

MARBELLA



SEPTEMBER 2020 [WWW.MARBELLA-BRUIST.NL](http://WWW.MARBELLA-BRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST

**Bootje varen**  
in Marbella

Specialiteit van  
de Costa del Sol:  
**espetos de sardinas**





Hester van Nouhuijs volgde de specialisatie tot oogarts in het Oogziekenhuis Rotterdam, waar zij tot 2000 verbonden bleef als stafarts en zich specialiseerde in staar- en ooglidoperaties en refractiechirurgie. Van 2000 tot 2011 was zij werkzaam in het Diaconessenhuis Leiden. Zij is algemeen oogarts, medeoprichter van Rijnzicht Oogkliniek en van Oogkliniek De Horsten. Zij is net als de andere vier oogartsen van Rijnzicht Oogkliniek een ervaren en geregistreerd Refractiechirurg.



# Wil jij ook scherp zien zonder lenzen of bril?

Rijnzicht Oogkliniek is een gerenommeerde kliniek die gespecialiseerd is in ooglaseren en lensimplantaties. De 34-jarige Jop Franken van Nederland Bruist onderging hier afgelopen maart een ooglaserbehandeling. Hij vertelt je graag over zijn ervaringen!

“Ik heb al tien jaar lenzen en daarnaast een bril. Op een gegeven moment had ik het daar wel mee gehad. Het is zo'n gedoe met steeds lenzen in en uit doen, bovendien had ik last van droge ogen en irritatie bij zwemmen.

Via een kennis hoorde ik van Rijnzicht Oogkliniek, hij was heel tevreden over de laserbehandeling die hij hier had ondergaan. Ik ben me een beetje in de kliniek gaan verdiepen en het zag er allemaal zeer professioneel uit. Bovendien werd ik direct goed geholpen. Daarom heb ik besloten voor hen te kiezen.

Ik kreeg eerst een intake, waarin ze vertelden wat ik kon verwachten van de behandeling. Er werd ook gekeken of het überhaupt mogelijk was om me te laten laseren, dat is o.a. afhankelijk van de dikte van je hoornvlies en je exacte oogsterktes. Het mooie is dat de kliniek echt een eerlijk advies geeft welke behandeling het beste bij jou past.

Bij mij is gekozen voor de Trans-PRK techniek, een oppervlakkige laserbehandeling van het hoornvlies.

De eerste dagen na de behandeling waren mijn ogen wat gevoelig en moest ik ieder uur druppelen. Ik ben ook nog twee keer teruggegaan voor controle, mijn brilsterkte bleek terug te zijn gebracht tot nul.

Het is bizar dat ik nu gewoon scherp kan zien zonder lenzen of bril. Wat dat betreft ging er een wereld voor me open.

Ja, zo'n laserbehandeling kost natuurlijk wel wat geld, maar wat mij betreft is het de investering meer dan waard. Ik ben er super blij mee en raad andere mensen Rijnzicht Oogkliniek zeker aan. Ik had het jaren eerder moeten doen!”

Jop Franken



## WIL JIJ OOK VAN JE BRIL OF LENZEN AF?

Dan is een ooglaserbehandeling of lensimplantaat iets voor jou! Neem vóór oktober 2020 contact op met Rijnzicht Oogkliniek en ontvang als lezer van Bruist 50% korting op een vooronderzoek. Kijk voor meer informatie op onze website [www.rijnzichtoogkliniek.nl](http://www.rijnzichtoogkliniek.nl)



# DE SLIMME REISTAS VOOR TRENDY VROUWEN



Szilvia Boda (37) noemt zichzelf celebrity fashion designer. Niet omdat haar ontwerpen alleen bedoeld zijn voor de 'happy few', het is gewoon tekenend voor haar enorme drive en ambitie. Ze timmert dan ook keihard aan de weg naar succes.

"Het ondernemen zit echt in mij", vertelt Szilvia enthousiast. "Niemand in mijn familie is verder ondernemer. Die 'droom groot mentaliteit' heb ik waarschijnlijk van een overleden overgrootmoeder. Ik ben met de rugzak opgegroeid met een hardwerkende alleenstaande moeder. Als enig kind wilde ik graag een modeteam samenstellen van familieleden. Uit een DNA test blijkt dat ik bijna 2.000 vijfdegraads nichten en neven heb in 50 landen. Met velen houd ik nu contact via social media dus wie weet wat de toekomst voor ons in petto heeft."

## BODABAGSFASHION #BODABAGS

De eerste stappen zijn in ieder geval gezet. Onlangs heeft Szilvia BodabagsFashion #bodabags gelanceerd. Dit is een super slimme design reistas met 12 of 24 aparte vakjes en leuke icoontjes die je kunt gebruiken om het overzicht te behouden. "De tas is ideaal voor zakenvrouwen die veel reizen én voor moeders met kinderen. Al je spullen zitten netjes gestructureerd opgeborgen. Dat scheelt veel stress." Bovendien is hij ook nog eens mooi om te zien!

"IK BEN EEN ONDERNEMER  
IN HART EN ZIEL"



## UNIEK ONTWERP

Het ontwerp van BodabagsFashion #bodabags, verkrijgbaar in verschillende variaties, is absoluut uniek. "Het idee zit al vijf jaar in mijn hoofd. Het duurde echter lang om het perfecte naaiteam te vinden. Ze werken snel en met passie vanuit een mediterrane stad in Zuidwest-Hongarije." Om haar product onder de aandacht te brengen, schakelt Szilvia via social media over de hele wereld beginnende en professionele modellen in om promotiefilmpjes op te nemen. Deze verspreidt ze via haar YouTube kanaal. Verder volgen nog modeshows in Nederland en Spanje.

## DE ULTIEME DROOM

Szilvia wil op de langere termijn via Kickstarter een inzamelingsactie beginnen om een andere droom van haar te realiseren: Een eigentijds tassenmuseum annex atelier in haar thuisland Hongarije. "Modfans die mijn initiatief willen steunen, moeten vooral mijn Facebook pagina in de gaten houden."





8



24



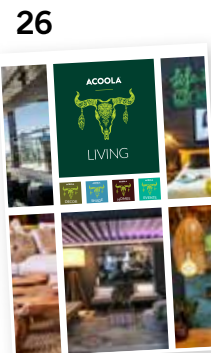
20



35



22



26

# COLOFON

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

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

f Like ons op Facebook.com/marbellabruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl  
of bel Jop Franken, +31 613 750 748

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Marbella 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  
**+31 613 750 748**



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Marbella bruist! Ook nu, of misschien wel juist nu... De toeristische sector heeft het weliswaar zwaar te verduren, maar desondanks blijft men vastberaden. Vastberaden om alle toeristen die toch hebben besloten om gewoon naar deze bruisende badplaats te komen de tijd van hun leven te bezorgen.

## *Bruisende lezer,*

Dat ze daar in Marbella bijzonder goed in slagen, blijkt wel uit alle positieve verhalen die wij horen. Ja, het is niet altijd even prettig om op straat zo'n mondkapje op te moeten, maar ach... als dat het enige is. Daar valt dan ook wel weer mee te dealen. En je hoeft zo'n ding bovendien niet overal op, extra reden dus om lekker vaak naar het strand of een terrasje te gaan.

Wat dat betreft heb je in Marbella gelukkig keuze genoeg. Helemaal nu het iets minder druk is, is er altijd wel een fijn plekje te vinden om je handdoek neer te leggen. Of een relaxed strandbedje natuurlijk. En ook de lokale ondernemers zijn zo mogelijk nog gastvrijer dan normaal. Dat geldt zeker voor de bruisende ondernemers in deze nieuwste editie van Marbella Bruist. Want allemaal geven zij hetzelfde aan: zij staan klaar voor jou!

**Lea en Marcel Bossers**

# *Inhoud*

HET ULTIEME  
GEVOEL VAN  
VRIJHEID

# Bootje varen in *Marbella*

De hele dag op het water, met de wind in de zeilen, gaan waar de wind je maar naartoe brengt. Het ultieme geluk voor zeilers. Huur een boot of ga mee met een georganiseerde zeiltrip en geniet.

We hebben je het al vaker verteld: Marbella is een walhalla voor liefhebbers van watersport. Zeker ook als deze sport zeilen betreft. In de (wijde omgeving van de) badplaats vind je heel wat verhuurders van zeiljachten. Van de meest luxeuze, enorme jachten tot schattige kleine bootjes en alles ertussenin. Inclusief complete bemanning, met alleen een schipper of gewoon zonder, als je over de juiste papieren beschikt.

## Niets moet...

De Middellandse Zee en de omgeving van Marbella lenen zich perfect voor een dagtocht over het water. Heerlijk zeilen, tussendoor af en toe een verkoelende duik in het zeewater nemen, dolfijnen spotten (als je geluk hebt), je hengel uitgooien voor wat verse vis, voor anker vlak bij dat ene leuke restaurantje waar je zo graag naartoe wilt of gewoon lekker eten aan boord. Niets moet, alles mag. Als dat niet genieten is, wat dan wel? In plaats van een

dagtocht kun je er ook wat meer tijd voor uittrekken en een paar dagen op het water blijven of zelfs je hele vakantie. Het zal je geen dag vervelen.

## Laat je varen

Wie niet zelf kan zeilen, kan zich dus ook laten varen en zo genieten van een onvergetelijke zeilervaring op de Middellandse Zee. Er worden tal van dagtochten aangeboden waarbij het je de hele dag aan niets ontbreekt. Overal wordt voor gezorgd, dus in principe hoeft je niets te doen. Tenzij je dat wel wilt natuurlijk, want dan leert de bemanning je over het algemeen maar al te graag de fijne kneepjes van het zeilen. Kies voor een dagtocht met meerdere mensen aan boord naar een bestemming die van tevoren al vastligt, of huur een zeiljacht met schipper en bepaal zelf waar hij jullie naartoe mag varen. Waarschijnlijk begrijp je na afloop waarom zeilers niets liever doen dan op het water zijn. Het ultieme gevoel van vrijheid!



# Op zoek naar een gave fietsvakantie in Zuid Spanje?

Op een half uurtje vanaf Malaga bieden we volledig verzorgde fietsvakanties op de mountainbike en/of de racefiets in Andalusië.

Verhuur van hoogwaardige racefietsen, mountainbikes en diverse soorten elektrische fietsen.

Een paar uur of een dag op pad met 1 van onze gidsen op de mountainbike of racefiets.

## BIKEKICK! SPAIN

Calle el Madroño, 29100 Coín, Málaga | +34 654580329 | info@bikekick.eu | www.bikekick.eu



## De Pindakaas hoeft niet meer mee in de koffer!

### Die koop je ook gewoon bij ons!

Bij dé gezelligste Nederlandse bakkerij en kaaswinkel van Zuid Spanje.

Mét zonnig terras om heerlijk te lunchen!



Calle Miguel Rubiales, Carretera de Ronde Km 43, 2  
29679 Benahavis, Spanje | +34 952 927 081 | +34 656 510 977



## Blankenstein Fuengirola

ZONNEPANELEN  
AIRCO  
IPTV / TV / AUDIO  
HOMECINEMA  
WITGOED

Al meer dan 30 jaar klantgerichte dienstverlening aan de Costa del Sol.

Wij bieden homecinema oplossingen aan alsmede beveiligingscamerasystemen voor uw veiligheid, met de optie om beelden thuis te bekijken.

### NIEUW

Zonnepanelen hebben de toekomst. Maak gebruik van de vele zonuren in Spanje en spaar het milieu en uw portemonnee. Vraag om een offerte.

Calle Alberto Fernandez 1  
29640 Fuengirola | Spain  
+34 952476688  
www.blanksat.com



### AIRCO

Voor uw nieuwe airco's en onderhoud aan bestaande airco's bent u bij ons aan het juiste adres!



### ZONNEPANELEN

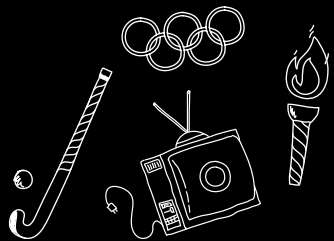
Neem contact met ons op voor een passende offerte voor uw eigen zonnepanelen.



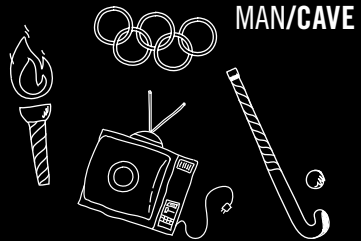
### TV / AUDIO

Blankenstein is uw partner en leverancier als het gaat om perfect beeld en geluid.

**BLANKENSTEIN**  
DIGITAL SOLUTIONS S.L.



# Sport in beeld



MAN/CAVE

Zondagavond, met het bord op schoot. Tijd voor Studio Sport. Meerdere generaties zijn met dit beeld opgegroeid en nog steeds is het voor veel mensen (met name mannen) vaste prik. Niets gaat voor de sport, zelfs het eten niet!



Sport is nu eenmaal voor veel mannen een 'ding'. Niet voor niets dat een programma als Studio Sport al meer dan zestig jaar razend populair is. Al vanaf de eerste uitzending op 5 april 1959 - destijds nog onder de oude naam Sport in Beeld - weet het wekelijks heel wat kijkers aan de buis te kluisteren. En dus vooral op zondag, rond etenstijd, wanneer het eredivisievoetbal de hoofdmoot vormt van de uitzending.

Maar Studio Sport is meer dan voetbal alleen en ook meer dan die ene uitzending op zondag. Het programma doet de hele week verslag van de grote sportevenementen. Helemaal in de periode van belangrijke toernooien als het EK en WK en uiteraard de Olympische Spelen is het programma nog altijd een kijkcijferkanon. Sport doet het sowieso goed op tv. Zo is naast voetbal ook de Formule 1 één van de meest populaire sporten om te bekijken. Hoe vroeg de race ook begint en hoe lekker het weer buiten ook is, half Nederland zit voor de buis. Sport verbreedert dus echt. Niet alleen op het veld, maar ook voor de tv.

## 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](https://www.spaansehypotheek.es/spanje)







# The *best of*...

...Earth, Wind & Fire is voor ons echt wel 'September'. De R mag dan wel weer in de maand zijn, maar dit nummer is nog steeds zomers swingend. Zo óók deze beautyproducten!

1. More Than Glow Highlighter van Catrice, € 3,99 [www.catrice.eu](http://www.catrice.eu)
2. Sunglas Phi Phi van The Little Green Bag, € 39,95 [www.thelittlegreenbag.nl](http://www.thelittlegreenbag.nl)
3. Aqua Allegoria Orange Soleia van Guerlain, vanaf € 80,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
4. Vamp! Sexy Lashes van Pupa, € 19,95 [www.pupa.nl](http://www.pupa.nl)
5. New Glow van Payot, € 36,- [www.payot.nl](http://www.payot.nl)
6. Shimmering body oil van essence, € 4,39 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)

7. Energizing Hand & Body Wash van Babor, € 28,90 [www.babor.com](http://www.babor.com)
8. Rouge Volupté Shine Rock'n Shine van Yves Saint Laurent, € 38,- [www.ysl.com](http://www.ysl.com)
9. The Essentials Eye Palette Warm Cranberry van bobbi brown, € 44,- [www.bobbibrowncosmetics.nl](http://www.bobbibrowncosmetics.nl)
10. Wrap Hyal-Aqua van Qiriness, € 4,40 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)
11. Hydraluron™ + moisture mist van Indeed, € 29,95 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)
12. Borstel Pink Gingham van Rock & Ruddle, vanaf € 37,95 [www.skins.nl](http://www.skins.nl)



# Droomhuis IN HET BUITENLAND?



*If you know what you are looking for, we know where to find it.*

Een huis onder de Spaanse zon, wie wil dat nu niet? Real-e-Estate helpt je maar al te graag zodat jullie samen, stap voor stap, op zoek gaan naar jouw droomhuis.

- Van A tot Z begeleiden en ontzorgen in de eigen taal
- Samen op zoek naar jouw droomhuis en het bezichtigen
- Begeleiden van de aankoop en regelen van de hypotheek
- Verhuur van je (tweede) huis

Dus of je nu op zoek bent naar een tweede huis of wellicht wilt emigreren naar Spanje en daar een nieuw thuis zoekt, **via Real-e-Estate vind je gegarandeerd het huis van je dromen.**



+31 (0)6 81863601  
info@real-e-estate.com | [www.real-e-estate.com](http://www.real-e-estate.com)

Hoe het precies komt, is een raadsel, maar mensen die in september zijn geboren **wegen meestal minder** dan mensen die in andere maanden zijn geboren.

In Spanje zegt men bij het fotograferen liever geen 'cheese', in plaats daarvan gebruikt men het Spaanse woord voor aardappel: **patata**.

Wist je dat er meer dan 1.140 van oorsprong Nederlandse Spar **supermarkten** te vinden zijn in Spanje?

Geboren in september? Dan heb je volgens onderzoek een kleinere kans om ooit in de **gevangenis** te belanden.

Eten is belangrijk voor de Spanjaarden en de **sobremesa**, het natafelen, is waarschijnlijk net zo belangrijk of wellicht nog wel belangrijker.

27 september is het **Werelddovendag**.

In Spanje gebruikt men meestal **jajaja** in plaats van hahaha om lachen uit te drukken in geschreven berichten.

# 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!*





# Het is altijd genieten bij Op d'n Hoek!



Ervaar bij ons een avond met veelvuldige keuken in al zijn facetten. U bent van harte welkom in ons restaurant Op d'n hoek / En la esquina. Geniet van heerlijke gerechten en een authentieke sfeer in ons pand. Buitengewoon veel sfeer hebben onze stijlvolle zitplaatsen buiten. Als u het laat op de avond nog gezellig wilt hebben, bieden wij ons verwarmde terras als optimale relaxplek aan. Onze goed geklimatiseerde ruimtes zorgen voor een aangenaam verblijf.

Al onze  
gerechten  
worden ter plekke  
op de Green Egg  
bereid

**Kom eten bij  
Restaurant  
Op d'n Hoek**

Reserveer op:  
[www.opdnhoekeatbu.com](http://www.opdnhoekeatbu.com)





DE SPIES WORDT OP  
KORTE AFSTAND VAN  
HET VUUR IN HET  
ZAND GESTOKEN



# Specialiteit van de Costa del Sol: *espetos de sardinas*

Een paar stappen op de boulevard en de rook komt je al tegemoet. Het is afkomstig van het vuur op de met zand gevulde bootjes bij de ‘chiringuitos’ (openlucht restaurantjes op het strand). Dit is het werkterrein van de ‘espetero’. Hij is de man die de espetos de sardinas klaarmaakt voor consumptie.

De bereiding lijkt simpel. De verse sardines worden alleen met water afgespoeld. Als toevoeging gaat er slechts grof zeezout over de vis. Vervolgens worden de sardines langs de graat aan een bamboe spies geregen. De spies wordt op korte afstand van het vuur in het zand gestoken. Ondanks een paar kleine handelingen is het een specialiteit om de ‘espetos de sardines’ goed te bereiden. Zo is het niet toevallig dat alle sardines ondersteboven aan de spies zitten. Dit komt doordat de espetero de rugvin van de sardines als markeringspunt gebruikt. Vanaf hier kan hij exact langs de graat steken. Op deze manier vallen de sardines tijdens het grillen niet uit elkaar en blijft de smaak gewaarborgd. Een ervaren espetero weet de juiste afstand tot het vuur goed te bepalen.

### Vader van de espeteros

Gegrilde sardines waren voorheen een goedkoop en voedzaam alternatief voor normale burgers en zeelieden. Rijk aan proteïnen en vitaminen. Miguel Martinez Soler zou de eerste zijn geweest die bij het

strand van El Palo de de vis aan een stokje ging grillen. De espeto de sardinas was geboren.

### Sardines voor de koning

In 1885 mocht Miguel zelfs aan koning Alfonso XII de espeto de sardinas serveren! De koning zat met mes en vork in de aanslag om te gaan eten. Op dat moment zei Miguel: “Nee, nee, majesteit, dit eten we niet met bestek, maar met de handen.” Miguel vergaarde hiermee veel bekendheid en populariteit. Er kwam veel navolging op zijn specialiteit, waardoor Miguel al snel ‘vader van de espeteros’ werd genoemd.

De espetos de sardines worden tegenwoordig overal langs de Costa del Sol geserveerd. In Málaga zijn ze over het algemeen goedkoper dan in de andere badplaatsen. Vooral in Pedregalejo en El Palo staan er volop espeteros op het strand sardientjes te grillen. Voor de liefhebbers van vis een ware lekkernij. En vergeet niet... eet een espeto de sardinas net als de koning met je handen.



# Adembenemende Villa

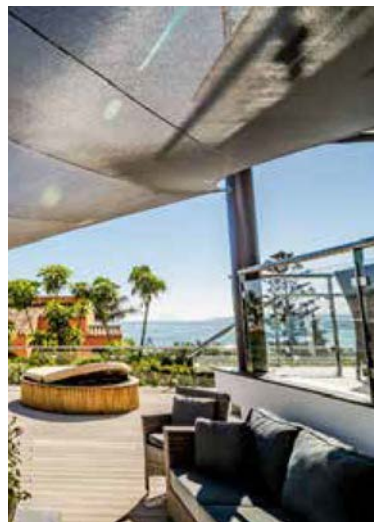
Met het Mooiste Uitzicht  
van Monte Falcones  
Benahavis

[www.ones-realtygroup.com](http://www.ones-realtygroup.com)

+34 603 15 88 54

**ONES**  
REALTY GROUP





Cathelijne de Vilder: interior designer bij Acoola Decor

# SWINGEN

Zitten we binnen met de airco aan vanwege de jaarlijkse hitte? Het weerhoudt ons niet inspirerend te zijn en te denken aan een natuurlijke `breeze`.

Er zijn van die dagen dat we ons zwaar voelen door de hitte dus waarom verlichten we dit niet en schommelen we op een plaats van rechts naar links, van voren naar achteren. We hebben het hier over de hangstoelen á la `Swingasans`, veel gezien op instagram en Pinterest. Zeker in

deze tijd van het jaar geven ze dat lekkere buiten gevoel maar ze zijn ook fantastisch voor binnen!

De meeste van deze stoelen zijn geïnspireerd op de zomerse vibe en gemaakt van rattan, beroemd om zijn diversiteit, duurzaamheid en eco vriendelijk karakter.

Schommelen is bewezen goed te zijn voor de gezondheid, een verlichtend gevoel en een betere balans tussen lichaam en geest te geven.

Deze stoelen zijn ruim dus u kunt er alle kanten mee uit door het plaatsen van een kleed, een kussen, een schapenvel om het een nog comfortabeler gevoel te geven.

Als u fan bent van boho chic en op zoek bent naar een variant om postuur en flexibiliteit te verbeteren dan zijn de hammocks een andere optie, in gevlochten katoen, katoen of rattan.

Veel schommelplezier!



Showroom: Carril de Picaza 30, San Pedro (Marbella) www.acoola.eu | info@acoola.eu | +34 951 569 655

Showroom: Carril de Picaza 30, 29670 San Pedro | www.acoola-living.eu | info@acoola.eu | +34 951 569 655



# September zet ons aan het werk

## Wees voorbereid op de volgende hittegolf!

Op zoek naar dé aircospecialist van de Costa del Sol? Bij Patrick Airco moet je zijn! En dat inmiddels alweer sinds 1998.

### Airco's en meer

Hoewel airco's de corebusiness vormen voor Patrick, biedt hij zijn klanten daarnaast nog diverse andere diensten. Vloerverwarming worden in Spanje steeds populairder, dus ook daarvoor ben je bij mij aan het juiste adres. Net als voor warmtepompen, zwembadverwarming, het nodige loodgieterswerk en elektra.

Patrick Airco | patrickaircospanje@gmail.com | +34-643366914

Benieuwd of ik ook voor jou iets kan betekenen? Neem dan gewoon een keer contact met me op



## Hulp nodig van een taalgenoot aan de Costa del Sol? S.O.S.PIA to the rescue!

- ✓ Contactpersoon bij problemen in en rond jouw woning
- ✓ Nederlandse begeleiding bij dokter, belastingdienst, bank
- ✓ Beëdigde vertalingen Nederlands-Spaans
- ✓ Spaanse bureaucratie: NIE, verhuurlicentie, fiscale aangifte, rijbewijs, autokeuring
- ✓ Maar vooral: jij zegt het, Pia voert het uit! Wedden?

ONOPLOSBARE  
KLUS?  
BEL  
S.O.S.PIA!

Geen **job** is te groot of te klein!

Pia Reekmans  
+34 663729471  
info@sospia.com  
www.sospia.com



## Maagd

Het is makkelijk voor je om al je problemen op te lossen.

### Ram 21-03/20-04

In de herfst kan je een hoop werk verwachten. Er kan iemand in je weg komen te staan maar dat los je op zoals een echte Ram: door de strijd aan te gaan.

### Stier 21-04/20-05

Een verandering van seizoen verscherpt je zintuigen. Op het gebied van relaties hoef je je geen zorgen te maken, er zullen geen grote veranderingen zijn in september.

### Tweelingen 21-05/20-06

Als je al een tijdje van iemand houdt, is september een ideaal moment om de eerste stap te zetten. Je zult voor je potentiële partner charmant en overtuigend zijn.

### Kreeft 21-06/22-07

September brengt je veel productiviteit. De Kreeft geeft niet veel om relaties tijdens deze periode. Je werk wordt je vluchthaven, maar tot op zekere hoogte.

### Leeuw 23-07/22-08

September heeft een behoorlijk stressvolle periode voor je in petto. Relaties zakken wat weg omdat de Leeuw de tijd nodig heeft om alles bij te werken wat hij gemist heeft.

### Maagd 23-08/22-09

In de komende herfst kan de Maagd uitzien naar verantwoordelijkheid, vooral in haar werk. Het is makkelijk voor je om al je problemen op te lossen.

### Weegschaal 23-09/22-10

September brengt je de moed om te zeggen wat je het liefste wil. Het is makkelijk voor je om te vragen. Hou wel in gedachten; wie wil maaien, moet zaaien.

### Schorpioen 23-10/22-11

De aanstaande herfst brengt je in kalmer vaarwater, wat de Schorpioen de hele maand september zal blijven voelen. De situatie in de liefde en je carrière is eindelijk stabiel.

### Boogschutter 23-11/21-12

Pas in september op jezelf, want in deze periode voel je je misschien niet zo goed als het om gezondheid gaat. Werk ook aan het versterken van de immuniteit.

### Steenbok 22-12/20-01

September zal uitwijzen welke relaties de moeite waard zijn en welke niet. Familie zal ook door deze energie worden beïnvloed. Wees voorbereid op alles.

### Waterman 21-01/19-02

In september moet de Waterman weer terug in het werkregime. Omdat je gevoelens op een laag pitje staan, stort je je met plezier op je werk.

### Vissen 20-02/20-03

In september moet je oppassen met je fysieke kracht - overschat deze niet. Vissen zijn van nature erg gevoelig. Wees matig met sporten en ontspan.



CONSTRUXUS S.L.

## GROOT IN KLEINE KLUSSEN

Construxus S.L.  
is speciaal opgericht  
om uw kleine klussen  
zo snel en efficiënt  
mogelijk op te lossen.

Wij werken met een  
betrouwbaar team van schilders,  
loodgieters, elektriciens en  
overige vakmensen zodat wij u  
met welke klus dan ook direct  
kunnen helpen.

Voorbeeld klussen:  
klein schilderwerk, elektrische  
reparaties, lekkages, installatie  
sanitair, reparaties aan  
kasten en deuren, vervangen  
van ramen of spiegels en  
kleine verbouwingen.

**BEL VRIJBLIJVEND NAAR**  
**+34 628 111 989**

## EXCLUSIEVE LUXE APPARTEMENTEN TE KOOP!



### COSTA DEL SOL -MIJAS COSTA UITSTEKEND PROJECT VAN SLECHTS 77 LUXE APPARTEMENTEN

Verdeeld over 17.000 m<sup>2</sup> tropische tuinen.  
Een combinatie van moderne architectonische  
stijl, geavanceerde interieurindelingen, heerlijke  
wellnessfaciliteiten en direct contact met de natuur,  
er is geen betere plek om 'thuis' te noemen. Door het  
nauwe contact met de natuur, witte zandstranden en  
eindeloze zomerdagen bevindt het complex zich op  
een zeer gewilde locatie. Het biedt prachtige moderne  
appartementen met ruime open indelingen en zorgvuldig  
ontworpen Scandinavische interieurs, waar u het hele  
jaar door van kunt genieten terwijl u geniet van het  
mediterrane leven.

Prijzen van € 369.000 tot € 1.199.000

Referentienummer: **R3635582**

**Slaapkamers:** 2 tot 4  
**Badkamers:** 2 tot 4  
**Bebouwde oppervlakte:** 107 m<sup>2</sup> tot 170 m<sup>2</sup>  
**Prijzen:** van € 369.000 tot € 1.199.000

**ImmoMoment**

Sales - Rentals - Management

Centro Commercial, Guadalmina IV, Local 1, 29678 Guadalmina Alta  
Marbella | Kantoer: +34 951 550 565 Mobiel (Spanje) +34 630 691310  
Mobiel (België): +32 475 70 55 55 | fanny@immomoment.es

[www.immomoment.es](http://www.immomoment.es)



COMFORT CAR CARE

## ULTIMATE PARKING & CAR CARE

MÁLAGA



car parking • airport service • classic car care • detailing • car sales • modesta glass coatings

[www.comfortcarcare.com](http://www.comfortcarcare.com) | [info@comfortcarcare.com](mailto:info@comfortcarcare.com) | +34 952 561 689 | Pol. Ind. Villa Rosa, Málaga



ALL-FIX UW RENOVATIESPECIALIST AAN DE COSTA DEL SOL.

# Geen project is te GROOT of te klein voor ons.



All-Fix doet zijn naam eer aan: van reusachtige renovaties tot een complete make-over. Het team van Remco de Cock volbrengt het voor je, in het mooie Marbella én omstreken.

32



Remco de Cock: "Ondertussen zijn wij al 5 jaar actief in het bruisende Marbella en omstreken. En eerlijk gezegd hebben wij ons dit nog niet beklagd. Hier werken is simpelweg geweldig. Met All-Fix zijn wij gespecialiseerd in het renoveren van uw appartement of huis. Hierdoor kom ik dus in aanraking met de nieuwe expats en de mensen die hier op vakantie komen. Het mooie aan ons werk is dat we samen met de mensen hun ideeën in realiteit brengen."

### All-Fix de renovatie specialist

Ons gehele team spreekt Nederlands wat het dus aangenaam en makkelijk communiceren maakt voor de klant. Ieder heeft zijn eigen specialiteit waardoor wij uw droomverbouwing kunnen realiseren. Vooral eer wij het project starten maken wij gratis een 3D-design voor de klant zodanig dat die een visueel idee krijgt van hoe het project eruit gaat zien.

### Niets is ons te veel

Bij All-Fix kunt u - zoals de naam al doet vermoeden - voor alles terecht. Niet alleen voor een renovatie maar ook voor meubilair, interior design, etc. . Alles wordt uitgevoerd door ons eigen personeel. Hier zijn wij niet afhankelijk van externen en kunnen wij dus kort op de bal spelen zonder probleem.

### Communicatie het belangrijkste bij een renovatie

Communicatie moet helder zijn voor de klant. Zodanig dat zij weten wat er gebeurt en hoe het eruit ziet vanop het thuisfront. Daarvoor maken wij na elke werkdag foto's van wat er exact is gebeurd met een woordje uitleg erbij: zodanig dat de klant up-to-date blijft. Hierdoor ontstaan er geen misverstanden en heeft men voor later de evolutie van de verbouwing op foto voor een optimaal 'voor en na' beeld.



33



OPTIMAAL TRAINEN IN MARBELLA



sportmassage  
ontspanningsmassage  
triggerpointtherapie  
lymfedrainage  
personal training  
rehabtraining  
triathlon coaching  
yoga voor atleten  
beachFit in San Pedro

CONTACT Frank: +34 684 22 18 22  
Calle Copo 10, 29670 San Pedro de Alcántara (Marbella)  
[www.holisticlifemarbella.com](http://www.holisticlifemarbella.com) - [www.suntrisports.com](http://www.suntrisports.com)

# OPVALLEN?

ADVERTEER IN BRUIST



Bel **+31 (0)613 750 748**  
of mail naar [jfranken@nederlandbruist.nl](mailto:jfranken@nederlandbruist.nl)

# MIS GEEN ENKELE BRUISENDE ACTIE

Schrijf je in voor **de nieuwsbrief**  
op [www.marbella-bruist.nl](http://www.marbella-bruist.nl)

COLUMN/MICHAEL PILARCZYK

## Het *magische* medicijn

Soms weet je dat iets goed voor je is en doe je het toch niet. Want je hebt altijd wel een goede reden - een excuus - om het niet te doen.

Maar stel nou eens dat het heel veel voordelen biedt, zoals een hoger energieniveau, betere focus, meer rust in je hoofd, beter slapen, minder stress en het is ook nog eens goed voor je lichaam. En het kost je maar twee keer tien minuten per dag.

Je hoeft er bijna niets voor te doen, je moet het alleen wel doen. Een momentje voor jezelf nemen, een meditation-moment. Inmiddels gebruiken meer dan 150.000 mensen in Nederland en België elke dag de Meditation Moments-app. Met tienduizend top reviews. Probeer het zelf tien dagen en ontdek wat het met jou doet. Download hem gratis in de app stores.

Op naar jouw mooiste leven!  
Alle goeds en hasta la proxima,

*Michael Pilarczyk*

~ [www.meditationmoments.nl](http://www.meditationmoments.nl) ~

Foto Ralf Czogallik



# Carpacciosalade

## met truffeldressing

2 PERSONEN - 20 MINUTEN

**INGREDIËNTEN**

- 2 eieren
- 120 gr carpaccio
- 2 sneetjes (oud) brood
- 120 gr zongedroogde tomaatjes
- 150 gr gemengde sla
- 1 eetl pijnboompitten (geroosterd)

**Voor de dressing**

- 2 theel truffelmayonaise
- scheutje citroensap
- broodrooster

Kook de eieren circa 10 minuten. Snijd of trek ondertussen de carpaccio in kleine stukjes en rooster de sneetjes brood in de broodrooster. Snijd ook de zongedroogde tomaatjes en de eieren in kleinere stukken. Snijd vervolgens de sneetjes brood in kleine croutons of feestelijke sterren.

Meng voor de dressing de truffelmayonaise met een klein scheutje citroensap.

Verdeel de sla over twee borden en leg de carpaccio, het ei en de zongedroogde tomaat er op. Maak het gerecht af met de broodcroutons en pijnboompitten. Besprenkel met wat truffeldressing.

**Carly**, Junior dtp-er bij Bruist

Salades zijn gezond en deze heerlijke carpacciosalade (mijn favoriet!) is ook nog eens snel en makkelijk te bereiden. Binnen twintig minuten heb je een voorafje of een lunch voor de warme nazomerdagen. Dus of je nu stevige trek hebt of zin in iets fris, met dit recept tover je ongetwijfeld een glimlach op het gezicht van iedereen aan tafel.

**En zeg nou eerlijk, het ziet er toch ook verrukkelijk uit? Smakelijk eten.**





# Geef je woning binnen één dag een luxe en tijdloze stijl

In no-time je complete interieur samenstellen, dat is mogelijk dankzij de geraffineerde Blox-elementen. Deze Blox-elementen omvatten onder andere eettafels, bartafels, salontafels, sidetables, tv-meubels et cetera, maar ook een complete slaapkamer in hotelseer met bijpassende nachtkastjes en dressoir.



Elk Blox-element wordt met de hand gemaakt. Hoogwaardig geborsteld eikenfineer kan in elke gewenste kleur gespoten worden. Eenheid en stijl vloeien naadloos samen van woonkamer, slaapkamer tot badkamer. Combineer de basis Blox-elementen desgewenst met diverse soorten hardsteen en/of stoffering.

## Blox-dealers

Informeer vrijblijvend naar de vele mogelijkheden bij het dichtstbijzijnde Blox-verkooppunt.

Kijk op [www.blox.sale](http://www.blox.sale)  
verkooppunten



In deze ruimte is gekozen voor een donkere beits in combinatie met bruin hardsteen. Natuurlijk zijn er ook andere mogelijkheden, elke gewenste kleur is mogelijk in combinatie met luxe hardsteen en stoffering.

### 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.

**MAAK NU EEN  
VRIJBLIJVENDE AFSpraak**

**.BLOX**<sup>®</sup> the creation is yours!

Blox Luxury Furniture | Raadhuisstraat 19, 5066 AP Moergestel | +31 (0)85 020 59 53  
[info@blox.sale](mailto:info@blox.sale) | [www.blox.sale](http://www.blox.sale)

# SLAGER

## IN HART & NIEREN



Carretera Ronda, 43 Benahavís  
Andalucía | +34 952 92 74 78  
carniceriaholandesa@gmail.com  
[www.carniceriaholandesa.com](http://www.carniceriaholandesa.com)