VitOrtho
VOEDINGSSUPPLEMENTEN

VitOrtho helpt! Gezondheid is onze motivatie.

23

Diploma Manicure 1979	2011 Chinese ontspanningstherapie
Diploma Assistent Schoonheidsverzorging 1979	2011 Shiatsu Kosmetiek- Cuppingmassage
Diploma Schoonheidsverzorging 1979	2011 Trainingsdag KAÉ
Seminar Dr. R.A. Eckstein 1982	2011 Saffier massage
Diathermie werkdag 1982	2011 Vreeling Exposure massage
Nouvelle Prise gelaatsmassage 1983	2011 Certificaat AOV "Orthomoleculaire benadering v/d Darm"
Diploma Voetverzorgster 1986	2011 Certificaat AOV "de vrouw in de praktijk"
Certificaat "de diabetische voet" 1986	2011 Low Level Laser Therapie
Basiscursus Ortho/Manipulatie Technieken 1986	2011 Fibromassage
Kosmetische Rebalansing-gezichtsmassage 1989	2011 Certificaat VitOrtho "Fibromyalgie"
Aromatherapie 1990	2012 VitOrtho Congres "vitamine D-3"
Polariteitsmassage 1991	2012 Certificaat VitOrtho "Qi Gong- omgaan met stress"
Orthese technieken 1993	2012 Certificaat VitOrtho "Stress te lijf"
Diploma voor het Voetverzorgingsbedrijf 1995	2012 Certificaat VitOrtho "Diabetische complicaties"
Masker werkdag 1995	2012 Relaxing Body Massage
Shiatsu nek/schoudergedeelte massage 1995	2012 Warmwaterkussen Massage
Shiatsu gelaat-en intercostaal massage 1996	2013 Training T-Away
Shiatsu rug en benen massage 1996	2013 Registratie Schimmel Diagnostiek
Code van de schoonheidsspecialist 1998	2013 Bellabaci Cupping
Workshop speciaal behandelingen 1999	2013 Certificaat VitOrtho "Ongekende mogelijkheden EAV"
Ayurvedische gezichtsmassage 1999	2013 Certificaat VitOrtho "Ons immuunsysteem en zijn afweer"
Pincement gezichtsmassage 2003	2014 Certificaat VitOrtho "Het endocriene stelsel"
Certificaat Voetverzorging bij Diabetici 2005	2014 VitOrtho Congres "Magnesium"
Certificaat Schimmeldiagnostiek 2005	2014 BDR Academy
ArtDeco Manicure werkdag 2005	2015 Infectiepreventie
Tweedaagse cursus SEAG "Elementaire voedingsleer" 2005	2015 Registratie Reumatische en diabetische Voet
Mini-congres "Verzuring en Afweer" 2005	2015 Certificaat VitOrtho "Biochemie van de Energie"
Certificaat Voetverzorging bij Rheumapatiënten 2006	2015 Certificaat VitOrtho "Vetturen, evenwicht omega 3/6"
Tweedaagse cursus "Bindweefselmassage gelaat/rug" 2006	2016 Diploma Manuele Lymfedrainage Gelaat
Workshop Body Sugaring 2007	2016 Certificaat Ortho Health "Huid, Haar en Nagels"
Certificaat SOE "Basiscursus Orthomoleculaire Voedingsleer" 2008	2016 Certificaat VitOrtho "Van darmklacht naar darmkracht"
Certificaat SOE "Verantwoord Afvallen" 2008	2016 Certificaat "Emergency First Response"
Certificaat AOV "Huid en Haar" 2008	2017 LymfReflex
Deep Tissue massage 2008	2017 Manuele Lymfdrainage Buik
Code van de voetverzorgster 2009	2017 Manuele Lymfdrainage Been Voet
Richtlijnen van de voetverzorgster 2009	2017 Basiscursus Oorreflexologie-ooracupunctuur/ooracupressuur
French manicure 2009	2017 Vervolgscursus Oorreflexologie-ooracupunctuur/ooracupressuur
Certificaat AOV "Orthomoleculaire Suppletie bij ouderen" 2009	2017 BDR-Time Capsule update
Certificaat SOE "Orthomoleculaire benadering van de vrouw" 2009	2018 Twee dagen BDR-Time Capsule update
Thaise Yoga massage 2009	2018 Manuele Lymfdrainage Borst
Detox 2009	2018 Masterclass Manuele Lymfedrainage en Borstgezondheid
Dorn Methode 2009	2018 Certificaat PPP- Alles over de oren
Certificaat Linfopress instructie 2010	2018 Treatments Licentiebewijs nr.18027
"Grow" groeiend ondernemen 2010	2018 Treatments training "Shinshiro"
Certificaat VitOrtho "Slim-op uw juiste gewicht" 2010	2018 Treatments training "Uyuni"
Certificaat VitOrtho "Kruidenworkshop plus" 2010	2019 Certificaat VitOrtho "De schildklier"
Chinflex voetmassage 2010	2019 BDR-Time Capsule update
Chinese ontspanningmassage 2010	



Klant(en) aan het woord

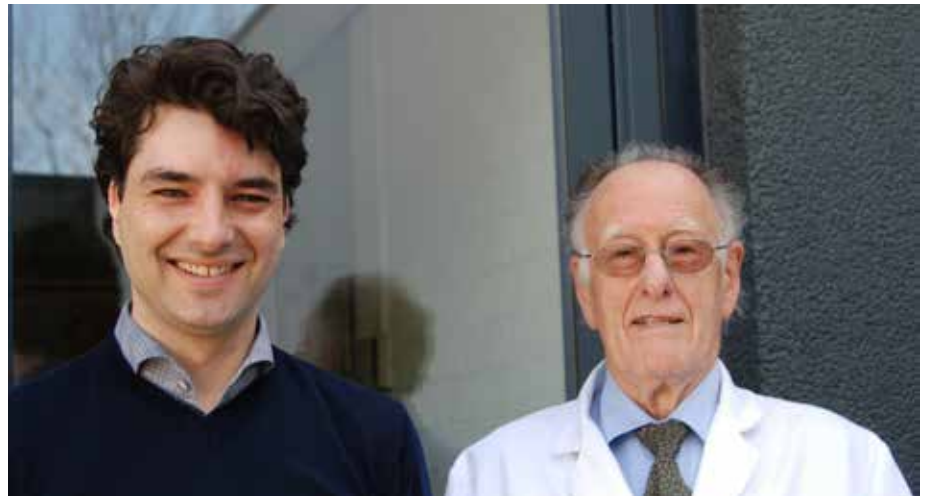
Salon Monique Albers onderscheidt zich door de professionaliteit van Monique die door haar enthousiaste en leergierigheid op de hoogte blijft van veel op het gebied van huidverzorging. Ook in de Pedicure salon zie je haar professionaliteit. Monique heeft de kwaliteit dat zij goed luistert naar haar relaties en daardoor kan zij op alles goed inspelen. De BDR behandelingen die zij doet met de daarbij behorende producten zijn een hele fijne aanvulling op haar bestaande behandelingen. Ik ben enorm tevreden over het resultaat en krijg regelmatig complimenten over de verbetering van mijn huid. Voor mij een hele fijne Schoonheidssalon en Pedicure en daarnaast al meer dan 40 jaar een hele dierbare vriendin. Lieve Monique gefeliciteerd met je 40 jarig bestaan.

Irene van Dorp

Lieve Monique,
Hoelang ik al bij Monique kom voor een behandeling, ik zou het eerlijk gezegd niet meer precies weten. Waarschijnlijk al zo'n beetje vanaf het begin. Een aantal zaken zijn in de loop van de tijd constant gebleven: de kwaliteit van de behandeling, de gesprekken over de meest uiteenlopende onderwerpen, de warmte en de hartelijkheid en bovenal het lekker genieten op de behandelbank. Een keer in al die jaren moest je in verband met je rug afbellen en tot mijn schande moet ik bekennen dat ik jou een keer helemaal ben vergeten. Wat wel veranderende was de uitbreiding van de hoeveelheid behandelingen. In rap tempo volgt Monique de ene na de andere cursus en workshop voor een nog completere aanpak voor de al dan niet problematische huid. Wat een ongelooflijke energie heb jij Monique.
Ook de inrichting veranderde regelmatig, een massagestoel, iets met uitgebreide trilmogelijkheden voor een diepere doorbloeding, hot-stones, stoomapparaten te veel om op te noemen. Waar wil ik vandaag weer eens van gaan genieten..... HELP wat een keuzestress.
Elke behandeling een feestje, met als resultaat dat Monique mijn verval redelijk onder controle houdt. Dank dat je al zoveel jaar zo goed voor mijn velletje zorgt.

Marlies

Nouvital Cosmetics puur en betaalbaar



Toen ik met mijn opleiding schoonheidsspecialist in 1977 begon, had ik veel acne. In het eerste leerjaar moesten de cursisten op elkaar oefenen om te leren voelen wat prettig is en wat niet zo fijn aanvoelt. In die tijd gebruikten mijn medecursisten bij mij de speciale producten van Webecos om verdere irritatie van mijn huid te voorkomen. Heel prettig.

Dit product moest ik dus ook hebben en was te koop bij de apotheker meneer Deurloo in Rijswijk. Achterin zijn apotheek was hij altijd in de weer met buisjes en flesjes. Druppelgewijs in een grote mengketel met basiscrème vervaardigde hij mijn favoriete azuleen crème, vitavocol en azuleen lotion. In die tijd werd alles handmatig gemaakt en waren de crèmes soms verschillend van geur en kleur. Maar ondanks dat was de kwaliteit altijd goed.

In 2005 zette Rogier, de zoon van meneer Deurloo, het merk Nouvital op de markt met maar liefst 60 producten. Op de beurs in 2007 kwam ik meneer Deurloo weer eens tegen en hij vertelde mij dat hij het inmiddels wat rustiger aan is gaan doen maar nog steeds heel veel te vinden was in de 'keuken' van Nouvital. Dit was voor mij het moment om over te stappen naar Nouvital. Niet alleen omdat de producten nog steeds in eigen beheer gemaakt worden. Vooral ook omdat ze veel natuurlijke ingrediënten bevatten. Alleen als synthetisch beter is voor de huid worden die stoffen gebruikt.

Nouvital is een kwalitatief goed merk met hoogwaardige werkstoffen in hoge concentraties voor een zeer betaalbare prijs. Intussen blijft Rogier werken aan innovatie. Wanneer er een nieuwe werkstof op de markt komt die tot huidverbetering leidt, past hij die toe in de crème. Zoals laatst is er aan alle producten van Nouvital een pre-biotica toegevoegd. Pre-biotica is een extra voedselbron ter ondersteuning van de unieke microbiotische balans van de huid. Deze is overigens bij ieder persoon anders. Deze gepersonaliseerde aanpak zorgt voor een gezonde huidflora, werkt anti-aging en voorkomt huidproblemen.



Beschermd in de zon met Vision

Heerlijk, de zon. Ik lust er wel pap van en kan er veel tijd in doorbrengen. Net als katten, kan ik er heerlijk in ontspannen. Maar dat doe ik nooit zonder een goede bescherming. Hierna leest u over zowel de negatieve als de positieve effecten van zonlicht op uw huid.



De zon heeft als groot nadeel dat het huidveroudering veroorzaakt zoals rimpels, pigmentvlekken op een huid die eruit ziet als gelooide leer. Helaas kan de zon ook de veroorzaker van huidkanker zijn, als het DNA van de huidcellen wordt aangetast. Zorg daarom dat u uw huid altijd goed beschermd blootstelt aan het zonlicht. Niet alleen bij een zonnebad, ook als u op een terrasje zit of een wandeling maakt. Zonlicht heeft ook een belangrijke functie als het gaat om een gezonde huid. Het zorgt er namelijk voor dat uw lichaam vitamine D en melatonine aanmaakt. Door de ultraviolet stralen maakt de huid vitamine D aan. Deze vitamine is erg belangrijk voor je gezondheid. Een vitamine D tekort heeft o.a. een relatie met botontkalking, artrose, (borst)kanker, hoge bloeddruk en hart- en vaatziekten. Daglicht speelt daarnaast een belangrijke rol bij de regulering van het slaaphormoon melatonine. Slaap je slecht, zorg dan overdag voor voldoende daglicht. Zonlicht geeft ook een heel goed gevoel, iedereen is blijer wanneer het zonnetje schijnt. Tot slot heeft zonlicht ook een ontstekingsremmende werking op de huid. Als je last hebt van eczeem of psoriasis dan weet je dit vast wel.

Ik gebruik al 23 jaar de zonnebescherming van Vision. Net zolang eigenlijk als dat Vision dit product op de markt heeft. De zonnecrème was in die tijd revolutionair vanwege zijn waterbestendige eigenschap. De crème is niet vet, plakt niet en smeert makkelijk uit. Ideaal ook voor kinderen, zo heb ik ervaren. Mijn

meiden waren in die tijd zes en vijf jaar. Zij wilden echt geen minuut stilzitten om ingesmeerd te worden! De zonnecrème van Vision bracht uitkomst. Ik hoefde hen alleen in te smeren voordat we naar het strand gingen en deed dat in de middag nog een keer. Zo waren ze de hele dag beschermd en konden zij naar hartenlust genieten van de zon en het water. Vision heeft intussen zijn lijn uitgebreid met een after sun, kids spray, sportcrème en voor het gezicht de face fluid. Deze helpt huidveroudering te voorkomen dankzij een extract van gouden zeewier. Vision is in 2017 van samenwerking gewijzigd waardoor de naam van de crème is veranderd van All Day naar Every Day. De zonnecrème is nu Oxibenzone vrij (Oxibenzone tast koraal en daarbij de vissen aan). Dankzij een actief ingrediënt wordt het ultraviolet licht uitgefilterd. De nieuwe Every Day heeft een hogere bescherming tegen ultraviolet en ook twee UV-filters om de huid direct te beschermen. Deze crème is beter geschikt voor de gevoelige huid.

Aanvullende tips van Monique om je te beschermen tegen het zonlicht:

- Neem groene thee of extra vitamine C. Dit zijn goede anti-oxidanten en beschermen je tegen UV straling.
- Eet dagelijks groene groenten voor de chlorofyl. Dit zit ook in de superfoods spirulina en chlorella.
- Eet voldoende eiwitten. Eiwitten zijn de bouwstoffen van je huid en gaan veroudering tegen.

Klant(en) aan het woord

Voor Monique,

Via een vriendin ben ik bij jou op de stoel terecht gekomen en wat ze zei is waar: het is altijd een feestje om bij jou op de stoel te liggen. De massages zijn altijd zo ontspannen dat ik na de behandeling die 'mood' zo lang mogelijk probeer vast te houden. Je hebt altijd fijne en bruikbare tips en vertelt vol passie over het vak en alles wat daarbij hoort.

Inmiddels komen de kinderen ook en zijn zij ook blij met jouw behandelingen.

Ik wens je nog heel veel jaren werkplezier en dank voor alle fijne behandelingen die je al hebt gegeven hebt.

Groetjes Jolanda

Lieve Monique,

Allereerst van harte gefeliciteerd met deze fantastische mijlpaal. Het is niet niks. De kracht van jouw bedrijf zit in mijn beleving in jouw oprechte interesse in de mens. En dat is niet raar. De echte schoonheid zit nu eenmaal aan de binnenzijde. Je richt je vooral daarop en dat onderscheid je van de rest. Je verrijkt continu jouw kennis met tal van trainingen, symposia of lectuur om zo jouw klanten optimaal van dienst te kunnen zijn. Nieuwerwetse technieken of ouderwetse middeltjes, niets is jou vreemd. Jouw service gaat veel verder dan alleen een mooie huid. Ik hoop dat ik nog heel veel verwenmoment mag beleven bij jou. Maar eerst vieren we jouw jubileum. Ben supertrots op je.

Liefs,

Mariska

Lieve Monique, jij bent een soort constante voor mij. Al zo'n 30 (?) jaar.

Fijn dat je mijn gezicht onderhoudt en advies geeft. Na ons ongeluk was jij een van de eersten die mijn litteken in mijn gezicht liefdevol aanraakte en behandelde. Bedankt voor de goede zorgen en blijf vooral doorgaan! Ik kan je nog niet missen.

Van harte gefeliciteerd en veel succes!

Maaike

Klant(en) aan het woord

Na vele jaren trouwe en tevreden klant geweest bij Angeles, mijn vorige schoonheidsspecialiste stopte ze. Zodoende moest op zoek naar een andere. Gelukkig had Angeles wel een idee wat mij zou bevalen en zo kwam ik bij Monique terecht. Daar heb ik geen seconde spijt van gehad. Heerlijk ontspannende behandelingen in een fijne sfeer en afwisselend de BDR behandelingen die ik bij Angeles gewend was. Geweldig! Bovendien is Monique een onovertroffen masseur. Kijk maar: Hartelijke groet en tot dinsdag,

Josée Claassen

Hoi Monique,
“Sinds mijn 12e mag ik al bij Monique komen. Monique maakt er altijd een feestje van en ondanks wat pijnlijke momentjes met een naald of twee kijk ik er na 16 jaar nog steeds elke keer opnieuw naar uit om een gezichtsbehandeling te krijgen. Heerlijk verwend worden met massage, fijne gesprekken en uiteindelijk weer een schoon en fris gezicht!”

Groeten Nadine

Ha Monique,
ook ik ben een van jouw eerste klanten. Ik kan me jouw werkkamer nog herinneren aan het Westplantsoen. Natuurlijk is het allemaal veranderd en professioneler geworden maar toch was de luxe tuinstoel met de warme zachte handdoeken en voorverwarmede voetendoek een heerlijke start van de behandeling. Het voelde als een verwennerij van de bovenste plank. Beetje jammer dat daarna de acne aangepakt moest worden, maar jouw producten en de gezichtsmassage na afloop maakten veel goed. Altijd iets om naar uit te kijken, een behandeling bij jou, Monique. Ik hoop van harte dat je nog lang doorgaat!

Liesbeth

Lieve Monique
Ik ben blij met jou en dat ik erbij mag zijn met de uitreiking van de Glossy.

Je schoonpapa

Lieve Monique

Hierbij allereerst mijn felicitaties voor jouw jubileum. Wat een tijd en ik kom zeker al 25 jaar bij jou voor een behandeling. In al die jaren heb je me elke keer weer laten zien met hoeveel plezier je, je werk verricht. Het is altijd gezellig en we hebben elkaar tijdens de behandeling altijd wat te vertellen. De passie die jij voor je werk hebt, laat je zien in het steeds weer volgen van nieuwe cursussen/opleidingen en dat vind ik zo goed van jou.

schoonheids-specialiste (de; v; meervoud: *schoonheidsspecialistes, schoonheidsspecialisten*)¹ iem. die het gelaat verfraait;

genieten (genoot, heeft genoten)¹ ontvangen, krijgen: *een salaris genieten van ...* ² genot hebben, zich vermaken: *wat heb ik genoten!*;

massage (de; v; meervoud: *massages*)¹ het masseren;

vriendelijk (bijvoeglijk naamwoord, bijwoord)¹ van goede gezindheid getuigend; welwillend, hartelijk: *vriendelijk lachen*; *diervriendelijk, gebruik(er)svriendelijk, klantvriendelijk, milieuvriendelijk, publieksvriendelijk, vrouwvriendelijk* met aandacht, zorg, genegenheid voor dieren enz.;

pedicure (de; m, v; meervoud: *pedicures*)¹ gediplomeerd verzorg(st)er van voeten ² **pedicure** (de; v(m); meervoud: *pedicures*)¹ verzorging van de voeten;

crème (de; v(m); meervoud: *crèmes*)¹ romige substantie ² het allerfijnste: *de crème de la crème* het neusje van de zalm ³ zalf, smeersel voor de huid;

noviteit (de; v; meervoud: *noviteiten*)¹ iets nieuws;

slof (de; m; meervoud: *sloffen*)¹ slappe pantoffel (zonder hak);

vertrouwen (vertrouwde, heeft vertrouwd)¹ met zekerheid hopen: *we vertrouwen erop dat ...* ² **vertrouwen** (het; o)¹ geloof in iemands goede trouw en eerlijkheid;

persoonlijkheid (meervoud: *persoonlijkheden*)¹ (v) datgene wat een persoon karakteriseert: *weinig persoonlijkheid hebben* een weinig uitgesproken karakter ² (m, v) iem. met veel persoonlijkheid;

alternatief (bijvoeglijk naamwoord)-¹ de keus latend tussen twee zaken of mogelijkheden: *alternatieve plannen*; *alternatieve geneeswijzen*, ² anders dan de massa: *alternatieve types* ³ **alternatief**-

Je investeert in jezelf maar wil ook je klanten het allernieuwste op het gebied van schoonheidsbehandelingen kunnen aanbieden. Ik hoop dat je nog heel lang doorgaat met je werkzaamheden en wens jou veel succes met alles wat je in de toekomst nog gaat doen. Blijf je dromen waarmaken, ik hoop in de komende jaren nog veel van je vakmanschap te mogen genieten en je 50-jarig jubileum ook te kunnen meemaken.

Groetjes Sandra Berkman

tief (het; o; meervoud: *alternatieven*)¹ de andere van twee mogelijkheden die zich voordoen;

lekkerbek (de; m, v; meervoud: *lekkerbekken*)¹ smuller, fijnproever;

reizen (de; m, v; meervoud: *reizers*)¹ iem. die reist;

wijnkenner (de; m, v; meervoud: *wijnkenners*)¹ iem. die verstand heeft van wijnen;

verzamelaar (de; m, v; meervoud: *verzamelaars*)¹ iem. die verzamelt;

kringloopwinkel (de; m; meervoud: *kringloopwinkels*)¹ winkel waarin gebruikte goederen verzameld en weer verkocht worden;

moeder (de; v; meervoud: *moeders*)-¹ vrouw die één of meer kinderen heeft-² vrouw die als een moeder zorgt: *Moeder Aarde, Moeder Natuur* de aarde, de natuur (gezien als moeder);

echtgenote (de; v; meervoud: *echtgenotes, echtgenoten*)¹ vrouwelijke deelgenoot van een huwelijk;

jubileum (het; o; meervoud: *jubileums, jubilea*)¹ feest ter herinnering aan het feit dat iets een rond aantal jaren geleden gebeurd is;

feest (het; o; meervoud: *feesten*)¹ (plechtige) viering van een belangrijke gebeurtenis of gedenkdag ² vrolijke bijeenkomst ter viering van een heuglijk feit;

dankbaar (bijvoeglijk naamwoord, bijwoord; vergrotende trap: *dankbaarder*, overtreffende trap: *dankbaarst*)-¹ dank voelend ² voldoening gevend: *een dankbare taak*;

leesbril (de; m; meervoud: *leesbrillen*)-¹ bril, bij het lezen gebruiken;

klant (de; m, v; meervoud: *klanten*)¹ al of niet vaste koper: *de klant is koning* ² (-mans)persoon: *een rare klant...*

van harte gefeliciteerd

mahalathdijkstra

Een wijze sessie

Toen ik na de geboorte van onze eerste dochter weer aan het werk ging, had ik het genoeg een nieuwe klant in mijn salon te mogen ontvangen. Zij was ongeveer 75 lentes jong en had van haar kinderen een cadeaubon voor een behandeling gekregen. De wijze les die ik tijdens deze sessie van haar kreeg, is mij altijd bijgebleven. Het ging als volgt. Een vriendin van mijn zwager paste op mijn

dochter. Net toen ik ontspannen aan het masseren was, begon mijn kind luidkeels te huilen. Het viel mijn klant op dat ik hierdoor met mijn gedachten was afgeleid. Hoe zij daarop reageerde, vond ik heel bijzonder. Zij zei geruststellend: "lieve kind, toen ik mijn zes kinderen kreeg, had ik zes kleine zorgen. Zij trouwden en daarmee kreeg ik er nog eens zes zorgen bij; er is namelijk altijd wel iets aan

de hand. Tel maar op mijn zorgen nu deze twaalf volwassenen mij veertien kleinkinderen brachten!. Ze wilde daarmee zeggen dat je echte zorgen beginnen zodra je kinderen krijgt. Iedereen gunt namelijk zijn kinderen een lang, gezond en zorgeloos leven. Ik denk nog regelmatig terug aan deze wijze woorden en ben blij dat ik haar die keer toch een heerlijke gezichtsbehandeling heb kunnen geven.



Hallo Monique,

Al 25 jaar kom ik met veel plezier bij je in de salon. Altijd tot volle tevredenheid! We zijn, zie foto, nauwelijks veranderd! Hopelijk volgen er nog vele mooie jaren in je salon.

Groeten,
Elly

Lang geleden had mijn vakorganisatie Ambos een aantal prijzen uitgelooft op een prijsvraag. Elly won een lang weekend weg in een huis op een park en ik mocht dat in het bijzijn van de krant aan haar overhandigen. Heel bijzonder dat een klant van je een prijs wint.

Hallo Monique

In de jaren tachtig bij jouw als klant gekomen. Meegegaan naar de Hugo de Grootstraat en later als oppas voor jullie meisjes. Leuke dingen meegedaan. Met Aida sleetje trekken als Viola op school zat. Af en toe met toestemming van jouw op school meehelpen met de feestdagen. De schoolvakanties als jij moest werken leuke dingen gedaan. Zwembad, speeltuin of met de bus naar het strand. Aan het strand moest ik een keer straf geven want ze liepen naar mijn zin te ver de zee in. Een half uur naast mij zitten wat ze niet leuk vonden. Jouw Jan vroeg aan de meiden wat voor straf ze gekregen hadden want die dacht dat ik ze geslagen had. Later stierf er een moeder in de klas bij Viola. Dat was wat. Ze vroegen mijn telefoonnummer want als jij dood zou gaan, moest ik met jouw Jan trouwen. Wij hopen nog veel gebruik te kunnen maken van jouw behandeling. Veel succes voor de toekomst.

Jan en Greet Stalman.



Tante Greet heeft wat te stellen gehad met onze twee dochters. Ze vonden altijd wat nieuws uit. Pakten een nagellakje van mij en prompt viel die om en tante Greet boenen om alle sporen uit te wissen en zo meer. Ook stond er na het werk een heerlijk maal klaar en was de was gestreken; wat een verwennenrij! Tegenwoordig weet de bakker wanneer Greet voor een behandeling komt want dan neemt ze altijd een gevulde koek voor ons mee. Die ze vers voor ons bakken.

Klant(en) aan het woord

Lieve Monique,
van harte gefeliciteerd met je jubileum.
Ik kwam bij jou vanwege de Azuleenlotion toen mijn vorige schoonheidsspecialiste stopte met haar praktijk. Indertijd nog met puistjes, het zal ruim 25 jaar geleden zijn. Gelukkig kon jij de Azuleenlotion leveren en dat doe je nog steeds.
Van het één kwam het ander en zo kreeg ik in de jaren heel wat lekkere en minder lekkere behandelingen van jou. De lekkere behandelingen: de vele soorten massages, allerlei maskertjes, de heerlijke cremes, de warme deken over de voeten, de theetjes en de gezelligheid. Mmmm, genieten. Dan de minder lekkere behandelingen: puistjes aanprikken en uitknijpen en dan vol trots de oogst presenteren, en nu dan de T-AWAY voor de fribomen en pigmentsvlekken, waar je even gretig wil laten zien wat je gedaan hebt. Wat ben je toch een raar, maar vooral een mooi mens als je zoveel plezier aan de intieme onreinheden aan mijn lijf kunt ontleen.
Je hebt het mooie voornemen om door te gaan met werken tot je 77ste, en daar ben ik heel blij mee. Ik hoop van harte dat we dit allemaal mogen meemaken. En dat we nog vele mooie jaren van jouw bijzondere kwaliteiten en prettige zorg mogen 'genieten'!

Henny

Ik kom al heel lang bij jou Monique. Ik weet nog dat ik de eerste keer kwam voor mijn bovenlip en jij gaf me een gezichtsbehandeling. Ik wist niet wat er gebeurde, had nog nooit een gezichtsbehandeling gehad. Maar echt clever van jou. Ik vond het zalig en 20 jaar later geniet ik er nog steeds van.
Ook voor de BDR kan ik jou zeker aanbevelen. Je bent een super leuk lief gek mens en ik hoop nog lang bij jou te komen.

Nelly x

Al vele jaren kom ik bij jou met veel plezier en tot volle tevredenheid voor behandelingen van voeten en gezicht. Naast jouw professionaliteit is het bij jou thuis altijd gezellig en ontspannen en ga ik met een goed gevoel naar huis.

Linda B

Een behandeling voor **mannen**

Er wordt wel gezegd dat de cosmetiek zo oud is als de mensheid zelf. In de oude culturen maakten zowel mannen als vrouwen regelmatig gebruik van cosmetische middelen zoals de haartooi, make-up en rijk geurende oliën. Dit vooral voor rituelen, feesten, aanzien en wat zo meer.



Ook in deze tijd is de man zich ervan bewust dat zijn huid verzorging nodig heeft. De huid wordt immers blootgesteld aan luchtvervuiling, uv-stralen, airconditioning en andere externe factoren. Hoewel de mannenhuid net zoveel verzorging nodig heeft als de vrouwenhuid, is er voor de man een andere gezichtsbehandeling nodig. De mannenhuid heeft namelijk minder onderhuids vet waardoor bloedvaten en spieren veel dichter onder de huid liggen. Dit maakt de huid gevoelig. Ook de baardgroei is van invloed en kan problemen geven met ingegroeide haren en ontstekingen. De opperhuid is vaak wat ruwer, dikker en vetter en kan daardoor gemakkelijker verontreiniging vasthouden.

Hoe ziet een mannenbehandeling eruit?

Voor de behandeling begint, start ik altijd met de stoelmassage zodat ik de rug en vooral het schouder/nekgedeelte eerst kan los masseren. Gelijk kijk ik of er onrustige pigmentvlekken zijn. Een goede en ontspannende start. Daarna wordt er plaatsgenomen op de behandelstoel en reinig ik de huid. Afhankelijk van het huidtype kies ik een van de reinigingsproducten in

mijn salon. Daarbij let ik erop dat de zuurgraad niet wordt aangetast. Na deze reiniging haal ik eventuele 'wilde haren' tussen de wenkbrauwen, oren en neus weg. Hierna vijf minuten ontspanning met de damp van de vapozone [stoomapparaat] eventueel met een serum. Dit serum bevat sterk geconcentreerde werkstoffen voor het voeden van de huid. De huid is nu voorbereid voor het weghalen van eventuele mee-eters, puistjes en gerstekorrels. Dit zijn harde talgproppen onder de hoornlaag en hebben geen opening. Het reinigende deel is nu klaar en deze wordt afgesloten met een ontspannende en afvoerende massage van ongeveer 20 minuten. Voor de meeste mannelijke klanten is dit het hoogtepunt van de hele behandeling. Ik sluit de behandeling af met een kalmerend masker met desgewenst een lekker kopje koffie of thee. Als laatste breng ik een verzorgende crème aan. Ik gebruik in mijn salon dr Eckstein, Nouvital en Biomaris. De mannenlijn van deze merken zijn afgestemd op de specifieke eisen van de mannenhuid.

Ook zin in een schone en ontspannen huid? U bent van harte welkom!

Duurzaam ondernemen

Samen hebben we de taak zuinig op de aarde te zijn. Niet alleen voor de mensen van nu, ook voor toekomstige generaties. Door bewuster te zijn van mijn handelingen en verbruik in de salon, draag ik – zij het met kleine stapjes – hieraan bij. Hoe doe ik dat?

- Gescheiden afvalinzameling. Papier, plastic, mesjes, glas, batterijen en doppen voor Hulp-hond Nederland zamel ik apart in.
- Het ontspannen kopje koffie zet ik met een filterapparaat. Hierdoor is er minder restafval.
- Spaarzaam waterverbruik. Vroeger zei ik mijn kinderen bij het tanden poetsen: “kraan dicht anders hebben de vissen straks geen water meer.” Op de waterleiding is een ontkalker aangebracht. Met zeep ga ik spaarzaam om.
- Spaarzaam stroomverbruik. Zodra de salon gesloten is, zijn alle apparaten afgesloten van het net. In de warme zomermaanden zorgen ventilatoren in plaats van een stroom slurpende airco voor koelte in de behandelkamers.
- Spaarzaam warmteverbruik. In de behandelkamers van de salon is er een comfortabele

warmte dankzij de warmtethermostaat.

- Hergebruik. Overbodige spullen gun ik graag een tweede leven. Zo is er ook minder afval. En je kunt mij dan ook regelmatig in de Kringloopwinkel tegenkomen.
- Continu monitoren. Een aantal keer per jaar neem ik mijn salon kritisch onder de loep om te kijken waar er kansen op dit vlak liggen. Uiteraard leg ik graag mijn oor te luister bij mijn klanten. Voor goede ideeën ben ik altijd in.
- Schenkingen. Ik doneer jaarlijks aan artsen zonder grenzen, huidfonds en het reuma- en diabetes fonds.

Toch gebiedt de waarheid mij te zeggen dat onze guilty pleasure wel enigszins ‘vervuilend’ is; we reizen namelijk graag met de auto of het vliegtuig.

Klant(en) aan het woord

Of ik een stukje voor haar glossy wilde schrijven was de vraag van Monique. Nu dat wil ik wel.

Ruim 30 jaar geniet ik meerdere keren per jaar van een heerlijke schoonheidsbehandeling bij haar in de Salon. De heerlijke behandelingen, de leuke gesprekken en aansluitend de heerlijke eind massage zijn voor mijn redenen om telkens weer bij haar terug te komen.

In deze 30 jaar heb ik al van meerdere vormen van massage mogen genieten. Van onder andere een massage met een perceel, of een massage met stenen tot een stevige traditionele massage. Mijn voorkeur ging altijd naar de traditionele massage. Waarom, omdat ik in de veronderstelling was dat deze stevig moest zijn om heerlijk te kunnen ontspannen. Een manuele lymfe drainage massage vond ik maar niks. Totdat ik Monique belde dat ik aan mijn ogen was geopereerd en zoveel vocht vast hield. Haar reactie was direct, kom gauw langs voor een manuele lymfe drainage massage. En na één behandeling was ik om. Lymfedrainage is een heerlijke massagevorm. Met heel zacht ronddraaiende bewegingen stimuleert Monique de afvoer van vocht, en daarmee vaak ook van giftstoffen. Een geduldig werkje voor Monique. Ik ervaarde het als heel apart en als een zeer prettige massage. De vochtafvoer door de lymfedrainage vermindert direct de druk op mijn ogen. En zoals Monique altijd doet gaf zij mij fijne adviezen hoe ik dit thuis ook kon doen. Na zoveel jaren ben ik om, mijn denkpatroon dat een stevige massage de enige manier is voor totale ontspanning gooi ik gauw overboord.

Liefs Judith Bruinings

Lieve Monique, mijn echtgenote zou zeker iets bij te dragen hebben t.g.v. je 40 jarig werkzaam leven, zij was altijd vol lof en voelde zich geheel ontspannen als ze bij jouw een behandeling gehad had.

Kees Wientjes.



Interview

Wat u altijd al had willen weten

Op 8 juni 2019 is het 40 jaar geleden dat Monique als schoonheidsspecialist begon. Waarom kiest iemand eigenlijk voor dit beroep? Welke opleiding heb je hiervoor nodig en nog veel vragen meer. We gingen bij haar op bezoek, leest u mee?

Hoe ben je in het vak van schoonheidsspecialist terechtgekomen?

Na mijn mavo-diploma wist ik nog niet precies wat ik wilde worden. Wel dat het iets in de richting van verzorging van mens of dier moest zijn. Mijn moeder had altijd schoonheidsspecialist willen worden. Hoewel het er voor haar niet van gekomen is, bracht zij mij op het idee om deze opleiding te gaan volgen. Ik had in die tijd veel last van acne en werd niet meteen warm van deze gedachte. Ik dacht dat dit niet met elkaar rijmde. Het was uiteindelijk de directrice van Dangremond in Den-Haag die mij over de streep trok. Ze zei: "tegen de tijd dat je gediplomeerd bent, ben je ook van je acne af." Pas later kwam de passie voor het vak.

Hoe ben je begonnen als schoonheidsspecialist?

Na het behalen van mijn vakdiploma woonde ik nog bij mijn ouders. Ik mocht de logeerkamer gebruiken als salon. Mijn moeder had een wastafel en warm water laten plaatsen. De eerste behandelingen vonden plaats op een voor die tijd luxe tuinstoel met roze stoelhoezen en handdoeken. Mijn eerste klanten waren familie en vrienden. Zo ook Liesbeth, die nog steeds klant bij mij is en deze glossy voor mij heeft gemaakt. Ik gaf de behandelingen alleen

in de avonduren omdat ik overdag nog in de kledingbranche werkte.

Welke diploma's en certificaten heb je gehaald?

Naast mijn mavo-diploma heb ik de vakdiploma's schoonheidsspecialiste A en B, pedicure + manicure en Manuele Lymfe Drainage 'MLD'. Daarnaast heb ik ontzettend veel vakgerelateerde certificaten. Het zijn er te veel om op te noemen. Vandaar dat ik er een collage van heb gemaakt.

Met welke merken ben je begonnen?

Tijdens de opleiding werkten we met dr. Eckstein van Cosinta. Dit is nog steeds mijn groothandel. Ook met de azuleen creme en vitavocol die gemaakt werden door apotheker Deurloo in Rijswijk. Dit is veel later Nouvital geworden en de productlijn is veel uitgebreider.

Met welke merken werk je nu?

Ik werk met verschillende merken maar heb niet overal de complete lijn van. Ieder merk heeft zijn eigen kwaliteit en daardoor bied ik voor ieder wat wils. Dit zijn de merken waar ik mee werk:

Dr. Eckstein - heeft meer dan honderd producten en viert dit jaar zijn 70 jaar bestaan.

Nouvital - heeft zijn apothekersuitstraling behouden en is innoverend.

Medex - heeft een goede 5/7 dagen deodorant zonder geur en een 8 uurs handcrème.

by Jolanda - voor alle voetverzorgingsproducten.

Courtin - diverse producten op basis Tea Tree olie.

Vision - zonbeschermingsproducten zeer waterbestendig.

Biomaris - is een diepzeeproduct en heeft o.a. een mooie body- en mannenlijn.

Kae - ook wel het Marokkaanse goud met als hoofdbestanddeel argan. Op diverse producten heeft het een ecocert en cosmebiolabel.

BDR - huidverbetering voor alle huidtypen met o.a. twee soorten fruitzuur.

Treatment - echte wellness body producten met overheerlijke natuurlijke geuren.

Ik heb de producten van deze merken zorgvuldig geselecteerd en sta er volledig achter. Al deze merken gebruiken geen minerale oliën en hebben hun eigen specifieke werking.

Hoe en waar hou je je kennis bij?

Mijn vakkennis haal ik o.a. uit de vakbladen voor de schoonheidsspecialist, voetverzorging en orthomoleculair. Maar ook uit boeken en internet. Ik bezoek vakbeurzen en congressen en volg seminars, webinars, e-learning en



Klant(en) aan het woord

Monique van de 40 jaar waarin jij je beroep uitoefent mag ik zo'n 30 jaar jouw klant zijn. Eerst woonachtig in Delft en nu alweer 26 jaar in Maassluis. Ik hoor je nog zeggen OOOh over een poosje vind je het te ver, maar nee hoor dan ken je Wil Poot nog niet. Als klant ben ik heel trouw maar dat zegt meer over diegene die mij zijn of haar diensten aanbiedt. Jouw kracht is door alle jaren heen geweest: Steeds weer opnieuw kennismaken met nieuwe technieken en nieuwe producten welke je nooit worden opgedrongen. Bij jou staat de tijd niet stil en door je prettige en vriendelijke omgangsvormen is een bezoek aan jou een ware verwennerij. (alhoewel niet elke behandeling poezelig is.) Er waren ook wel wat schrikmomenten en de eerste was toen je aankondigde dat je zwanger was. Enig Monique gefeliciteerd maar ze zal toch niet gaan stoppen? De rust keert weer maar de volgende schrik was van ernstige aard toen je man ziek werd. Gelukkig hebben jullie dat achter je gelaten.

Samengevat

40 jaar schoonheidsspecialiste waarvan ik 30 jaar klant,
Monique jij zorgt voor een professionele menselijke hechte band.
40 jaar vernieuwen en op de hoogte zijn van de laatste trend,
Een klant voelt zich met zo een servicebeurt, zeer verwend.
40 jaar informatie over reizen, voeding, beurzen of kerstbomen met kluit,
O ja en niet te vergeten wat is goed voor de huid.
In die 40 jaar heb je ook kinderen gekregen dochters wel twee,
Als klant groeiden wij in hun en belevenissen mee. (dochteren jullie moeder is echt wel discreet hoor)
Monique gefeliciteerd met je jubileum en wat betreft je behandelingen, dank daar voor,
En ach je doet je werk met plezier dus ga alsjeblieft nog even door.

Met een hartelijke groet

Wil Poot

workshops. Ook ben ik lid van de vakorganisaties ANBOS en Provoet die je op diverse manieren informeren.

Welke behandelingen geef je?

Eigenlijk op een heel breed terrein. Ik ben namelijk geïnteresseerd in mens, lichaam en geest. Ik geloof dat ons hele ZIJN hier op de wereld met elkaar verbonden is. Maar nu concreet. Ik geef verzorgende en huidverbeterende gezichtsbehandelingen, gezichts- en lichaamsmassages, pedicure en manicure, ontharen zowel met natuurlijke suikerpasta als het definitieve elektrisch verwijderen van haar, het verwijderen van pigmentvlekken, wratten, bloedblaasjes met coagulatie (verbranden), manuele lymfedrainage, oorreflex/accupunctuur en advies in voedingssupplementen.

Wat is dan nu je specialisatie?

Ik vind het moeilijk een antwoord hierop te geven. Maar als ik van de reacties van mijn klanten mag afgaan, zijn het de massages. Eigenlijk verdiep ik mij in alles waar ik mee bezig ben dus tja, alle behandelingen zijn speciaal.

Wat zijn jouw toekomstplannen?

Na 40 jaar wil ik zeker niet achterover gaan leunen. Er is nog zoveel te leren, al wordt het

'Ik ben geïnteresseerd in alles wat op mijn pad komt, ook als mijn klanten mij iets vragen. Als het bij mijn visie past, zal ik er zeker gehoor aan proberen te geven'

tempo op mijn 59ste levensjaar wel wat langzamer. Sinds april werk ik ook met zuurstofbehandelingen in de salon. Wat in de verdere toekomst wil ik de opleiding tot spatadertherapeut gaan volgen, dit is iets waar ikzelf last van heb en voor klachten aan mijn benen zelf ook naar een therapeut ga. Voor de rest ben ik geïnteresseerd in alles wat op mijn pad komt. Ook als mijn klanten mij iets vragen. Als het bij mijn visie past, zal ik er zeker gehoor aan proberen te geven. Dat is overigens al eens voorgekomen. Bij deze klant was fibromyalgie geconstateerd. Zij vroeg mij om de speciale massage te gaan volgen die bij deze ziekte past. Zo ontstond er een win-win situatie. Mijn klant hoefde niet te ver te reizen om de behandeling te ondergaan en ik was weer een vaardigheid rijker.

Massages voor huid-verjonging en -verbetering

Een jonge huid heeft een stevig bindweefsel. Dit komt omdat het veel collageen en elastine bevat. Als we ouder worden, vermindert de aanmaak van collageen en elastine. Het bindweefsel wordt dunner, de huid slapper en heeft minder rek. Hierdoor ontstaan er rimpels die uiteindelijk steeds dieper zullen worden.

Ik kan u diverse intensieve massages aanbieden, die zijn gericht op het herstellervermogen van de huid. De massages zorgen voor de activering van de doorbloeding in het bindweefsel. Hierdoor wordt de aanmaak van collageen en elastine-vezels gestimuleerd. Voor een optimaal resultaat adviseer ik een kuur van zes achtereenvolgende sessies, die één keer per week plaatsvinden. Dit zorgt ervoor dat de celvernieuwing en de conditie van de huid verbeteren. Daarna raad ik aan om één keer per maand een onderhoudsmassage te laten doen voor minder rimpels, een gladde huid en een mooie gezonde glans.

Bindweefselmassage heeft verschillende technieken die vrij diep en intensief zijn. Hierdoor kunnen reacties ontstaan. Zeker tijdens de eerste twee behandelingen zijn deze het heftigst. Tijdens de massage worden verklevingen losgemaakt, dat kan je dan ook goed voelen en zien. De grepen bestaan uit rol-, kneed-, haak-, haal- en rektechnieken. Soms sluit ik af met manuele lymfedrainage om de afvoer van afvalstoffen zo te bevorderen.

Deep Tissue massage lijkt een beetje op de bindweefsel massage. Deze variant wordt heel diep in het weefsel uitgevoerd, op het onderhuids bindweefsel en op de spieren laag. Met heel langzame en rustige grepen (soms met vingers en soms met vuisten) wordt u zonder tussenstof zoals olie gemasseerd.

Pincements zijn een serie korte massage-knepen die in snel tempo achter elkaar worden uitgevoerd. De massage kan oppervlakkig en diep gegeven worden. De pincements hebben een positief effect op de doorbloeding, het bindweefsel, de bloedvaten, de werking van de klieren van de huid en de verbinding tussen de opperhuid en het lederhuid. Dit is de methode bij uitstek voor de huid-verjongende behandelingen.

Guasha massage is een unieke schraaptechniek uit China. Met plat gemaakte edelstenen of hoorn van een koe worden de

afvalstoffen uit de huid en het onderhuids bindweefsel geschrapt. "Gua" betekent schrapen en "Sha" betekent afvalstoffen. Dit kan op het lichaam verkleuringen geven in de vorm van blauw/paars/rode vlekken. Deze verkleuringen verdwijnen na een week maar geven wel de blokkades aan waar zich veel afvalstoffen hebben opgehoopt. Op het gezicht wordt de behandeling aangepast zodat deze de huid niet verkleurt. Guasha is een diepe bindweefsel massage die reinigend, ontgiftend en stimulerend werkt op de bloedsomloop. Het heft blokkades op en geeft energie. In het gezicht vermindert het de rimpels. Door het monotone werken, is deze techniek ook heel ontspannend.

Cupping of schröpfen is een vacuüm- en zuigmassagetechniek uit China. Ik maak tijdens deze behandeling gebruik van kunststof bollen die vastgezogen worden op de huid. Als eerste breng ik massageolie aan op de huid. Met de cup wordt de huid vervolgens opgebald en zodat ik deze langzaam om de huid kan laten glijden. Hierdoor wordt de huid losser gemaakt van het onderhuids bindweefsel wat voor minder rimpels zorgt. Het laat de huid beter ademen, de poriën openen zich, de doorbloeding verbetert als ook de celstofwisseling. Alleen op het lichaam kan ik de cups lokaal op de huid laten staan als een effectieve pijnbestrijding. Na de behandeling heeft u op het lichaam wel ronde blauwe plekken. Deze zorgen voor veel activiteit in de huid maar zijn na een paar dagen weer verdwenen.

De huid wordt losser gemaakt van het onderhuids bindweefsel en zorgt voor minder rimpels

Wist u dat u ook zelf met de Guasha hoorn of Cupping bollen het gezicht kunt masseren? Als u iedere dag gedurende tien minuten uw gezicht hiermee masseert, worden de rimpels minder diep, verbetert de doorbloeding waardoor uw huid er fris en stevig uit ziet.

Wist u dit?

- Drink na een massage extra water of kruidenthee. Hierdoor verloopt het ontgiften beter en het helpt voor de afvoer van afvalstoffen uit uw lichaam.
- Regelmatig een massage werkt preventief voor een goede gezondheid. Het immuunsysteem wordt namelijk hierdoor gestimuleerd en het lichaam blijft in balans.
- Tijdens de massage wordt endorfine aangemaakt. Endorfine heeft pijnstillende eigenschappen en geeft een gevoel van welbevinden en geluk. Het wordt ook wel het gelukshormoon genoemd.
- Ik tijdens al mijn massages uitsluitend gebruik-
maak van natuurlijke oliën.



Bindweefselmassage



Guasha massage



Cupping

Hoe blijft u fit?

“Dry Washing” is een Taoïstische massage en oefening die u zelf kunt toepassen. Dit ochtendritueel verhoogt de concentratie, maakt de geest helder en beschermt ons tegen negatieve energieën.

1. Zit in kleermakerszit en adem 50 keer door de neus in en uit.
2. Drie keer door de mond uitademen en 36 keer met uw boven- en onderkaak klapperen.
3. 18 keer uw oren masseren, daarna met de handpalmen de oren afdekken en aandrukken. Kam vervolgens u haren met uw vingers en masseer daarna de hoofdhuid krachtig.
4. 18 keer met de tong langs uw tanden ronddraaien; linksom en rechtsom. Het speeksel doorslikken.
5. Doe uw ogen dicht en wrijf 18 keer over de oogleden en 18 keer over de wenkbrauwen.
6. Gezichtsmassage. Leg uw handen op uw voorhoofd en beweeg ze 36 keer neerwaarts over de ogen, neus en kin. Daarna 36 keer opwaarts.
7. Dan volgt het neuswrijven met de duimen aan weerszijden langs de neus. Wrijf 18 keer heen en weer.
8. Nek. Leg uw handen met verstrengelde vingers in uw nek. Druk met de nek tegen de handen en geef tegendruk.
9. Schoudermassage. Leg de rechterhand op de rechterknie en de linkerhand masseert de rechterschouder met draaiende en knedende bewegingen. Daarna de andere schouder door de linkerhand op de linkerknie te laten rusten en met de rechterhand de linkerschouder te masseren. 18 keer per schouder.
10. Rotatie van de wervelkolom. Leg uw rechterhand op uw linkerschouder en uw linkerhand op uw rechterschouder. Adem in en draai het bovenlichaam al uitademend naar links en met inademing weer terug naar de midden positie en dan de andere zijde. 7 keer per kant.
11. Span de boog. Maak de beweging van boogschieten en blijf naar voren kijken. 7 keer.
12. Armzwaaien. Maak de handen losjes tot een vuist met de handpalm naar boven en maak een boks beweging en laat de vuist weer zakken. 18 keer om en om bewegen.
13. Massage van de nieren. Wrijf de handpalmen warm en leg ze op de nierstreek en van uw rug. Maak 36 keer op- en neergaande massagebewegingen.
14. Massage van het heiligbeen. Masseer met gestrekte vingers van beide handen aan weerszijde van het heiligbeen door 36 keer op en neer te gaan.
15. Tan-Tien massage. Leg de linkerhandpalm op de onderbuik en de rechterhandpalm op de rechterknie. Wrijf met de linkerhand met de klok mee 100 cirkels. Daarna met de rechterhand op de onderbuik en draai 100 cirkels tegen de klok in.
16. Massage van de knieën. Leg de rechterhand op de rechterknie en de linker op de linkerknie en maak 100 keer gelijktijdig draai-wrijf bewegingen.
17. Weefoefening. Zit nu met gestrekte benen op de grond en de tenen wijzen naar boven. Adem in en druk de handen richting de tenen en als het bovenlichaam zich naar voren buigt, adem dan uit. Herhaal de rek- en strekbeweging 30 keer.
18. Massage van het Yong-Chuan punt. Dit punt bevindt zich midden op de voetzool van de voorvoet. Masseer deze met de duim door 100 keer met kleine cirkelvormige bewegingen.
19. Ondersteun de hemel: afsluitoefening. Ga staan met de voeten iets uit elkaar, de armen langs het lichaam, breng de armen naar voren en verticaal omhoog en buig met het bovenlichaam zo ver mogelijk naar achteren. Haal tijdens deze beweging diep adem en buig aan het eind van de diepe inademing snel voorover en pak de knieën beet. Tijdens deze beweging houdt u uw mond open en stoot één adem krachtig uit. 3 keer herhalen

De kracht van een fijn netwerk

Als eenmanszaak ben je best kwetsbaar. Wat is het dan fijn dat je op je collega's kunt rekenen om de continuïteit voor de klanten te kunnen waarborgen. Zo is het ook fijn om te sparren over je vak of om zelf heerlijk op de behandelstoel van je collega te liggen en een behandeling te ondergaan.

Ieder heeft zijn eigen specialiteiten en zo kunnen we elkaar ook wel eens klanten toespelen.

In mijn tweede jaar (1978) van de opleiding Schoonheidsspecialiste, leerde ik **Ria** kennen. Heel snel kwamen we erachter dat we dezelfde ambitie hadden, namelijk om een eigen schoonheidssalon te runnen. Elke maand gaven we elkaar een gezichtsbehandeling. Tijdens deze heerlijke sessies wisselden we meteen ideeën uit, bijvoorbeeld over de werving van klanten. In die tijd waren stages niet aan de orde om kennis op te doen en ook hadden we niet het gemak van internet. Kortom, je bedrijf ontstond vooral door te pionieren. En zo organiseerden we open huizen en demonstreerden we de stappen in een gezichtsbehandeling en legden we het doel uit. Hoewel Ria in 1990 voor een ander beroep koos, zijn we vrienden voor het leven gebleven.

In 1990 was mijn eerste zwangerschapsverlof. Hoewel ik tijdelijk uit de running was, nam **Dona** de honneurs voor mij waar. Ik had dat zo geregeld zodat mijn klanten geen hinder hiervan zouden hebben en gewoon op het vertrouwde adres hun schoonheidsbehandeling konden krijgen. Na deze periode heeft Dona kort een eigen salon gehad en is daarna overstapt naar het onderwijs.

Ook in de pedicuresalon werd ik enorm geholpen door **Yvonne**. Aan die samenwerking kwam een einde toen zij naar een andere stad verhuisde. Heel leuk voor haar is dat zij daar een eigen praktijk is begonnen.

Tijdens mijn tweede zwangerschapsverlof in 1992 verving **Silvia** mij. Ook toen ik weer aan het werk ging, heeft zij mij een aantal jaren op de maandagen ondersteund. Ik ben haar nog steeds dankbaar hiervoor. We zijn nog steeds vrienden/collega's en geven elkaar van tijd tot tijd gezichtsbehandelingen. Soms gaan we samen naar workshops. Wij zijn ieder onze eigen kant van het vak opgegaan en respecteren elkaar als mens en collega.

Bij **Annet** kwam ik regelmatig voor een heerlijke gezichtsbehandeling en zij kwam bij mij voor een pedicurebehandeling. Ik kijk terug op fijne en diepgaande gesprekken over van alles en nog wat. Niet in de laatste plaats over alle veranderingen in ons vak. Annet is nu met pensioen.

Ik ontmoette **Angeles** in 1999 bij Consinta tijdens een cursus van dr. Eckstein over speciale behandelingen. We hielden contact en zo nu en dan behandelden we elkaar. Toen zij haar praktijk stopte, heb ik haar BDR-ap-

paratuur kunnen overnemen. Angeles is nu kunstenaar schilderen en geeft workshops. Natuurlijk komt zij nog regelmatig in mijn salon voor een BDR-behandeling om haar huid te laten stralen.

Marjan. Beiden wilden we een certificaat Diabetische voetverzorging in 2005. We kenden elkaar toen nog niet. Hoe leuk was het om tijdens de voorstelronde erachter te komen dat we allebei Albers heten en toch geen familie zijn. Over toeval gesproken. Bleek later ook nog dat Marjan een paar jaar bij mijn zus in de klas heeft gezeten.

Nollie ontmoette ik in 2009 voor het eerst in de bus naar het ANBOS-congres. We hadden meteen een klik. We hebben de hele rit onafgebroken met elkaar zitten praten. Niet geheel geruisloos, mag ik wel zeggen. Soms dacht ik dat de medereizigers ons als enfants terribles bestempelden met al ons praten en lachen. Een paar jaar later, in 2014, zijn we in onze salons begonnen met de huidverbetering van BDR. We zien elkaar nog regelmatig, bezoeken workshops en geven elkaar BDR-behandelingen. En, we sluiten steeds het jaar af met een etentje maar dan met de mannen erbij.

En wat vinden zij ervan?

Angeles, Marjan, Nollie, Silvia en Ria aan het woord

In 1999 hebben we elkaar ontmoet bij Cosinta, groothandel en bijscholingen. Wij hadden een bijscholing van speciale behandelingen met de Dr. Eckstein producten. Bij Cosinta is het altijd gezellig en goed verzorgd en tussen de lezingen en tijdens de lunch konden we bijpraten.

Mooi hoe ieder zijn eigen specialiteiten in huis heeft. Monique, gek op voeten, met pedicure en ik met elektrisch ontharen, gek op naaldjes. Het contact tussen ons is altijd gebleven. Wij zagen elkaar als collega's en niet als concurrenten.



In 2014 ben ik gestopt met mijn bedrijf, en ondanks dat Monique niet van naaldjes hield, heeft zij mijn antirimpel BDR-apparaat overgenomen (toch naaldjes, haha). Niet zolang geleden vroeg ik aan Monique tot wanneer ze doorgaat met werken. "Oh, Angeles, aan stoppen wil ik niet denken." Dus voorlopig laat ik me regelmatig door haar behandelen. Monique is niet alleen een fantastisch vakvrouw, maar ook altijd attent en gezellig. Lieve Monique, ik wens je nog vele plezierige werkjaren.

Hartelijke groet, Angeles

Onze eerste ontmoeting was bij de cursus diabetische voet. We hebben allebei dezelfde achternaam dus dat was wel een aparte situatie. terwijl we helemaal geen fam. zijn. We hadden al snel een "klik". Zo bleek ook nog dat we wederzijdse vrienden/kennissen hadden.

Jaren geleden hebben wij samen een congres in Utrecht bijgewoond. Op de terugweg in de trein belandden we per ongeluk in een stiltecoupé, tot ergernis van de medereizigers, wij waren namelijk nietsvermoedend heerlijk aan het kletsen.

Wat ook leuk was de keer dat we samen naar de vakbeurs zijn geweest, ik als nieuwkomer en Monique als doorgewinterde vakvrouw. Monique wist overal de weg en kende alles en iedereen daar. Voor mij was het een indrukwekkende dag.

Ook hebben samen een cursus gellakken gevolgd bij Podiamed. Monique had met Jolanda de eigenaresse geregeld dat wij een prive cursusje konden volgen, heel leuk. Ik maak er nog vaak gebruik van.

Liefs Marjan



Hey schuif eens een stukkie op, ik wil daar ook zitten. Dat was mijn eerste kennismaking met Monique op 17 april 2009. Nee hoor, ik vroeg vriendelijk aan

haar of ik naast haar mocht komen zitten in de bus op weg naar het ANBOS-congres in Aalsmeer. De rest van de dag supergezellig met elkaar opgetrokken en genoten van Karin Bloemen.

Na die dag bleven we elkaar tegen komen bij Cosinta: Kaé-dag (of was het Biomaris? Eckstein?) en dan zag ik Monique weer in de stoel liggen op een open dag om een BDR-behandeling te ondergaan.

Monique en ik zijn eigenlijk allebei niet zo van de apparaten, maar op één of andere manier werden we allebei wel heel erg enthousiast over BDR en dan komt er dus toch zo'n apparaat in de salon met allerlei hand- en opzetstukken. We hadden elkaar hard nodig om daar allemaal wijs uit te worden.

Dus op die manier ontstond er steeds meer

een vriendschap tussen ons, wat mij betreft zelfs een waardevolle vriendschap.

Regelmatig behandelen we elkaar met BDR en wisselen we ervaringen uit, bij Monique zit daar meestal een heerlijke lunch bij door haar man Jan verzorgd.

We gaan best veel met elkaar om, maar het heeft eigenlijk altijd wel met ons vak te maken en dat combineren we dan met een hapje en een drankje.

Kortom, ik ben blij dat ik op 17 april 2009 naast Monique Albers ben gaan zitten.

Lieve Monique, van harte gefeliciteerd met je jubileum en ik hoop dat we nog veel plezier van elkaar mogen hebben.

Liefs,

Collega/vriendin, Nollie

Monique zocht een vervangster voor haar salon tijdens en na de zwanerschap van Aida. Ik belde haar op naar aanleiding van een advertentie in de krant en we hadden direct al een klik. Jan hoorde het aan de stem van Monique en zei, toen ze klaar was met ons telefoon gesprek: "nou dat is degene die je zoekt, geloof ik" en dat klopte.... Ik was het geworden! Ook met Jan klikte het en hoe bijzonder was het om in de buurt te zijn tijdens de weeën en de eerste jaren van Aida. Viola liep al rond en die gaf ik tussen de klanten door weleens een boterhammetje, waarbij ze me een keer hard in mijn vinger heeft gebeten, dat soort momenten vergeet je nooit meer hahaha. Ik heb de salon van Monique "overgenomen" van januari t/m juni in 1992, daarna ben ik nog 1 dag in de week gebleven tot ik mijn eigen praktijk begon in 1997. Monique gaf in alle vertrouwen haar klanten aan mij over en daar ben ik haar erg dankbaar voor! Het was een hele leuke tijd om in haar salon te werken en om zulke leuke en lieve klanten te mogen behandelen.

Monique waardeer ik enorm als mens en als vriendin-collega. Ze heeft heel veel passie voor haar werk, is enorm begaan met haar klanten en blijft zich ontwikkelen. Monique heeft mij de "Nouvelle prise" massage geleerd, vele kennen deze als "de lange massage" en daardoor is mijn liefde voor massage ontstaan. We hebben dezelfde denkwijze over ons vak; de klant laten genieten, massage staat centraal en huidverbetering zonder allerlei inspuitingen en fillers.... Allebei zijn we een soort no-nonsense schoonheidsspecialistes hahaha.

Samen zijn we regelmatig op bijscholing geweest en leerde daar weer nieuwe vaardigheden waarvan we er vele nog steeds in praktijk brengen. We zijn geen concurrenten maar collega's die elkaar alles gunnen. We sturen klanten naar elkaar door en geven elkaar heerlijke behandelingen, want ook een keer zelf bij Monique in de stoel liggen is altijd heel erg fijn! Even zelf geen behandeling geven, maar een behandeling ondergaan want..... tja die massage hè.....zaaalliig.... Heerlijk om te geven, maar ook zooooo lekker om te



ontvangen. Monique, je bent een vakvrouw en een ontzettend lieve collega! Van harte gefeliciteerd met dit geweldige jubileum. Ik wens je nog vele succesvolle jaren toe in je praktijk en dat je nog met ontzettend veel plezier ons mooie vak mag uitoefenen!

Veel liefs,

Silvia

Wij hebben elkaar ontmoet in Den Haag in 1978. We deden onze opleiding voor Schoonheidsspecialiste bij Instituut Dangremond in de Boreelstraat. We ontmoetten elkaar in het tweede jaar van onze opleiding en behaalden allebei op 8 juni 1979 ons diploma. In 1978 was ik 31 jaar en jij was 18 jaar. Ik was inmiddels een moeder van 2 dochters, ik dacht in jouw ogen, gezien het leeftijdsverschil "een ouwe taart" maar dat leeftijdsverschil was geen enkele belemmering en is het ook nooit meer geworden in de afgelopen 40 jaar. Zowel voor jou als voor mij niet. Jij was nog single. Toen wij elkaar ontmoetten was je echt nog zo'n jong veulen. Je zat het liefst met je voeten op het dashboard en kletste honderduit over wat je allemaal meemaakte met je vrienden en

Ik had mijn dochters op één kamer gelegd en de kleinste kamer ingericht met een tuinstoel en een klein tafeltje met daarop een teiltje voor het water en nog wat spulletjes. Zeer sober begin van beide kanten. Jij werkte overdag nog in die damesmodezaak in Wassenaar en 's avonds en in het weekend behandelde je de mensen uit je omgeving. Je had wat dat betreft een flinke voorsprong op mij want je bent geboren en getogen in Delft dus jij kende al heel veel mensen. Toen je officieel aan je salon begon had je dus al een groot netwerk. Maar in netwerken ben je nog steeds heel goed. Dat vind ik ook een positieve kwaliteit. Ik verhuisde al snel naar een ander huis, waar mijn dochters weer een eigen kamer kregen, en begon daar mijn salon met een echte stoel en andere materialen die je nodig had om

vonden we beiden en we waren bovendien erg leergierig. Jij nu nog steeds trouwens. Want wat jij inmiddels al niet bijgeleerd heb daar heb ik echt ontzag voor. Inmiddels ben je een echte bolleboos geworden.

We begonnen met nieuwe massages te leren, allereerst bij Cosinta in Bleiswijk. Samen gingen we ook op zoek naar muziek en hielpen elkaar om de juiste muziek op te zoeken om bij de massage af te spelen. Goeie muziek vonden we een belangrijk onderdeel. Een goeie massage vonden we beiden een belangrijk onderdeel van onze behandeling. Goeie gesprekken met onze cliënten maakten voor ons het werk interessant en leuk maar tijdens de massage wordt er liever niet gepraat.

Wat is het verschil tussen collega's, een goeie kennissen en wanneer word het vriendschap? Voor mij was ze al snel een vriendin. Ik vond haar zo leuk.

Monique is heel trouw in haar vriendschappen. Ik geloof niet dat ze ooit ruzie heeft gehad met iemand uit haar vriendenkring. Ook wij hebben nooit ruzie gehad.

Na 10 jaar als schoonheidsspecialiste met een salon aan huis gewerkt te hebben wilde ik graag samen met Monique een ruimte in de stad huren om met haar een schoonheidssalon te gaan beginnen. Ik wilde graag met mijn bedrijf het huis uit en samen met Monique gaan werken. Helaas zag ze dat niet zitten. Ze gaf voor mij daar ook een heel begrijpelijke reden voor. Alleen een ruimte huren durfde ze niet aan. Daarom ben ik een heel andere kant opgegaan, maar onze vriendschap blijft en is dus ook al 40 jaar oud. We zien elkaar nu minder vaak, maar zodra wij elkaar zien is het alsof we elkaar gisteren nog spraken. We komen altijd tijd te kort om bij te praten. Maar onze vriendschap is er en blijft ook zo.



vriendinnen tijdens het uitgaan en wat je met carnaval beleefde.

Jouw gezelschap, samen in die auto op weg naar onze opleiding, waren voor mij geluksmomentjes. Tijdens de les gingen we allebei onze eigen weg en belemmerden elkaar niet in de omgang met de andere vrouwen uit onze groep. Onze klas bestond uit een hele leuke groep vrouwen.

Ik voelde me zielsgelukkig in die tijd en daar heb jij Monique een behoorlijke steen aan bijgedragen. Die opleiding vond ik geweldig maar dat laatste jaar van de opleiding samen met jou was voor mij het gouden randje om het diploma.

Na ons examen begonnen we allebei op een tuinstoel in een klein kamertje. Jij woonde nog bij je ouders en had daar een kleine ruimte geschikt gemaakt voor het begin van je salon.

het werk van schoonheidsspecialiste goed uit te kunnen voeren. Zo richtte ik mijn salon professioneel in.

Als ik me goed herinner leerde jij in datzelfde jaar Jan kennen. Het werd mij wel duidelijk in jou verhalen van toen dat Jan erg zijn best moest doen voor jou. Je gaf je niet zomaar gewonnen "You where playing hard to get" Maar je maakte wel een goeie keuze met Jan. 22 mei 1981 trouwde je met Jan en je vroeg mij om je op te maken. Uiteraard deed ik dat want dat vond ik wel een hele eer. Na je huwelijk gingen jullie eerst in de Mozartflat wonen. Daar begon jij je officieel je salon met een echte stoel en stoomapparaat en verdere benodigdheden voor een professionele salon. Al snel had je een goed lopende zaak. Bijscholing in ons vak daar begonnen we al snel mee. Want stilstand is achteruitgang

Monique is verder gegaan zij is inmiddels al 40 jaar verder met haar salon. Ze heeft ook zo enorm veel bijgeleerd. Ze is mij allang voorbij gestreefd met haar vakkennis en kunde. Ik heb enorme bewondering voor haar energie en enthousiasme. Het plezier in haar vak heeft ze al die jaren behouden en goed onderhouden. Ze is een warme, hartelijke, enthousiaste, positieve persoonlijkheid. Ik gun je er nog zeker 20 jaar bij. Ook wel veel blijven reizen samen met Jan en genieten van het leven.

Lieve groet,

Ria



Schoonheids- en pedicuresalon Monique Albers
Hugo de Grootstraat 111
2613 VR Delft
015 212 16 38

www.moniquealbers.nl

 [schoonheidsenpedicuresalonmoniquealbers/](https://www.facebook.com/schoonheidsenpedicuresalonmoniquealbers/)

 [albers_monique](https://www.instagram.com/albers_monique)