BAJESBLAD

EDITIE 40

VOOR POSITIVITEIT
REALITEIT EN INSPIRATIE

HIER
adverteren?
sales@timeys.nl

DE HERFST IS IN AANTOCHT

Als de zon loodrecht boven de evenaar schuift, spreken we van een equinox. Dit gebeurt twee keer per jaar, in de lente en in de herfst. De veranderingen in het licht zijn op dat moment het grootst, waardoor we de lente en herfst als intense overgangen ervaren. Je herkent het wel: je denkt ineens: wow! Is het nu alweer donker?
Op 23 september heeft de zon weer de equinox bereikt en worden de dagen snel korter.

Van Berge Henegouwen
Advocaten

Als het écht om uw vrijheid gaat!

Ruim 28 jaar ervaring in grote en kleine strafzaken

Rechtsbijstand op betalende basis en ook pro deo
043 - 3510 511

info@vanbergehenegouwen.com
www.vanbergehenegouwen.com

Cassatie?

Onze kennis en kunde is uw laatste kans...

De cassatiedesk van
WEENING
STRAFRECHTADVOCATEN

Zie laatste pagina voor meer informatie

'Scherp en doordringend'
Mr. Martin Iwema

Strafrecht en detentierecht
ook pro-deo - overal in het land

FeinerIwema advocaten

06 - 4640 5371 iwema@fiadvocaten.nl Westersingel 50B 3014 GV Rotterdam

thema herfst - exgedetineerde aan het woord - boeken pagina - TV gids - communicaite tips

Het begon als een grapje

Maria
EX-GEDETINEERDE

Oktober 2010 ging ik de fout in

IK was een negentienjarig meisje en net begonnen met mijn stage bij een reisorganisatie. Het was een oud pand in een winkelcentrum, weggestopt in een achterstandswijk.
Het begon als een leuke grap in de auto. We raakten in gesprek over mijn stage, ik gaf aan dat ik het vreemd vond voor een pand in een achterstandswijk dat daar geen camera's hingen of alarm. Toen nog vrienden, hoorden dit en gingen hier meer over vragen. Totdat een van de jongens met het idee kwam om in te breken en de kluis leeg te halen. Ik heb dit toen een beetje van me afgelachen het was natuurlijk een belachelijk idee, toch hebben ze mij over kunnen halen om mee te doen. Ik heb bijgehouden hoeveel geld er in de kluis aanwezig was en wanneer het geld opgehaald zou worden. Dit stond voor maandagochtend op de planning. Die vrijdagnacht in februari 2011 hebben ze ingebroken en de kluis leeggehaald. Maandagochtend was een normale stagedag voor mij en ben daar ook zo normaal mogelijk heen gegaan.

April 2011 melden bij de poltie

OP eens ontving ik mijn eerste brief van de politie of ik naar het politiebureau wilde komen voor verhoor, dit liep anders dan gedacht want in mei kreeg ik een telefoontje van het politiebureau dat ik me moest melden en een tas met kleding mee moest nemen. Op dat moment was ik met 2 vrienden in de stad wat drinken ik voelde letterlijk de grond onder mij verdwijnen. Dit betekende dat ik moest blijven en waarschijnlijk voor een langere tijd, waarom moet je anders je kleding meenemen.
Onderweg naar het politiebureau was ik zenuwachtig, bang, teleurgesteld maar vooral **DOM**. **Dom** dat ik zoiets heb kunnen doen,

Ik was 19 jaar, beinvloedbaar en naief maar vooral DOM

Dom dat zij mij zover hebben gekregen om hieraan mee te doen en **Dom** dat ik alles op het spel heb gezet.
Aangekomen op het politiebureau ben ik naar mijn cel begeleid en heb ik heel lang gewacht totdat er iets ging gebeuren. Ik was nooit eerder in aanraking gekomen met justitie, dus ik had ook geen idee wat mij allemaal te wachten stond.

Na ongeveer 4 uur ben ik overgebracht naar een cellencomplex. Gelukkig niet in een politieauto met handboeien, maar zo voelde ik me wel. Later op de dag ben ik weer verhoord door 2 agenten "good cop en bad cop" noem ik ze maar in de praktijk is het ook echt zo gegaan. Het was al snel duidelijk dat ik 2 opties had tijdens mijn verhoor. Optie 1 mijn mond houden wel met het risico dat ik langer zou moeten blijven of optie 2 mijn advocaat bellen en mijn verhaal doen. Ik heb voor het tweede gekozen het was het voor mij niet waard om nog langer te zitten voor iets wat ik eigenlijk niet wilde doen, maar toch in mee ben genomen.
Na het gesprek met mijn advocaat ben ik weer naar binnen gegaan en heb ik mijn verhaal gedaan.
Mijn eerste nacht in een politiecel was doodeng. Je bent beperkt met alles wat je wilt doen. Ik kan me nog goed herinneren dat ik naar de wc moest de wc-pot staat midden in je cel en wanneer je, je behoefte hebt gedaan moet je via de intercom vragen of de wc doorgetrokken mag worden. Zelfs dat heb je niet meer in de hand.

Ik heb één nacht moeten doorbrengen in de cel en geen oog dichtgedaan. Uiteindelijk heb ik maar één nacht moeten blijven. Ik besefte dat dit nog maar het begin was, want ik moest ook nog voor de rechter komen. De eerste keer dat ik voor de rechter moest komen was pas 3 jaar later.

Zitting in 2014

Mijn eerste zitting! Deze was nogal heftig. Ik ben uitgemaakt voor crimineel door de rechter zelf (vrouwelijke), dit is mij altijd bijgebleven en heeft mij ook een beetje geraakt. Misschien was het ook wel haar bedoeling om mij te raken. De uitspraak was toen een taakstraf voor een x aantal uur plus een geldboete en reparatiekosten voor de schade. Omdat ik al jaren geen contact meer had met de jongens was ik bang dat ik voor alles moest opdraaien, met advies van mijn advocaat zijn we in hoger beroep gegaan en vervolgens in cassatie.

Definitieve uitspraak 2016

Het dan zover, eindelijk de definitieve uitspraak: 2 jaar voorwaardelijk was het uiteindelijk geworden. Dit was een opluchting! Eindelijk was ik er vanaf ik hoef nergens meer mijn verhaal te doen vooral niet meer tegen vreemde mensen en geen herinneringen meer op te roepen. Dit klinkt misschien stom, maar ik ben bang geweest om te reizen. Bang dat ik door de douane uit de rij word gepikt of bang dat ik het vakantieland niet in mocht, tegenwoordig weten ze alles over je. Ik ben ook bang geweest om te solliciteren, bang dat ik geen VOG zou krijgen, bang dat mensen erachter zouden komen en mij niet meer zouden vertrouwen. Toch ben ik gaan solliciteren en ondertussen voor verschillende bedrijven gewerkt en altijd een positieve VOG gekregen. Nu heb ik een leuke baan en probeer het allemaal een beetje achter mij te laten, want wat er in het verleden is gebeurd hoeft zeker je toekomst niet te belemmeren.

Maria

"Ik ben dankbaar voor mijn moeder die mij altijd heeft gesteund, dit is zeker niet makkelijk voor haar geweest. Dankbaar ben ik ook voor mijn goede vriendinnen die mij ook altijd hebben gesteund en nooit het vertrouwen in mij zijn verloren. Hier was ik nog het meest bang voor denk ik."

HIER
adverteren?
sales@timeys.nl

De zaak Yüksel Yalçinkaya: Over het gebruik van encrypted messaging applicaties en een eerlijk proces

Mr. D.M. Penn strafrechtadvocaat

Eind september jl. heeft het Europees Hof van de Rechten van de Mens (EHRM) uitspraak gedaan in een zaak die was aangespannen door een Turkse leraar, die ruim zes jaar gevangenisstraf had gekregen wegens deelname aan een (terroristische) organisatie, waarvan wordt gedacht dat die in 2016 een staatsgreep in Turkije zou hebben willen plegen. Het bewijs was vooral gebaseerd op het gebruik van encryptiedienst 'ByLock'.

Legaliteitsbeginsel - art. 7 EVRM

De Grote Kamer van het EHRM, bestaande uit maar liefst 17 rechters kwam unaniem tot het oordeel dat de Turkije verschillende mensenrechten had geschonden. De eerste schending betrof schending van het Nulla-poena-, oftewel het legaliteitsbeginsel. Een straf moet altijd voorzienbaar zijn en daarom zijn vastgelegd in een strafbepaling. Een gedraging mag nooit met terugwerkende kracht strafbaar worden gesteld.
In dit geval werd het enkele gebruik van een encryptie-applicatie ByLock bestraft, terwijl er geen wet was die het gebruik van zo'n applicatie verbood. De Turkse rechtbanken slaagden er ook niet in om uit te leggen hoe werd vastgesteld dat ByLock niet werd gebruikt en niet kon worden gebruikt door iemand die geen 'lid' was van de betreffende organisatie. In dit geval had de betreffende lidstaat nagelaten om terrorismewetgeving tijdig aan te passen, zodat dreigingen van (georganiseerd) terrorisme effectief kon worden bestreden. Als de wetgeving niet tijdig wordt aangepast, kan dit niet met terugwerkende kracht worden gerepareerd.

Fair trial - art. 6 EVRM

Een andere reden waarom Turkije (verder: de lidstaat) in het ongelijk werd gesteld was dat de verzoeker door de lidstaat geen toegang had gekregen tot de ruwe gegevens, in het bijzonder het gedecodeerde materiaal dat zich op de ByLock-server bevond.

Weliswaar had de verzoeker toegang tot de door justitie opgestelde ByLock-rapporten in het dossier, maar dat betekende niet dat hij geen belang had om toegang te krijgen tot de gegevens op basis waarvan deze rapporten zijn gegenereerd. Daardoor was de verzoeker onvoldoende in de gelegenheid gesteld om de integriteit en betrouwbaarheid van het bewijsmateriaal te toetsen en de relevantie en de betekenis die eraan werd toegekend in twijfel te trekken. Daardoor had de verzoeker geen reële kans gekregen om het bewijsmateriaal
tegen hem aan te vechten en zijn verdediging op effectieve wijze en op voet van gelijkheid met de aanklager te voeren. Daarom was er sprake van schending van het recht op een eerlijk proces.

Een verdachte dient te worden 'gehoord'

Het Hof besteed ook aandacht aan het kennelijke onvermogen van de nationale rechtbanken in kwestie om gemotiveerd te reageren op de specifieke en pertinente verzoeken en bezwaren van de verzoeker en de verdediging. Daardoor rees bij het Europees Hof de legitieme twijfel dat de rechtbanken ongevoelig waren geweest voor de argumenten van de verdediging en dat de verzoeker daarom niet echt was 'gehoord'. Het Hof onderstreept hiermee het belang van een gemotiveerde beslissing door een rechtbank in het algemeen. Verder hadden de rechtbanken van de betreffende lidstaat onvoldoende aandacht besteed aan de vraag of de beperkingen van de rechten op een eerlijk proces noodzakelijk waren. Evenmin aan de vraag of er sprake was van een oprechte en proportionele reactie op de noodsituatie ten tijde van de staatsgreep.

Cryptobewijs in Nederland

Voor de Nederlandse cryptozaken benadrukt deze zaak dat niet iedere gebruiker van een crypto-applicatie daadwerkelijk de wet overtreedt. Om een rol van een gebruiker van een encrypted messaging applicatie te kunnen duiden is volledig inzicht in ieder geval de gedecodeerde gegevens noodzakelijk. Als slechts een deel ter beschikking wordt gesteld zou de verdachte de mogelijkheid kunnen worden ontnomen om zichzelf vrij te pleiten of de betrouwbaarheid, volledigheid of bewijskracht van dat materiaal in twijfel te trekken. Toegang tot het ruwe materiaal kan heel belangrijk zijn omdat elektronisch bewijsmateriaal inherent gevoeliger is voor vernietiging, schade, wijziging of manipulatie dan traditionele vormen van bewijsmateriaal. Als het OM niet in staat is om het ruwe materiaal van de server te overleggen, zou dat vanwege deze uitspraak gevolgen moeten hebben voor de bruikbaarheid van het bewijs.

Mr. D.M. Penn

Mr. Iris van Mulbregt strafrechtadvocaat

Gemaximeerde tbs met dwangverpleging – wanneer wordt dit opgelegd?

OP DIT MOMENT DUURT EEN TBS MAATREGEL MET DWANGVERPLEGING GEMIDDELD 9,4 JAREN. IN VEEL GEVALLEN IS ER NIET VAN TEVOREN EEN EINDDATUM BEKEND. TOCH STELT ARTIKEL 38E VAN HET WETBOEK VAN STRAFRECHT DAT DE TOTALE DUUR VAN TBS MET DWANGVERPLEGING IN BEGINSEL NIET LANGER IS DAN VIER JAAR. HOE KAN DAT?

Wie artikel 38e Sr leest, denkt misschien in eerste instantie dat de tbs met dwangverpleging meestal voor maximaal vier jaar wordt opgelegd. Maar het artikel bevat ook een belangrijke uitzondering op deze regel: tbs met dwangverpleging kan namelijk voor onbeperkte duur worden opgelegd als sprake is van een misdrijf dat gericht is tegen of gevaar veroorzaakt voor de onaantastbaarheid van het lichaam van een of meer personen. Kort gezegd, voor het opleggen van ongemaximeerde tbs met dwangverpleging moet er sprake zijn van een geweldsmisdrijf. Omdat tbs in beginsel alleen kan worden opgelegd voor de meer ernstige delicten, is in veel §§gevallen sprake van een geweldsmisdrijf en wordt de tbs dus vaak ongemaximeerd opgelegd. Denk aan feiten waarbij fysiek geweld is gebruikt zoals zware mishandeling, doodslag of zedendelicten.

Toch zijn er ook situaties waarin wel degelijk een fikse discussie kan worden gevoerd over de vraag of sprake is van een geweldsmisdrijf en dus of sprake is van een gemaximeerde tbs, zoals bij feiten als belaging, bedreiging of brandstichting. Als in dat soort zaken oplegging van tbs met dwangverpleging dreigt, is het dus van groot belang dat goed wordt bekeken of sprake is van een geweldsfeit. Immers kan dit voor de verdachte het verschil maken tussen maximaal vier jaar of potentieel levenslang tbs met dwangverpleging.

Voor het opleggen van ongemaximeerde tbs met dwangverpleging moet er sprake zijn van een geweldsmisdrijf.

Wanneer is sprake van een geweldsmisdrijf?

Daar heeft de Hoge Raad aandacht aan besteed in uitspraken uit 2018 en 2021. Overwogen werd allereerst dat in het geval van bedreiging en belaging van belang kan zijn of het misdrijf werd voorafgegaan, vergezeld of gevolgd door niet-verbaal agressief gedrag ten opzichte van de bedreigde, dan wel op een andere wijze werd ondersteund (bijv. met gebruik van wapens of andere middelen). En dit levert in de rechtspraak ruimte op voor discussie. In 2022 stond een verdachte terecht die politieagenten had bedreigd met een nepvuurwapen. De politieagenten waren er zelfs van overtuigd dat zij door de verdachte werden beschoten. Desondanks vond de rechtbank Noord-Nederland niet dat sprake was van een geweldsmisdrijf. Het gerechtshof Arnhem-Leeuwarden behandelde in 2022 een zaak waarin de verdachte stekende bewegingen had gemaakt richting politieagenten met een mestvork. Het hof vond dat er geen sprake was van een geweldsfeit en legde een gemaximeerde tbs met dwangverpleging op.

Maar er kan ook sprake zijn van een geweldsmisdrijf als er andere redenen zijn die het aannemelijk maken dat de bedreiging wordt uitgevoerd. In 2021 liet de Hoge Raad het oordeel van het gerechtshof Arnhem-Leeuwarden in stand waarbij een ongemaximeerde tbs werd opgelegd voor mondelinge bedreiging en belaging. Het hof had geoordeeld dat de reële mogelijkheid bestond dat de verdachte de bedreigingen daadwerkelijk ten uitvoer zou brengen. Hierbij werd onder andere betrokken dat hij bij het verhoor bij de politie had aangegeven dat hij daadwerkelijk van plan was om de doodsbedreigingen ten uitvoer te brengen.

Indien de mogelijkheid van oplegging van een tbs met dwangverpleging speelt, is het dus van belang dat er kritisch wordt gekeken of sprake is van een geweldsmisdrijf. Mocht dit bij jou spelen, dan is het van belang om dit te bespreken met je strafrechtadvocaat of een gespecialiseerde tbs-advocaat.

HAPPINEZ

VAN GEDETINEERDE **SALEH**

DAT JE HET 'S OCHTENDS LICHT ZIET WORDEN

WARME CHOCO KUNNEN DRINKEN

"KOUDE OCHTENDEN, MAAR WARME MIDDAGEN"

DANSEN MET JE CELMAATJE & CELBUREN

"STOOFPEREN, POMPOENSOEP, STAMPPOT. HET MAG ALLEMAAL WEER!

JE DIKKE, WOLLEN SOKEN AANTREKKEN JE VOETEN METEEN WARM VOELEN WORDEN

JE MAKE-UP BLIJFT WEER GOED ZITTEN WANT HET ZWEET-OP-JE-VOORHOOFD SEIZOEN IS VOORBIJ

JE DIERBAREN VERTELLEN DAT JE VAN ZE HOUDT

EEN POTJE VOETBAL WINNEN

VRAAG JEZELF AF: HOE KAN IK BIJDRAGEN?

Verbale communicatie is wél belangrijk

Open je houding – hou ledematen en handen uit de weg

Wilfred Kols oprichter MISSION PRISON

1. WAT DOE JE IN HET DAGELIJKS LEVEN?

In het dagelijks leven ben ik Huisbezoeker en Schuldhulp begeleider van een incassobureau Faircasso. We doen dat op een sociaal maatschappelijk verantwoordelijke manier om contact te herstellen en om mensen niet onderuit te halen, maar overeind te helpen. Daarnaast ben ik getrouwd met Jennifer en hebben we 3 prachtige kinderen. Ik bezoek gedetineerden in binnen- en buitenland en deel ik mijn levensverhaal en geef ik presentaties. Ik spreek regelmatig en ben daarnaast de oprichter van Mission Prison.

2. OM MET DE DEUR IN HUIS TE VALLEN, HEB JE WEL EENS VASTGEZETEN, ZO JA HOELANG?

Ja ik heb een detentie tijd van 4,5 jaar en van 2 x een half jaar in totaal 5,5 jaar.

3. OP WELKE VLAKKEN HEB JIJ JEZELF TIJDENS JOUW DETENTIE ONTWIKKELD?

Ik heb geleerd om mezelf te ontdekken wie ik daadwerkelijk was. En ook mezelf daarin geconfronteerd met wat ik moest afleren in mijn gedrag en welke belangrijke dingen wil ik mezelf aanleren. En zeer zeker de mensen die ik heel veel verdriet en schade hebt aangericht om ze een brief te schrijven of te bellen en mijn excuus en spijt te betuigen. Maar ook de troep op te ruimen in mijn leven de schade van relaties, financiën, vertrouwen, familie en de leegte in mijzelf. zaken regelen en onderzoeken of hulp vragen waar het nodig is. Kies je koers om vooral te werken naar stabiliteit en verantwoordelijkheid. Kies de juiste mensen om je heen en wees vooral jezelf in alles. Fouten mag je maken maar leer er snel van om weer op te staan en door te gaan.

4. WELKE TIPS HEB JIJ VOOR GEDETINEERDEN DIE HET ZWAAR HEBBEN?

Wanneer het zwaar lijkt te worden probeer alles te relativeren en zoek de rust en vrede in jezelf. Want wat je mogelijk ook hebt gedaan in het verleden daar kan je niks meer aan veranderen. Wat je wel kan doen is kijken naar jouw toekomst. Probeer veel van jezelf af te schrijven en mediteer met geheel je hart en geheel je verstand in geloof naar God toe. Word bewust wie je bent en haal de mooie dingen in jou weer naar boven. Want wees eerlijk naar jezelf toe in tijden die zwaar zijn en wees kwetsbaar zodat je dingen kan relativeren en de waarde in jou en in het leven meer gaat waarderen. Wees dankbaar want je zal niet voor altijd zo blijven tussen die vier muren. Er schijnt altijd een licht in die duistere tijd van detentie.

En dan kom je buiten

Wanneer je buiten komt dan kom je terug in de wildernis. Alleen tijdens je proces in de gevangenis moet je gebruik maken van de tijd om doelen te stellen. En alvast praktische zaken regelen en onderzoeken of hulp vragen waar het nodig is. Kies je koers om vooral te werken naar stabiliteit en verantwoordelijkheid. Kies de juiste mensen om je heen en wees vooral jezelf in alles.
Fouten mag je maken maar leer er snel van om weer op te staan en door te gaan.

5. TEGEN WELKE PROBLEMEN LIEP JE AAN?

Waar ik tegen aan liep is ongeduld en alles snel willen oplossen. En dat begon ik in te zien dat het niet zo werkt.
Vooral in mijn leven toen ik 18 jaren in de criminele wereld zat en verslaafd was aan cocaïne en ander drugs middelen en alcohol. Mijn gedrag veranderde niet in 1 keer dat kostte tijd en vooral verandering was confronterend. Ik heb veel pijn gevoeld en heel veel innerlijke tranen gelaten vooral bij het verlies van de dood van mijn vriendin en mijn moeder. Het waren momenten waarin ik ze heb gereanimeerd maar het mocht t niet baten. Zulke dingen draag je steeds mee herinneringen. Maar ook mijn schulden achtervolgde me maar ik begreep het niet maar het lag meer aan mijn manier van denken. En daar liep ik veel tegen aan en vooral het geloof en vertrouwen van mensen naar me toe.

6. HOE LOSTE JE DIT OP?

Door steeds structuur en discipline in mijn leven toe te laten en vooral veel afspraken maken en nakomen met jezelf en met anderen. Kleine doelen stellen en uitstappen om het te doen. En open staan voor correctie. En jezelf durven confronteren met de feiten van mijn leven. En vooral mijn leven style totaal af te stemmen om wie ik ben en wie ik wil zijn. Hard werken aan mijzelf koste me veel maar wat ik ervoor terug kreeg was veel meer dan dat. Hoop, Geloof en vertrouwen hebben.
Uit het niets Iets creëren.

7. WAT BEN JE VERANDERD TEN OPZICHTE VAN DE PERIODE VOOR JE DETENTIE?

Ik ben nu stabiel, verantwoordelijker Getrouwd en heb 3 prachtige kinderen. Meer een familieman geworden en vooral zachter en hulpvaardiger. Ben al 17,5 jaar clean van cocaïne, alcohol en sigaretten. Werk hard voor mijn gezin en reik uit naar de mensen die hulp en hoop nodig hebben. Waardeer het leven met heel veel liefde en probeer het beste uit anderen en uit mezelf te halen. Heb een heel ander Lyfe Style.

8. WAARUIT HAAL JIJ JE INSPIRATIE BIJ HET SCHRIJVEN VAN EEN BOEK?

Mijn inspiratie haal ik uit in mijn moment in de isoleercel uit toen ik in de gevangenis zat. Omdat ik nooit zal vergeten waar ik vandaan komt. Ik deelde mijn verhaal met enkelen en die zeiden tegen me je moet een boek schrijven.
Maar ik heb er lang mee gewacht omdat ik het op het juiste moment wilde schrijven en op de juiste tijd wilde uitbrengen in de juiste seizoen van mijn leven.

9. WAT IS JE DOEL GEWEEST MET HET SCHRIJVEN VAN HET BOEK?

Mijn doel is om een levende getuigenis te zijn dat veranderen kan. Vaak worden we door de maatschappij en door velen bestempeld als eenmaal een crimineel of junkie dat we dat ook altijd zullen zijn. Maar ook dat de maatschappij etiketten op ons plakt. Maar dat is verkeerd en niet goed een vooroordeel. Maar ook voor de jongeren van nu en voor de gedetineerden en voor eenieder die open staat om mijn boek te lezen.
Verandering is mogelijk om impact te brengen naar anderen. Acht de ander altijd waardevol.

10. WIL JE VERDER NOG IETS VERTELLEN OVER JE BOEK?

Ik heb mijn boek geschreven met passie, met openheid, kwetsbaarheid en met heel veel liefde. Als je het boek leest zal je heel veel van jezelf herkennen en ook heel veel nieuwe uitdagingen en ontdekkingen tegenkomen dat we niet in onze vertrouwde leefstijl moeten blijven. Je zal lezen over de overvallen, rip deal, motorclub wereld maar ook over de verdriet en verlies van geliefden.
Maar durven en doen om uit te stappen uit onze comfort zone.

11. WAT DOE JE DAARNAAST IN HET DAGELIJKS LEVEN?

De laatste tijden gedetineerden bezocht in Indonesië en Suriname. En er staat gepland om Aruba, Curaçao en Amerika te bezoeken.

12. VIND JIJ VAN JEZELF DAT JE KANSEN CREËERT? ZO JA, HOE DOE JE DIT? ZO NEE, ZOU JE DIT WILLEN?

Ik merk dat ik wel veel in mijzelf aan het investeren bent. Wat ten goede is voor mijn zelf en mijn huwelijk en gezin. Daarnaast volg ik wat opleidingen en investeer ik ook in anderen. Door te groeien en te bloeien in je leven creëer je kansen om nieuwe dingen te ontdekken in het leven.
Ik heb een stichting Mission Prison opgericht en ben begonnen met mijn eigen onderneming Spreker, Auteur en Coach “’ WilfredK “”

13. WELK ADVIES ZOU JIJ IEDERE GEDETINEERDE MEE WILLEN GEVEN?

Doe waar je goed in bent en ontwikkel en investeer daarin zodat je er alleen maar beter van kan worden met blijdschap en vreugde. Maak de keuze die niet alleen maar goed is maar die ook juist is voor jezelf in de toekomst.

14. WAT IS JE FAVORIETE MOTTO & WAAROM?

"Het belang van weten waar je vandaan komt is richting geven aan je toekomst. Van je geschiedenis kun je veel leren maar je kunt het niet meer veranderen. Wat je wel kan doen is vandaag de keuze maken om je te focussen en uit te strekken naar de toekomst die voor je ligt."
Waarom: We moeten dingen leren los te laten en bepaalde dingen kunnen we niet vergeten maar wel een plaats te geven om er positief mee om te gaan zodat het je richting en bestemming in je leven niet zal blokkeren.

CHILL MODUS

Sudoku 1

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

Sudoku 2

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

Sudoku 3

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

Sudoku 4

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

Woordzoeker

R O O R D E L I N G
E O S R R W C T E E
G R C T A I E E I L
I W N E G W S R L S
M A I S S T E D K G
E A D V O C A A T B
T R A I N I N G H O
R D A L I B I A U E
D E T E N T I E L T
I N A Z O R G E P E

ADVOCAAT
ALIBI
BOETE
CEL
DETENTIE
GEDRAG
HOGE RAAD
HULP
ISD
ISS
NAZORG
OVERLAST
OVERLEG
POST
PROCES
REGELS
REGIME
STEUN
TRAINING
VEROORDELING
VLUCHTGEVAAR
VOORWAARDEN
WERK
WET

De oplossingen vind je op pagina 34 / 35

Fysio-therapeut Edwin Boender

Mijn naam is Edwin Boender (59) en sinds 2019 werkzaam in de P.I. Dordrecht.
Ik ben sinds 1989 afgestudeerd als fysiotherapeut waarna ik de opleiding manuele therapie heb afgerond.
Sinds 1996 heb ik mijn eigen praktijk gestart in Dordrecht op de wijk de Staart op een steenworp afstand van de P.I. Dordrecht.

Doordat een familielid van mij ook fysiotherapeut was heb ik de kans gekregen kennis te maken met het vak fysiotherpie. Het kunnen helpen van mensen doormiddel van je handen en mijn interesse in mensen zijn de reden geweest zelf ook fysiotherapeut te worden.

Als fysiotherapeut/manueel therapeut ben je specialist op het gebied van klachten aan het beweeg en steunapparaat. Dit zijn bijvoorbeeld lage rugklachten, nekklachten, schouderklachten etc. Kortom klachten die ons belemmeren in ons bewegend functioneren. Daarnaast is de hele mens van belang. Immers hebben ons eigen gedrag, gewoontes en de manier waarmee we hiermee omgaan een belangrijke rol in het ontstaan en/of het onderhouden van onze klachten.

Mijn specialisaties zijn: manuele therapie (manipulaties van rug en nek), sport, tapen en dry needling.

Naast medische kennis van ons lichaam moet je je als therapeut goed kunnen inleven in de patiënt om zijn klachten goed te kunnen begrijpen. Goed kunnen luisteren en goede communicatieve eigenschappen zijn dan ook enorm belangrijk.

De grootste uitdaging is voor mij iets te kunnen betekenen voor mensen die problemen in hun bewegend functioneren hebben en zodoende te kunnen bijdragen aan hun kwaliteit van leven en ze zelfredzaam te maken.

In 2019 ben ik benaderd door het hoofd medische dienst met de vraag of ik 2 dagdelen de fysiotherapie wilde invullen binnen de P.I. Dordrecht en ook om gedetineerden te behandelen binnen mijn praktijk bijvoorbeeld in het ZBBI traject. Omdat de praktijk op loopafstand van de P.I. ligt was dit een ideale situatie voor ons beiden.

Inmiddels werk ik sinds 3 jaar met veel plezier in de P.I. en vind ik het een voorrecht te mogen werken met gedetineerden. In wezen is er niet veel verschil met het werk wat ik in mijn praktijk doe. Wel spelen vaak andere factoren mee in het ontstaan van de klachten.
Soms zijn dit klachten als gevolg van trauma`s bijvoorbeeld als gevolg van geweld maar ook spelen spanningsfactoren vaak een grote rol. Ook sportletsels en klachten agv een slechte houding en bewegingsarmoede zijn veel voorkomende factoren waardoor mensen klachten krijgen.

> **„ZORG DAT JE BLIJFT SPORTEN OF BEWEGEN**

Als fysiotherapeut binnen de P.I. werk je samen met een team (medische dienst,arts,tandarts,psycholoog). Hierdoor heb je de mogelijkheid patiënten in een breed kader te kunnen helpen door deze samenwerking.

Doordat gedetineerd zijn, inhoud dat je veel minder beweegt dan buiten is sport van groot belang binnen de P.I. Niet alleen voor je lijf maar ook voor ontspanning in je hoofd of gewoon afleiding van je situatie. Bij alles in ons lichaam geldt de regel: If you don`t use it you lose it. Bewegingsarmoede zorgt ervoor dat alle structuren in je bewegingsapparaat zwakker worden waardoor je relatief sneller klachten krijgt.
Veel gedetineerden zien gelukkig het belang in van sport en/of bewegen. Wel zie ik vaak dat mensen te zwaar trainen of op de verkeerde manier waardoor ze blessures ontwikkelen. Dan is uitleg over training en het goed inschatten van je eigen niveau zeer belangrijk.
Als je sport let dan op dat je op het goede niveau instapt en jezelf niet overschat in wat je aankan. Vaak overschatten we dit namelijk of laten we ons meeslepen in wat andere doen. Luister goed naar je eigen lichaam.
Probeer ook gevarieerd te sporten. Niet alleen kracht is belangrijk maar ook conditie en uithoudingsvermogen en lenigheid. Combineer krachttraining altijd ook met een stukje duurtraining op de fiets of loopband.

Het mooiste van mijn beroep is als ik samen met de patient kan komen tot een beter inzicht bij die patiënt en deze leert beter met zijn lichaam om te gaan waardoor zijn klachten verdwijnen en deze in de toekomst kan voorkomen.

Wat ik jammer vind is de hoge administratieve belasting in mijn werk. Door regelgeving is deze last alleen maar toegenomen de laatste jaren. Niet alleen binnen de P.I. maar ook buiten. Het liefst zou ik deze tijd aan het zorgproces van de patiënt stoppen. Hier moet altijd het accent op blijven liggen. Het helpen van patiënten doe op de werkvloer en niet alleen achter een bureau.

Volgende editie = kerteditie....stuur voor 10 november, mooie verhalen, gedichten, tekeningen naar Timeys Postbus 8165, 3009 AD Rotterdam.

RTL 4

01:15:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping 06:55:00 Ernst, Bobbie En De Rest
07:25:00 Ernst & Bobbie: Een Bruid Voor De Boswachter
09:00:00 Teleshop 4: Mediashop
10:00:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping 10:30:00 Rock De Boot - Deining In De Watersport! 11:00:00 AlpenHaus!
11:30:00 Op Naar De Top
12:00:00 Nederland Ontdekt
12:30:00 Duurzame Roadtrip
13:00:00 Life Is Beautiful
13:30:00 De Mooiste Wegen
14:00:00 RTL Snowmagazine
14:30:00 Way Of Living
15:00:00 Van Woonvilla Naar Droomvilla 15:30:00 Thuis Voor Jou 16:00:00 Van Passie Naar Droombaan 16:30:00Plezier En Passie 17:00:00 Camp To Go
17:30:00 House Vision 18:00:00 RTL Nieuws 18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Oh, Wat Een Jaar!
21:30:00 The Jump
22:55:00 I Can See Your Voice
23:40:00 RTL Nieuws
23:55:00 RTL Weer

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
07:30:00 New Creation Church TV
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
12:59:00 Teleshop 5: Mediashop
16:00:00 De Alarmcentrale: Pech Onderweg
18:00:00 Holland's Got Talent
20:00:00 Het Perfecte Plaatje
21:30:00 Bureau Rotterdam
23:00:00 Bij Ons Op Het Kamp

RTL 7

00:30:00 Pawn Stars
01:25:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
13:00:00 Wipeout
14:00:00 Custom Cars: Las Vegas
14:30:00 Autosport NL
15:00:00 Custom Cars: Las Vegas
16:01:00 Rally Special
16:30:00 RTL Transportwereld
17:00:00 RTL Autowereld
17:30:00 UCI Champions League Baanwielrennen
21:00:00 Flodder III
23:35:00 Flodder (Series)

RTL 8

00:25:00 A Touch Of Frost
02:25:00 Teleshop 8: Mediashop
17:00:00 Murder, She Wrote
18:00:00 De Dierenkliniek Down Under
20:00:00 CSI: New York

RTL Z

00:30:00 Superfabrieken
01:30:00 De Oceaan Onderzocht
02:20:00 RTL Nieuws
06:30:00 Natuur Op Z: Surviving The Amazon
07:30:00 American Pickers
08:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
10:30:00 Earth Under Water
11:30:00 De Oceaan Onderzocht
13:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
14:30:00 Ondernemerslounge
16:00:00 American Pickers
16:30:00 Cybersessies AI
17:00:00 American Pickers
17:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
19:30:00 Superfabrieken
21:30:00 The Real Crown

RTL 4

00:55:00 RTL Boulevard
01:50:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
07:30:00 Fien & Teun TV
09:00:00 Briljante Breinen
09:30:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
10:30:00 Sky High Dubai
11:00:00 Van Woonvilla Naar Droomvilla
11:30:00 Camp To Go
12:00:00 Wie De Boer Niet Kent
12:30:00 Life Is Beautiful
13:00:00 Let's Visit
13:30:00 Campingtijd
14:00:00 Way Of Living
14:30:00 Van Passie Naar Droombaan
15:00:00 Plezier En Passie
15:30:00 De Bouw Maakt Het
16:00:00 Thuis Voor Jou
16:30:00 Nederland Ontdekt
17:00:00 Way Of Living
17:30:00 RTL Snowmagazine
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:20:00 VriendenLoterij De Winnaars
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Expeditie Robinson
21:30:00 RTL De Verkiezingen: Het Debat
23:50:00 RTL Nieuws

RTL 5

00:00:00 De Augurkenkoning
01:10:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
07:00:00 New Creation Church TV
07:30:00 Antwoorden Met Bayless Conley
08:00:00 Hour Of Power
10:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
14:00:00 Teleshop 5: Mediashop
16:30:00 Films & Sterren
17:00:00 24 Uur In De Politiecel UK
19:30:00 Bouwval Gezocht
20:30:00 Het Spaanse Dorp: Zarra
22:00:00 Kees Van Der Spek: Oplichters Aangepakt
23:00:00 Online Criminelen Ontmaskerd

RTL 7

01:05:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
02:01:00 TBA
02:40:00 TBA
03:20:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:00:00 RTL Autowereld
10:30:00 Business Class
12:00:00 Ninja Warrior Australië
14:00:00 Autosport NL
14:30:00 Custom Cars: Las Vegas
16:30:00 Rally Special
17:00:00 RTL Transportwereld
17:30:00 RTL Autowereld
18:00:00 Hardcore Pawn
18:30:00 Hardcore Pawn
19:00:00 De Sterkste Man
20:00:00 Braveheart
23:40:00 Pawn Stars

RTL 8

00:35:00 Teleshop 8: Mediashop
16:40:00 Murder, She Wrote
17:40:00 Chateau Planckaert
20:00:00 Crime Scene Investigation

RTL Z

00:30:00 RTL Nieuws
00:45:00 RTL Nieuws
06:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
08:30:00 Ondernemerslounge
10:00:00 Cybersessies AI
10:30:00 Stanley Tucci: Searching For Italy
13:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
15:30:00 Ondernemerslounge
17:00:00 American Pickers
17:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
19:30:00 The Profit

RTL 4

00:05:00 RTL Weer
00:15:00 RTL Boulevard
01:05:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:15:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Ik Weet Er Alles Van!
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
13:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:30:00 Expeditie Robinson
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Kopen Of Slopen
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

00:00:00 24 Uur In De Politiecel UK
01:10:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Online Criminelen Ontmaskerd
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:40:00 Business Class
02:15:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:00:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Première: Blacklight
22:30:00 Bus 657

RTL 8

00:35:00 Teleshop 8: Mediashop
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Wonder
22:35:00 Law & Order: Special Victims Unit

RTL Z

00:05:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
09:15:00 RTL Z Special: Investeren In Start-ups En Scale-ups
09:30:00 RTL Z Nieuws
10:30:00 Cybersessies AI
11:00:00 RTL Z Nieuws
17:15:00 Z360
17:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Stanley Tucci: Searching For Italy
21:30:00 Stanley Tucci: Searching For Italy
22:30:00 World's Most Expensive All You Can Eat Buffet
23:30:00 The Real Crown

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:30:00 Kopen Of Slopen
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:10:00 De Kook Challenge
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Bureau Rotterdam
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Kees Van Der Spek: Oplichters Aangepakt
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:25:00 UEFA Champions League Magazine
00:55:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:00:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
19:55:00 UEFA Champions League Voorbeschouwing
20:55:00 UEFA Champions League Lazio - Feyenoord
23:00:00 UEFA Champions League Nabeschouwing
23:25:00 UEFA Champions League Samenvattingen

RTL 8

00:30:00 A Touch Of Frost
02:30:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Larry Crowne
22:25:00 Law & Order: Special Victims Unit

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
09:30:00 Cybersessies AI
10:00:00 RTL Z Nieuws
12:15:00 Z360
12:30:00 RTL Z Nieuws
14:30:00 Cybersessies AI
15:00:00 RTL Z Nieuws
17:15:00 RTL Z Special: Investeren In Start-ups En Scale-ups
17:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 De Eerste Missie Van Oorlogsschip Queen Elizabeth
23:30:00 Stanley Tucci: Searching For Italy

Neem de ruimte in die je krijgt (en maak jezelf groot)

Ga in de richting van je gesprekspart-ner(s) staan

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:26:00 Holland's Got Talent
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Het Perfecte Plaatje
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Bij Ons Op Het Kamp
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:00:00 RTL Autowereld
00:30:00 Pawn Stars
01:25:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
02:01:00 TBA
02:40:00 TBA
03:20:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:00:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
19:55:00 UEFA Champions League Voorbeschouwing
20:55:00 UEFA Champions League PSV - Lens
23:00:00 UEFA Champions League Nabeschouwing
23:25:00 UEFA Champions League Samenvattingen

RTL 8

00:20:00 A Touch Of Frost
02:15:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 The Proposal
22:40:00 Law & Order: Special Victims Unit

RTL Z

01:30:00 World's Most Expensive All You Can Eat Buffet
02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
11:30:00 Cybersessies AI
12:00:00 RTL Z Nieuws
12:15:00 RTL Z Special: Investeren In Start-ups En Scale-ups
12:30:00 RTL Z Nieuws
13:15:00 Z360
13:30:00 RTL Z Nieuws
17:45:00 Z360
17:55:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 The Cruise: All At Sea
23:30:00 De Eerste Missie Van Oorlogsschip Queen Elizabeth

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:30:00 Het Perfecte Plaatje
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 I Can See Your Voice
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 De Augurkenkoning
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:00:00 RTL Transportwereld
00:30:00 Pawn Stars
01:25:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Starship Troopers
23:00:00 Sniper

RTL 8

00:35:00 A Touch Of Frost
02:30:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Detectives Op Donderdag: Lewis
22:30:00 Law & Order: Special Victims Unit

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
09:15:00 Z360
09:30:00 RTL Z Nieuws
10:15:00 RTL Z Special: Investeren In Start-ups En Scale-ups
10:30:00 RTL Z Nieuws
16:15:00 Z360
16:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Superfabrieken
23:30:00 The Cruise: All At Sea

Open elk gesprek met een glimlach

Houd oogcontact terwijl je luistert

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
13:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:30:00 I Can See Your Voice
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 The Masked Singer
22:00:00 BEAU
23:30:00 RTL Nieuws
23:45:00 RTL Weer
23:50:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 E.O.D.: Explosieven Opruimingsdienst
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

01:00:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
02:01:00 TBA
03:20:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:50:00 Pawn Stars
18:30:00 UCI Champions League Baanwielrennen
22:25:00 Sniper 2

RTL 8

00:25:00 A Touch Of Frost
02:20:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Detectives Op Vrijdag: Endeavour
22:25:00 Law & Order: Special Victims Unit

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
10:15:00 Z360
10:30:00 RTL Z Nieuws
11:10:00 Cybersessies AI
11:45:00 RTL Z Nieuws
15:15:00 Z360
15:30:00 Cybersessies AI
16:00:00 RTL Z Nieuws
16:15:00 RTL Z Special: Investeren In Start-ups En Scale-ups
16:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 The Real Crown
22:30:00 Koning Charles III

RTL 4

01:15:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping 06:55:00 Ernst, Bobbie En De Rest
07:25:00 Ernst & Bobbie: Herrie Op De Noordpool 09:00:00 Teleshop 4: Mediashop 10:00:00 Teleshop 4: Tommy Teleshop-ping
10:30:00 Rock De Boot - Deining In De Watersport! 11:00:00 AlpenHaus! 11:30:00 Op Naar De
Top 12:00:00 Nederland Ontdekt
12:30:00 RTL Snowmagazine
13:00:00 Life Is Beautiful
13:30:00 De Mooiste Wegen
14:00:00 RTL Snowmagazine
14:30:00 Way Of Living 15:00:00 Van Woonvilla Naar Droomvilla
15:30:00 Thuis Voor Jou
16:00:00 Van Passie Naar Droombaan 16:30:00Plezier En Passie 17:00:00 Camp To
Go
17:30:00 TBA (TOD)
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 All Against 1
21:30:00 The Jump
22:50:00 I Can See Your Voice
23:35:00 RTL Nieuws
23:55:00 RTL Weer

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
07:30:00 New Creation Church TV
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
12:59:00 Teleshop 5: Mediashop
16:00:00 De Alarmcentrale: Pech Onderweg
18:00:00 The Masked Singer
20:00:00 Het Perfecte Plaatje
21:30:00 Bureau Rotterdam
23:00:00 Bij Ons Op Het Kamp

RTL 7

00:20:00 Pawn Stars
00:50:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
13:00:00 Wipeout
14:00:00 Custom Cars: Las Vegas
14:30:00 Autosport NL
15:00:00 Custom Cars: Las Vegas
16:30:00 Rally Special
17:00:00 RTL Transportwereld
17:30:00 RTL Autowereld
18:00:00 Idioten Op De Weg
18:30:00 UCI Champions League Baanwielrennen
22:25:00 Sniper 3

RTL 8

00:25:00 A Touch Of Frost
02:20:00 Teleshop 8: Mediashop
17:00:00 Murder, She Wrote
18:00:00 De Dierenkliniek Down Under
20:00:00 CSI: New York

RTL Z

00:30:00 Superfabrieken
03:05:00 RTL Nieuws
06:30:00 Natuur Op Z: Surviving The Amazon
07:31:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
10:30:00 The Cruise: All At Sea
13:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
14:30:00 Ondernemerslounge
16:00:00 American Pickers
16:30:00 Cybersessies AI
17:00:00 American Pickers
17:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
19:30:00 Superfabrieken
21:30:00 De Eerste Missie Van Oorlogsschip Queen Elizabeth

Bedenk wat je wil zeggen, vóór je spreekt

BAKX SNORN
strafrechtadvocaten
Krachtig in kennis, recht door zee
Bel voor vrijblijvend advies
0513 201084

RTL 4

00:45:00 RTL Boulevard
01:40:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping 07:30:00 Fien & Teun TV 09:00:00 RTL Snowmagazine 09:30:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
10:30:00 Sky High Dubai
11:00:00 Van Woonvilla Naar Droomvilla 11:30:00 Camp To Go
12:00:00 Vakantie Kids
12:30:00 Life Is Beautiful
13:00:00 TBA (TOD)
13:30:00 Campingtijd
14:00:00 Way Of Living
14:30:00 Van Passie Naar Droombaan
15:00:00 Plezier En Passie
15:30:00 De Bouw Maakt Het
16:00:00 Thuis Voor Jou
16:30:00 Nederland Ontdekt
17:00:00 Mama's Wereld
17:30:00 RTL Snowmagazine
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:20:00 VriendenLoterij De Winnaars
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Expeditie Robinson
21:30:00 RTL De Verkiezingen: In Gesprek Met De Kiezer
23:40:00 RTL Nieuws

RTL 5

00:00:00 De Augurkenkoning
01:10:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
07:00:00 New Creation Church TV
07:30:00 Antwoorden Met Bayless Conley
08:00:00 Hour Of Power
10:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
14:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 Films & Sterren
17:30:00 24 Uur In De Politiecel UK
19:30:00 Bouwval Gezocht
20:30:00 Kopen Of Slopen
22:00:00 Kees Van Der Spek: Oplichters Aangepakt
23:00:00 Online Criminelen Ontmaskerd

RTL 7

00:20:00 Pawn Stars
01:15:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
02:01:00 TBA
03:20:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:00:00 RTL Autowereld
10:30:00 Business Class
12:00:00 Ninja Warrior Australië
14:00:00 Autosport NL
14:30:00 Custom Cars: Las Vegas
15:30:00 World Endurance Championship
16:30:00 Rally Special
17:00:00 RTL Transportwereld
17:30:00 RTL Autowereld
18:00:00 Hardcore Pawn
19:00:00 De Sterkste Man
20:00:00 Men Of Honor
22:40:00 Sniper: Reloaded

RTL 8

00:35:00 Teleshop 8: Mediashop
16:40:00 Murder, She Wrote
17:40:00 Chateau Planckaert
20:00:00 Crime Scene Investigation

RTL Z

00:30:00 RTL Nieuws
06:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
08:30:00 Ondernemerslounge
10:00:00 Cybersessies AI
10:30:00 Stanley Tucci: Searching For Italy
12:30:00 World's Most Expensive All You Can Eat Buffet
13:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
15:30:00 Ondernemerslounge
17:00:00 American Pickers
17:30:00 AFAS Young Business Award
18:00:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
19:30:00 The Profit

RTL 4

00:00:00 RTL Weer
00:05:00 RTL Boulevard
00:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Ik Weet Er Alles Van!
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:30:00 Expeditie Robinson
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Kopen Of Slopen
22:00:00 BEAU

RTL 5

23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU
00:00:00 24 Uur In De Politiecel UK
01:10:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Online Criminelen Ontmaskerd
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:40:00 Business Class
02:15:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Honest Thief
22:25:00 Sniper: Legacy

RTL 8

00:35:00 Teleshop 8: Mediashop
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Check Inn To Christmas
22:10:00 Christmas In Pine Valley

RTL Z

00:05:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
10:30:00 Cybersessies AI
11:00:00 RTL Z Nieuws
16:30:00 AFAS Young Business Award
17:00:00 RTL Z Nieuws
17:15:00 Z360
17:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Z Doc: Paul Hollywood Eats Japan
23:30:00 The Real Crown

Wees positief in wat je zegt (zonder de lolbroek te zijn)

Ga niet pochen met moeilijke woorden

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:30:00 Kopen Of Slopen
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Bureau Rotterdam
22:00:00 BEAU

RTL 5

23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU
01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Kees Van Der Spek: Oplichters Aangepakt
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:25:00 UEFA Champions League Magazine
00:55:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
02:01:00 TBA
03:20:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Hummingbird
22:30:00 Sniper: Ghost Shooter

RTL 8

00:00:00 Murder, She Wrote
01:00:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Snowed In For Christmas

RTL Z

22:20:00 Dancing Through Christmas
00:30:00 The Real Crown
01:30:00 Koning Charles III
03:05:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
09:30:00 Cybersessies AI
10:00:00 RTL Z Nieuws
12:15:00 Z360
12:30:00 RTL Z Nieuws
14:30:00 Cybersessies AI
15:00:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 De Eerste Missie Van Oorlogsschip Queen Elizabeth
23:30:00 Z Doc: Paul Hollywood Eats Japan

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:26:00 The Masked Singer
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Het Perfecte Plaatje
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Bij Ons Op Het Kamp
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:35:00 RTL Autowereld
01:05:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Homefront
22:25:00 Sniper: Ultimate Kill

RTL 8

00:15:00 Murder, She Wrote
01:15:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 A Royal Queens Christmas
22:10:00 Candy Cane Candidate

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
11:30:00 Cybersessies AI
12:00:00 RTL Z Nieuws
13:15:00 Z360
13:30:00 RTL Z Nieuws
17:45:00 Z360
17:55:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 The Cruise: All At Sea
23:30:00 De Eerste Missie Van Oorlogsschip Queen Elizabeth

Kom snel tot de kern van je verhaal

ESW ADVOCATEN
STRAFRECHT - JEUGDRECHT - BESTUURSRECHT
info@esw-advocaten.nl
www. esw-advocaten.nl
070-412 76 00
Bel en bespreek uw zaak gratis

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:30:00 Het Perfecte Plaatje
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 I Can See Your Voice
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 De Augurkenkoning
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:25:00 RTL Transportwereld
00:55:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
02:01:00 TBA
02:40:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Wild Card
22:10:00 Sniper: Assassin's End

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Reunited At Christmas
22:10:00 A Chance For Christmas

RTL Z

00:30:00 De Eerste Missie Van Oorlogsschip Queen Elizabeth
02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
09:15:00 Z360
09:30:00 RTL Z Nieuws
12:30:00 AFAS Young Business Award
13:00:00 RTL Z Nieuws
16:15:00 Z360
16:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Superfabrieken
23:30:00 The Cruise: All At Sea

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:30:00 I Can See Your Voice
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 The Masked Singer
22:00:00 BEAU
23:30:00 RTL Nieuws
23:45:00 RTL Weer
23:50:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
18:30:00 Politie Op Je Hielen
19:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 E.O.D.: Explosieven Opruimingsdienst
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:10:00 Pawn Stars
01:05:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:00:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 The Bank Job
22:40:00 Blown Away

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 A Mistletoe Match
22:10:00 Christmas In Washington

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
10:15:00 Z360
10:30:00 RTL Z Nieuws
15:15:00 Z360
15:30:00 RTL Z Nieuws
16:30:00 Studio Beursplein
17:00:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Marilyn Monroe

Spreek nooit neerbuigend

Stel meer vragen dan je krijgt

RTL 4

01:15:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
06:55:00 Ernst, Bobbie En De Rest 07:25:00 Ernst & Bobbie: Doe Je Mee Op Zee Show
09:00:00 Teleshop 4: Mediashop
10:00:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping 10:30:00 AlpenHaus! 11:30:00 Op Naar De
Top 12:00:00 Nederland Ontdekt
12:30:00 RTL Snowmagazine
13:00:00 Life Is Beautiful
13:30:00 De Mooiste Wegen
14:00:00 RTL Snowmagazine
14:30:00 Mama's Wereld
15:00:00 Vakantie Kids
15:30:00 Thuis Voor Jou
16:00:00 Van Passie Naar Droombaan
16:30:00 Plezier En Passie
17:00:00 Camp To Go
17:30:00 TBA (TOD)
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 All Against 1
21:30:00 The Jump
22:50:00 I Can See Your Voice
23:35:00 RTL Nieuws
23:55:00 RTL Weer

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
07:30:00 New Creation Church TV
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
12:59:00 Teleshop 5: Mediashop
16:00:00 De Alarmcentrale: Pech Onderweg
18:00:00 The Masked Singer
20:00:00 Het Perfecte Plaatje
21:30:00 Bureau Rotterdam
23:00:00 Bij Ons Op Het Kamp

RTL 7

01:10:00 Pawn Stars
01:40:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
13:00:00 Wipeout
14:00:00 Custom Cars: Las Vegas
14:30:00 Autosport NL
15:00:00 Custom Cars: Las Vegas
15:30:00 World Endurance Championship
16:30:00 Rally Special
17:00:00 RTL Transportwereld
17:30:00 RTL Autowereld
18:00:00 American Ninja Warrior
19:50:00 Idioten Op De Weg
20:00:00 The Mechanic
21:45:00 Première: Dangerous

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
17:00:00 Murder, She Wrote
18:15:00 Swept Up By Christmas
20:00:00 Planes, Trains And Christmas Trees
21:45:00 Coyote Creek Christmas
23:30:00 A Song For Christmas

RTL Z

00:30:00 Superfabrieken
03:05:00 RTL Nieuws
06:30:00 Natuur Op Z: Surviving The Amazon
07:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
09:30:00 Londen Heathrow: Een Stad Op Zichzelf
10:00:00 Studio Beursplein
10:30:00 The Cruise: All At Sea
13:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
14:30:00 Ondernemerslounge
16:00:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
17:00:00 American Pickers
17:30:00 Studio Beursplein
18:00:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
19:30:00 Superfabrieken
21:30:00 De Eerste Missie Van Oorlogsschip Queen Elizabeth

RTL 4

00:45:00 RTL Boulevard
01:40:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping 07:30:00 Fien & Teun TV
09:00:00 Sinterklaas En De Liedjes Pietjes 09:30:00 RTL Snowmagazine 10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:00:00 Van Woonvilla Naar Droomvilla 11:30:00 Camp To Go
12:00:00 Vakantie Kids
12:30:00 Life Is Beautiful
13:00:00 TBA (TOD)
13:30:00 Campingtijd
14:00:00 Mama's Wereld
14:30:00 Van Passie Naar Droombaan 15:00:00Plezier En Passie 15:30:00 Mama's Wereld
16:00:00 Thuis Voor Jou
16:30:00 RonReizen
17:00:00 Op Naar De Top
17:30:00 RTL Snowmagazine
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:20:00 VriendenLoterij De Winnaars
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Expeditie Robinson
21:30:00 Renze Op Zondag
23:00:00 RTL Nieuws
23:15:00 RTL Weer
23:25:00 Renze Op Zondag

RTL 5

00:00:00 De Augurkenkoning
01:10:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
07:00:00 New Creation Church TV
07:30:00 Antwoorden Met Bayless Conley
08:00:00 Hour Of Power
09:00:00 Hour Of Power
10:00:00 Hoop En Leven
10:30:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
14:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 Films & Sterren
17:30:00 24 Uur In De Politiecel UK
19:30:00 Bouwval Gezocht
20:30:00 Kopen Of Slopen
22:00:00 Kees Van Der Spek: Oplichters Aangepakt
23:00:00 Online Criminelen Ontmaskerd

RTL 7

00:00:00 Shadow Man
02:01:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:00:00 Studio Beursplein
10:30:00 Business Class
12:00:00 Ninja Warrior Australië
14:00:00 Autosport NL
14:30:00 Custom Cars: Las Vegas
16:30:00 Rally Special
17:00:00 RTL Transportwereld
17:30:00 RTL Autowereld
18:00:00 Hardcore Pawn
19:00:00 De Sterkste Man
20:00:00 Mechanic: Resurrection
22:00:00 Première: The Misfits
23:55:00 Pawn Stars

RTL 8

01:25:00 Teleshop 8: Mediashop
17:10:00 Murder, She Wrote
18:05:00 Trading Christmas
20:00:00 A Shoe Addict's Christmas
21:45:00 A Christmas In Switzerland
23:30:00 A Christmas In Royal Fashion

RTL Z

00:30:00 RTL Nieuws
06:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
08:30:00 Ondernemerslounge
10:00:00 American Pickers
10:30:00 Studio Beursplein
11:00:00 American Pickers
11:30:00 Z Doc: Paul Hollywood Eats Japan
14:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
15:30:00 Ondernemerslounge
17:00:00 Studio Beursplein
17:30:00 AFAS Young Business Award
18:00:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
19:30:00 The Profit

Neem de tijd om rustig en bewust te spreken

RTL 4

00:30:00 RTL Boulevard
01:25:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:15:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Ik Weet Er Alles Van!
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 Renze Op Zondag
15:15:00 De Pepernoten Club
15:30:00 Expeditie Robinson
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:10:00 De Kook Challenge
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Kopen Of Slopen
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

00:00:00 24 Uur In De Politiecel UK
01:10:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Online Criminelen Ontmaskerd
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:25:00 Business Class
02:01:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Transporter 3
22:30:00 Edge Of Darkness

RTL 8

01:15:00 Teleshop 8: Mediashop
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 A Christmas Cookie Catastrophe
22:10:00 Christmas à La Carte

RTL Z

00:05:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
16:30:00 AFAS Young Business Award
17:00:00 RTL Z Nieuws
17:15:00 Z360
17:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Z Doc: Paul Hollywood Eats Mexico
23:30:00 Marilyn Monroe

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:15:00 De Pepernoten Club
15:30:00 Kopen Of Slopen
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Bureau Rotterdam
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:50:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Zeeman Confronteert
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:45:00 UEFA Champions League Magazine
01:15:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
02:00:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 The Transporter Refueled
22:25:00 The Transporter

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Ghosts of Christmas Past
22:10:00 Falling In Love At Christmas

RTL Z

03:05:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
12:15:00 Z360
12:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Bollenjongens
23:30:00 Paul Hollywood Eats Mexico

Timeys is een blad voor gedetineerden en (hun) achterblijvers. Een uitgave van uitgeverij Timeys verschijnt landelijk gratis elke 6 weken in een oplage van 8500 stuks. Postadres: Postbus 8165, 3009 AD Rotterdam.

www.timeys.nl
info@timeys.

Aansprakelijkheid Timeys besteedt de grootst mogelijke zorg aan de betrouwbaarheid en actualiteit van alle gepubliceerde data. Desondanks kan voor eventuele onjuisheden in de weergave of foutieve informatie, dan wel schade, verlies of winstderving veroorzaakt dan wel verband houdend met enig gebruik van dit Timeys blad, Timeys niet aansprakelijk worden gehouden.

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
14:45:00 De Pepernoten Club
15:26:00 The Masked Singer
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 RTL De Verkiezingen: De Uitslagenavond

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Bij Ons Op Het Kamp
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:25:00 RTL Autowereld
00:55:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Dr. No
22:40:00 The Transporter
00:05:00 Murder, She Wrote

RTL 8

01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 The Picture Of Christmas
22:10:00 The Christmas Ball

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
13:15:00 Z360
13:30:00 RTL Z Nieuws
17:45:00 Z360
17:55:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Z Doc: Luxe Logeeradresjes
23:30:00 Bollenjongens

RTL 4

00:35:00 RTL Boulevard
01:30:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 RTL De Verkiezingen: De Uitslagenochtend
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 TBA
15:15:00 De Pepernoten Club
15:30:00 TBA
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 I Can See Your Voice
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Bij Ons Op De Boerderij
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:40:00 RTL Transportwereld
01:10:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 From Russia With Love
22:55:00 The Transporter

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Christmas In Tahoe
22:10:00 Christmas On Ice

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
09:15:00 Z360
09:30:00 RTL Z Nieuws
12:30:00 AFAS Young Business Award
13:00:00 RTL Z Nieuws
13:15:00 Cybersessies Live: Eset Security Days
16:30:00 RTL Z Nieuws
16:45:00 Z360
17:00:00 RTL Z Nieuws
17:15:00 Cybersessies Live: Eset Security Days
17:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 The Secret World Of Snacks
23:30:00 Z Doc: Luxe Logeeradresjes

DE TV-GIDS GAAT VERDER OP PAGINA 26

Vragen of opmeringen? Contacteer ons via ons postadres of e-mailadres.
De RTL-televisiegids wordt gratis aangeboden aan de gedetineerden door RTL.
Redactie: Loïs
Druk: Mediahuis

Ingezonden stukken:
maria, L., 'papa', een oude vrouw

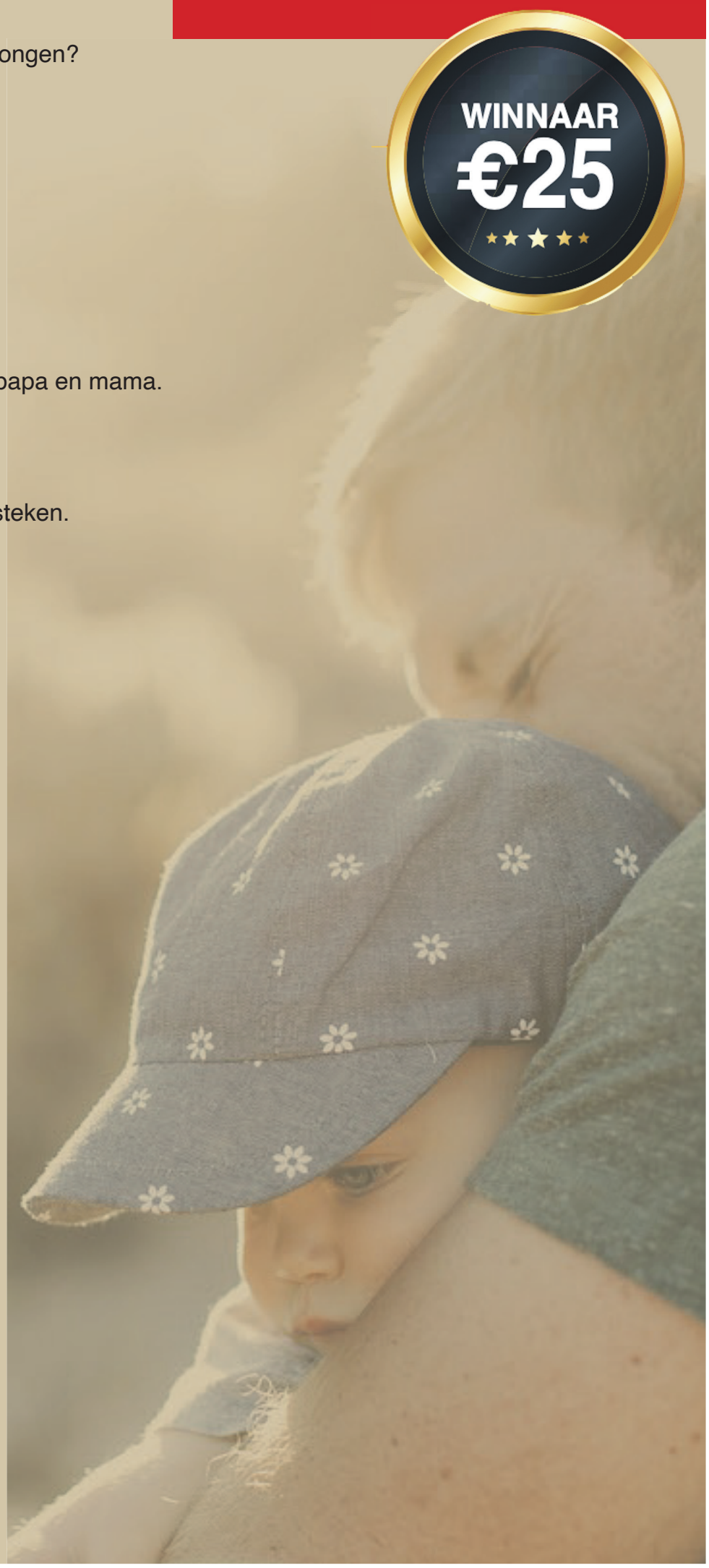
Papa gaat op reis

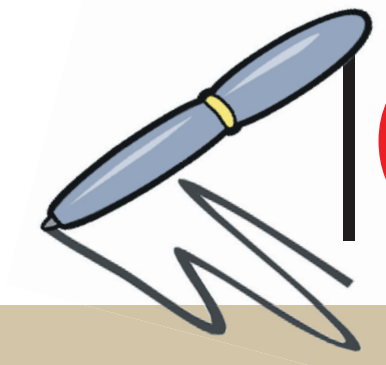
GESCHREVEN DOOR GE-DETINEERDE

PAPA

WINNAAR €25

Heeft papa jou al verteld dat papa een wereldreis gaat maken jongen?
Helemaal naar Schotland.
Kijk maar in de atlas waar dat ligt.
Dat boek dat je van papa voor je verjaardag hebt gehad.
Links op de kast.
Naast je iPad.
Ja, precies.
Nu weet je het wel.
Papa gaat met het vliegtuig.
Ja, ja.
Daar wonen van die mensen die een andere taal spreken dan papa en mama.
Die praten Engels.
Nee joh, niet als de engelen.
Ze hebben daar ook ander geld.
En als papa daar is, moet hij ook nog met de boot de zee oversteken.
Nou ja, een stukje dan. Klein stukje.
Maar evenzogoed: papa gaat vliegen en varen.
Allemaal op een dag.
Vader gaat daar wandelen.
Ze hebben daar nog wat wij hier vroeger de natuur noemde.
Papa ziet dan allemaal van die groene dingen.
Laag bij de grond en hoog de lucht in.
Dat zijn dan de bomen.
Ze hebben daar ook bergen, nou ja heuvels.
Maar voor papa zullen het bergen zijn.
Nee, papa hoef die groene dingen niet te eten.
Ja, jij wel. Ja, ook als papa niet thuis is.
En papa gaat ook van die kapotte kastelen zien.
Nee jongen die kastelen heeft papa niet kapot gemaakt,
dat hebben andere mensen gedaan.
Heel vroeger toen er nog ridders en draken waren.
Mooie tijd.
Papa gaat elke dag meer dan 15 kilometer wandelen.
Samen met zijn broer en twee zussen.
Ja dat houdt papa heus wel vol.
Hoezo en jij weet het nog zo net niet.
Dit wordt een leuke wandelvakantie.
Ja, ook met zijn zussen.
Waarom vraag je dat trouwens?
Of papa weet hoe het allemaal moet.
Nee jongen, papa heeft geen flauw idee.
Dat laat hij aan zijn kleine zusje over.
Die weet alles van goedkope reizen,
reisplannen en hoeveel bagage je mee mag nemen.
Wat papa dan wel weet?
Zeg, heb jij je huiswerk al af?





GOED VERHAAL

GESCHREVEN DOOR GE-DETINEERDE

EEN OUDE VROUW

IK & IK

Geluidloos loop ik naar de grote houten tafel toe.
Ik zet twee kopjes zachtjes op de tafel neer en kijk in twee grote blauw/grijze ogen die lief naar me lachen.
Ik kijk in de ogen van een man die zo belangrijk voor mij is, al mijn hele leven.
Al 45 jaar getrouwd en nog elke dag word ik opnieuw verliefd als ik naast hem wakker word.
Ik ga op de stoel tegen over die van hem zitten.
Het is helemaal stil hier aan de polder.
Soms zie je allerlei soorten vogels vrij weg vliegen, die gaan het hele avontuur van het leven nog aan en komen onderweg op hun reis allerlei soorten obstakels tegen.
Elke middag als we om drie uur een kopje koffiedrinken kijk ik naar buiten.
Denkend aan wat ik allemaal in mijn leven heb meegemaakt.
Over toen ik geboren werd, ik voor het eerst verliefd werd, uiteindelijk ging trouwen en twee kinderen op de wereld zette die me al bijna 12 jaar geleden een oma maakte.
Zelf word ik bijna 70 en geniet nog elke dag van het leven en van gedachten uit het verleden.
Besloten om alles voor mijn dood op te schrijven over IK.

MAYBE SOMEDAY

GESCHREVEN DOOR GEDETINEERDE

L.

WINNAAR €25

Home is where the heart is
isn't that what people say?
But there are times it's not the
truth
and it doesn't work that way

Sometimes there is that someone
who comes into your heart
when you don't even notice
and that is when it starts

That seed is planted deep within
and then it starts to grow
And before much time has pas-
sed
you're aware, and then you know

This love becomes your passion
and fight it as you will
Your dreams, your thoughts
your waking hours
keep trying to fullfill...

The burning love that's deep
inside
that wants to screem and shout
For the one who knows you not
with crying "please let me out"

I cannot say how this
will ends
I only know for shure
That there is someone
in my heart
that forever will endure

So, home is not where
my heart is
and, yes, it's sad to say
I love someone who knows me
not
oh, to hope.... maybe someday....
your mine for always

Je toekomst

GESCHREVEN DOOR GEDETINEERDE

Evi

2E PLEK €15

Wat de toekomst ook mag geven,
Hoe de levensloop mag zijn,
Laat ons maar op God vertrouwen.
Hij wil onze herder zijn.
Dus hoeven wij maar te volgen,
Volgen in het rechte spoor.
En niet bang te zijn voor de toekomst,
Want de heiland gaat ons voor.
Hij voert ons langs ravijnen,
Houd ons daarbij stevig vast.
En gaan wij door diepe dalen..
Wel, dan draagt Hij ons last.
Dus laat ons maar vol vertrouwen,
Onze levensweg blij gaan,
Omdat wij mogen geloven,
Dat God met ons mee zal gaan.

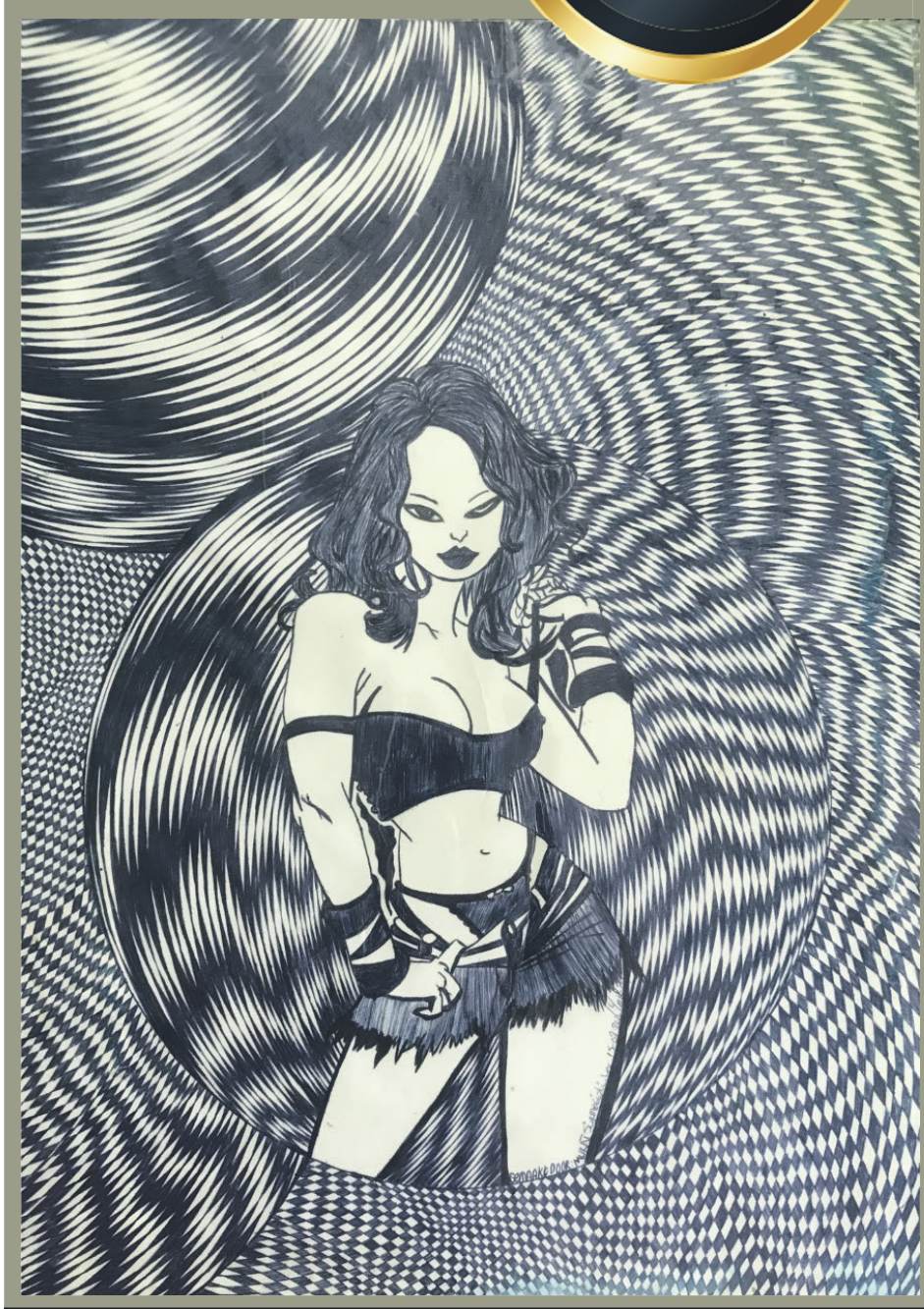
WINNAARS TIMEYS CHALLENGE

KUNST STAALTJE

GEMAAKT DOOR GEDETINEERDE

?

WINNAAR €25



GEMAAKT DOOR GEDETINEERDE

?

2E PLEK €15

Timeys challenge

Inspirreer anderen met jouw verhaal, gedicht, kunst of rap en win

Het beste verhaal wint € 25,00
Het tweede beste verhaal wint € 15,00

De beste rap of gedicht wint € 25,00
De tweede beste rap of gedicht wint € 15,00

De beste kunst wint € 25,00
De tweede beste kunst wint € 15,00

Probeer je rap of gedicht onder de 300 woorden te houden. Geef duidelijk aan of je het als rap of gedicht bedoelt. Als je meedoet aan de challenge willen we graag de zekerheid dat het ingestuurde werk van jou is, en je akkoord gaat om het te publiceren in de krant, op www.timeys.nl en op social media.

Geef bij het indienen van je kunst, rap, gedicht of verhaal duidelijk aan:
"Dit is mijn eigen werk en ik ga ermee akkoord dat Timeys het publiceert."

Belangrijk!
Vermeld deze gegevens:timeys challenge tekst
- Je naam
- Registratienummer
- De P.I. waar je verblijft, ander kunnen we je niet bereiken.

Stuur naar:
Postbus 3009 AD
Rotterdam

Herfst op Gotland

Samenvatting

Inspecteur Barbarotti en zijn partner Eva Backman besluiten zich tijdelijk terug te trekken op het herfstachtige Gotland. Er loopt namelijk een intern onderzoek in Stockholm tegen Backman nadat ze haar dienstwapen gebruikte tijdens een operatie.
Maar de rust is bedrieglijk. Barbarotti meent op het eiland de raadselachtige buschauffeur te herkennen die zes jaar geleden het slachtoffer was van een misdrijf zonder dat zijn lichaam ooit werd gevonden…

Francesca KOOKT
25 HERFSTRECEPTEN

In dit boek vertelt Francesca wat herfstgroenten precies zijn, hoe je de smaken kan combineren Ze heeft 25 van haar grote favorieten op een rijtje gezet, van zoet tot hartig.

Het vuur van de hersft

Samenvatting

Het vuur van de herfst is het vierde deel in de geliefde Reiziger-serie van Diana Gabaldon. In deze serie vertelt Diana Gabaldon het verhaal van Claire Randall, die in 1945 de naoorlogse hereniging met haar man Frank viert met een tweede huwelijksreis naar de Schotse Hooglanden. Tijdens een wandeling stuit Claire op een stenencirkel… en ze wordt wakker in het Schotland van 1743. Daar laat de jonge Schot Jamie Fraser haar kennismaken met echte, vurige passie en een zo allesomvattende liefde dat Claire verscheurd wordt tussen twee volkomen verschillende mannen en twee onverenigbare levens.
Het is 1767. Jamie en Clarie zijn terechtgekomen in South Carolina aan de vooravond van de Amerikaanse Burgeroorlog, waar ze zich aansluiten bij een groep Schotse Hooglanders in ballingschap. Maar Claire heeft iemand achtergelaten in het heden: haar dochter Brianna. Nadat Brianna een ontdekking heeft gedaan die haar tot in haar diepste wezen raakt, besluit ze naar het verleden te reizen, op zoek naar Jamie, de vader die ze nooit heeft gekend. Daarmee zet ze haar toekomst op het spel…
De Reiziger is een verhaal vol passie en avontuur, angst en verraad... en een liefde die alle barrières van plaats en tijd overstijgt. De Netflix-serie Outlander is gebaseerd op de boeken van Diana Gabaldon.

BUDGET COOKING

ZOETE AARDAPPELSOEP

BENODIGDHEDEN
- 500 gr. zoete aardappels
- 100 gr. wortel
- 1 ui
- 2 tenen knoflook
- 200 ml. kokosmelk
- 600 ml. bouillon bijv. groenten
- 1/2 tl. gember
- 1 tl. kerrie
- zout en peper

Schil de zoete aardappels en snijd de aardappels in blokjes. Snipper de ui en snijd de knoflook fijn. Snijd de wortels in stukjes. Giet een scheutje olie in een soeppan en voeg de ui en knoflook toe. Voeg na 2-3 minuten de zoete aardappel, wortel, bouillon en kruiden toe. Breng de soep aan de kook en kook de soep ongeveer 15 minuten totdat de zoete aardappel zacht is. Pureer de soep met een staafmixer en voeg de kokosmelk/kookroom toe. Meng kort door elkaar.

STOOFSCHOTEL MET POMPOEN

BENODIGDHEDEN
- 500 gr. runderlappen
- 300 gr. pompoenblokjes
- 400 gr. tomatenblokjes
- 150 ml. kokosmelk
- 100 ml. runderbouillon
- 2 tl. bloem
- 2 laurierblaadjes
- 2 tl. rozemarijn
- 1 tl. gemberpoeder
- 1 tl. kaneel
- snuf zout en peper

BEREIDINGSWIJZE
Snijd de runderlappen in blokjes van ongeveer 1,5cm. Breng op smaak met zout en peper en bestrooi met een klein beetje bloem. Doe een klontje boter in een braadpan en bak de blokjes rundvlees rondom aan. Voeg dan de bouillon, tomatenblokjes, kokosmelk, laurierblaadjes en kruiden toe. Draai het vuur laag, zet een deksel op de pan en laat heel zachtjes pruttelen gedurende drie uur. Voeg na ongeveer drie uur de pompoenblokjes toe en laat alles nog ongeveer een uur zachtjes pruttelen. Serveer de stoofschotel met wat gekookte rijst, pasta of met wat aardappeltjes en een salade.

SPECULOOS LATTE

BENODIGDHEDEN
- 200 ml. melk bijvoorbeeld havermelk
- 1 tl. speculoos
- 30 ml. koffie bijvoorbeeld een espresso
- snufje kaneel

BEREIDINGSWIJZE
Warm de melk op en schuim de melk op met een melkschuimer. Voeg vervolgende speculoos toe en meng dit door de melk. Zet vervolgens een espresso en voeg die ook toe aan de melk en speculoos. Even roeren en klaar! Maak af met een snufje kaneel.

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:15:00 De Pepernoten Club
15:30:00 I Can See Your Voice
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 The Masked Singer
22:00:00 BEAU
23:30:00 RTL Nieuws
23:45:00 RTL Weer
23:50:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 E.O.D.: Explosieven Opruimingsdienst
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:55:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Goldfinger
22:40:00 The Transporter

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Sweet Navidad
22:10:00 Deliver By Christmas

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
10:15:00 Z360
10:30:00 RTL Z Nieuws
15:15:00 Z360
15:30:00 RTL Z Nieuws
16:30:00 Studio Beursplein
17:00:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Z Doc: 30 Greatest Moments: Adele
22:30:00 Z Doc: ABBA: The Missing 40 Years
23:30:00 The Secret World Of Snacks

RTL 4

01:15:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping 06:50:00 Ernst, Bobbie En De Rest
07:20:00 Ernst & Bobbie: Wij Willen Water 09:00:00 De Club Van Sinterklaas: Het Pietendiploma 09:30:00 Teleshop 4: Mediashop 10:30:00 Teleshop 4: Tommy Teleshop-ping
11:00:00 Mama's Wereld
11:30:00 Op Naar De Top
12:00:00 RonReizen
12:30:00 RTL Snowmagazine
13:00:00 Life Is Beautiful
13:30:00 De Mooiste Wegen
14:00:00 RTL Snowmagazine
15:00:00 Vakantie Kids
15:30:00 Thuis Voor Jou
16:00:00 Op Naar De Top
16:30:00 Plezier En Passie
17:00:00 Camp To Go
17:30:00 TBA (TOD)
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 All Against 1
21:30:00 The Jump
22:50:00 I Can See Your Voice
23:35:00 RTL Nieuws
23:55:00 RTL Weer

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
07:30:00 New Creation Church TV
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
13:00:00 Teleshop 5: Mediashop
16:00:00 De Alarmcentrale: Pech Onderweg
18:00:00 The Masked Singer
20:00:00 TBA
21:30:00 Bureau Rotterdam
23:00:00 Bij Ons Op Het Kamp

RTL 7

00:40:00 Pawn Stars
01:35:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
13:00:00 Wipeout
14:00:00 Custom Cars: Las Vegas
14:30:00 Autosport NL
15:00:00 Custom Cars: Las Vegas
16:30:00 Rally Special
17:00:00 RTL Transportwereld
17:30:00 RTL Autowereld
18:00:00 American Ninja Warrior
19:50:00 Idioten Op De Weg
20:00:00 Thunderball
22:45:00 Première: Breach

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
17:00:00 Murder, She Wrote
18:15:00 Magic Stocking
20:00:00 A Cozy Christmas Inn
21:45:00 The Christmas Ring
23:30:00 Once Upon A Christmas Miracle

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
06:30:00 Natuur Op Z: Surviving The Amazon
07:31:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
09:30:00 Londen Heathrow: Een Stad Op Zichzelf
10:00:00 Studio Beursplein
10:30:00 The Secret World Of Snacks
13:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
14:30:00 Ondernemerslounge
16:01:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
17:00:00 American Pickers
17:30:00 Studio Beursplein
18:00:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
19:30:00 Bollenjongens
22:30:00 Z Doc: 30 Greatest Moments: Adele

Breinbreker

1:Op twee na zijn al mijn bloemen rozen. Op twee na zijn al mijn bloemen tulpen. Op twee na zijn al mijn bloemen madeliefjes. Hoeveel bloemen heb ik?

Breinbreker

2: Ik ben rond en heb 1 been,
soms heb ik een punt en soms heb ik er geen.
Wat ben ik?

RTL 4

00:45:00 RTL Boulevard
01:40:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping 07:30:00 Fien & Teun TV 09:00:00 De Club Van Sinterklaas: Het Pietendiploma
09:30:00 RTL Snowmagazine
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven 11:00:00 Van Woonvilla Naar Droomvilla
11:30:00 Camp To Go 12:00:00 Vakantie Kids 12:30:00 Life Is Beautiful 13:00:00 TBA (TOD)
13:30:00 Campingtijd
14:00:00 Nederland Ontdekt
14:30:00 Van Passie Naar Droombaan
15:00:00 Plezier En Passie
15:30:00 Mama's Wereld
16:00:00 Thuis Voor Jou
16:30:00 RonReizen
17:00:00 Op Naar De Top
17:30:00 RTL Snowmagazine
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:20:00 VriendenLoterij De Winnaars
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Expeditie Robinson
21:30:00 Renze Op Zondag
23:00:00 RTL Nieuws
23:15:00 RTL Weer
23:25:00 Renze Op Zondag

RTL 5

00:00:00 Bij Ons Op De Boerderij
01:10:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
07:00:00 New Creation Church TV
07:30:00 Antwoorden Met Bayless Conley
08:00:00 Hour Of Power
09:00:00 Hour Of Power
10:00:00 Hoop En Leven
10:30:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
14:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 Films & Sterren
17:30:00 24 Uur In De Politiecel UK
19:30:00 Bouwval Gezocht
20:30:00 Kopen Of Slopen
22:00:00 Zeeman Confronteert
23:00:00 Online Criminelen Ontmaskerd

RTL 7

00:50:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:00:00 Studio Beursplein
10:30:00 Business Class
12:00:00 Ninja Warrior Australië
14:00:00 Autosport NL
15:00:00 Custom Cars: Las Vegas
16:30:00 Rally Special
17:00:00 RTL Transportwereld
17:30:00 RTL Autowereld
18:00:00 Hardcore Pawn
19:00:00 De Sterkste Man
20:00:00 You Only Live Twice
22:30:00 Boss Level

RTL 8

01:30:00 Teleshop 8: Mediashop
17:10:00 Murder, She Wrote
18:15:00 One Snowy Christmas
20:00:00 Christmas In My Heart
21:45:00 Nostalgic Christmas
23:30:00 A Veteran's Christmas

RTL Z

00:30:00 RTL Nieuws
06:30:00 American Pickers
07:00:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
09:00:00 Studio Beursplein
09:30:00 American Pickers
10:00:00 Z Doc: Paul Hollywood Eats Mexico
13:00:00 Z Doc: ABBA: The Missing 40 Years
14:00:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
17:00:00 Studio Beursplein
17:30:00 AFAS Young Business Award
18:00:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
19:30:00 The Profit

RTL 4

00:30:00 RTL Boulevard
01:25:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Ik Weet Er Alles Van!
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 Renze Op Zondag
15:15:00 De Pepernoten Club
15:30:00 Expeditie Robinson
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Kopen Of Slopen
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

00:00:00 24 Uur In De Politiecel UK
01:10:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Online Criminelen Ontmaskerd
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:40:00 Business Class
02:15:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:00:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 On Her Majesty's Secret Service
23:25:00 The Transporter

RTL 8

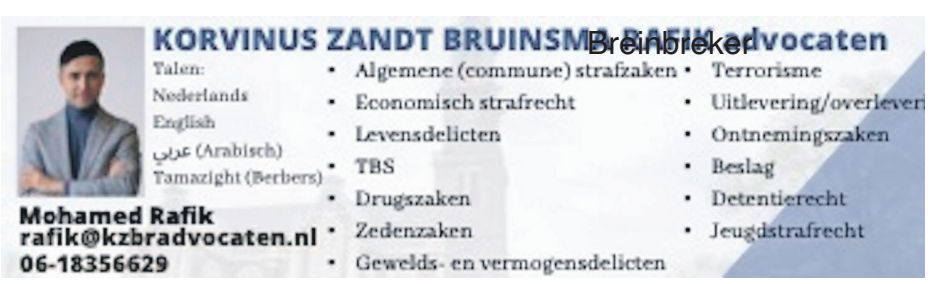
01:15:00 Teleshop 8: Mediashop
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 The Road Home For Christmas
22:10:00 Loving Christmas

RTL Z

00:05:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
16:15:00 Cybersessies Special: Eset Security Days
16:30:00 AFAS Young Business Award
17:00:00 RTL Z Nieuws
17:15:00 Z360
17:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Stedentrips Met Gregg Wallace
23:30:00 Z Doc: 30 Greatest Moments: Adele

Breinbreker

3: Een man wordt geboren in 1999 en sterft in 1972. Hoe kan dat?



Breinbreker

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:15:00 De Pepernoten Club
15:30:00 Kopen Of Slopen
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Bureau Rotterdam
22:00:00 BEAU

RTL 5

23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU
01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Zeeman Confronteert
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen
00:25:00 UEFA Champions League Magazine

RTL 7

00:55:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:00:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
19:55:00 UEFA Champions League Voorbeschouwing
20:55:00 UEFA Champions League Feyenoord - Atlético Madrid
23:00:00 UEFA Champions League Nabeschouwing
23:25:00 UEFA Champions League Samenvattingen

RTL 8

00:10:00 Murder, She Wrote
01:10:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Christmas In The Air
22:10:00 Christmas In Montana

RTL Z

01:30:00 Z Doc: ABBA: The Missing 40 Years
02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
09:15:00 Cybersessies Special: Eset Security Days
09:30:00 RTL Z Nieuws
12:15:00 Z360
12:30:00 RTL Z Nieuws
15:15:00 Cybersessies Special: Eset Security Days
15:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Bollenjongens
22:30:00 Aan Boord Van Een Kernonderzeeër
23:30:00 Stedentrips Met Gregg Wallace

RTL 4

1:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
14:45:00 De Pepernoten Club
15:26:00 The Masked Singer
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Het Perfecte Plaatje
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Bij Ons Op Het Kamp
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:00:00 RTL Autowereld
00:30:00 Pawn Stars
01:25:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 UEFA Champions League Voorbeschouwing
18:40:00 UEFA Champions League Sevilla - PSV
20:45:00 UEFA Champions League Nabeschouwing
21:00:00 Diamonds Are Forever
23:30:00 UEFA Champions League Samenvattingen

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Crashing Through The Snow
22:10:00 Double Holiday

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
10:15:00 Cybersessies Special: Eset Security Days
10:30:00 RTL Z Nieuws
13:15:00 Z360
13:30:00 RTL Z Nieuws
14:15:00 Cybersessies Special: Eset Security Days
14:30:00 RTL Z Nieuws
17:45:00 Z360
17:55:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Z Doc: Luxe Logeeradresjes
23:30:00 Bollenjongens

Breinbreker

4: Je bent verdwaald in het bos. Gelukkig vind je een oude hut, waarin je kunt overnachten. De hut heeft geen verwarming of verlichting, maar er is wel een kaars, een olielamp, een houtkachel en een luciferdoosje. Je maakt het doosje open en er blijkt maar één lucifer in te zitten. Wat steek je als eerste aan?

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:15:00 De Pepernoten Club
15:30:00 Het Perfecte Plaatje
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 I Can See Your Voice
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU
01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Bij Ons Op De Boerderij
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen
00:05:00 RTL Transportwereld
00:35:00 Pawn Stars
01:30:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:00:00 Flodder (Series)
14:30:00 American Pickers
15:00:00 Bar Rescue
18:00:00 Pawn Stars
20:25:00 Live And Let Die
23:00:00 The Transporter
00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Christmas Festival Of Ice
22:10:00 Christmas Scavenger Hunt
01:30:00 Aan Boord Van Een Kernonderzeeër
02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
09:15:00 Z360
09:30:00 RTL Z Nieuws
12:30:00 AFAS Young Business Award
13:00:00 RTL Z Nieuws
16:15:00 Z360
16:30:00 RTL Z Nieuws
17:15:00 Cybersessies Special: Eset Security Days
17:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 The Secret World Of Snacks
22:30:00 The Food That Built The World

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:00:00 De Pepernoten Club
15:30:00 I Can See Your Voice
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 The Masked Singer
22:00:00 BEAU
23:30:00 RTL Nieuws
23:45:00 RTL Weer
23:50:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 E.O.D.: Explosieven Opruimingsdienst
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

01:00:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 The Man With The Golden Gun
23:06:00 The Transporter

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Under The Christmas Tree
22:10:00 My Favorite Christmas Melody

RTL Z

00:10:00 Z Doc: Luxe Logeeradresjes
02:55:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
10:15:00 Z360
10:30:00 RTL Z Nieuws
15:15:00 Z360
15:30:00 RTL Z Nieuws
16:30:00 Studio Beursplein
17:00:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 The Story of the Songs
23:15:00 The Secret World Of Snacks

Wees stil zodra je “uh” wil zeggen

Voor uw straf- én beklagzaken
Wilt u eerst vrijblijvend contact opnemen? Dat kan.
088-2503 200 / mr. D.M. Penn / 06-2917 9198
www.pennadvocaten.nl
PENN ADVOCATEN

RTL 4

01:15:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping 06:50:00 Ernst, Bobbie En De Rest
07:25:00 Ernst, Bobbie en de Rest: Geklungel in de Jungle
09:00:00 De Club Van Sinterklaas: Het Pietendiploma
09:30:00 Teleshop 4: Mediashop
10:30:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping 11:00:00 Mama's Wereld 11:30:00 TBA (TOD) 12:00:00 RonReizen
12:30:00 RTL Snowmagazine
13:00:00 Life Is Beautiful
13:30:00 De Mooiste Wegen
14:00:00 RTL Snowmagazine
15:00:00 Vakantie Kids
15:30:00 Thuis Voor Jou
16:00:00 Op Naar De Top
16:30:00 Plezier En Passie
17:00:00 Camp To Go
17:30:00 House Vision
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 All Against 1
21:30:00 The Jump
22:50:00 I Can See Your Voice
23:35:00 RTL Nieuws
23:55:00 RTL Weer

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
07:30:00 New Creation Church TV
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
13:00:00 Teleshop 5: Mediashop
16:00:00 De Alarmcentrale: Pech Onderweg
18:00:00 The Masked Singer
20:00:00 Het Perfecte Plaatje
21:30:00 Bureau Rotterdam
23:00:00 Bij Ons Op Het Kamp

RTL 7

01:05:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
13:00:00 Wipeout
14:00:00 Custom Cars: Las Vegas
14:30:00 Autosport NL
15:30:00 Custom Cars: Las Vegas
16:30:00 Rally Special
17:00:00 RTL Transportwereld
17:30:00 RTL Autowereld
18:00:00 American Ninja Warrior
19:50:00 Idioten Op De Weg
20:00:00 The Spy Who Loved Me
22:40:00 The Bone Collector

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
17:00:00 Murder, She Wrote
18:15:00 Cross Country Christmas
20:00:00 The Nine Kittens of Christmas
21:45:00 Christmas On My Mind
23:30:00 Random Acts Of Christmas

RTL Z

01:10:00 The Food That Built The World
02:10:00 RTL Nieuws
06:30:00 Natuur Op Z: The Pacific
07:31:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
09:30:00 Humberto Onderneemt
10:00:00 Studio Beursplein
10:30:00 The Secret World Of Snacks
12:30:00 Z Doc: Luxe Logeeradresjes
13:30:00 Humberto Onderneemt
14:00:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
17:00:00 American Pickers
17:30:00 Studio Beursplein
18:00:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
19:30:00 Bollenjongens
21:30:00 The Story of the Songs

RTL 4

00:45:00 RTL Boulevard
01:40:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping 07:30:00 Fien & Teun TV 09:00:00 De Club Van Sinterklaas: Het Pietendiploma
09:30:00 RTL Snowmagazine
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven 11:00:00Van Woonvilla Naar Droomvilla
11:30:00 Camp To Go
12:00:00 Vakantie Kids
12:30:00 Mama's Wereld
13:00:00 TBA (TOD)
13:30:00 Life Is Beautiful
14:00:00 Nederland Ontdekt
14:30:00 Briljante Breinen
15:00:00 Plezier En Passie
15:30:00 Let's Get Spanish
16:00:00 Thuis Voor Jou
16:30:00 RonReizen
17:00:00 Op Naar De Top
17:30:00 RTL Snowmagazine
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:20:00 VriendenLoterij De Winnaars
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Expeditie Robinson
21:30:00 Renze Op Zondag
23:00:00 RTL Nieuws
23:15:00 RTL Weer
23:25:00 Renze Op Zondag

RTL 5

00:00:00 Bij Ons Op De Boerderij
01:10:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
07:00:00 New Creation Church TV
07:30:00 Antwoorden Met Bayless Conley
08:00:00 Hour Of Power
09:00:00 Hour Of Power
10:00:00 Hoop En Leven
10:30:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
14:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 Films & Sterren
17:30:00 24 Uur In De Politiecel UK
19:30:00 Bouwval Gezocht
20:30:00 Kopen Of Slopen
22:00:00 Zeeman Confronteert
23:00:00 Online Criminelen Ontmaskerd

RTL 7

01:10:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:00:00 Studio Beursplein
10:30:00 Business Class
12:00:00 Wipeout
14:00:00 Autosport NL
15:00:00 Custom Cars: Las Vegas
16:30:00 Rally Special
17:00:00 RTL Transportwereld
17:30:00 RTL Autowereld
18:00:00 Hardcore Pawn
19:00:00 De Sterkste Man
20:00:00 Moonraker
22:40:00 Stargate

RTL 8

01:15:00 Teleshop 8: Mediashop
17:10:00 Murder, She Wrote
18:15:00 A Christmas Bride
20:00:00 Time For Him To Come Home For Christmas
21:45:00 On The 12th Date Of Christmas
23:30:00 My Christmas Dream

RTL Z

00:30:00 RTL Nieuws
06:30:00 American Pickers
07:00:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
09:00:00 Studio Beursplein
09:30:00 American Pickers
10:00:00 Stedentrips Met Gregg Wallace
13:00:00 Z Doc: Luxe Logeeradresjes
14:00:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
17:00:00 Studio Beursplein
17:30:00 AFAS Young Business Award
18:00:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
19:30:00 The Profit

Breinbreker

5: Je hebt drie lonten, als je een lont opbrandt duurt dat een uur, als je een halve lont opbrandt duurt dat een halfuur, maar een kwart lont kan alle tijden zijn. Hoe bereken je met deze lonten drie kwartier?

RTL 4

00:30:00 RTL Boulevard
01:25:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Ik Weet Er Alles Van!
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 Renze Op Zondag
15:00:00 De Pepernoten Club
15:30:00 Expeditie Robinson
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Kopen Of Slopen
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

00:00:00 24 Uur In De Politiecel UK
01:10:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Eerste Hulp Bij Festivals
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

01:15:00 Business Class
02:50:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:00:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 For Your Eyes Only
23:05:00 The Transporter

RTL 8

01:15:00 Teleshop 8: Mediashop
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 A Little Christmas Charm
22:10:00 Candy Cane Christmas

RTL Z

00:05:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
16:30:00 AFAS Young Business Award
17:00:00 RTL Z Nieuws
17:15:00 Z360
17:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Stedentrips Met Gregg Wallace
23:30:00 The Story of the Songs

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:46:00 Waar Is Sinterklaas?
15:30:00 Kopen Of Slopen
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Bureau Rotterdam
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Zeeman Confronteert
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:05:00 UEFA Champions League Magazine
00:35:00 Pawn Stars
01:30:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Octopussy
23:10:00 The Transporter

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Christmas Movie Magic
22:10:00 The Christmas Ornament

RTL Z

02:10:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
12:15:00 Z360
12:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Londen Heathrow: Een Stad Op Zichzelf
23:30:00 Stedentrips Met Gregg Wallace

Breinbreker

6: Ik beweeg omlaag maar nooit omhoog.
Ik rol maar sta nooit op.
Als ik er ben, knap je daar niet van op.
Wat ben ik?

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:26:00 The Masked Singer
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Het Perfecte Plaatje
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Bij Ons Op Het Kamp
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:10:00 RTL Autowereld
00:40:00 Pawn Stars
01:35:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV XL
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Never Say Never Again
23:10:00 The Transporter

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Open By Christmas
22:10:00 Falling For Christmas

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
13:15:00 Z360
13:30:00 RTL Z Nieuws
17:45:00 Z360
17:55:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Achter De Sterren
23:30:00 Londen Heathrow: Een Stad Op Zichzelf

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:30:00 Het Perfecte Plaatje
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 I Can See Your Voice
22:00:00 BEAU
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Bij Ons Op De Boerderij
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:10:00 RTL Transportwereld
00:41:00 Pawn Stars
01:35:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV XL
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 A View To A Kill
23:10:00 The Transporter

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Next Stop, Christmas
22:10:00 Welcome To Christmas

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
09:15:00 Z360
09:30:00 RTL Z Nieuws
12:30:00 AFAS Young Business Award
13:00:00 RTL Z Nieuws
16:15:00 Z360
16:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 The Food That Built The World

Breinbreker

7: Eva vraagt aan Fillip: Hoe oud ben je?
Hij antwoordt: Ik ben 6 keer zo oud als jij.
2 jaar geleden was ik 8 keer zo oud als jij.
Hoe oud zijn Eva en Fillip?

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 BEAU
15:30:00 I Can See Your Voice
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 The Masked Singer
22:00:00 BEAU
23:30:00 RTL Nieuws
23:45:00 RTL Weer
23:50:00 BEAU

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 E.O.D.: Explosieven Opruimingsdienst
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:10:00 Pawn Stars
01:05:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV XL
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 The Living Daylights
23:10:00 The Transporter

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 The Holiday Sitter
22:10:00 The Christmas Setup

RTL Z

00:10:00 Achter De Sterren
03:00:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
10:15:00 Z360
10:30:00 RTL Z Nieuws
15:15:00 Z360
15:30:00 RTL Z Nieuws
16:30:00 Studio Beursplein
17:00:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 The Story of the Songs
23:30:00 The Food That Built The World

RTL 4

01:15:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
07:00:00 Ernst, Bobbie En De Rest
07:45:00 Ernst & Bobbie En Het Geheim Van Monta Rossa
09:00:00 Teleshop 4: Mediashop
10:00:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
10:30:00 Mama's Wereld
11:00:00 Let's Get Spanish
11:30:00 TBA (TOD)
12:00:00 RonReizen
12:30:00 RTL Snowmagazine
13:00:00 Life Is Beautiful
13:30:00 Briljante Breinen
14:00:00 RTL Snowmagazine
15:00:00 Vakantie Kids
15:30:00 Thuis Voor Jou
16:00:00 Op Naar De Top
16:30:00 Plezier En Passie
17:00:00 Camp To Go
17:30:00 House Vision
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 All Against 1
21:30:00 The Jump
22:50:00 I Can See Your Voice
23:35:00 RTL Nieuws
23:55:00 RTL Weer

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
07:30:00 New Creation Church TV
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
13:00:00 Teleshop 5: Mediashop
16:00:00 De Alarmcentrale: Pech Onderweg
18:00:00 The Masked Singer
20:00:00 Het Perfecte Plaatje
21:30:00 Bureau Rotterdam
23:00:00 Bij Ons Op Het Kamp

RTL 7

00:10:00 Pawn Stars
01:05:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
13:00:00 Wipeout
14:00:00 Custom Cars: Las Vegas
14:30:00 Autosport NL
15:30:00 Custom Cars: Las Vegas
16:30:00 Rally Special
17:00:00 RTL Transportwereld
17:30:00 RTL Autowereld
18:00:00 American Ninja Warrior
19:50:00 Idioten Op De Weg
20:00:00 Licence To Kill
22:45:00 Final Score

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
17:00:00 Murder, She Wrote
18:15:00 A Timeless Christmas
20:00:00 'Tis The Season To Be Merry
21:45:00 Christmas Unwrapped
23:30:00 Christmas Under The Stars

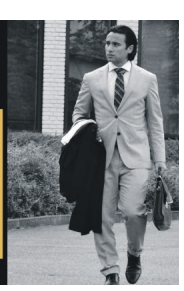
RTL Z

02:50:00 RTL Nieuws
06:30:00 Natuur Op Z: The Pacific
07:30:00 American Pickers
08:00:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
10:00:00 Studio Beursplein
10:30:00 Londen Heathrow: Een Stad Op Zichzelf
11:00:00 The Food That Built The World
13:00:00 The Story of the Songs
14:00:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
17:00:00 American Pickers
17:30:00 Studio Beursplein
18:00:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
19:30:00 Londen Heathrow: Een Stad Op Zichzelf
22:30:00 The Story of the Songs

Breinbreker

8: Je hebt in een bak 99 witte en rode bal. Hoeveel procent kans heb je dat je de rode bal pakt?

Vasco Chorus
Advocatuur
Genoeg gezeten?
Problemen met faseren?
Loop met mr. V.S.J. Chorus uw vrijheid tegemoet!
Uw specialist in klacht- en strafzaken.
Neem vrijblijvend contact op:
06-19379730
www.vascochorus.com



RTL 4

00:45:00 RTL Boulevard
01:40:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping 07:30:00 Fien & Teun TV 09:00:00 RTL Snowmagazine 09:30:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
10:30:00 Sky High Dubai
11:00:00 Van Woonvilla Naar Droomvilla
11:30:00 Camp To Go
12:00:00 Vakantie Kids
12:30:00 Mama's Wereld
13:00:00 TBA (TOD)
13:30:00 Life Is Beautiful
14:00:00 Nederland Ontdekt
14:30:00 Briljante Breinen
15:00:00 Plezier En Passie
15:30:00 Let's Get Spanish
16:00:00 Thuis Voor Jou
16:30:00 RonReizen
17:00:00 Op Naar De Top
17:30:00 RTL Snowmagazine
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:20:00 VriendenLoterij De Winnaars
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Expeditie Robinson
21:30:00 Renze Op Zondag
23:00:00 RTL Nieuws
23:15:00 RTL Weer
23:25:00 Renze Op Zondag

RTL 5

00:00:00 Bij Ons Op De Boerderij
01:10:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
07:00:00 New Creation Church TV
07:30:00 Antwoorden Met Bayless Conley
08:00:00 Hour Of Power
09:00:00 Hour Of Power
10:00:00 Hoop En Leven
10:30:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
14:00:00 Teleshop 5: Mediashop
16:30:00 Films & Sterren
17:00:00 24 Uur In De Politiecel UK
19:00:00 Voor Hetzelfde Geld
20:30:00 Kopen Of Slopen
22:00:00 Zeeman Confronteert
23:00:00 Eerste Hulp Bij Festivals

RTL 7

00:50:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV
10:00:00 Studio Beursplein
10:30:00 Business Class
12:00:00 Wipeout
14:00:00 Autosport NL
15:00:00 Custom Cars: Las Vegas
16:30:00 De Megarun 2023
17:00:00 RTL Transportwereld
17:30:00 RTL Autowereld
18:00:00 RTL GP: Exteme E - Copper X Prix
19:00:00 De Sterkste Man
20:00:00 GoldenEye
22:40:00 Survivor

RTL 8

01:15:00 Teleshop 8: Mediashop
17:10:00 Murder, She Wrote
18:15:00 A Christmas To Savour
20:00:00 Saying Yes to Christmas
21:45:00 It's Beginning To Look A Lot Like Christmas
23:30:00 A Christmas Family Reunion

RTL Z

00:30:00 RTL Nieuws
06:30:00 American Pickers
07:00:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
09:00:00 Studio Beursplein
09:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
10:30:00 Stedentrips Met Gregg Wallace
13:30:00 Londen Heathrow: Een Stad Op Zichzelf
14:00:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
17:00:00 Studio Beursplein
17:30:00 AFAS Young Business Award
18:00:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
19:30:00 The Profit

RTL 4

00:30:00 RTL Boulevard
01:25:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Ik Weet Er Alles Van!
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
13:00:00 ER
14:05:00 Renze Op Zondag
15:30:00 Expeditie Robinson
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Kopen Of Slopen
22:00:00 Renze
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 Renze

RTL 5

00:00:00 24 Uur In De Politiecel UK
01:10:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Eerste Hulp Bij Festivals
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:40:00 Business Class
02:15:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV XL
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Tomorrow Never Dies
22:55:00 The Transporter
23:55:00 Pawn Stars

RTL 8

01:15:00 Teleshop 8: Mediashop
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Christmas At Holly Lodge
22:10:00 Dashing Through The Snow

RTL Z

00:05:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
16:30:00 AFAS Young Business Award
17:00:00 RTL Z Nieuws
17:15:00 Z360
17:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Stedentrips Met Gregg Wallace
22:30:00 Christmas Breaks With Gregg Wallace

Sudoku 1

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

Sudoku 2

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

Sudoku 3

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

Sudoku 4

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

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 Renze
15:30:00 Kopen Of Slopen
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Bureau Arnhem
22:00:00 Renze
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 Renze

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Zeeman Confronteert
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:25:00 UEFA Champions League Magazine
00:55:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV XL
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 UEFA Champions League Voorbeschouwing
18:40:00 UEFA Champions League PSV - Arsenal
20:45:00 UEFA Champions League Nabeschouwing
21:00:00 The World Is Not Enough
23:40:00 UEFA Champions League Samenvattingen

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Nantucket Noel
22:10:00 Holiday Date

RTL Z

00:30:00 The Story of the Songs
03:05:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
12:15:00 Z360
12:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Londen Heathrow: Een Stad Op Zichzelf
23:30:00 Stedentrips Met Gregg Wallace

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:15:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
14:05:00 Renze
15:26:00 The Masked Singer
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 Het Perfecte Plaatje
22:00:00 Renze
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 Renze

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Bij Ons Op Het Kamp
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:15:00 RTL Autowereld
00:45:00 Pawn Stars
01:40:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV XL
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 American Pickers
15:00:00 Bar Rescue
18:00:00 Pawn Stars
19:55:00 UEFA Champions League Voorbeschouwing
20:55:00 UEFA Champions League Celtic - Feyenoord
23:00:00 UEFA Champions League Nabeschouwing
23:25:00 UEFA Champions League Samenvattingen

RTL 8

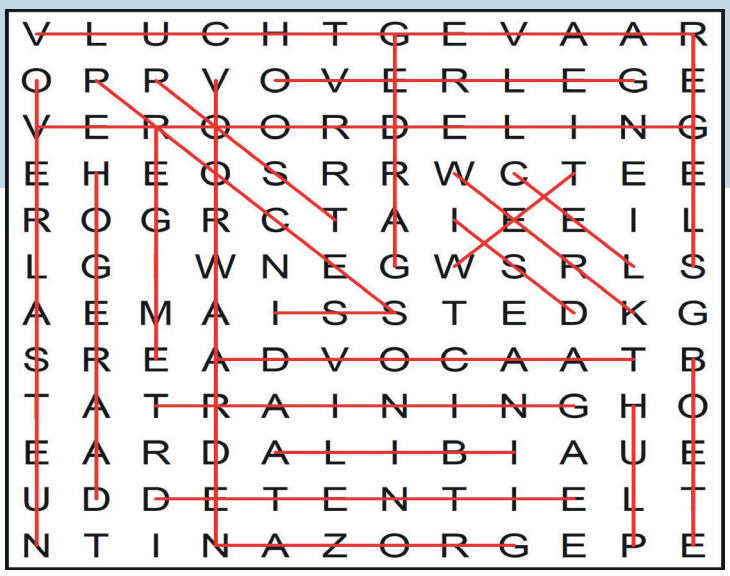
00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 The Christmas Promise
22:10:00 USS Christmas

RTL Z

01:30:00 Christmas Breaks With Gregg Wallace
02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
12:30:00 Best Of Bright
13:00:00 RTL Z Nieuws
13:15:00 Z360
13:30:00 RTL Z Nieuws
17:45:00 Z360
17:55:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 Achter De Sterren
23:30:00 Londen Heathrow: Een Stad Op Zichzelf

Breinbreker

9: Hoe maak je met acht achten duizend?



Woordzoeker gedetineerde

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:15:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
13:00:00 ER
14:05:00 Renze
15:30:00 Het Perfecte Plaatje
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
20:30:00 B&B Vol Liefde: De Aftrap
22:00:00 Renze
23:25:00 RTL Nieuws
23:40:00 RTL Weer
23:45:00 Renze

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 Bij Ons Op De Boerderij
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:00:00 RTL Transportwereld
00:30:00 Pawn Stars
01:25:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV XL
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
18:00:00 Pawn Stars
20:25:00 Die Another Day
23:05:00 The Transporter

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 Never Kiss a Man In A Christmas Sweater
22:10:00 Good Morning Christmas!

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
09:15:00 Z360
09:30:00 RTL Z Nieuws
12:30:00 AFAS Young Business Award
13:00:00 RTL Z Nieuws
16:15:00 Z360
16:30:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 The Food That Built The World
23:30:00 Achter De Sterren

RTL 4

01:10:00 RTL Boulevard
01:55:00 Teleshop 4: Tommy Teleshopping
05:50:00 Teleshop 4: DeDagDat
06:00:00 Editie NL
06:15:00 Editie NL
06:30:00 RTL Nieuws
09:10:00 RTL Boulevard
10:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
11:06:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
11:30:00 The Bold And The Beautiful
12:00:00 ER
13:00:00 ER
14:05:00 Renze
15:30:00 I Can See Your Voice
17:00:00 Eigen Huis & Tuin: Lekker Leven
18:00:00 RTL Nieuws
18:15:00 Editie NL
18:30:00 RTL Weer
18:35:00 RTL Boulevard
19:30:00 RTL Nieuws
19:55:00 RTL Weer
20:00:00 The Masked Singer
22:00:00 Renze
23:30:00 RTL Nieuws
23:45:00 RTL Weer
23:50:00 Renze

RTL 5

01:05:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
05:30:00 RTL De Journal
06:00:00 Teleshop 5: Mediashop
07:30:00 Teleshop 5: Online Gespot
08:00:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
10:00:00 Teleshop 5: Mediashop
10:35:00 Teleshop 5: Tommy Teleshopping
11:00:00 Teleshop 5: Mediashop
17:00:00 112 Vandaag
17:30:00 Politie Op Je Hielen
20:30:00 E.O.D.: Explosieven Opruimingsdienst
21:30:00 112 Vandaag
21:55:00 24 Uur In De E.R.
22:55:00 Ambulance UK
23:55:00 Politie Op Je Hielen

RTL 7

00:05:00 The Transporter
01:05:00 Teleshop 7: Tommy Teleshopping
06:00:00 Teleshop 7: Mediashop
09:30:00 Vis TV XL
10:30:00 Stop! Politie
11:30:00 Idioten Op De Weg
13:30:00 Flodder (Series)
14:30:00 Pawn Stars
16:30:00 American Pickers
17:00:00 Bar Rescue
17:55:00 Pawn Stars
20:25:00 Casino Royale
23:25:00 The Transporter

RTL 8

00:05:00 Murder, She Wrote
01:05:00 Teleshop 8: Mediashop
16:35:00 Goede Tijden, Slechte Tijden
17:05:00 Murder, She Wrote
18:05:00 The Bold And The Beautiful
18:30:00 ER
20:25:00 A Chestnut Family Christmas
22:10:00 A Christmas Princess

RTL Z

02:20:00 RTL Nieuws
07:00:00 The Profit
08:00:00 RTL Z Voorbeurs
09:00:00 RTL Z Nieuws
10:15:00 Z360
10:30:00 RTL Z Nieuws
15:15:00 Z360
15:30:00 RTL Z Nieuws
16:30:00 Studio Beursplein
17:00:00 RTL Z Nieuws
18:05:00 American Pickers
18:30:00 Gordon Ramsay: Oorlog In De Keuken!
20:30:00 The Story of the Songs

Breinbreker

10: Waarom hebben ze ondergrondse scholen?

Fakiri & van Beuningen
ADVOCATEN

'Wij gaan verder waar anderen stoppen'
Tel: 070 3142414
www.fakirivanbeuningen.nl

FEESTDAGEN

Dinsdag, 31 oktober 2023 - Helloween

Zaterdag, 11 november 2023,
Sint Maarten

Vraag: ben ik yin of yang?

Ben je een yang persoon dan kun je bij het voelen van de herfst schrikken of in opstand komen. Je zult je van nature wat meer verzetten tegen het meer yinne in de atmosfeer. Ben je een meer yin persoon dan kun je bij het aantreden van de herfst denken: Heerlijk! Eindelijk mag het weer een beetje rustiger!
In de herfst hebben we te maken met het metaal-element. Dit is volgens de vijf elementen theorie die acupuncturisten en oosterse geneeswijzen al eeuwen gebruiken. Voor een evenwichtig metaal element zijn nodig:

1. Geduld en rijping.
2. Moed om los te laten.
3. Bereidheid tot introspectie.
4. Meditatie (en qi gong/yoga) praktijk.

Het aarde element voedt het metaalelement. Dat wil zeggen dat een goede voeding (denk aan de goede oogst in de nazomer) belangrijk is. Het ondersteunt het sublimatieproces waar het metaal element voor staat. Let dus de komende tijd wat beter op je voeding. Neem liever een appel als tussendoortje en maak tijd vrij om lekkere stoofpotjes te bereiden.

Breinbrekers oplossingen:

1 1 Roos, 1 tulp, 1 madelief of 2, beide zijn geen roos, tulp of madelief
2: Een paraplu
3: De lwucifer natuurlijk
4: Wie zegt dat het jaartallen zijn? De man werd geboren op nummer 1999 en bleef al die tijd vlakbij zijn ouderlijk huis wonen op nummer 1972.
5: Je hebt er maar een nodig… Je steekt hem aan en brandt hem op tot de helft. Steek dan de andere kant ook aan. Dat gaat twee keer zo snel. Een kwartier+ een halfuur dus.
6: Een traan
7: 7 en 42
8: 50 procent. Je pakt hem wel of je pakt hem niet
9: 888+88=976+8=984+8=992+8=1000
10: Om dieper na te denken

Herfst

De zomer, het vuur element, dooft langzaam uit. De gewassen zijn volgroeid; bomen werpen hun vruchten en zaden af. Het proces van binnenhalen kan beginnen. We ruiken de herfst wat ons herinnert aan het verval en de winter die onherroepelijk gaan komen. Maar voordat het zover is, beleven we eerst nog het najaar in al zijn complexiteit. Van oudsher is de herfst de periode van oogsten. In landelijke regio's worden nog steeds traditionele feesten gevierd, zoals wijn- en bierfeesten. Kermissen en jaarfeesten herinneren aan de gebruiken van onze Germaanse, Keltische, Friese voorouders. Alles wat bedierf moest op, de rest op tijd in stallen en kelders opgeborgen.

Met dankbaarheid werken

D Het kan heel fijn zijn om op of rond deze tijd een ritueel te plannen om de overgang te vieren en bewust te beleven. Dit kun je alleen doen of samen met een lieve vriend(in), je partner of je gezin. Het ritueel hoeft niet ingewikkeld te zijn. Je kunt bijvoorbeeld dankbaar afscheid nemen van de zomer terwijl je de herinneringen aan de laatste maanden de revue laat passeren. Spreek uit wat je beleefd hebt en wat je dankbaar loslaat of meeneemt. Spreek ook dank uit voor wat je allemaal gratis en vanzelfsprekend bezit, zoals vrienden, een fijn huis, innerlijke vrede of je gezondheid. Wat je loslaat, kunnen jullie eventueel op papier opschrijven en in een ritueel verbranden. Voel je lichter en bevrijd.
Besef dat niets in het leven krampachtig vastgehouden mag worden. De oude vorm heeft zijn tijd gehad. Bij iedere nieuwe cyclus in je leven, gaat je leven door een soort herfst waarbij de oude manier van denken of doen losgelaten mag worden. In de natuur zien we ook dat de bladeren die losgelaten worden weer als voedingsbron dienen voor nieuw leven. Het loslaten is echt en definitief. Als een blad eenmaal gevallen is, kan deze niet meer terug aan de boom.

Een tijd van sublimeren

Deze periode kenmerkt zich ook door snelle veranderingen in ons. Persoonlijk vind ik de herfst een fijn seizoen. Ik verheug me erop te ontdekken wat in mijzelf gesublimeerd mag worden. Sublimatie betekent: naar een hoger, nobeler niveau omzetten. zoals een rauwe steen tot een diamant geslepen wordt. Om dit proces te ondersteunen kun je bijvoorbeeld de komende weken je meditatiepraktijk weer oppakken. De centrale vraag mag zijn: Hoe kan ik een beter en liefdevoller mens worden? Welke stemmen, meningen en gedachten wil ik wel of niet horen. Welke meningen en gedachten wil ik voor me houden of uitspreken?
Net als in de lente wanneer er meer yang in de lucht komt, is dit een overgangsfase waar we normaliter even mee moeten stoeien. Veel mensen vinden verandering algemeen lastig, maar de herfst verlangt nog eens het loslaten, een lastig proces. Dit proces vraagt om rust, stilte en inkeer. We komen in de herfst bij de meer existentiële vragen: wat blijft er nog over als ik er niet meer ben? Wat is echt waardevol? Wat heeft het oude mij gebracht? De gevoelens die gezien en gevoeld worden zijn de toegang naar diepere wijsheid binnen in ons. Het op de juiste manier betreden van de herfst, biedt ons gezondheid, wijsheid, kracht en helderheid.

Wat betekent Helloween?

De naam Halloween werd voor het eerst gebruikt in het 16-eeuwse Schotland. Het is een verbastering voor All Hallows' Even, de avond voor Allerheiligen. De Samhain was voor de Kelten een belangrijk moment in het jaar. Het markeerde het einde van de zomer en het begin van de winter, een tijd van duisternis en kou.

Wat wordt er gevierd bij Halloween?

Halloween betekent "de avond voor Allerheiligen". De mensen herdenken dan de doden. Vroeger gingen ze vaak naar kerkhoven om daar kaarsjes te branden voor overleden mensen.

Waar komt de traditie Halloween vandaan?

De geschiedenis van Halloween begon zo'n tweeduizend jaar geleden. Toen wisten de Kelten in Ierland wel hoe ze een feestje moesten vieren op 31 oktober. Het feest Samhain markeerde de start van de donkere helft van het jaar.

Waarom zijn er pompoenen bij Halloween?

Tradities van Samhain bleven, zoals het dragen van vermommingen om jezelf te verbergen voor de zielen die door je huis dwalen. Men zegt dat pompoenen met enge gezichten bedoeld waren om geesten te verjagen. En net zoals de andere tradities, bleef de pompoen dus symbool voor Halloween zoals wij het nu kennen.

Wat zijn de kenmerken van Halloween?

Halloween wordt op 31 oktober groots gevierd in Amerika. Angstaanjagende kostuums, uitgeholde pompoenen, kilo's met snoep en miljoenen kinderen die de deuren langsgaan voor trick-or-treat kenmerken deze feestdag.

Wat en wie is Jack O '- lantern?

Een jack-o'-lantern (soms ook gespeld als Jack O'Lantern) is een typische decoratie voor Halloween, bestaande uit een uitgeholde pompoen waarin een eng gezicht is gesneden. Deze pompoen kan door er een kaars of lamp in aan te brengen fungeren als lantaarn.
De traditie voor het maken van jack-o’-lanterns stamt uit Ierland. Er zijn veel verhalen over de oorsprong van de lantaarn. Een van de bekendste is het verhaal over de smid Jack. Op een avond kwam Jack de duivel tegen die hem naar de hel wilde meenemen. Jack wist met een list de duivel in een boom te lokken, en kraste vervolgens een kruisteken in de stam van de boom zodat de duivel de boom niet meer kon verlaten. Pas nadat de duivel Jack had beloofd dat hij nooit naar de hel zou hoeven haalde Jack het kruisteken weg en liet de duivel weer vrij. Toen Jack jaren later stierf mocht hij door zijn slechte levenswandel niet naar de hemel, maar de duivel liet hem ook niet binnen in de hel wegens de gedane belofte. Sinds die tijd doolt de ziel van Jack volgens het verhaal rond over de aarde. De duivel gooide Jack nog wel een gloeiend kooltje achterna toen hij hem wegstuurde bij de hellepoort. Jack stak het kooltje in een knol die hij aan het eten was en kreeg op die manier een lantaarn om zijn weg mee te verlichten. Volgens deze legende is de jack-o'-lantern vernoemd naar de smid uit dit verhaal.
Oorspronkelijk werden knollen gebruikt om de lantaarns te maken, maar naar Amerika geëmigreerde Ieren ontdekten al snel dat de pompoen een stuk geschikter was voor dit doel

Weening Strafrechtadvocaten beschikt als enige advocatenkantoor in Nederland over een cassatiedesk: een afdeling waar onze gespecialiseerde cassatieadvocaten zich bezighouden met cassatiezaken bij de Hoge Raad.

Wanneer u uw zaak aanmeldt bij onze cassatiedesk, wordt deze grondig doorgenomen door een van onze specialisten. Daarmee krijgt u een deskundige, realistische en betrouwbare blik op uw zaak. Daarna zal uw zaak binnen het team van cassatieadvocaten worden besproken. Op die manier wordt uw zaak vanuit meerdere invalshoeken belicht. Indien uw zaak zich naar onze inschatting leent voor het indienen van cassatiemiddelen, worden deze middelen door twee in cassatie gespecialiseerde advocaten opgesteld. Beide advocaten zullen samen de best mogelijke uitkomst uit uw zaak halen.

Uniek aan de cassatiedesk is dat wij voor een vast tarief kijken of uw strafzaak zich leent voor het indienen van een cassatieschriftuur bij de Hoge Raad. Daarnaast overleggen de advocaten van de cassatiedesk wekelijks over lopende zaken, zodat uw zaak altijd aandacht krijgt van een volledig team van cassatiespecialisten. Twee advocaten van de cassatiedesk zijn lid van dé vereniging van cassatiespecialisten van Nederland: de VCAS. Onze cassatieadvocaten hebben in hun jarenlange ervaring reeds talloze geslaagde cassatiemiddelen ingediend.

Bent u het oneens met een uitspraak van de strafrechter en wilt u beroep in cassatie instellen? Schakel dan onze cassatiedesk in. Wij kijken voor u naar de mogelijkheden in de cassatiefase. Een eerste intakegesprek is uiteraard geheel vrijblijvend en kosteloos.

U kunt ons gratis bereiken op:
0800-9336464 (0800-WEENING)

Wij bezoeken u in elke PI.
Ook pro deo.

WEENING
STRAFRECHTADVOCATEN

Maastricht | Utrecht | Roermond
Postbus 3084 | 6208 NB | Maastricht

strafrechtadvocaten.nl