



Robert Jensen gehalveerd

Veronica zet het mes in de talkshow van Robert Jensen. De zender schrapt de donderdaguitzending van het programma, getiteld Jensen Later, wegens tegenvallende kijkcijfers. Jensen Laat, zoals de maandaguitzending heet, blijft wel op de buis. De geschrapte donderdagafleveringen worden ook nog uitgezonden op maandag. De zender vult het ontstane gat in de programmering onder meer op met herhalingen van Wegmisbruikers. De 40-jarige dj maakte begin vorige maand zijn comeback op televisie met de talkshow, die twee keer per week te zien is. De laatste aflevering van Jensen Later trok 167 duizend kijkers.



Borgman niet in de prijzen

De Gouden Palm, de belangrijkste prijs op het filmfestival van Cannes, is gisteren uitgereikt aan het lesbische liefdesdrama La Vie d'Adèle van Abdellatif Kechiche. De jury onder leiding van Steven Spielberg liet Borgman van Alex van Warmerdam, de eerste Nederlander in 38 jaar die deel uitmaakte van de competitie, niet in de prijzen vallen. Eerder werd wel de jonge actrice Elve Lijbaart geëerd voor haar rol in Borgman. Zaterdagavond won ook de Nederlands-Palestijnse regisseur Hany Abu-Assad een prijs. FOTO: AFP



Vaker nieuwe gezichten in DWDD

De Wereld Draait Door-baas Diewu Wynia geeft gehoor aan de kritiek dat er zo veel terugkerende gasten zijn in De Wereld Draait Door. Ze probeert dit te voorkomen. Dat vertelt ze in dagblad De Brug. Wynia is het niet volledig eens met de kritiek. „Ik probeer te voorkomen dat bepaalde gasten te vaak aan tafel zitten. Dat is niet goed voor het programma, maar ook niet voor de gasten. Anderzijds: we leven nu eenmaal niet in Amerika, het aanbod is in Nederland gewoon kleiner“, zegt ze.

Bill Clinton feliciteert Eva Longoria

Bill Clinton heeft Eva Longoria gecompliceerd met haar diploma. „Bedankt dat je anderen inspireert om nooit te stoppen met leren“, twitterde de oud-president naar de actrice, die een master behaalde in Latijns-Amerikastudies. „Dankjewel meneer de president“, stuurde de 38-jarige Longoria terug. De actrice, onder meer bekend van de serie Desperate Housewives, deed zo'n drie jaar over de studie. FOTO: BRUNOPRESS



Binnenkort op je bord

Als ergens de trends zijn te spotten die uiteindelijk ook in je Nederlandse voedingspatroon zullen worden opgenomen, dan is het wel in Los Angeles. Orthomoleculair voedingsdeskundige Tessa van der Steen spotte aldaar de laatste foodtrends. DOOR SIGRID STAMKOT



He shou wu

Wat zegt u? He shou wu, in Amerika bekend als Ho shou wu, is een kruid dat helpt de balans in ons lichaam te herstellen in mentale deadlines, werkdruk, onzekerheid) en fysieke (intensieve training, fysiek zware baan, druk leven) stresssituaties. Het heeft een positief effect op de haargroei en behoud van de haarkleur (gaat grijs worden tegen). He Shou Wu betekent dan ook head full of black hair in het Chinees. Maar het doet meer: zo versterkt het het immuunsysteem, houdt het de lever en de nieren in conditie, remt het de veroudering en vermindert eczeem en een droge huid.

Het kruid wordt verwerkt in zogeheten health elixers, de opvolger van de smoothies. Die zijn op hun retour vanwege de suikers van het fruit, zo concludeerde Van der Steen. Elixers zijn drankjes met kokoswater en een flinke lepel kokosolie, en ingrediënten als goji berries en chiazaad, maar met extra bijzondere toevoegingen als dus He shou wu.



Chiazaad

Ook het chiazaad is al bekend bij ons. De zaden worden door health geïnteresseerden al door de yoghurt geroerd, of door de ontbijtsmoothies gemixt. Van der Steen spotte in Los Angeles diverse kant en klare producten waar het chiazaad in is verwerkt: chia pudding, bijvoorbeeld, met kokosmelk, echt fruit en dus chiazaad. Ook energierepen met chiazaad, dat zorgt voor een gevuld gevoel, goed is voor een stralende huid, je vitaal houdt en je cognitieve vermogen versterkt, zijn gewoon in de supermarkt te koop, en in restaurants worden er diverse gerechten mee gemaakt, of wordt het door de thee geroerd.



Moringa poeder

Moringa poeder wordt gemaakt van de bladeren van een boom die in onder meer India, Zuid-Afrika en Azië groeit. Het poeder is rijk aan antioxidanten en geldt eigenlijk als een natuurlijke multivitamine, waardoor het gemakkelijker door het lichaam wordt opgenomen dan de standaard vitaminepillen. Het verhoogt de weerstand, helpt om veroudering tegen te gaan en levert energie. Wat cijfers: het bevat zeven keer meer vitamine C dan sinaasappels, drie keer meer ijzer dan spinazie en drie keer meer kalium dan bananen. Niet voor niets wordt het toegevoegd aan de reeds lange lijst van superfoods.

Het poeder is te gebruiken in smoothies en door de yoghurt, maar er zijn ook capsules die helpen bij het afvallen en zaden. Ook zag Van der Steen in Los Angeles moringa thee: „Met lauwe thee hiervan kun je ook goed je mond spoelen: moringa heeft een bacterie dodende werking en bevat geen chemische stoffen zoals het meeste mondwater. Het bevecht vooral de bacteriën die plaque veroorzaken.“

Stapje verder

Kokoswater en chiazaad, langzaam drinkende producten die de Nederlandse voedingspatroon binnen. In Amerika gaan ze, natuurlijk, een stapje verder met deze gezonde ingrediënten en zit het verwerkt in allerlei producten.

Zo wordt in Los Angeles steeds meer met kokoswater bereid. Een green smoothie's ochtends als ontbijt? Gemaakt met kokoswater. Een cocktail in een oververpeld bar? Grote kans dat die aangelengd is met dit wonderwater. Een eiwitshake op de sportschool? Precies, hiermee. Zelfs het ijs wordt samengesteld met kokoswater. Lekker, gezond en goed voor mensen met een koemelkallergie. Bovendien is kokoswater laag in kcal, rijk aan voedingsstoffen en een halve liter van dit drankje hydrateert al voldoende voor een hele dag. Daarnaast zit het vol met zogeheten elektrolyten, mineraalachtige stoffen die in je bloed zitten en die bij intensief sporten moeten worden aangevuld.

Er is steeds minder begrip voor de steeds terugkerende zomerstop op tv. FOTO: ISTOCKPHOTO.COM



DOOR ANNA TERESA BELLINZIS

Terwijl Nederland in de ban is van een lente die bestaat uit nachtvorst en dagtemperaturen van nauwelijks tien graden, maakt Bert Huisjes, hoofdredacteur van omroep WNL, zich boos om de zomerstop die inmiddels is ingegaan. Op tweets van ontstemde Vandaag de dag-kijkers die niet snappen waarom zij hun vertrouwde ochtendnieuws maandenlang moeten missen, antwoordt Huisjes: 'Niet op vakantie, maar van de buis vanwege opgelegde zomerstop. Helaas.' en: 'We

hebben NPO gevraagd ochtendshow WNL te verlenen, maar die hield vast aan zomerstop. Gevolg elk jaar: 3 mnd zomerontslag.'

Aan Spits legt hij zijn frustratie over het besluit van de Nederlandse Publieke Omroep uit. „Het is nog niet eens zomer! Dat je in juli, in de bouwvak als Nederland even stil staat, vier weken lang programma's stopt, dat snap ik nog wel. Maar nu heeft de kijker gewoon recht op weer, filnieuws en actualiteiten. Negen maanden lang investeren we in ons programma,

'Belediging van de kijker'

trekken we trouwe kijkers aan die we vervolgens gedurende drie maanden naar de commerciële sturen om ze dan weer met moeite terug moeten winnen.“

Huisjes is niet de eerste die de zomerstop liever ziet verdwijnen. Eerder, in 2011, pleitte Fons van Westerlo in zijn functie als voorzitter van WNL al voor een kortere zomerstop. Hij vergeleek het stopzetten van programma's als Pauw & Witteman en DWDD met het sluiten van AH in de zomermaanden. „We zouden raar opkijken als Albert Heijn het rond deze tijd welletjes vindt en het personeel een paar maanden vrijaf geeft“, was zijn redering. Vorig jaar was het cabaretière Claudia de Breij die in opstand kwam. „De Nederlandse televisie is op vakantie terwijl er geen betere televisie-zomer denkbaar is dan deze. Het EK Voetbal, Olympische Spelen, Tweede Kamerverkiezingen. De onderwerpen liggen voor het oprapen en goede gasten staan te trappelen: hoe moeten al die lijsttrekkers anders de kiezers

bereiken?“

En nu vindt Huisjes het zijn beurt om een vuist te maken. „Waar is die zomerstop vandaan gekomen? Uit het gevolg dat je kijkcijfers omlaag gaan en dus ook je kijkcijfergemiddelde, wat weer slecht kan zijn voor je naam? Maar dat neemt niet weg dat er gewoon actuele programma's op tv moeten zijn. Het hele jaar door.“ De hoofdredacteur is van mening dat het besluit van de NPO niet recht te praten valt aan de kijkers, danwel de belastingbetaler. „Het is een belediging naar hen toe. De kosten van de publieke omroep worden afgewenteld op sociale voorzieningen. De belastingbetaler krijgt geen ochtendnieuws, maar betaalt wel de uitkering van de nieuwsredacteurs. Die zijn namelijk niet op vakantie, maar massaal ontslagen. En met een beetje mazzel mogen ze na de zomer terugkeren. Dat is een ziek systeem.“

Een oplossing voor de zomerstop heeft Huisjes wel. Het is volgens hem een kwestie van prioriteiten stellen.

„De NPO moet zijn geld zinniger besteden. Waarom bijvoorbeeld steeds maar geld pompen in de hele dag kindertelevisie terwijl kinderen op school zitten?“

MOOI, MOOIER, MOOIST!!



Dagelijkse innamete steunt de vorming van collageen wat helpt om de huid te verstevigen.

COLLAGEM is verkrijgbaar bij DA, De Tuinen en de betere parfumerie-drogerij. Lees voor het kopen de verpakking. ONLINE? www.vitamin.nl

THE MOST SPECTACULAR TINA TURNER TRIBUTE EVER!

EMI WOKOMA & BAND SPECIAL GUESTS

Zaterdag 21 december 2013

GELREDOME Arnhem

START KAARTVERKOOP 25 MEI!

TICKETS (0,45 CP) 0900 1353

WWW.EXPERIENCE-GELREDOME.COM

ZWALUWHOEVE WELLENREDEBT