

'T GOOI 

JULI 2020 [WWW.TGOOIBRUIST.NL](http://WWW.TGOOIBRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST



**Op vakantie**  
in eigen land,  
of niet?

**Win een boek** van  
Dirk Zeelenberg



bescherming van jezelf, betekent bescherming voor een ander



chirurgisch mondneusmaskers



FFP2 mondneusmaskers



katoenen mondmaskers in diverse kleuren



desinfecterende handgels

## Waarom een mondkapje dragen?

In tegenstelling tot in andere landen, was het dragen van een mondkapje in Nederland nog niet verplicht. Dat verandert. Vanaf 1 juni is het verplicht om in het openbaar vervoer een mondkapje te dragen. Daarnaast stellen ook vliegtuigmaatschappijen het dragen van neus- en mondbescherming op vluchten verplicht. Door preventief gebruik, bescherm je naast jezelf juist ook anderen.

## Hoe goed beschermt een mondkapje?

De effectiviteit van een mondkapje valt of staat bij de wijze van gebruik. Het dragen geeft geen garantie. Bij correct gebruik, verkleint het dragen van persoonlijke bescherming wel de kans dat je een virus krijgt of doorgeeft.

## Welke types zijn er?

Er zijn veel verschillende persoonlijke beschermingsmiddelen zoals mondkapjes in de omloop. Niet alle typen dienen hetzelfde doel. Op Beschermingvooriedereen.nl lees je duidelijk per product wat de eigenschappen zijn en wat het doel is. Je vindt er ook mondkapjes voor kinderen van 8 tot 12 jaar.

## Hoe zit het met certificering?

Alle beschermingsmiddelen van Beschermingvooriedereen.nl voldoen aan de hoge vereisten die horen bij het vermelde certificaat. Door de strenge richtlijnen en regelgeving worden onze producten vaak nogmaals getest in het land van verkoop. Onze persoonlijke bescherming is steeds veilig bevonden en goedgekeurd.

**Mondkapjes zijn door de overheid in ieder geval t/m 1 september vrijgesteld van btw. Daarnaast biedt Beschermingvooriedereen.nl lezers van Bruist een korting van 10% aan.**

Nu 10% korting met de code **BRUIST10PROCENT**

✓ Voor 14:00 besteld is vandaag verstuurd

✓ Gratis verzending vanaf €40

✓ Ook voor kinderen

✓ Onze FFP2 mondkapjes zijn gecertificeerd

# Waar u van droomt



# ...maken wij!

## RMR Interieurbouw maakt mogelijk waar u van droomt.

Wij laten onze klanten graag over hun dromen vertellen. Over hun interieur, waarbij design, functionaliteit en huiselijkheid volmaakt in elkaar overvloeien. Wij dromen mee, maar doen meer:

RMR ontwerpt en maakt vakkundig uw gehele maatwerk-interieur.

Op ambachtelijke wijze, met de hand exact op maat en volledig naar wens.

Alleen met de volmaakte mix van design en functionaliteit zijn wij tevreden. High end-niveau. Of het nu uw complete inrichting, keuken, wijnkelder of kastenwand betreft: wij maken mogelijk waar u van droomt.

**Bezoek onze bijzondere inspiratieruimtes!**

Maak vrijblijvend  
een afspraak  
[www.rmr.nl](http://www.rmr.nl)

**RMR**<sup>®</sup>  
interieurbouw





## COLOFON

**UITGEVER** Nederland Bruist B.V.  
Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout  
T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl  
www.nederlandbruist.nl  
f i nederlandsbruist

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Carly Pastoors  
**THEMATEKSTEN** Maaike van Helmond  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Ron van Kuijk

f Like ons op Facebook.com/tgooiBruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl  
of bel Raoul Bosman 06-15948855

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. 't Gooi Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst 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 is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



### ADVERTEREN?

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



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Het is zomer! Heerlijk... Langzaam keert het (nieuwe) gevoel van vrijheid terug, maar desondanks belooft het een andere zomer te worden dan we gewend zijn. Waar veel mensen normaal gesproken in de zomer naar het buitenland zouden trekken voor een welverdiende vakantie, blijven we dit jaar veel meer in eigen land.

## *Bruisende lezer,*

En hoewel dit voor sommigen misschien voelt als een domper, hoeft dit absoluut niet het geval te zijn. Vakantie in eigen land kan namelijk ontzettend leuk zijn. En daarvoor hoef je niet eens naar de andere kant van het land te rijden, ook in je eigen omgeving valt er nog genoeg te ontdekken. Zoals al die bruisende ondernemers die je elke maand in Bruist weer vertellen over hun mooie bedrijf.

Ben je niet van plan om je vakantiedagen deze zomer te gaan gebruiken? Dan kun je nog steeds genieten van het mooie weer. Trek eropuit met een goedgevulde picknickmand en zoek een plekje om heerlijk te picknicken. Je zult zien dat dit je toch zomaar een instant vakantiegevoel bezorgt, ook al is het maar voor even.

Geniet van de zomer!

**Lea en Marcel Bossers**

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



win



# Inhoud

VAKANTIE IN  
EIGEN LAND IS  
HELEMAAL GEEN  
GEK IDEE



# *Op vakantie* in eigen land, of niet?

De zomervakantie staat weer voor de deur. Maar waar je normaal gesproken waarschijnlijk allang een beslissing had genomen over je vakantiebestemming, twijfelen veel mensen dit jaar of ze überhaupt wel op vakantie gaan. En, zo ja, of ze dan niet beter in eigen land kunnen blijven.

Een begrijpelijke twijfel, helemaal omdat er nog steeds zoveel onduidelijk is. Waar mag je allemaal wel en niet naartoe? Welke restricties gelden er? Wat staat er allemaal nog te gebeuren? Een vakantie in eigen land is daarom helemaal niet zo'n gek idee. En nog ontzettend leuk ook, want er valt in Nederland veel meer te zien en te beleven dan de meeste mensen denken. Groot voordeel is daarnaast dat je waarschijnlijk beter op de hoogte bent van alle geldende maatregelen in Nederland. En mocht er toch nog een tweede golf komen, dan ben je in ieder geval zo weer thuis, mocht dat nodig zijn.

## #supportyourlocals

Daarnaast speelt voor veel mensen nog een andere reden mee om dit jaar voor een vakantie in eigen land te kiezen: #supportyourlocals! Veel Nederlandse

bedrijven hebben het zwaar als gevolg van de coronacrisis, dus die kunnen wel wat support gebruiken.

## Of toch...

Ga je toch liever naar het buitenland op vakantie, dan kan dat natuurlijk ook. Langzaamaan openen steeds meer landen hun grenzen voor toeristen. En na de afgelopen vreemde maanden klinkt een welverdiende vakantie onder de Spaanse, Franse of Italiaanse zon natuurlijk ook wel weer heel verleidelijk. Even heerlijk de boel de boel laten, weg uit je vertrouwde omgeving om jezelf weer volledig op te laden. Informeer van tevoren wel goed naar de ter plekke geldende restricties om teleurstellingen te voorkomen. Maar waar je ook naartoe gaat, altijd geldt: geniet! Je hebt vakantie, dus niks moet en niks mag!

Gaat jouw voorkeur toch uit naar een vakantie in het buitenland? Denk dan eens aan een reisje naar Ibiza. Dit jaar een extra bijzondere vakantiebestemming. Op zoek naar een hotel?

Wij kunnen je een verblijf bij **Hotel Garbi Ibiza & Spa** zeker aanraden.

# UW CREMATIE DUURZAAM IN VERTROUWDE HANDEN

Cremaere

Damsluisweg 29 Almere  
[www.cremaere.nl](http://www.cremaere.nl)

Cremeren  
€ 429,-

Uw crematie met zorg en medeleven  
tegen een zeer redelijke prijs

We behoren tot één van de meest  
milieubesparende crematoria van Nederland.

Vraag het ons of uw uitvaartondernemer.

**Cremaere, voor een duurzame crematie!**

Bel ons  
036 737 04 32

Maandag t/m vrijdag: 9.00 tot 20.00 uur  
Zaterdag: 9.00 tot 16.00 uur



Grietje & Hans de Kluijver

# Nieuwe *wetgeving* op komst!

Waarom kunnen wij de asoverblijfselen pas na een maand ophalen bij het crematorium? Dit is een van de vragen die ik vaak krijg van nabestaanden. In vroeger tijden was dit met name om mensen tijd te geven om na te denken over de asbestemming.

Tegenwoordig is dat vaak al bij leven aangegeven door de overledene of is het al besproken tijdens de gesprekken die ik met de nabestaanden heb voorafgaand aan de uitvaart.

In de uitvaartbranche is er veel veranderd. De uitvaart is voor velen een bespreekbaar onderwerp geworden. Waarbij duurzaamheid ook belangrijk is, er zijn inmiddels gelukkig al vele mogelijkheden. Daar zal ik een volgende keer wat meer over vertellen

Deze ontwikkelingen maken dat we tegen de grenzen van de huidige wetgeving aanlopen. Daarop is de branche in gesprek gegaan met de minister en de verwachting is dat dit jaar de wetgeving aangepast wordt.

## ZO ZIJN ER DE VOLGENDE VOORSTELLEN GEDAAN;

- Laat de nabestaanden de asoverblijfselen zo snel als mogelijk is, ophalen.
- Toestaan van nieuwe vormen, naast cremeren of begraven, zoals resomeren of composteren.
- Sta in speciale situaties toe dat er samen begraven of gecremeerd mag worden, bijvoorbeeld wanneer moeder en kind overlijden in het kraambed.
- Sta toe dat overledenen eerder begraven mogen worden bij bijvoorbeeld de Joodse of Islamitische geloofstraditie
- Stop met het gebruik van het woord 'lijk' op gemeentelijke formulieren, vervang dit door een ander woord



Daarnaast is inmiddels ook de informatievoorziening vanuit de overheid verbeterd. Zij hebben een website gemaakt om nabestaanden te helpen: [www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/overlijden](http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/overlijden)

Hier kunt u veel informatie vinden over uiteenlopende onderwerpen die te maken hebben met de uitvaart en het nalatenschap. Uiteraard kunt u ons ook benaderen als u vragen heeft of eens van gedachte wilt wisselen over de mogelijkheden bij de uitvaart of het afscheid.



### EERLIJK EN HEERLIJK

GoPure chips neemt je mee op ontdekkingsreis naar eerlijke smaken, rijke texturen en unieke combinaties. Heel veel ingrediënten voor hun chips komen direct van het polderland, met vaak de klei er nog aan. GoPure staat voor eerlijk en heerlijk, je proeft wat erin zit. [www.gopure.org](http://www.gopure.org)

### TICKET TO THE TROPIC

De Hawaiian Tropic Satin Protection Zonnebrandlotion SPF 30 is verrijkt met vitamine C en E, is vochtinbrengend, geeft de huid een natuurlijke glans en verfrist met een luxueuze tropische geur. Voor nog meer plezier, bescherming en een alohagevoel bij outdoor sporten, in de stad en op het strand. Prijs vanaf € 14,99.

[www.hawaiiantropic.com](http://www.hawaiiantropic.com)



### PROEF DE FILOSOFIE

Proef de bekende Pinkyrose-smaken Spiced Lemon & Rose en Floral Ginger & Orange. Pinkyrose is niet begonnen met een merk, maar met een filosofie; om unieke gastronomische smaken toe te voegen aan het frisdrankschap. Drink Pinkyrose direct gekoeld uit het blikje of serveer het in een mooi glas met ijsblokjes. [www.pinkyrose.nl](http://www.pinkyrose.nl)



## LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 10 Hop On Hop Off tickets van Dordrecht Tours.



Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier. Aangeboden door:



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! Of stuur je gegevens o.v.v. #DORDRECHTTOURS naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).

# Het is zomer!

## LEZERSACTIE

Maak kans op deze prachtige sneakers Ydun van Woden.

Deze stijlvolle én comfortabele sneakers zijn uitgevoerd in een combinatie van leer en gevlochten textiel. Scandinavisch design rechtstreeks uit Denemarken.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! Of stuur je gegevens mét je schoenmaat o.v.v. #WOVEN naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).

win

### EXPLOSIEVE SMAAK

Dutch Dynamite is een zoute droplikeur met de explosieve smaak van dubbelzoute salmiak. Je drinkt het ijskoud, bij voorkeur met gezellige mensen, rechtstreeks uit het kleine flesje of uitgeschonken uit de grote fles in een shotglaasje. Wees gewaarschuwd: eenmaal geproefd is voorgoed verkocht! [www.dutchdynamite.com](http://www.dutchdynamite.com)



## LEZERSACTIE

Maak kans op een Wilkinson Intuition F.A.B. scheermesje.

Dit systeem scheert moeiteloos in beide richtingen - f(owards) a(nd) b(ackwards). Je had nog nooit zo snel een gladde huid.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! Of stuur je gegevens o.v.v. #FAB naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).



### MEER DAN EEN TRAKTATIE

Little Love wil de lekkerste chocoladerepen maken en de mensen laten ontdekken hoe lekker de pure essentie van rauwe, koudgemalen cacao is. Ze streven naar 100% biologische kwaliteit en stoppen alleen hele stukjes (super)fruit en noten in hun repen. Dat is écht genieten! Verkrijgbaar vanaf € 1,89 [www.little.love](http://www.little.love)

# Het beste voor *jouw kind*



Het liefst ben je natuurlijk altijd zelf bij je kind, maar er moet ook gewerkt worden. Door een nanny in te zetten, kan je kind worden opgevangen in zijn of haar eigen vertrouwde omgeving.

Chantal is sinds januari jongstleden de drijvende kracht achter TopNanny. Hiervoor werkte ze ruim 20 jaar in de kinderopvang. "Ik was toe aan een nieuwe uitdaging", vertelt ze enthousiast. "Mijn drive blijft echter hetzelfde; zorgdragen voor kwalitatief goede opvang voor ieder kind."

"At TopNanny you are never 'just a Nanny',  
you are the nanny and **YOU ARE AMAZING**"

## Quality time

Op dit moment bedient TopNanny circa 50 gezinnen in heel Nederland. "Een nanny geeft je kind de aandacht die het verdient. Als kind heb je gewoon je eigen speelgoed bij de hand en je kunt fijn afspreken met vriendjes in de buurt. Een nanny neemt ook licht huishoudelijke taken over, hierdoor heb je als ouders na een drukke dag op het werk ook echt even 'quality time' met de kinderen. De eerste prioriteit ligt altijd op de verzorging en begeleiding van de kinderen."

**Tip:**  
**ALS JE EEN BEROEP  
DOET OP EEN  
NANNY, HEB JE  
GEWOON RECHT OP  
KINDEROPVANG-  
TOESLAG**



De Bosrand 44, Zutphen | 0575-848432 | informatie@topnanny.nl  
[www.topnanny.nl](http://www.topnanny.nl)

## Wat vind jij?

Ik leef mijn mooiste leven op mijn manier en als jou dat niet bevalt, heb ik daar geen last van.

"Hoe ga ik om met kritiek van anderen, met wat iedereen vindt en roept?" Die vragen ontvang ik dagelijks. Waarom zou jij je druk maken over wat 'ze' zeggen en wat 'ze' vinden? Iedereen vindt overal wel iets van. Meninge worden gratis verspreid, maar je hoeft ze niet aan te nemen. Die keuze is aan jou. Je hebt geen toestemming van anderen nodig om je blij en gelukkig te voelen. Leef je leven volgens jouw eigen regels. Wel met compassie, begrip en respect, maar zonder dat je heldere geest wordt volgekliederd door het lawaai en de rommel van anderen.

Je mag van alles vinden, maar vind eerst rust en vrede in jezelf. En vergeet niet elke dag tweemaal 10 minuten een momentje voor jezelf te nemen. Op naar jouw mooiste leven! Alle goeds en Hasta la proxima,

*Michael Pilarczyk*

~ [MeditationMoments.Com](http://MeditationMoments.Com) ~  
Meditaties voor elk moment van de dag



# Dé Gooische Echtscheidingsadvocaat

Na het afronden van zijn studies Nederlands,- en Fiscaal recht ging Sander Askamp aan de slag als fiscalist. Het werd hem echter al snel duidelijk dat hij meer wilde. In 2011 opende hij de deuren van zijn eigen praktijk in het Gooi als echtscheidingsadvocaat en fiscalist.

“Middenin crisistijd”, vult Sander aan. Het is tekenend voor zijn gedrevenheid. “Ik wil graag mensen helpen, dat zit gewoon in me.” Sander is voor zover bekend de enige echtscheidingsadvocaat in Nederland die tevens erkend belastingadviseur is waardoor hij jou volledig als cliënt kan bedienen. Om die reden komen ondernemers van heinde en verre naar zijn praktijk. Daarnaast is Sander ook gespecialiseerd in complexe kinderzaken waarbij sprake is van een moeizame omgangsregeling, ouderverstoting of oudervervreemding.

## De-escalerend én resultaatgericht

Het zijn dus veelal ondernemers die bij hem aankloppen. “Bij een echtscheiding spelen veel fiscale aspecten, zeker als er sprake is van ondernemingspartners. Vanuit een helicopterview overzie ik het geheel. Ik neem cliënten bij de hand en maak hen stap voor stap duidelijk waar ze nu staan en waar ze naar toe gaan. Dat biedt houvast. Vaak heb ik te maken met ouders die volop in de strijd zitten. Het is essentieel om deze gespannen situatie te de-escaleren - ook in het belang van de kinderen - zonder daarbij overigens het resultaat uit het oog te verliezen.”



**Juli-kinderen** zijn vaak gezegend met een goed gevoel voor humor en zijn daardoor de zonnetjes in huis.

Ongeveer 20 graden is **de beste temperatuur** om de buitenkant van je huis te schilderen. 

Een grote bedreiging voor onze gezondheid is **stress**.  
 Neem daarom regelmatig een **slipperdag!**

6 juli is het weer zover: het is **Comic Sans-dag**.

Ontstressen gaat automatisch op een trampoline of springkussen en tijdens spelletjes of hilarische situaties.

Dus neem je leven **minder serieus** en **speel meer!**

De tweede helft van de maand juli behoort tot de **hondsdagen**, de gemiddeld **warmste** periode van het jaar.

**Vakantie** is niet meer weten welke dag het is en lekker dobberen op **een zee van vrije tijd**.

20 juli is het alweer 51 jaar geleden dat **Neil Armstrong** zijn beroemde eerste stap op de maan zette.

*Pitti Donna*  
Shabby Chique Damesmode

# HELLO SUMMER SALE

Vol positieve energie gaan wij de zomer in!  
Naast onze superkorting van 40%, hebben wij een  
frisse en vrolijke hoogzomercollectie

Geisha | Esprit | Expresso | Sandwich | Sust/Bindi | 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](http://www.pittidonna.nl)

## Personal Hormonal Training

gezondheid door natuurlijke stabiliteit

Met Personal Hormonal Profiling kijken we op welke plekken jouw lichaam vet opslaat. Uit de resultaten stellen wij een profiel op met advies over voeding, training en lifestyle!

Hormonen regelen bepaalde processen in je lichaam en hebben veel invloed op hoe je je voelt, eruitziet en gedraagt. Als je jouw lichamelijke doel wilt bereiken, dan is het van groot belang dat al die processen in balans zijn. Worden je hormonen verkeerd beïnvloed door bijvoorbeeld stress of door andere lichamelijke klachten. Voor het beste resultaat is het van belang om samen met een personal trainer aan de slag te gaan. Door de juiste persoonlijke begeleiding zorgen wij ervoor dat je optimaal traint.

**NEEM CONTACT MET ONS OP!**

PersonalProf BV | Eigenaar: Matthijs van de Wetering | IJsselmeerstraat 5B Huizen | 06 50 80 13 47  
[info@personalprof.nl](mailto:info@personalprof.nl) | [www.personalprof.nl](http://www.personalprof.nl)

“Mijn passie is het mooi maken van wenkbrauwen”, zegt eigenaresse Thamar Jung van All Brows. “Daarbij is het belangrijk dat wenkbrauwen passen bij je karakter.”

## WAT VERTELLEN JOUW WENKBRAUWEN?

Wenkbrauwen geven je gezicht uitdrukking, ze benadrukken emoties en vormen daarmee een essentieel onderdeel van je lichaamstaal. De oorspronkelijke vorm vertelt meer over je karakter. Mensen met lange wenkbrauwen hebben veel vrienden en bij korte wenkbrauwen is dit andersom. Rechte wenkbrauwen vertellen dat je een nadenkend type bent, ronde dat je je laat leiden door anderen en een hoge arcadeboog vertelt dat je snel beslissingen neemt. Omdat wenkbrauwen een doorkijk geven naar je karakter is het belangrijk dat de vorm daarbij aansluit en je niet enkel kiest voor de modetrend.

Bij All Brows vertelt Thamar wat je wenkbrauwen zeggen over je karakter en adviseert welke vorm het beste bij je gezicht past. In combinatie met wat jij wilt uitstralen, bepalen jullie samen de vorm en de kleurtint van je wenkbrauwen.

**Ben je ook benieuwd naar wat je wenkbrauwen over jouw karakter vertellen? Maak dan een afspraak!**

Thamar Jung

Herenstraat 14 Bussum | 06-54972607  
allbrows@outlook.com | [www.allbrows.nl](http://www.allbrows.nl)

20



A WELL SHAPED BROW  
MAKES THE DIFFERENCE!



ALL BROWS

## Je voeten brengen je overal. Waar breng jij je voeten?

Voeten hebben heel veel te lijden. Des te meer reden ze goed te verzorgen.

Zeker nu verdienen je voeten meer aandacht. Ze zijn een behoorlijke periode niet bij de pedicure geweest door de corona-maatregelen. We hopen op een mooie zomer, dus blote voeten!! In de afgelopen periode hebben de voeten goed verstopt gezeten en worden vaak vergeten.

Een goede en juiste verzorging is dan echt noodzakelijk.



Met een goede pedicure-behandeling en het juiste advies kunnen veel problemen worden voorkomen. Veel voorkomende problemen zijn likdoorns en mycosenagels (kalknagels). Tegenwoordig zijn er voor kalknagels oplossingen die er ook nog fraai uitzien.

Zowel voor vrouwen als mannen is het mogelijk een reparatienagel over de aangedane nagel te plaatsen. Dit kan voor vrouwen maar ook zeker voor mannen een prachtige oplossing zijn. De nagel ziet er op die manier weer heel natuurlijk en netjes uit.

**DUS BRENG JE VOETEN NAAR MIJN PRAKTIJK.**

Voor een pedicure en wellicht een mooie gellak op de nagels. Wees welkom (alleen nog in Baarn)

lijfitaal

Pedicure - Voetreflex therapeute - Cupping

**Henny van Vessum-Overeem**

Pedicure - Voetreflex therapeute - Cupping

Praktijk Lijfitaal, p/a Nail Care Manon, Faas Eliaslaan 30A, Baarn  
06-12129710 | info@lijfitaal.nl | [www.lijfitaal.nl](http://www.lijfitaal.nl) | [www.facebook.com/Lijfitaal](http://www.facebook.com/Lijfitaal)

21



# GEZOND MET *hennep*

Het is bijna niet voor te stellen dat een plant met zoveel verschillende toepassingsmogelijkheden zo in de vergetelheid is geraakt. Verstoten door de katoen- papier- en olie(plastic) industrie belandde hennep op de lijst van verdovende middelen en kwam daarmee in een dermate negatief daglicht dat haast geen mens hier nog mee geassocieerd wilde worden. De laatste jaren is hier gelukkig verandering in aan het komen. Bij steeds meer mensen ontstaat stilaan het besef dat de plant oneindig veel duurzame en gezonde toepassingen kent.

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."



Uw CBD specialist



## DAGJE UIT SEPTEMBER ME 2020



Het Ragazze Quartet, de artistiek leider van het festival, heeft lang nagedacht of en, zo ja, hoe September Me in de huidige situatie moest doorgaan. Uiteindelijk is de knoop doorgehakt. Van 18 t/m 20 september wordt Flint Amersfoort omgetoverd tot een weelderige en muzikale festivaltuin waar je op een veilige manier – op anderhalve meter – kunt genieten van livemuziek. Daarvoor heeft het kwartet wederom een vernieuwend en avontuurlijk programma samengesteld van hoge kwaliteit. Het thema is In de Geheime Tuin. Met de September Me Pas, die je kunt bestellen via [www.september-me.nl/tickets](http://www.september-me.nl/tickets), heb je recht op vier vrijkaarten naar keuze. **18 t/m 20 september, Amersfoort** [www.september-me.nl](http://www.september-me.nl)

## FILMPJE KIJKEN DE PIRATEN VAN HIERNAAST

Het normaal gesproken zo saaie kustplaatsje Zandwijk aan Zee wordt op stelten gezet door de komst van de zwaardvechtende en rum-drinkende piratenfamilie Donderbus. De elfjarige Michiel sluit vriendschap met de stoere piratenjongen Billy, maar hij dreigt zijn nieuwe vriend te verliezen wanneer aartsvijand Knokige Krelis plotseling opduikt. Samen met hun buurmeisje Elizabeth gaan de jongens de strijd aan tegen de gevaarlijkste piraat op zee...

**DE PIRATEN VAN HIERNAAST is vanaf donderdag 2 juli te zien in de bioscoop.**



## BOEKJE LEZEN BONUSKIND



De vijftienjarige Lies wordt op een ochtend wakker met het gevoel dat haar moeder Jet iets is overkomen. Haar bed is niet beslapen en ze heeft haar mobiele telefoon thuis laten liggen. In de vierentwintig uur die volgen ontvangt Lies geen enkel teken van leven. Haar vader en zijn nieuwe vriendin Laura schakelen de politie in. Ze geloven dat het te maken heeft met de mentale toestand van Jet; ze zou de scheiding nooit te boven zijn gekomen en heeft daarom besloten te verdwijnen. Of erger. Lies weet echter zeker dat ze dat nooit zou doen en gaat zelf op onderzoek uit. Met alle gevolgen van dien. **BONUSKIND van Saskia Noort is vanaf 2 juli verkrijgbaar.**

# HÉT HOTEL ★★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI  
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit 4 sterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!  
Jouw vakantie  
begint hier!*



Alles om je mooi te voelen

# Verminder je rimpels!

Die fronsrimpel, rimpels op je voorhoofd, kraaienpootjes... je lijkt er ouder of zorgelijker door dan je je voelt. Meestal is spierspanning de boosdoener van deze rimpels. Als je rimpels veroorzaakt zijn door spierspanning is botox de perfecte oplossing.

**Ervaren cosmetisch arts**  
**Natuurlijk resultaat**  
**Gratis consultgesprek**  
**Eerlijk advies**

Afspraken via  
[www.dokterandre.nl](http://www.dokterandre.nl)  
of telefonisch  
035 8200426

## Wat is botox?

Botox is een medicijn dat gebruikt wordt om tijdelijk spierspanning te verminderen. De meest gebruikte merken zijn Azzalure, Botox en Bocouture. Dokter André gebruikt voornamelijk Azzalure (= Dysport).

## Botox is een oplossing bij:

Fronsrimpels, voorhoofdrimpels, kraaienpootjes, migraine en hoofdpijnklachten, lijntjes op de neus, knarsetanden en overmatig transpireren.

## Intakegesprek

Voorafgaand aan de behandeling bespreken we tijdens een intakegesprek je wensen en welke behandeling je zou kunnen helpen. Een intakegesprek is gratis en vrijblijvend, zodat je weet waar je aan toe bent. Vervolgens wordt een nauwkeurig behandelplan opgesteld door dokter André.

## Na de behandeling

Er kan er wat roodheid en lichte zwelling aanwezig zijn, maar dat verdwijnt vrijwel meteen. Heel soms ontstaat er een heel klein blauw plekje. In de dagen na de behandeling

begint het effect op te treden met (bij de meeste mensen) het maximale effect na 3 tot 5 dagen. Soms pas na 2 weken.

## Hoe lang geniet je van het resultaat?

Dit kan van persoon tot persoon verschillen en is mede afhankelijk van leefstijl, huidkwaliteit en leeftijd. En natuurlijk van de kundigheid van de arts. Bij de meeste mensen is vooral na de eerste behandeling

het effect na 3 maanden weg en is een vervolgbehandeling wenselijk. Na meerdere behandelingen wordt de werkingsduur langer, zodat een vervolgbehandeling na 4, 5 of zelfs 6 maanden gedaan kan worden. Stop je helemaal met de behandeling dan komt de spierspanning weer op zijn oude niveau terug.



BEHANDELINGEN

RIMPELS

FILLERS

BOTOX

PROFHILO

LIPPEN



**DOKTERANDRÉ**

Veluwezoom 5 Almere  
Haardstedelaan 3 Huizen  
035 8200426  
[www.dokterandre.nl](http://www.dokterandre.nl)



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

'IK BEN  
IDOLAAT  
VAN MIJN  
KINDEREN'

# Ode aan *de liefde*

Dirk Zeelenberg is een veelgevraagd acteur die al in meer dan vijftig films, commercials en tv-series heeft gespeeld. Het grote publiek kent hem onder andere van hitseries als All Stars en Divorce. Sinds vijf jaar is Dirk - zelf al achttien jaar gelukkig met Suus en vader van drie kids - ook actief als trouwambtenaar. De liefde vormt een rode draad in zijn leven. Niet zo vreemd dus dat ook zijn nieuwe boek - Ode aan de liefde - daaraan is gewijd.

Dirk wist al vroeg dat hij acteur wilde worden. "Op mijn twaalfde speelde ik voor het eerst in een film, toen kreeg ik de smaak te pakken", vertelt Dirk enthousiast. Hij werd afgewezen bij vier toneelscholen, maar zette door. Ton Lutz zag hem in een jongerenproductie van Toneelgroep Amsterdam en hij gaf Dirk een hoofdrol in het toneelstuk 'De zaak Kenny'. Mary Dresselhuys vroeg hem vervolgens om samen met haar in 'Harold en Maude' te spelen, waarna zijn carrière als acteur een hoge vlucht nam.

## Meest gedenkwaardig

"Divorce is zonder twijfel een van de meest gedenkwaardige producties waaraan ik heb meegewerkt. Het gebeurt zelden dat zo veel verschillende onderdelen samenvallen. Dan heb ik het over script, acteurs, productie, de grootheid waarmee het gebracht werd én het succes. Waanzinnig om te mogen meemaken. Ik had het nooit willen missen."

## Nieuwe liefde

"Trouwambtenaar zijn is mijn nieuwe liefde, ik vind het helemaal te gek om te doen. Je mag je verdiepen in mensen uit alle windstreken en hebt te maken met echte emoties. Het is vaak ontroerend, maar je kunt

ook leuke grappen maken en gieren van de pret. Zo kan ik toch nog een beetje optreden. Het zijn mooie momenten in het leven van mensen, ik vind het bijzonder om daar mijn steentje aan te mogen bijdragen."

## Optimisme

"Door de coronacrisis vallen nu in in alle sectoren ongelooflijke klappen, ook ik de culturele sector. Ik ben echter geraakt door de enorme creativiteit die overal ontspruit, met allerlei prachtige nieuwe initiatieven als resultaat. Het gaat nu gelukkig langzaam weer de goede kant op. Laten we dus vooral positief zijn!"



Wil jij kans maken op één van deze boeken van Dirk Zeelenberg, mail dan je adresgegevens naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).

# Hippe mode voor moeder en dochter

MODEHUIZ by BETTY'S is niet meer weg te denken uit het Gooi. Al meer dan 45 jaar een begrip voor winkelend publiek uit Huizen en omgeving. Een modewinkel waar kwaliteit van kleding en service altijd voorop staat. En waar moeder en dochter samen kunnen shoppen voor hippe, stijlvolle kleding. Een topper in de collecties van Modehuiz by Betty's is de kleding in Travel Kwaliteit van Studio Anneloes.

## Maar we bieden meer!

Wat te denken van shoppen op afspraak buiten de openingstijden eventueel samen met een aantal vriendinnen of bij u thuis voor een 'op maat kledingkast-advies'?

Bij ons kun je de Fashioncheque kopen als je eens iemand wilt verrassen met een leuk cadeau. De Fashioncheque is vanzelfsprekend ook bij ons in te wisselen voor leuke trendy fashion of trendy accessoires.

NIEUWE  
ITEMS  
BINNEN!

**MODEHUIZ**  
by Betty's

Voorbaan 29, Huizen  
www.modehuizbybetty's.nl

30



## STUDIO ANNELOES

L.O.E.S

Mart Visser

Part Two

I-zen

Nickjean

IC Sophie

My Favourite Piece

Zizo

Maicazz

By Betty's

Tif Tiffany

# Geef je spijsvertering een boost!

Deze thee maak je heel gemakkelijk zelf en is echt dé beste thee om te reinigen. Het zorgt ervoor dat je spijsvertering wordt aangewakkerd.

## RECEPT

- Neem gelijke delen komijn-, koriander- en venkelzaadjes.
  - Even kort vijzelen, om de zaadjes te openen. (zo komt de smaak beter vrij).
  - Roer dit goed door elkaar
  - Je kunt de kruiden in een thee-ei doen of in een leeg theezakje (te koop bij veel natuurvoedingswinkels).
  - Eventueel kun je een snufje zoethout toevoegen (niet doen bij hoge bloeddruk).
  - Kook water in een pan en voeg de kruiden toe, laat dit 20 minuten rustig koken en zeef de kruiden eruit
- ZET GELIJK EEN HELE POT, DAN KAN HOEF JE MAAR 1X MOEITE TE DOEN.



## Recept KKV-Thee

Geef je spijsvertering een boost door het drinken van Komijn-Koriander-Venkel thee.

WWW.B-ATEASE.NL  
AYURVEDA EN FIEDICINA

MEER AYURVEDA TIPS?  
BOEK EENS EEN CONSULT VOOR  
EEN ADVIES OP MAAT!



**B.a.t.e.a.s.e.**  
BODY. MIND & SOUL

Watervliet 45, Amersfoort (Nieuwland)

033-202 35 43 | www.b-atease.nl

31



# Driehoek buitenreclame



voor al uw reclame door heel Nederland, verzorgd van a tot z

**OPVALLEN?**  
ADVERTEER IN BRUIST!

NEDERLAND  
**BRUIST**

Maak je tuin  
2020-proof

Jouw tuin  
als (groen)  
verliesstuk  
van je woning

**JUIST  
NU!**

Bel **076-7115340** of mail  
naar **nl@nederlandbruist.nl**

JOUW DRUKWERK. ONZE ZORG.  
Q-PROMOTIONS.NL

**BRUIST MAAKT ER  
GRAAG GEBRUIK VAN!**

Al zijn er in de loop der jaren vele manieren van adverteren bijgekomen, de AO-reclameborden blijven het medium bij uitstek voor de presentatie van uw evenement, product of bedrijf. Het plaatsen van een reclamecampagne is laagdrempelig en biedt zowel landelijke als lokale mogelijkheden. Door onze jarenlange expertise kunnen we zowel adverteerders als gemeenten optimaal adviseren over waar, wanneer, hoeveel en hoelang AO-reclameborden geplaatst kunnen worden. Driehoekbuitenreclame biedt adverteerders en gemeenten de mogelijkheid om AO-reclameborden te plaatsen via een flexibel of vast netwerk. Iedere gemeente heeft een

eigen reclamebeleid, waardoor bijvoorbeeld niet in elke gemeente commerciële reclame wordt toegestaan of waardoor in een gemeente ruim voor plaatsing van de reclamecampagne een vergunning voor het plaatsen van flexibele AO-reclameborden moet worden aangevraagd. Zowel bij gemeenten waarbij Driehoek buitenreclame exclusief de concessierechten heeft verworven om via een vast netwerk reclameborden te mogen plaatsen, als bij gemeenten met een flexibel netwerk kennen wij de regels en plaatsingsmogelijkheden. U heeft dus één bedrijf waar u uw campagne in heel Nederland of in een bepaalde regio kunt laten verzorgen.



Voor meer informatie mail of bel ons [benelux@driehoekreclame.nl](mailto:benelux@driehoekreclame.nl)  
Tel: 013-5181903

IS JOUW  
GARDEROBE AL  
SUMMERPROOF?



# Trends voor *de zomer*

Sta jij ook weleens voor je kast en denk je: ik heb niets om aan te trekken? Dan wordt het hoog tijd om te gaan shoppen! Maar wat mag er dit seizoen nu echt niet ontbreken in jouw garderobe?

Niet iedereen zal om deze trend staan te springen, maar de bh is hot. En dan niet onder je kleding, maar zichtbaar, je blote buik mag gezien worden. Combineer de bh, bralette of crop top bijvoorbeeld met een open blouse of jasje of een transparant shirt. Je moet het maar durven en niet iedereen zal zich er prettig bij voelen, maar het is wel in de mode.

## **Pofmouwen & koordjes**

Net als pofmouwen trouwens, die beleven dit jaar hun comeback in allerlei soorten en maten, evenals de wijde broeken met een hoge taille. Een variant hierop, die momenteel ook erg populair is, is de wijde broek met een koord of elastiek onderaan de broekspijpen waardoor deze als het ware worden samengebonden. Sowieso zijn koordjes deze zomer een trend, want ook bij jassen, rokken en blouses zien we zogenaamde 'rimpelkoordjes' die, als je ze aantrekt, de kleding speels rimpelen.

## **Hotpants & bermuda's**

Nog een trend: de hotpants. We zagen ze al op de catwalks en nu zien we ze ook daadwerkelijk overal op straat. Is de hotpants iets 'te weinig van het goede' voor jou, wees gerust, ook de bermuda is weer terug van weggeweest. Vooral als onderdeel van een pak, maar ook gewoon gecombineerd met een shirt of blouse, maar net wat jouw voorkeur heeft.

En eigenlijk geldt dat voor elke trend. Draag iets alleen omdat je het mooi vindt en niet omdat het nu eenmaal in de mode is. Als jij je lekker voelt in de kleding die je draagt, straal je dat ook uit, ook al is het bewuste kledingstuk al een tijdje uit de mode. En natuurlijk zijn er trendkleuren, dit jaar zijn dat onder andere (steen)rood, oranje, okergeel, donkergeel, blauw en blauwgroen, maar ook daarvoor geldt: kies de kleur die jij mooi vindt en die jou het beste staat. Creëer anders desnoods gewoon je eigen trend!

Kan jouw garderobe ook een update gebruiken? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse kledingzaken in jouw regio waar de kans op slagen gegarandeerd is.

# IB Trading

gespecialiseerd  
in professioneel  
en vakkundige  
gevelreiniging

Kwaliteit en uitgebreide  
service op facilitair vlak  
Glasbewassing



Neem contact  
met ons op voor  
een vrijblijvende  
offerte!

IB Trading | 06-30 712 339 | [www.schoonmaakbedrijftrading.nl](http://www.schoonmaakbedrijftrading.nl)



Kliniek  
Heyendael

Cosmetische Plastische Chirurgie

**Betrouwbaar, professioneel  
en persoonlijk: dat is Kliniek  
Heyendael. Een begrip als het gaat  
om cosmetische plastische chirurgie.**

Bij Kliniek Heyendael houden we ons  
iedere dag bezig met professionele  
behandelingen om mensen hun  
zelfvertrouwen terug te geven.

#### Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Neuscorrectie
- Liposculptuur/Lipofilling
- Spataderbehandeling
- Ooglidcorrectie ▶**
- Facelift (MACS-lift)
- Borstverkleining
- Rimpelbehandeling
- Armlift - Halslift
- Contourverbetering
- Oorcorrectie
- Labiacorrectie

We hopen je  
binnenkort te mogen  
verwelkomen!  
Plastisch chirurg  
Frans Straten



Parklaan 70, Groesbeek (Nabij Nijmegen)

# Ooglid- correctie?

Stoor jij je aan je oogleden? Heb je bijvoorbeeld een vermoeide  
uitstraling of hoofdpijnklachten? Een ooglidcorrectie kan  
dan een goede oplossing zijn. Na een ooglidcorrectie  
heb je weer een open en frisse blik.

#### Bovenooglidcorrectie

Door het slapper worden van de huid gaan je  
oogleden hangen. Hierdoor beperken ze je  
zicht en geven ze een vermoeide of een  
verouderde uitstraling. Verslapping van  
het bovenooglid kan worden gecorrigeerd  
tijdens een bovenooglidcorrectie.

#### Onderooglidcorrectie

Ook de huid onder je ogen kan gaan hangen, zo  
ontstaan de zogenoemde wallen. Stoor je je hieraan?  
Dan kun je een onderooglidcorrectie overwegen.  
Deze behandeling geeft je een uitgeruste en frisse  
uitstraling. Deze ingreep kan eventueel gecombineerd  
worden met een bovenooglidcorrectie.

#### Overweeg je een ooglidcorrectie?

Tijdens een persoonlijk consult met onze plastisch  
chirurg worden je wensen uitgebreid besproken en al  
je vragen beantwoord.

Neem gerust contact op met onze consulente voor  
het inplannen van een vrijblijvend en kosteloos  
consult via 024 - 845 05 06 of door middel  
van ons contactformulier.

Betrouwbare  
en betaalbare  
ooglidcorrectie.

Voor meer info  
024 - 845 05 06

# Profiteer van onze zomeropruiming!

30%  
korting

20%  
korting

10% tot 70% korting op Mode

20% korting op Badmode

30% korting op Mannen polo's Fellows - HV Polo

20% korting op Feetje baby kleding

## SALE SALE SALE SALE SALE SALE SALE SALE

Dammerweg 1 | Nederhorst Den Berg | 0294 251 274

Brinkers  
Mode & lingerie

info@kliniekheyendael.nl | 024 - 845 05 06 | [www.kliniekheyendael.nl](http://www.kliniekheyendael.nl)

# Professionele hulp en *hypotheekadvies in Spanje*

Er was veel behoefte aan een professionele samenwerking omtrent het regelen van financiën in Spanje. Daarnaast bloeit de huizenmarkt op. **Patrick Kruger**, hypotheekadviseur: "Mede door de lage rentestand zijn steeds meer Nederlanders en Belgen op zoek naar een eerste of tweede huis in Spanje."

**Spaanse Hypotheek** heeft een efficiënte en professionele werkwijze. Hierdoor hebben veel Nederlanders en Belgen vertrouwen in Patrick en zijn team. Ondertussen werken ze met meerdere personen op hun kantoren, gevestigd in zowel Valencia als op Ibiza. Patrick: "Het aantal aanvragen is afgelopen jaar enorm gestegen. Het is ideaal dat we met meerdere adviseurs in Nederland én Spanje kunnen samenwerken. Ondanks dat we soms ver van elkaar zitten, zien we overal wie wat heeft besproken met de klant. Dat werkt natuurlijk uiterst efficiënt."



**Spaanse Hypotheek.nl | 031 850290678**  
Calle Cirilo Amoros 58 | 46004 Valencia [spaansehypotheek.es/spanje](http://spaansehypotheek.es/spanje)



## *De pedicure* bij u thuis!

# *Ook last van kloven bij je voeten?*

Pedicure  
Medisch pedicure  
Sport pedicure

Aangesloten bij



*Jannie Veltman*

Heb je last van pijnlijke hielen door bijvoorbeeld kloven of 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!**

**PEDICURE JANNIE**

06-46377059

[pedicurejannie@gmail.com](mailto:pedicurejannie@gmail.com)

# Unieke, handgemaakte *sieraden*



Ona Luna Jewels  
06-22498438 | [www.onalunajewels.com](http://www.onalunajewels.com)



Lig je te  
piekeren?  
Ik luister...

Bel  
**0900-0767**  
of chat via [deluisterlijn.nl](http://deluisterlijn.nl)

Praten lucht op!  
anoniem - dag en nacht



# De kracht van de Italiaanse keuken is **Puurheid, eenvoud en eerlijkheid**

En zo koken wij. Met pure en verse producten,  
zoveel mogelijk biologisch en van kleine lokale leveranciers.



Oud-Loosdrechtsedijk 272 | Loosdrecht | 035 582 5751 | [www.rosascantina.nl](http://www.rosascantina.nl)

## Zen Shian

Shiatsu is een 2000 jaar oude Japanse behandelwijze, waarbij door het geven van druk en het uitvoeren van strekkingen de meridianen (energiebanen) in balans worden gebracht. Zen verwijst naar de kwaliteit van het aanwezig zijn. Graag laat ik je ervaren hoe het is aanwezig te zijn. Even niet hollen of bezig te zijn met de buitenwereld, maar ervaren wat jij voelt en wie jij bent. En van hieruit je balans terug te vinden.



Havenstraat 62-1, Huizen  
**06-519 545 78**  
[anneke@zenshian.nl](mailto:anneke@zenshian.nl)  
[www.zenshian.nl](http://www.zenshian.nl)

# DURF JIJ DEZE LEERWEG AAN?

Wat ik in deze periode voor je kan betekenen? Shiatsu is er in basis op gericht de gezondheid te behouden. Als je in alle opzichten goed in je vel zit, ben je minder vatbaar voor ziektes.

Momenteel worden we uitgedaagd. Ieder in zijn eigen proces. De één moet meer ballen hoog houden, dan ooit te voren, de ander moet verplicht een stap terug doen.

Maar één leerweg is er voor ons allemaal:  
**'Hoe kunnen we anders met onszelf en onze planeet omgaan?'**

Hoe kunnen we ons leven zo inrichten, dat we meer van het nu genieten? Hoe kunnen we ervoor zorgen, dat de positieve verandering die het milieu heeft doorgemaakt of doormaakt voortduren? Waardoor we een gezondere planeet en gezondere mensen krijgen.

Deze leerweg kun je alleen volgen en volhouden, als je terug keert bij jezelf. Als je verder durft te kijken dan materialisme en maatschappelijke druk. Shiatsu is bijzonder geschikt om te ondersteunen in deze leerweg.



*"Anneke heeft mij mijn leven teruggegeven. Ze is een vrouw met gouden handen!"*

Kijk op [zenshian.nl](http://zenshian.nl) voor meer informatie, prijzen en openingstijden. Mail of bel voor een afspraak.

# Ben jij een Beauty Professional?

Dan is KUO'S Professional echt iets voor jou! KUO'S Professional is een gerenommeerd Spaans cosmeticamerk. Een bijzonder merk dat zich niet alleen richt op de huidverbetering, maar op alle aspecten van de uiterlijke verzorging. Met KUO'S Professional is het gebruik van meerdere merken verleden tijd.

KUO'S Professional heeft alles om een salon te kunnen starten of uit te breiden. Denk aan gezichts-, lichaams-, voet-, hand-, nagel-, sport- en zonproducten!

KUO'S Professional maakt en levert producten die uit natuurlijke en plantaardige ingrediënten zijn ontwikkeld. KUO'S Professional staat voor:

- Zichtbaar en langdurig resultaat
- 100% vegan
- 100% parabenvrij
- 100% natuurlijk
- 100% dierproefvrij

KUO'S Professional is hét exclusieve merk voor jouw salon!

Heb je interesse in ons merk of wil je het testen, neem dan contact op met Lia, Joyce of Bianca.

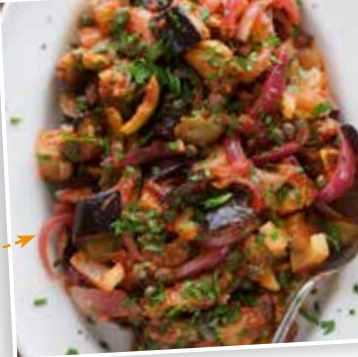
Boerhaaveweg 95  
3401 MN IJsselstein  
[www.auricskincare.nl](http://www.auricskincare.nl)  
[contact@auricskincare.nl](mailto:contact@auricskincare.nl)  
030-761 25 70

**AURIC**  
SKINCARE



# Caponata

Een echt Siciliaans recept, waarvan er misschien wel tientallen verschillende versies bestaan. Het lijkt op ratatouille, maar dit is meer zoetzuur. Dus heerlijk met een homp brood, bij witte vis of een stuk vlees van de bbq. Als je 'm een dag van te voren maakt is ie nog lekkerder!



## Voor 4 personen:

- 2 aubergines
- 1 rode ui (grof gehakt)
- 2 stengels selderij (in plakjes)
- 2 eetlepels pijnboompitten geroosterd
- 400 gram tomaten uit blik
- 4 eetlepels balsamico azijn
- 1 eetlepel bruine suiker
- 2 eetlepels kappertjes
- 30 gr rozijnen, geweld
- 50 gr zwarte of groene olijven (ontpit, doormidden gesneden)
- Peper, grof zout
- Fijngehakte peterselie
- Olijfolie

Snijdt de aubergines in blokjes van 1 cm en bak ze in flink wat olie in een pan tot ze bruin zijn. Laat ze uitlekken op keukenpapier. Zet het vuur lager en doe opnieuw wat olie in de pan. Bak de ui en selderij gedurende 5 minuutjes zacht. Bak de ui en selderij gedurende 5 minuutjes zacht. Giet er de tomaten bij samen met 60 ml water. Laat 10 minuutjes zachtjes pruttelen tot het water verdampt is. Voeg nu de azijn, kappertjes, suiker, rozijnen en olijven toe en laat nog eens 10 minuten meesudderden. Als allerlaatste mogen de aubergines erbij. Laat nog eens 5 minuutjes sudderen. Kruid met zout en peper naar smaak en bestrooi met de peterselie. Dien lauwwarm op.



**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](http://www.balthazarkookwinkel.nl)

HOUD JE  
HOOFD KOEL!

# Jouw persoonlijke *hitteplan*

Steeds vaker hebben we er in Nederland mee te maken: een hittegolf. Sommigen vinden dit heerlijk, maar voor degenen die er wat meer moeite mee hebben, zetten we een aantal verkoelende tips op een rijtje.

Misschien wel de meest logische, maar ook de belangrijkste tip: drink veel! Ook al heb je geen dorst, drink toch echt minimaal twee liter per dag en dan bij voorkeur (lauw) water. Géén koffie of alcohol, want die belasten je lichaam alleen maar extra in de hitte. Ben je niet zo'n waterdrinker, als alternatief zou je ook kunnen kiezen voor kruiden-thee, vruchtenthee of karnemelk.

## Luchtig en licht

Als de thermometer tropische temperaturen aantikt, kun je het best je garderobe daar ook op aanpassen. Kies luchtige (wijde) kleding in een lichte kleur - die biedt de meeste verkoeling - en draag een (eveneens lichtgekleurde) hoed of pet als je de zon in gaat. Zo blijft je hoofd altijd wat koeler en beperk je het risico op een zonnesteek. Probeer de zon op het heetst van de dag sowieso zo veel mogelijk te vermijden en pas je dagindeling aan aan de hitte

zoals ze ook in het buitenland doen. Moet je toch de zon in, smeer je dan in ieder geval regelmatig in.

## Koel huis

Veel mensen blijven tijdens een hittegolf het liefste thuis, mits ze het daar een beetje koel kunnen houden. Onze tips: houd ramen en deuren overdag gesloten en doe de gordijnen dicht om het zonlicht zoveel mogelijk buiten te houden. Pas als het buiten afkoelt, zet je alles tegen elkaar open zodat er wat frisse lucht naar binnen kan. Ga overdag niet uitgebreid binnenshuis koken of bakken en vermijd het gebruik van elektrische apparaten, want ook die geven warmte af, zelfs als ze in de slaapstand staan. Trek dus zoveel mogelijk stekkers uit de stopcontacten. Met uitzondering van de stekker van de ventilator natuurlijk. Als je die op de juiste manier gebruikt, met een bakje (ijs)water ervoor, produceert die een heerlijk verkoelend windje.

Geen zin om thuis te blijven met die hitte? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je vast wel een onderneming in jouw regio met de airco op standje aangenaam.



# maxaro®



# Megastore in Roosendaal

5.000 m<sup>2</sup> inspiratie



## Badkamers

Alle stijlen badkamers  
voor ieder budget

Vanaf

€ 1.799,-



## Tegels

Complete collectie tegels  
van de hoogste kwaliteit

Vanaf

€ 9,95 m<sup>2</sup>

Slaag maximaal op [www.maxaro.nl](http://www.maxaro.nl) óf in één van onze megastores  
aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal** of aan de **Hertogswetering 175 te Utrecht**.

Ma, Di, Do 09.00 - 17.30 uur | Wo 09.00 - 21.00 uur | Vr 09.00 - 20.00 uur  
Za 09.00 - 16.00 uur | Zo 11.00 - 17.00 uur





# PUZZELPAGINA

Ook in juli zorgt Bruist ervoor dat jij weer lekker kunt puzzelen. Op je balkon, in de tuin of heerlijk op je ligbedje aan het strand.

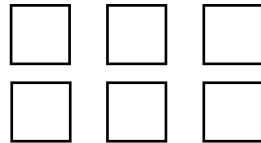
			4			6		9
		4			⊙		8	
7	9				1		3	
	7			6				5
	⊙	1				2		
9				8			7	
	3		5				6	8
	1				⊙	7		
5		2			6			

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. Vanaf 1 aug. staat de oplossing op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl).

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.



Zoek de zes verborgen letters in deze BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand zomer. Vanaf 1 augustus staat de oplossing op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl).

Maak kans op deze modieuze

## rugzak

van Gaastra,  
41 x 28 cm  
t.w.v.

€ 119,-



Handig voor vakantie of voor werk. Ook te gebruiken als laptentas

g j a v o n t u u r s  
g m d c u p r s y o w  
a k u w b f r w d j l  
a d u s r i t s r x e  
s y r h c h d u l u f  
t p z a o h e x t l r  
r v a n g c o e w h q  
a x a d l e q o v n z  
i l m i i p n k l x w  
w f u g s t f u l z m  
d i y j g l k o n m u

rits                      rugzak  
gaastra                handig  
duurzaam             dragen  
school                   avontuur

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 augustus de oplossing in op onze site: [www.tgooibuist.nl](http://www.tgooibuist.nl)

Maak kans op een

## cadeaukaart

van SuperCleaners

t.w.v. € 25,-

Met SuperCleaners producten heb je de juiste tool in handen om de klus te voltooien!



Aangeboden door [www.supercleaners.nl](http://www.supercleaners.nl)



Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 augustus de oplossing in op onze site: [www.tgooibuist.nl](http://www.tgooibuist.nl)

# .BLOX<sup>®</sup>

## the creation is yours!

Wil je eenheid in je interieur met een persoonlijke touch? Kies dan voor het unieke concept van Blox! "Wij staan voor hoogwaardige kwaliteit, tijdloos high-end design en een breed assortiment", aldus Pierre van Blox.

Uw complete woning, hotel of bedrijf stijlvol ingericht in één dag. "Blox Luxury Furniture heeft het voor elkaar gekregen luxe materialen en eenheid in stijl naadloos samen te voegen tot een uniek concept", vertelt Pierre trots. "Namelijk de mogelijkheid om je gehele woning of bedrijf in één stijl en/of kleur zelf in te richten." Het Blox-concept bestaat uit een serie losse elementen, waarbij hoogwaardige materialen gecombineerd worden tot een tijdloze en luxueuze inrichting. "Deze elementen omvatten onder andere een eettafel, bartafel, sidetable, salontafel, tv-meubel et cetera, maar ook een complete slaapkamer met bijpassende nachtkastjes en dressoir. Zo creëer je een luxe eenheid in jouw interieur."

### MATERIALEN EN KLEUREN

Blox is een unieke combinatie van high-end ontwerp met hoogwaardige materialen tegen

middensegment prijzen. "Wij leveren uit voorraad in elke gewenste kleur naar keuze. Combineer je Blox-meubels met luxe hardsteen en/of stoffering. Er zijn veel combinaties mogelijk, waardoor je jouw complete interieur naar eigen wens kunt samenstellen."

### BETAALBAAR VAKWERK UIT BRABANT

Elk Blox-onderdeel wordt in Brabant vakkundig met de hand gemaakt en met oog voor detail afgewerkt. Hoogwaardig geborsteld eikenfineer, rondom in verstek verlijmd en voor elke klant in de gewenste kleur gespoten. "Door ons geavanceerde voorraadprogramma kunnen we snel leveren. Onze professionele Blox-dealers staan je graag te woord om jouw eigen Blox-ideeën concreet te maken."

Je vindt de dichtstbijzijnde dealer op de website [www.blox.sale](http://www.blox.sale) onder het kopje 'verkooppunten'.



### STAPPENPLAN

**Stap 1** Maak jouw persoonlijke keuze in kleur of beits.

**Stap 2** Maak jouw keuze in model en combineer desgewenst met luxe hardsteen en/of stoffering.

**Stap 3** Plaats jouw order bij of met jouw professionele Blox-dealer.

# WIJ ZIJN WEER OPEN

## Onze behandelingen en apparaten:

- IPL
- Diod Laser (ontharing van verschillende huidkleur)
- Yag laser (tatoeage verwijderen)
- PlexR soft surgery
- FUE haartransplantatie
- BioFibre haarimplantatie
- Hair pigmentatie (hoofdhuid)
- PRP (Dracula facelift en Vampire facelift)
- Botox & Fillers
- Vitamine-therapie
- Cryolipolysis (vetbevrozing)
- Elektrische ontharing, camouflage, acnebehandeling, peeling (worden vergoed via de verzekering)

Wij zijn **BIG-geregistreerd**

Ontdek onze heropeningsactie [www.rimpelzorg.nl/nieuwe-actieprijsenbocouture-en-azalure-en-filler](http://www.rimpelzorg.nl/nieuwe-actieprijsenbocouture-en-azalure-en-filler)

Zie de voorwaarden voor de  
intelligente heropening op onze website



**BOTULINE**  
RIMPELZORG KLINIEKEN B.V.

Randstad 21-05 F, **Almere** | Vaartweg 180, **Hilversum**  
06-23810747 | [info@rimpelzorg.nl](mailto:info@rimpelzorg.nl) | [www.rimpelzorg.nl](http://www.rimpelzorg.nl)