

'T GOOI 

AUGUSTUS 2019 WWW.TGOOIBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Heerlijk...
vakantie!

Leven als de
jetset in Marbella



Alles om je mooi te voelen

Weer een gladde en frisse huid?

Voor een jongere en frissere uitstraling kunnen fillers een mooie oplossing bieden. Bij Dokter André Beautyworld wordt met fillers de huid weer jonger, gladder en steviger. Door een jeugdiger uitstraling voelt u zich ook weer beter in uw vel zitten.

Ervaren cosmetisch arts
Natuurlijk resultaat
Gratis consultgesprek
Eerlijk advies

Afspraken via
www.dokterandre.nl
of telefonisch
035 8200426

Hoe werken fillers?

Fillers worden geïnjecteerd in de huid om de huid te herstellen en deze te verjongen. Bij Dokter André Beautyworld worden alleen tijdelijke fillers op basis van hyaluronzuur gebruikt. Hyaluronzuur is een huideigen stof, die bijdraagt aan de stevigheid en elasticiteit van de huid. De aanmaak van deze stof neemt af naarmate wij ouder worden, wat leidt tot het verlies van volume en het ontstaan van rimpels.

Fillers bieden een oplossing bij:

Het vullen van rimpels en oneffenheden zoals de neuslippenplooi, de rokerslijntjes en marionetlijnen (kin). Volumeherstel van het gezicht zoals bij de jukbeenderen, wangen, lippen, slaapgebied en voorhoofd. Volume en contour van de lippen.

Intakegesprek

Voorafgaand aan de behandeling bespreken we tijdens een intakegesprek uw wensen en welke behandeling u zou

kunnen helpen. Een intakegesprek is gratis en vrijblijvend, zodat u weet waar u aan toe bent. Vervolgens wordt een nauwkeurig behandelplan opgesteld door dokter André. De resultaten van een filler-behandeling zijn direct zichtbaar en houden 9 tot 18 maanden aan.

Na de behandeling

Na het behandelen van de huid met fillers

kan deze er een beetje rood uitzien, maar dit verdwijnt doorgaans binnen 1 dag. U hoeft zich geen zorgen te maken over een allergische reactie, omdat hyaluronzuur van nature voorkomt in de huid. Wij werken uitsluitend met producten die getest en veilig bevonden zijn en welke het CE-keurmerk dragen.

BEHANDELINGEN

RIMPELS

FILLERS

BOTOX

DRAADJESLIFT

ULTHERAPHIE

LIPPEN



DOKTERANDRÉ

Veluwezoom 5 Almere
Haardstedelaan 3 Huizen
035 8200426
www.dokterandre.nl



Kijk uit. Jezelf mooier maken kan lelijk uitpakken.
Een geslaagde ingreep begint bij een goede arts.



6

10

8

13

31

23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
MANAGER Marcel Bossers
OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist
VORMGEVING Nederland Bruist - Mirjam Kuus
THEMA'S Nederland Bruist - Annemiek Jansen
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Linda Grootthuijse
ACQUISITIE Raoul Bosman, 06-15948855

CONTACT 'T GOOI BRUIST
 Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda
 T 076-7115340
nl@nederlandbruist.nl
 Like ons op Facebook.com/tgooiBruist

CONTACT HOOFDKANTOOR
 Nederland Bruist B.V.
 Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda
 T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl
www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be
 Like ons op Facebook.com/nederlandbruist

ABONNEMENT Ontvang de Bruist uit jouw regio(s) iedere maand in je brievenbus voor € 1,49 p.m. **Meer weten?** Stuur een e-mail naar abonnement@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2019 Nederland Bruist B.V. Merknaam 't Gooi Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootste mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. Nederland Bruist brengt magazines uit in: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Ibiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsenbeek, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildepolder, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

ADVERTEREN?
 Mail naar nl@nederlandbruist.nl
 of bel 076-7115340



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Je ziet het, je voelt het, je ruikt het... het is zomer! Heerlijk, die lange dagen, zwoele avonden en het vele buiten zijn. Is het je in Nederland nog niet zomers genoeg? Gooi dan je spullen in de auto of boek dat ticket en vlieg naar de Spaanse zon. Om precies te zijn naar Marbella, een van onze persoonlijke favorieten, waarover je in deze nieuwste editie van Bruist meer leest.

Bruisende lezer,

Er zijn namelijk maar weinig plekken in Spanje die zo veel te bieden hebben als Marbella. Van superglamour, trendy clubs en restaurants tot het fijne dorpsleven omringd door onherbergzame natuur. Marbella biedt voor ieder wat wils. Een goede bestemming voor je vakantiegeld, lijkt ons dus zo. Want wist je dat maar liefst 48% van de Nederlanders dit ook daadwerkelijk gebruikt voor de vakantie?! Hoor jij bij deze groep?

Natuurlijk kunnen we niet allemaal naar Marbella afreizen, hoe graag we misschien ook zouden willen. Voor diegenen die in Nederland van de zomer genieten, staan de bruisende ondernemers in de regio gewoon vol enthousiasme klaar, net als de rest van het jaar. In deze Bruist stellen we weer een aantal van deze ondernemers, zoals Thuis Ontzorgt en Meander Bloemsierkunst, aan je voor.

Geniet van de zomer!
Lea en Marcel Bossers

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Haarlem Bruist en Almere Bruist.

Inhoud

Het luxe pareltje aan de Costa del Sol

Er zijn weinig plekken in Spanje die zo veel te bieden hebben als Marbella. Van superglamour, trendy etablissementen tot een fijn dorpsleven omringd door onherbergzame natuur. Welkom in de wereld die Marbella heet, welkom in een wereld die bruist!

Marbella



Voor een echt vakantiegevoel verblijf je tijdens je vakantie bij Mijas Residence, een luxe accommodatie met vier appartementen en een studio. Overal waar je staat, is het uitzicht op de Middellandse Zee even mooi. www.mijas-residence.com. En droom je van een huwelijk onder de Spaanse zon, kijk dan voor meer informatie op www.trouweninspanje.nl.

JETSET

Dompel je onder in de luxe van **PUERTO BANÚS**, dé trekpleister van Marbella. Deze haven wordt gezien als één van de meest prestigieuze havens aan de Middellandse Zee. In de witte gebouwen aan de kade zijn luxe winkels, excellente restaurants en gezellige bars gevestigd. Puerto Banús is ook een **WALHALLA** voor **WINKEL-LIEFHEBBERS**. Om iets te kopen, moet je echter wel diep in de buidel tasten, want je vindt hier voornamelijk winkels van de duurdere merken. Of ga naar **WINKELCENTRUM MARINA BANÚS** op een steenworp afstand. Hier vind je winkels met lagere prijzen.



HOTSPOT

De **MERCADO ATARAZANAS** is gelegen in het historisch centrum van Málaga. Het is gevestigd in een schitterend 19e eeuws pand gevuld met mediterrane geluiden, de heerlijkste geuren en Spaanse gezelligheid. In de drie hallen vind je vlees, verse vis, groente en fruit, kruiden, kaas en noten. Het is een echt niet te missen hotspot van Málaga!

ALAMEDA-PARK

Een plek waar je een aangename wandeling kunt maken en kunt ontspannen terwijl je geniet van een natuurlijke omgeving met interessante tropische planten en fonteinen. Gedurende het jaar worden er allerlei markten, evenementen en festivals georganiseerd en zijn er rondom het park cafés, bars en restaurantjes. Het park met de **KERAMIEKE ZITBANKEN** is dus zeker de moeite waard.



Met 36 uitgaven is Nederland Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland en België, op Ibiza én in Marbella. Naast de glossy uit jouw regio, brengen we ook een magazine uit in Marbella. **WANT OOK HET SPAANSE MARBELLA BRUIST!**

MARBELLA OP DE FIETS

Verken Marbella ook eens op de fiets die je huurt bij **BIKEKICK.EU** De veelzijdigheid van dit gebied is enorm: je fietst hier elk uur door een ander landschap, vaak vergezeld door de Middellandse Zee. Meer naar het binnenland klim je via rotspartijen, waarbij je je op de Mont Ventoux waant, via olijfgaarden en kilometerslange sinaasappelvelden. Elke route is een ongekende ervaring.



BUEN APETITO!

Ben je een liefhebber van heerlijk eten, dan zit je in Marbella gegarandeerd goed! Behalve **SPAANSE TAPAS** komen er uiteraard nog veel meer heerlijkheden uit deze zonnige streek. Wat denk je bijvoorbeeld van de **ESPETOS DE SARDINAS**? Deze gegrilde sardines zijn de specialiteit van de Costa del Sol.



DE MOEITE WAARD

Van welke kant je Marbella ook benadert, de schelpvormige bergtop van de **PICO DE LA CONCHA** domineert altijd het decor. Om de ogenschijnlijk kale en grijze rots eens vanuit een ander perspectief te bekijken, is het de moeite waard om hem een keer te beklimmen. De meest betoverende plek in Marbella is de witgekalkte, gedeeltelijk afgesloten oude stad, **CASCO ANTIGUA**. Het voelt als een ansichtkaart, met een doolhof van smalle straatjes en pleintjes. Het **PLAZA DE LOS NARANJOS** is een zeer levendig, typisch Spaans pleintje, gelegen in het midden van de oude binnenstad. Het ontleent zijn naam aan de vele sinaasappelbomen die hier staan.

Als interieurstylist was Grace Spiegel ruim vijftien jaar bezig met de mooiste kleurpaletten en bijzondere stoffen. Toen ze haar interieurwinkel in Amsterdam verkocht, volgde ze haar hart en koos ze voor een deeltijdopleiding aan de kunstacademie in Haarlem. Inmiddels is de kunstenaar fulltime bezig met haar passie vanuit haar atelier in het hart van Zandvoort.

Ontdek de mystiek van het Oosten

Haar liefde voor patronen en kleuren komt tot uitdrukking in de intieme, dromerige portretten van Aziatische vrouwen die ze schildert. Op haar palet gebruikt ze niet meer dan zes basiskleuren. “Daar kan ik wel vijftig warme en serene kleuren mee mengen”, aldus Grace.

Liefde voor kunst en antiek

Het schilderen heeft ze niet van een vreemde. Haar vader, Herman Peters, maakte als amateurschilder Amsterdamse stadsgezichten. Hij had een antiekwinkel in Zandvoort en liet Grace al jong kennismaken met de schoonheid van kunst en antiek. Vooral oriëntaalse antieke objecten en porseleinen serviezen, met name uit China, spraken haar aan. “Het is tijdloos, verfijnd en sereen, vol prachtige patronen en aardse tonen.” Haar huis staat dan ook vol van dit soort objecten. Een oneindige bron van inspiratie.

Ongrijpbaar en mysterieus

Waarom schildert Grace juist Aziatische vrouwen? “Aziatische vrouwengezichten hebben iets ongrijpbaars. De gezichten drukken allemaal iets anders uit. Soms verlegen, soms zelfverzekerd. Een beetje brutaal, maar allemaal met een vleugje mysterie. Iets wat wij in het

Westen niet kennen. Zolang ik het leuk vind, blijf ik Aziatische vrouwen schilderen.”

De toekomst

De werken van Grace gaan de hele wereld over. “Dat ervaar ik als een groot compliment. Vooral in Engeland verkoop ik veel. Waarschijnlijk omdat Engelsen een wat kleurrijker interieur hebben, waarin mijn portretten volledig tot hun recht komen.”

Grace heeft inmiddels dan ook contact met een galerie in Engeland om hier voet aan de grond te krijgen.


Verkoop en exposities

De werken van Grace zijn te koop bij Store 11 in Bussum. Op onderstaande locaties exposeert Grace de komende tijd.

- Cafe Cote, Heemstede, vanaf 20 augustus
- Picketts House, Deia, Mallorca, vanaf eind september
- Gosto Interiores & Art, Boliqume, Portugal, tot oktober



“IK DOE ALLES OP GEVOEL”

Kunstenaar Grace Spiegel | Atelier: Koninginneweg 1, Zandvoort (alleen op afspraak)
gracevanderspiegel@ziggo.nl |  grace_spiegel_paintings



SNELLE VERSE SMOOTHIES

Als je heerlijk in de vakantiemoed bent, heb je met deze nieuwe smoothiepakketten in je vriezer in no-time een gezond ontbijt gemaakt. Er zijn drie smaken, elk bomvol met fruit, groenten, vezels en natuurlijke eiwitten, in geportioneerde zakjes met de perfecte hoeveelheid voor een smoothie. Smoothiezakjes van Freasy, € 8,75 per 3 zakjes. www.freasy.nl

HET BESTE UIT DE NATUUR

Als het dan eindelijk echt zomer is, wil je niets liever dan veel buiten zijn. Dat betekent dat je goed voor je huid moet zorgen. Bulldog Skincare is dé huidverzorging voor mannen die snel en makkelijk hun huid willen verzorgen. www.bulldogskincare.com



THEE IN DE ZOMER?

Ja hoor! De theeën van Arte & Zayne omvatten blends die je het gevoel geven dat je op het strand ligt te zonnen. Perfect voor een picknick of een zomerse borrel als je iets anders wilt dan een wijntje! Arte & Zayne Zomerthee vanaf € 6,95. www.artezayne.com



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE

Maak nu kans op 2 kaartjes voor MAMMA MIA! de musical.

De ultieme feelgood-musical met de hits van ABBA in het Beatrix Theater Utrecht is de internationale musicalsensatie die je meeneemt in een zorgeloze zomer vol plezier.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! Of stuur je gegevens o.v.v. #MAMMA MIA naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE

Maak nu kans op één van de 5 dvd's van My Brilliant Friend.

Deze achtdeelige topserie toont de ontwikkeling van de levenslange vriendschap tussen twee Italiaanse vrouwen. Het is een verfilming door Saverio Costanzo van de immens populaire roman L'amica geniale van Elena Ferrante. Te koop via Lumiereseries.com



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! Of stuur je gegevens o.v.v. #BrilliantFriend naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

win

Heerlijk...

Vakantie!



LICHT GEKOELD HET LEKKERST

In deze rode wijn van Puklavec proef je rijp donker fruit, tonen van vanille, chocolade en een lichte kruidigheid. Licht gekoeld is deze wijn heerlijk op het strand, een zonnig terrasje of gewoon thuis op je balkon. www.puklavecfamilywines.com



RONDJE ROTTERDAM

De zomermaanden bieden de perfecte gelegenheid om te genieten van de verschillende rondvaarten en uitjes van Spido. Tijdens de tocht zijn aan boord ook verschillende hapjes en drankjes verkrijgbaar. Dus of je nu al jaren in Rotterdam woont of een dagtripje maakt naar deze wereldstad, grijp je kans om Rotterdam vanuit een ander perspectief te zien! Meer info op www.spido.nl



STEELE SHOW

Fashionable arriveren bij jouw favoriete terras of superchique naar die nieuwe koffietent om de hoek? De retro Union Flow ziet er misschien wel stijlvoller uit dan jij. Maar één ding is zeker, samen stelen jullie de show! Rest er nog één vraag: wat is jouw kleur?

Vanaf € 399,- te koop via www.union.nl



NIETS IS TE GEK OM IN TE LIJSTEN

Marcel Out is al meer dan 27 jaar lijstmaker. Eerst bij kunsthands en lijstmakerijen, nu alweer ruim zes jaar als De Gooische Lijstmaker.

Waarvoor kunnen we bij jou terecht?

“Het inlijsten van schilderijen, foto's, litho's, reproducties, maar ook t-shirts, handwerken en objecten. Eigenlijk is niets te gek. Zo heb ik zelfs eens een complete bruidsjurk ingelijst! Ik adviseer en laat de verschillende mogelijkheden zien. Zo krijg je een inlijstadvies wat bijvoorbeeld past bij je interieur.” **Voor alles heeft Marcel een mooie passende lijst. Loop gewoon eens binnen!**



Nieuwe Bussummerweg 106 Huizen | 06-29560387
info@degooischelijstmaker.nl | www.degooischelijstmaker.nl

12



Bij de Gooische lijstmaker, Marcel Out, kan je terecht voor een professioneel advies en een stuk vakwerk waar je jaren plezier van hebt.

- Schilderijen, aquarellen en etsen
- Schilderijen restaureren
- Print op doek
- Diverse glassoorten
- Kraamcadeau's
- 3D-lijsten voor bijvoorbeeld trouwjurken en t-shirts

Openingstijden
Dinsdag t/m vrijdag 10.00 - 18.00 uur
zaterdag van 10.00 - 17.00 uur

Sliptongetjes en papillotte

Vis bereiden kan heel eenvoudig en lekker als je er een pakketje van maakt. Kan in aluminiumfolie of bakpapier en in de oven of barbecue tover je vervolgens in no-time een sterrengerecht op tafel.

Ingrediënten voor 4 personen:

- 8 kleine sliptongen of 4 grote
- (schoongemaakt, zonder vel)
- 3 teentjes knoflook, heel fijn gesneden.
- Sap van 1 citroen
- Vers gehakte dille en bladpeterselie
- 4 el roomboter, 2 el cognac, 2 el witte wijn
- Zout en peper
- Bakpapier



Leg een vierkant vel bakpapier op het aanrecht en smeer het midden in met de roomboter. Bestrooi de sliptong met zout, peper en wat citroensap en leg op de boter. Besprenkel vervolgens met de knoflook, witte wijn, cognac, de verse kruiden en leg hier nog een klontje boter bovenop. Vouw nu goed dicht, zodat het pakketje goed kan stomen en niet kan lekken. Herhaal dit met alle vis. Zet in de oven op 160° (of barbecue) gedurende 15 of 20 minuten. Haal er uit en open op je bord tezamen met wat gekookte krielaardappeltjes en geroosterde groenten. Dit recept kan gemaakt worden met allerlei soorten witvis natuurlijk.



Balthazar bruist van de leuke ideeën. Voor originele kookkado's, de nieuwste kookgadgets, de beste kookattributen of om de eigen keuken een make-over te geven. Een mooie schaal, zo'n prachtige plank of nieuw keukentextiel doen wonderen!

BALTHAZAR

KOOKGEREI • KOOKKADO'S • KOFFIE & THEE

Balthazar Kookwinkel

Gijsbrecht van Amstelstraat 164 Hilversum
035 77 251 66
www.balthazarkookwinkel.nl

13

Pitti Donna

SUMMER A L 50% KORTING! E

Geisha - Esprit - Espresso - Sandwich - Sust - Nickjean - Pitti Donna Basics

Gijsbrecht van Amstelstraat 142 Hilversum 035 - 6284675
Volg ons op [facebook.com/pittidonnahilversum](https://www.facebook.com/pittidonnahilversum) of www.pittidonna.nl

Thuiszorg die ontzorgt!

Na jaren werken in de zorg in uiteenlopende functies zowel in de thuiszorg als ook in de palliatieve zorg bij grotere organisaties, dacht Margo: 'Dit moet anders kunnen'. Het bewijs is er!

Thuis Ontzorgt is een kleinschalige thuiszorgorganisatie, die verpleging, verzorging en begeleiding biedt in alle levensfasen.

Thuis Ontzorgt werkt met enthousiaste professionele zzp'ers, die met veel plezier de zorg bij onze cliënten uitvoeren. Onze zzp'ers en cliënten worden er zelfs blij van.

Hebben we uw interesse gewekt om bij ons de zorg voor kortere of langere tijd aan te vragen in welke vorm dan ook, schroom dan niet en bel geheel vrijblijvend om samen te kijken naar de mogelijkheden.

We kijken ook uit naar zzp'ers met dezelfde instelling. Denkt u dat u onze topper bent en in ons team past, bel ons dan even.

Thuis ontzorgt is een laagdrempelige thuiszorgorganisatie. Zowel cliënten als medewerkers bellen ons bij vragen of onduidelijkheden makkelijk op.

Doordat de organisatie relatief klein is, zijn de lijntjes kort en kunnen we uw vragen en/of eventuele problemen snel voor u oplossen.



Het centrale aanspreekpunt voor al uw zorgvragen



06-49893374 info@thuisontzorgt.nl
www.thuisontzorgt.nl

Doodeng

Een goed gesprek over de dood, kan dat? Het blijkt dat veel mensen het lastig vinden, doodeng zelfs. Het besef dat je zelf gaat overlijden is ongetwijfeld heel confronterend en, om maar in vaktermen te blijven, wordt liever doodgezwegen. Uit ervaringen met families die wij mochten begeleiden blijkt dat ook wel, vaak werd het onderwerp gemeden, soms zelfs tot na de dood terwijl die overduidelijk naderde. De familie ging toen pas nadenken over wat nu.

Het is natuurlijk vanuit mijn oogpunt als uitvaartverzorger belangrijk dat er gesproken wordt over de wensen van overledene met betrekking tot zijn uitvaart. Maar een goed gesprek over en in de fase ervoor is misschien nog wel belangrijker.

Want om open met elkaar te kunnen spreken over wat iemand die gaat overlijden bezighoudt is dierbaar. Zo'n gesprek kan rust geven. Maar ook voor de toekomstige nabestaanden is het fijn om over het onvermijdelijke te spreken. Dan hoeft het niet alleen te gaan over de pijn en wat als ik er niet meer ben, maar het kan juist ook gaan over een leven dat geleefd is. Waar ben je trots op? Misschien zijn er ook wel dingen waar iemand minder trots op is, maar wat altijd onbesproken is gebleven.

Vanuit de overheid is er deze week een campagne gestart over dit onderwerp. De nadruk ligt erg op het stuk levenseindebegeleiding vanuit de zorg. Vooral om te delen dat er meer is dan euthanasie. Iemand mag ook 'gewoon' sterven.

Op de website www.overpalliatievezorg.nl staat veel informatie hierover, maar daarnaast is er ook een gedeelte met tips over hoe je een gesprek over de dood kan starten met een dierbare. Er is zelfs een module waarin je met hulp de uitnodiging kan schrijven en versturen. Een mooi initiatief die hopelijk de dood iets minder eng maakt.

Meer tips vindt u ook op:

www.rebel-uitvaart.nl/doodeng

De laatste zorg
in goede handen.

Op vakantie gaan geeft niet alleen maar prettige vooruitzichten; 4 op de 10 personen hebben last van **Vakantiestress**.

Wist je dat een **hotel** veel mensen het 'echte vakantiegevoel' geeft, ook al zijn ze maar 100 kilometer van huis verwijderd?

De gemiddelde **Spanjaard** besteedt 16 uur per dag aan eten, drinken, plezier en slapen.

Vrouwen nemen gemiddeld **31 kilo** bagage mee op vakantie, bestaande uit 1,9 setje per dag en 4 paar schoenen.

48% gebruikt **vakantiegeld** daadwerkelijk voor vakantie, 40% zet het direct op een spaarrekening voor onverwachte zorgkosten en uitgaven aan het huis.

Vooralsnog heeft in Spanje alleen Barcelona een milieuzone ingesteld, die toegankelijk is met een geldige **milieusticker**. Deze is verkrijgbaar bij Spaanse postkantoren voor 5 euro.

In Spanje is **een fooi van 5%** gebruikelijk. Rond het bedrag naar boven af of laat het kleine wisselgeld liggen.

Gidsen en parkeerwachters verwachten een fooi en bij taxichauffeurs kun je het bedrag afronden.

Maak van je terras
of balkon een

tweede huis

Comfort, uitstraling en puurheid. Daar draait het om als het gaat om de inrichting van je tuin of balkon. Ons leven speelt zich steeds vaker buiten af zodra het weer het toe laat.

Deze trend zet zich in 2019 voort. En met bloemen buiten maak je er echt een tweede thuis van!



JE TUIN OF BALKON wordt steeds vaker gezien als verlengstuk van je woonkamer. Dat zie je niet alleen terug in het gebruik van kleuren, maar vooral ook aan het meubilair. Luxe lounge banken met dikke, zachte kussens om heerlijk in weg te zakken na een lange dag werken, een grote houten tafel, comfortabele tuinstoelen,...

BUITENKEUKEN Zelfs om te koken, hoef je niet meer naar binnen. De buitenkeuken neemt steeds grotere vormen aan. Of je steekt de barbecue aan, want die is nog steeds 'hot' in 2019! Om extra sfeer te creëren kun je fakkels neerzetten of kaarsjes. En als het te koud wordt, steek je vanuit je luie stoel de buitenhaard of vuurkorf aan.

ULTIEM GENOT Wil je helemaal genieten, dan is het tegenwoordig niet raar om bijvoorbeeld een jacuzzi of sauna in je tuin te plaatsen. Maar er is ook veel vraag naar sportieve tuinen: een basketbalnet, een trampoline of schommel voor de kids. En na afloop kunnen ze afkoelen onder de buitendouche.

WAT ALS IK GEEN TUIN HEB?

Ook van je balkon kun je een lekkere relaxplek maken. In de eerste plaats door die lelijke ijzeren balustrade weg te werken met behulp van bamboe of rieten matten. Zet een houten bankje neer met kussens en een klein houten blokje als bijzettafel. Zelfs koken is mogelijk met behulp van een mini-barbecue, een beetje afhankelijk van de grootte van je balkon. Met de juiste bloemen bevind je je zo in een oase van rust. Kies voor een matchende kleur met de meubels of juist voor tropische kleuren voor een extra zomerse look. Met een zijden boeket van BloomEver heb je er ook nog eens geen omkijken naar.

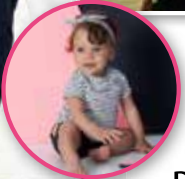
BloomEver
zijden bloemen
boeket
al v.a. € 3,50
per week!



Havenstraat 18c Hilversum
035-6230920
www.meanderbloemsierkunst.nl
www.bloomever.nl

Mode met korting waar jij blij van wordt!

SALE!
10 TOT 70% KORTING



Badmode 30% korting
Fellows 50% Korting
Lingerie sterk afgeprijsd van o.a.
Felina, Triumph & Mey
Feetje Baby Mode 20% korting

Brinkers
Mode & lingerie

Dammerweg 1 | Nederhorst Den Berg | 0294 251 274

UW HENNEP EN CBD SPECIAALZAAK

Gezond met **Hennep**



Bij Dutch Hemp Store (voorheen Hempie) vind je een uitgebreide collectie aan unieke producten, allemaal van hennep. "Zo hebben we voedingsproducten die zijn gemaakt van de zaadjes", vertelt Michel. "Dit is echt superfood, hoogwaardig in eiwitten en omega-3-vetzuren. Daarnaast vormt hennep de ideale basis voor verschillende huidverzorgingsproducten met toegevoegde CBD. Maar ook kleding, schoenen en tassen, gemaakt van de sterke bastvezels zijn erg in trek."

Neem ook eens een kijkje in onze vernieuwde webshop!



Kapelstraat 6 Bussum | 06-10103892 | contact@dutchhempstore.eu | www.dutchhempstore.eu

Puurheid eenvoud en eerlijkheid maar bovenal heerlijk!



- Open voor lunch & diner
- Pizza's uit eigen steenoven en authentieke Italiaanse gerechten
- Pure en verse producten
 - Gemoedelijke mediterrane sfeer
- Catering / events



Oud-Loosdrechtsedijk 272 | Loosdrecht | 035 582 5751 | www.rosascantina.nl

SKIN LASER CLINIC. behandelt met de Soprano ICE Platinum laser, de meest geavanceerde lasertechnologie van dit moment.

Of u nu een lichte, donkere of zelfs een zongebruinde huid heeft, grof of fijn haar, met de Soprano ICE Platinum laser is definitief en pijnloos ontharen geen enkel probleem.

SKIN LASER CLINIC. is dé specialist als het aankomt op pijnloos en definitief laser ontharen.

Maak een afspraak voor een **GRATIS INTAKE & PROEFBEHANDELING**, en ervaar zelf wat de Soprano ICE Platinum laser voor u kan doen.

Soprano ICE
PLATINUM

Loosdrechtseweg 1A 1217 TE Hilversum 06-40137968
info@skin-laserclinic.nl www.skin-laserclinic.nl

**SKIN
LASER
CLINIC.**
For hairfree skin.



DAGJES UIT IN AUGUSTUS



HET IS ZOMER! Bruist zet de leukste evenementen op een rijtje.

Ballonfiësta Barneveld
21 t/m 24 augustus in Barneveld
Het ultieme ballonfeest. Met een spectaculair avondprogramma van 17.30 - 23.00 uur.

't Preuvenemint
22 t/m 25 augustus in Maastricht
Vier dagen lang genieten van eten, wijn en muziek op het Vrijthof.

De Uitmarkt
23 t/m 25 augustus in Amsterdam
De nationale opening van het culturele seizoen.

Harlinger Visserijdagen
28 t/m 31 augustus
Muziek en dans, kunst, gastronomie, markt, kermis, cultuur en sport.

Jazz in de Gracht
29 t/m 31 augustus in Den Haag
Jazz in de Gracht vindt plaats op en rond de grachten van Den Haag.

FILMPJE KIJKEN ONCE UPON A TIME IN HOLLYWOOD

Quentin Tarantino's Once Upon a Time in Hollywood speelt zich af in het Los Angeles van 1969, een tijd waarin alles aan het veranderen is. TV-ster Rick Dalton (Leonardo DiCaprio) en zijn vaste stunt dubbel Cliff Booth (Brad Pitt) proberen aan de bak te komen in een filmindustrie die ze bijna niet meer herkennen. Een eerbetoon aan het gouden Hollywood-tijdperk, met meerdere verhaallijnen en een imposante ensemblecast. **ONCE UPON A TIME IN HOLLYWOOD draait vanaf 15 augustus in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN DOMINIK SPENST



IN DIT INVULBOEK stelt bestsellerauteur Dominik Spenst je de juiste vragen op het juiste moment. Na een gedegen uitleg over de principes van positieve psychologie, nodigt Dominik je in dit journal uit om over je dag na te denken, van schrijven een gewoonte te maken en positief op jezelf en je dag te reflecteren. Je ontdekt waar je gelukkig van wordt en zo ontstaan er vanzelf positieve gedachten en nieuwe positieve gewoontes. Na een jaar blik je terug en zie je het resultaat: je bent gegarandeerd gelukkiger. En het mooie is: het kost je maar 6 minuten per dag! **HET 6 MINUTEN DAGBOEK van DOMINIK SPENST is vanaf 26 augustus te koop voor € 19,99.**

COMPLEET GENIETEN



Hotel de Leijhof
EST. Oisterwijk 1874

EST. 1874
THE GEORGE
RESTAURANT

Verblijf in Hotel de Leijhof
Oisterwijk met deze Bruist Deal.

Overnacht in onze Comfort Room, geïnspireerd door de bosrijke omgeving, en laat u culinair verrassen door onze chef Dylan van Hirtum in Restaurant The George middels ons 3-Gangen Menu Du Chef. Beleef de geur van verse kruiden uit onze eigen kas en neem een kijkje in de wijnbibliotheek samen met onze sommelier Maikel Ginsheumer. Na een heerlijke nacht in dit luxe boutique hotel met de charme van een landhuis kunt u genieten van een heerlijk luxueus ontbijt.

BRUIST
Deal

€ 79,50 P.P.*

PROMOCODE: **BRUIST**

RESERVEER NU VIA
WWW.LEIJHOF.NL

Overnachting in een
Comfort Room van één van
de meest luxe boutique hotels
van het bosrijke Oisterwijk

Culinair
3-Gangen Menu Du Chef

Luxueus ontbijt

Parkeren

* Bovenstaande prijs is op basis
van minimaal 2 personen
exclusief lokale heffingen.

Heusdensedaan 7 Oisterwijk
+31 (0)13 523 1123
www.leijhof.nl

Groeten uit Oisterwijk





Enjoy your *Summer*

Hoeveel méér zomer wil je hebben in augustus? Geniet van de zon, de warmte, je vakantie, je vakantieliefde en ga zo maar door! Geniet ook van fijne beautyproducten die augustus net nog even zomerser kunnen maken!

1. Havaianas Slim Paisage, € 30,- www.havaianas-store.com
2. Summer Garden Shower van Weleda, € 7,99 www.weleda.nl
3. Mascara Hypnôse van Lancôme, € 33,- www.lancome.nl
4. Sun Glow Bronzing Powder van Catrice, € 5,29 www.catrice.eu
5. Scandaleyes Reloaded Mascara van Rimmel, € 15,49 www.rimmellondon.com
6. Sun 365 Gradual Self Tanning Serum van Lancaster, € 39,- www.lancaster-beauty.com

7. Couture Summer Palette Collector van Yves Saint Laurent, € 71,- www.ysl.com
8. Capital Soleil Beach Protect SPF 50+ van Vichy, € 20,95 www.vichy.nl
9. For Her Eau de Parfum van Pepe Jeans, € 34,95 www.douglas.nl
10. Terra Cotta Hestia Island Bronzing & Blush Powder van Guerlain, € 66,- www.guerlain.nl
11. Prep+Prime Fix+ Pineapple van MAC, € 13,- www.maccosmetics.nl
12. Nail Polish no shade here van essie, € 9,99 www.essie.nl



Wij
hebben
airco!

Proef de zomer bij Ai Uchi!

Zomer-menu
vanaf
€ 41,50 p.p.
(doordeweeks
€ 19,75 p.p.)

Sushi - Misoep - Pangafilet - Salade - Yakitori
Gebakken rijst - Geflambeerde ossenhaas
Gebakken groenten - Dessert

**Kom binnenkort
genieten van onze
nieuwe kaart!**

Het sfeervolle restaurant Ai Uchi is gevestigd in het hart van Hilversum. Het restaurant beschikt over 120 zitplaatsen verdeeld over een teppanyaki-gedeelte, waar onze chefkok culinaire Japanse hoogstandjes bereidt en een sfeervolle lounge, waar u zowel zakelijk als romantisch kunt dineren. U heeft al een 9-gangen menu met keuze uit vis, vlees, combi of vegetarisch al vanaf € 24,95 p.p. Heeft u een allergie of bepaalde voorkeuren? Wij houden er rekening mee! Ook afhalen is mogelijk!



JAPANS RESTAURANT AI UCHI
TEPPANYAKI & BOSHI LOUNGE

Parkeergarage Gooiland bevindt zich om de hoek, ingang naar Ai Uchi kan via Hotel Gooiland.

Emmastraat 2 Hilversum
035 - 6239 859 / 06 - 5265 8898 | www.aiuchi.nl

DE BESTE TIJD VAN JE LEVEN!

Jarenlang heb ik geworsteld om maar perfect te zijn. Perfect in mijn baan, maar vooral voor de buitenwereld. Het niet perfect zijn maakte mij kwetsbaar. Lange tijd heb ik kwetsbaarheid dan ook als een zwakte gezien. Door de overgang heb ik mijn beeld over kwetsbaarheid los kunnen laten waardoor ik nu veel steviger in mijn schoenen sta. Ik leer te ontdekken wie ik ben en wie ik mag zijn. Dit geeft een kracht, maar ook een ontspanning "ik ben goed zoals ik ben". Ik accepteer dat ik ouder word, maar weet ook dat de wereld nu voor mij open ligt.

Met mijn kennis wil ik andere vrouwen inspireren dat de overgang de beste tijd is van je leven. Vanuit mijn expertise als therapeut, maar juist ook vanuit mijn eigen ervaring, kan ik de vrouw in de overgang, de extra begeleiding bieden, die zij op dat moment nodig heeft.

Denk aan

- Een persoonlijk programma van 6 weken waar gewerkt wordt met o.a. voetreflexologie, ademhalings- en ontspanningsoefeningen.
- Zhineng Qigong lessen: bewegen vanuit ontspanning.

Heb je vragen of wil je meer informatie over het persoonlijk traject of de Zhineng Qigong lessen, neem dan gratis contact met mij op.

Mijn persoonlijk programma wordt, in de aanvullende verzekering, gedeeltelijk vergoed door vrijwel alle zorgverzekeraars.

Binnenkort komt er een nieuwe e-book uit met o.a. krachtige verhalen van andere vrouwen over de overgang.

Volg mij op Facebook: www.facebook.com/innerlijkestap of op Instagram: www.instagram.com/innerlijkestap.

**Weet dat iedere stap die je zet een
verandering is in je leven!**



Innerlijke Stap

Praktijk voor Westerse en
Oosterse therapie

Petra van der Schagt
Rigelstraat 5 Hilversum
06-30504658 | petra@innerlijkestap.nl
www.innerlijkestap.nl

BALLANCER LYMFEDRAINAGE BEHANDELING staat garant voor een snelle afslanking, versteviging, ontgiftiging en anti-cellulite behandeling van armen, benen, billen, buik, heupen en dijken met direct voelbaar resultaat!

Cambridge
Weight Plan
Real people, real support, real results.



- ✓ FIGUURCORRECTIE
- ✓ ANTI-CELLULITE
- ✓ VERSTEVIGING
- ✓ AFSLANKING
- ✓ ONTGIFTING
- ✓ RELAXATIE



Praktijk voor Gewichtsbeheersing het Gooi
Ingrid Eisma
Hilversum | 06 - 26094029
ingrid@gewichtsbeheersinghetgooi.nl
www.facebook.com/GewichtsbeheersinghetGooi

BELEEF ELEKTRISCH
RIJDEN



Betaalbaar
elektrisch rijden

Electric Motoring bv
Kortenhoefsedijk 61A Kortenhoef
06-38732732 - 06-50218917
info@500efiat.nl | www.500efiat.nl



De pedicure
bij u thuis!

*Ook last van
kloven bij je
voeten?*

Pedicure
Medisch pedicure
Sport pedicure

Aangesloten bij



Jannie Veltman

PEDICURE JANNIE

06-46377059

pedicurejannie@gmail.com

Heb je last van pijnlijke hielen door bijvoorbeeld kloven of heb je last van likdoorns of ingegroeide nagels? Laat je voeten verwennen en kom van je problemen af.

“Het verzorgen van jouw voeten is mijn passie, gun jezelf een goede behandeling, want je voeten dragen je de hele wereld rond.”

Neem vandaag nog contact op met Jannie voor advies of het maken van een afspraak!

Profiteer na je cryotherapie van gezondheidsvoordelen als:

- Fitter en energiever
- Minder stijve spieren
- Versnelde afvoer afvalstoffen
- Huidverbetering

* Max. 1 per klant.

Niet i.c.m. andere acties.

Gijsbrecht van Amstelstraat 240
Hilversum | 035 647 38 83
www.cryospacehetgooi.nl

Sunday's
verantwoord zonnen
vitamine D, natuurlijk gezond

CRYOSPACE
HET GOOI



**COMBINEER DEZE MAAND JE ZON- EN
CRYO-SESSIE! SAMEN VOOR € 35,-***

Geldig t/m 15 september 2019



Unieke, handgemaakte
sieraden

Wekelijks vindt u **interessante aanbiedingen** op onze colliers.

Neem eens een kijkje op onze website.

Groeten,
Team Ona Luna

Ona Luna Jewels | Eigenaresse: Petra Denninghoff
06-22498438 | www.onalunajewels.com



Voor meer informatie
www.voetreflexologie-t-gooi.nl

Voetreflexologie 't Gooi
laat jouw energie stromen

Een voetreflexmassage heeft vele voordelen!

Eén daarvan is vermindering van stress. Meer dan 80% van onze lichamelijke en geestelijke klachten worden veroorzaakt door stress! Klachten waar voetreflexmassage voor kan worden ingezet, zijn onder andere:

- spanning en stress
- spijsverteringsklachten
- PMS en overgangsklachten
- rug-, nek- en schouderklachten
- slapeloosheid

Behandelingen worden geheel of gedeeltelijk vergoed vanuit het aanvullende pakket van uw zorgverzekering!



Katja Zuidervaart

06 - 13 47 77 29

info@voetreflexologie-t-gooi.nl

LAMINAATENPARKET.NL

OOK DE NR.1 IN PVC

Ook in Almere!

100.000 m² op voorraad

Laagste prijs garantie

Binnen 24 uur thuisbezorgd

Bij onze 6e vestiging bent u aan het juiste adres voor A-merk vloeren tegen de allerlaagste prijs van Nederland. Wij staan voor kwaliteit, een snelle service en een breed overzichtelijk aanbod.

**ALLE A-MERKEN VOOR DE
SCHERPSTE PRIJS**

De kracht van LaminaatenParket.nl zit in het maken van goede afspraken met fabrikanten en het beheren van een zeer grote voorraad. Omdat er groot wordt ingekocht, profiteert de klant van een aantrekkelijke prijs. Daarnaast zijn vloeren vaak al op voorraad, waardoor er een snelle service gerealiseerd kan worden.

Sterker nog: veel klanten die de showroom bezoeken nemen de vloer gelijk mee!

LAMINAATENPARKET.NL

Markerkant 14-4
1314 AR Almere

T: 036 - 711 705 0
E: Almere@LaminaatenParket.nl
W: LaminaatenParket.nl

OLDTIMER FESTIVAL HUIZEN 2019



Zaterdag 7 september - Nautisch Kwartier Huizen

OLDTIMER FESTIVAL HUIZEN 2019

Het sfeervolle Nautisch Kwartier Huizen vormt deze dag het fraaie decor van een van de grootste Oldtimer Festivals van het Gooi. Dit jaar zijn de leden van de Dutch Vintage Sport Cars weer van de partij. Het Austin Healey museum uit Vreeland en het NZH Vervoer Museum uit Haarlem komen met een aantal topstukken naar het festival. Op deze negende editie is het mobiel erfgoed in al zijn facetten te zien.

In totaal zullen 260 auto's tentoongesteld worden met een grote variatie klassiekers (60 verschillende merken) waaronder een Bugatti T35BR uit 1927, Mc Laughlin Buick uit 1929 en een DKW F93 uit 1959, Kever Brilletje uit 1957. Wij laten ook de toekomst zien: Gerenommeerde autodealers uit het Gooi tonen hier hun allernieuwste modellen.

Het Puch Gilde Huizen organiseert weer de befaamde Brommertocht. De HEMA-Spientocht van 60 kilometer door het Gooi is er voor personenauto's. Naast personenauto's, vrachtauto's, tweewielers zijn ook tractoren te zien, waaronder de stoomtractor de Kemna uit 1916. In de Havenstraat langs de kade is er een Brocante-Lifestyle-Kunst-Boekenmarkt met 70 marktkramen en een aantal foodtrucks.

Deze editie van het Oldtimer Festival wordt gecombineerd met de demonstratie dag van de Brandweer Huizen. Zij verzorgen demonstraties samen met de KNRM met o.a. de nieuwste blusmiddelen. Enkele oldtimer brandweerwagens, waaronder de Latyl uit 1927 zijn aanwezig.

U kunt deze dag ook genieten van muziek van o.a. de Sgt. Wilson's Army Show en de dixieloopband Alacarte.



OLDTIMERSHUIZEN.NL

KLINIEK  HEIHOF
YOUTH GOT THE LOOK



OOGLEIDCORRECTIE € 750,-

BOTOX € 89,-

FILLER € 195,-

WWW.KLINIEKHEIHOF.NL | INFO@KLINIEKHEIHOF.NL
ALBERTUS PERKSTRAAT 37A HILVERSUM 035 - 77 24 8 24
