

AGENDA

17-21 juni • Amerongen

Zomerschool Moslims en het Evangelie; thema: 'Met moslims in gesprek over het Evangelie'; Evangelie & Moslims
Evangelie-moslims.nl

21 juni • Garderen

22 juni • Veenendaal

28 juni • Bunschoten-Spakenburg

29 juni • Kampen

Zomertourconcerten Gerald Troost en band in samenwerking met diverse artiesten
Geraldtroost.nl



26 juni • Damwoude

Radio-opname Laet ons de rustdag wijden; met o.a. ds. S. Boukes, ds. G. Timmer, Gereformeerd Drachtster Mannenkoor o.l.v. Bert van de Wetering en Jorrit Woudt (orgel)
EO.nl/laetonsderustdagwijden

28-30 juni • Amerongen

All Around vrouwenweekend; met o.a. Joke Tan, Michèle Bauermann, Jane Philippi, Nathalie Tan en Atav Roets; De Betteld Amerongen
Betteld-amerongen.nl



12-17 september • Duitsland

Nederland Zingt-reis 2013; met o.a. ds. Arie van der Veer, Henk Rothuizen, Martin Zonneberg, Heleen van Dijk en Mirjam Bouwman
EO.nl/nederlandzingt

Van het woord zomer geniet iedereen. Wat is de opzet van deze concertreeks?

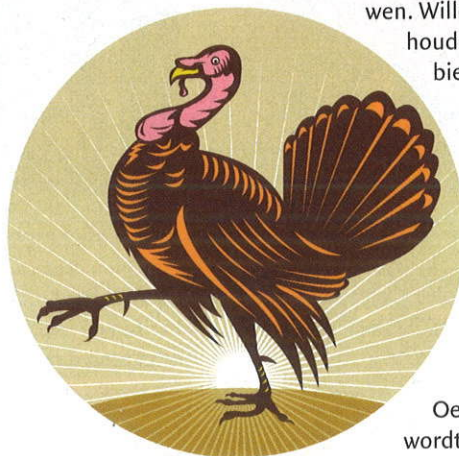
Gerald Troost: "Deze zomertourconcerten zijn avonden met zonnige meezingers, indringende luisterliedjes en een zomerse omlijsting. Op een verhalende manier zal ik je samen met andere artiesten meenemen op een muzikale en persoonlijke reis."

Met wie treed je op?

"De aftrap is op 21 juni in Gameren, waar ik samen met Nadiah speel. Daarna volgen Veenendaal met Matthijn Buwalda, Bunschoten-Spakenburg met Jubilation en tot slot Kampen met Higher Leven. Wat nog leuk is om te melden: om het zomerse karakter volledig tot z'n recht te laten komen, bieden we in de pauze verrassende hapjes en drankjes aan."

Echt mannenvoedsel

Houden vrouwen van een high tea met vooral veel chocolade, mannen staan liever rond een barbecue om zoveel mogelijk vlees te verorberen. Natuurlijk is dit veel te generaliserend, maar feit is dat mannen een heel andere voedingsbehoefte hebben dan vrouwen. Willen mannen bijvoorbeeld hun spiermassa op peil houden en oud worden met een gezonde prostaat, dan bieden deze producten soelaas:



Kalkoen – Rijk aan selenium, dat je immuunsysteem versterkt. Ook verlaagt het bijvoorbeeld de kans op prostaatkanker.

Banaan – Echt spierballenvoedsel vanwege de rijke hoeveelheid kalium. Dit mineraal zit overigens ook veel in tomaten, bonen en sinaasappels.

Oesters – Je moet ervan houden, maar je prostaat wordt er zeker blij van door de aanwezigheid van zink.

Rood-oranje groenten – Bij de meeste mannen niet altijd favoriet, maar wel rijk aan bètacaroteen, dat zorgt voor sterke botten. Voor echte mannen natuurlijk onmisbaar!

Genoeg van zoetsappigheid

Een hype. Zo mag je de explosieve groei van mannenbeweging De 4^e Muskietier best noemen. De christelijke mannenbeweging van onder anderen Henk Stoorvogel weet steeds meer mannen uit te dagen om mee te doen aan een karakterweekend onder barre omstandigheden. Ook liepen onlangs tientallen mannen een marathon in de Afrikaanse hitte. Het geheim van De 4^e Muskietier? Christelijke mannen hebben genoeg van zoetsappigheid in de kerk en willen geestelijk en fysiek uitgedaagd worden. De eerstvolgende weekenden zijn in oktober.

De4^eMuskietier.nl

