

'T GOOI

JULI 2018 WWW.TGOOIBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST

We hebben zin  
in de

*Vakantie!*



# KIDSMIX!

Kennismaken met verschillende sporten: Yoga, Verdediging, Bootcamp en Dans. Spelenderwijs bewegen! De lessen worden aangepast aan de belevingswereld van de kinderen.

Vanaf 1 Augustus start periode 3 van het KidsMix programma.

Voor 12 weken lang kunnen de kids meedoen met ons zelfverdediging programma.

Voor meer informatie kunt u terecht bij ons filiaal Hilversum Zuid



van  
**Hellemond**  
Sport

HILVERSUM ZUID  
Johan de Wittstraat 40  
1215 GX Hilversum  
035 - 621 73 59

[HELLEMOND.NL](http://HELLEMOND.NL)

**Zelfverdediging**

VOEL JE  
KRACHT  
EN KRIJG  
VERTROUWEN

# Markt

woensdag en zaterdag

*Gewoon  
gezellig!*

WE  
HILVERSUM  
HERE

demarktvanhilversum.nl



26



13



33

# Inhoud

18



32



11

## COLOFON

### BRUIST

**UITGEVER** Nederland Bruist B.V.  
**FRANCHISE MANAGER** Marianne van Harmelen  
**TRAFFIC** Nederland Bruist  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Mirjam Kuus  
**THEMA'S** Annetiek Jansen - Maaik van Helmond  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Linda Groothuise & Marianne van Harmelen  
**ACQUISITIE** Marianne van Harmelen, 06-51190415

### CONTACT 'T GOOI BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda  
 T 06-51190415  
 tgooi@nederlandbruist.nl  
 Like ons op facebook.com/tgooibruist

### CONTACT HOOFDKANTOOR

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

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2018 Nederland Bruist B.V. Merksnaam 't Gooi Bruist is een merksnaam 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 brengt magazines uit in: De Achterhoek, Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Kapellen, De Langstraat, Land van Cuijk, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.



# Nog geen vakantieplannen?

Geen paniek, je gaat je echt niet vervelen deze zomer. Om te beginnen, kun je lekker (in het zonnetje) van deze gezellige BRUIST genieten.

Daarna sta je vast te trappelen om alle festivals te bezoeken, de evenementen in je agenda op te slaan of mee te doen aan één van de fietsroutes die je kunt vinden op [www.vvgoivecht.nl](http://www.vvgoivecht.nl). Ga op ontdekkingstocht in je eigen regio en laat je verrassen. Strijk bijvoorbeeld eens neer op één van de gezellige terrassen in Hilversum en je waant je al snel op je favoriete vakantiebestemming. Ik droom al weg bij het idee dat de zon schijnt en ga moeiteloos over in de vakantiestand.

Ga je naar een fraai vakantieoord? BRUIST past vast nog wel in de koffer. In dat geval wordt het oplossen van de vakantiepuzzel onder een parasolletje met een glaasje vin, sangria of ouzo wel heel aantrekkelijk.



Maar genieten staat voorop. Ontspannen, uitrusten en leuke dingen doen, zodat je opgeladen fris, vrolijk en bruisend van energie de zomer doorkomt. Voor de zekerheid doen we je nog wat tips aan de hand in de vorm van vakantie voor stresskippen.

Have a nice summer!

Marianne van Harmelen

**CAMBIO**

CO•EXIST

*Frogbox\**

LOUIS and MIA

MARGITTES

*Phase Eight*

*Princess*  
GOES HOLLYWOOD

**SPORTALM**

STEFFEN  
SCHRAUT



LAREN'S GOT LEGS

NIEUWEG 1A | 1251 LG LAREN | LAREN@LEGS-LAREN.COM | LEGS-LAREN.NL



# Gebroken relatie? Tijd voor een nieuwe start?

Ik geloof dat levensgebeurtenissen, uitdagingen en levensomstandigheden niet het einde zijn, maar een kans bieden om te groeien als persoon en een nieuwe start te maken. **Wil jij weer de leiding nemen over jouw leven en het veranderen naar een leven zoals jij wilt? Maak vrijblijvend een afspraak met mij!**



NAZANIN BIGDELI  
New Beginnings Coach

Gebouw 'The Heart House'  
Huizerweg 54 Bussum | **06-11477704**  
info@nazaninbigdeli.nl | **www.nazaninbigdeli.nl**

## Je komt er 'ooghen' te kort

**Verkoop van 100 jaar ongedragen brilmode (voorheen Brilmuseum Amsterdam en de B.M. Brillenwinkel). Oogverblindende (merk) monturen voor lage prijzen.**

Daarnaast biedt De Paradijsvooghel! een bijzondere collectie cadeau-artikelen zoals glazen bollen, optische gadgets en sieraden. In het antiquariaat o.a. tijdschriften op jaartal en boeken over diverse onderwerpen. U bent van harte welkom in onze sfeerol ingerichte winkel. U kunt ons ook vinden op Facebook onder de naam: De Paradijsvooghel!



**Als u hier  
niet slaagt,  
slaagt u  
nergens!**



*De Paradijsvooghel!*

*Laat uw leven door een andere bril bekijken.*

**Mijke Teunissen**

Nassaulaan 25 Bussum | brilmus@tiscali.nl | **06 22030446** | Woe t/m zat van 12.00 tot 17.00 uur

# Evenementen juli

Maandag 2 t/m vrijdag 6 juli 09:30-12:30 en 13:30-16:30 uur

## **Creative Zomerworkshops Beeldhouwen in Laren**

Word zelf een amateurkunstenaar! Zowel beginners als gevorderden kunnen boetseren in klei of was, of hakken in steen en hout. Brink 27 A, Laren

Donderdag 5 t/m zondag 8 juli

**Nieuw 'high end' muziekfestival** met negen concerten door internationale (overwegend klassieke) topmusici en ensembles, masterclasses door de beroemde Weense vioolpedagoog Prof. Boris Kuschnir en de eerste tentoonstelling ooit in Nederland over - en met - het werk van de beroemde Italiaanse vioolbouwer Antonio Stradivari. Torenlaan 16, Blaricum, [www.blaricumfestival.com](http://www.blaricumfestival.com)

Zaterdag 7 juli 11:00-17:00 uur

## **Place du Tertre in Kortenhoeve**

De grote kunstmarkt gehouden in het prachtige poldergebied, waar de Kortenhoeve School zijn oorsprong heeft, wordt dit jaar voor de negende keer georganiseerd door atelier Art to Join. Kortenhoevesedijk 86A, Kortenhoeve, [www.art-to-join.nl](http://www.art-to-join.nl)

Zondag 8 juli

## **SLOEPentocht Loosdrecht**

Varen, muziek, gezelligheid, proeverijen, hapjes, feest en mooie natuur. Dat wil je niet missen! Start Café de Bolder, Nieuw-Loosdrechtsedijk 222, Loosdrecht, [www.stichtingsloep.nl](http://www.stichtingsloep.nl)

Donderdag 12 juli 19:30 uur

## **Gratis Festival Tuin Talk in Kasteel Sypesteyn**

In het kader van het erfgoedfestival Groen in Gooi en Vecht zal specialist Lucia Albers op donderdag 12 juli vertellen over de restauratie van de tuin van Kasteel Sypesteyn. Nieuw Loosdrechtsedijk 150, Loosdrecht, [www.sypesteyn.nl](http://www.sypesteyn.nl)

Zondag 15 juli 13:00 - 15:00 uur

## **Watersafari op de Ankeveense Plassen**

Ben jij benieuwd naar wat er onder water zwemt in de Ankeveense Plassen? Dat kan je onderzoeken tijdens de OERRR-watersafari. Stichts End 22a, Ankeveen, [www.natuurmonumenten.nl](http://www.natuurmonumenten.nl)

Vrijdag 20, zaterdag 21 en zondag 22 juli 10:30-00:00 uur

## **Wonderfeel**

Relaxed luisteren naar klassieke muziek midden in de zomerse natuur, ontdekkingen doen, zelf je tempo bepalen, mensen ontmoeten, lekker eten, dansen en kinderactiviteiten. Landgoed Schaep en Burgh, Noordereinde 60, 's-Graveland, [www.wonderfeel.nl](http://www.wonderfeel.nl)

Zondag 22 juli en zondag 26 augustus 11:00-13:00 uur

## **Spiegelwandelingen o.l.v. Historische Kring Bussum**

De Historische Kring Bussum organiseert een wandeltocht met gids door het Spiegel, waarbij groen, architectuur, kunst, cultuur en geschiedenis aan de orde komt. Start: Kom van Biegel, Beerensteinerlaan 59, Bussum, [www.historischekringbussum.nl](http://www.historischekringbussum.nl)





Maandag 23 juli t/m vrijdag 3 augustus 10:00-16:00 uur

### **Kinderfestival Bussum**

Komen jullie ook?

Struikheiweg 14, Bussum, [www.kinderfestival.com](http://www.kinderfestival.com)

Dinsdag 24 juli 14:00-16:00 uur

### **Bouw je eigen insectenhotel in 's-Graveland**

De activiteit duurt twee uur en is voor gezinnen met kinderen vanaf 6 jaar.

Bezoekerscentrum Natuurmonumenten 's Graveland, Noordereinde 54b, 's-Graveland, [www.natuurmonumenten.nl](http://www.natuurmonumenten.nl)

Zaterdag 4 augustus

### **Zomermarkt in winkelcentrum Oostermeent Huizen**

[www.winkelcentrumoostermeent.nl](http://www.winkelcentrumoostermeent.nl)

Zaterdag 4 augustus 10:30 uur

### **Vestingrit door het Gooi**

Authentieke koetsen worden getrokken door prachtige paarden en de koetsiers met hun gasten gaan geheel in stijl gekleed.

Vertrek vanaf het terrein van De Boer Dier en Ruiter, Naardervaart 1a, Muiderberg, [www.hoofdstadaanspanning.nl](http://www.hoofdstadaanspanning.nl)

t/m maandag 10 september

### **Erfgoedfestival Groen in Gooi en Vecht met een rondvaart**

Maak vanuit Loosdrecht een rondvaart en ontdek bijzondere locaties zoals Kaas- en IJsoerderij De Willigen, restaurant Op Sypesteyn en Vechtstreekmuseum.

Vertrek Fletcher Hotel Loosdrecht, Oud-Loosdrechtsedijk 253, Loosdrecht, [www.rederijloosdrecht.nl/erfgoed-festival](http://www.rederijloosdrecht.nl/erfgoed-festival)

t/m zondag 28 oktober

### **Erfgoedfestival op forteiland Pampus; Groen-Groener-Groenst!**

Pampus is een groen eiland in het blauwe IJmeer. Het kunstmatig forteiland is eind 19e eeuw gebouwd als verdedigingsbolwerk in de Stelling van Amsterdam. Nu herbergt het een rijke flora! Een rondje te voet biedt veel fraais. Pampus (kantoor walbasis), Herengracht 67, Muiden, [www.pampus.nl](http://www.pampus.nl)

**Kijk voor het complete overzicht op [www.vvgoeivecht.nl](http://www.vvgoeivecht.nl)**





dé hennepwinkel  
deskundig advies  
kwaliteits CBD



**HEMPIE**  
GEZOND MET HENNEP

Kapelstraat 6 | 1404HX Bussum | [www.hempie.nl](http://www.hempie.nl)

## Het perfecte visitekaartje



Voor mooi verzorgde handen en nagels ben je bij **Patricia Richard** aan het juiste adres. U kunt hier terecht voor manicure behandeling, zetten van acrylnagels, gelpolish en nailart. Graag tot ziens!



Lorentzweg 36 Hilversum  
**06-30254958**  
[www.nagelstudiosparkle.nl](http://www.nagelstudiosparkle.nl)

**Pitti Kids**



Klaar voor de  
zommer?

**Voor de kids hebben we weer een ruime kleurrijke zomercollectie in huis!**

Van o.a. MIMPI, QUAPI, LOOX, SOMEONE en NAME IT de leukste jurkjes! Stoere korte broeken en tops voor de boys. Swimwear van o.a. VINGINO, O'NEILL, PROTEST, INDIAN BLEU en SCOTCH&SODA! En natuurlijk voor de hele kleintjes van CLAESENS, NOPPIES en FEETJE.



Vergeet niet onze leuke zomerschoentjes van CEINTA en de grote collectie zomerhoedjes en petjes!

Gijsbrecht van Amstelstr 162 Hilversum | 035 6284095 | [www.pittikids.nl](http://www.pittikids.nl)

# DAGJES UIT IN JULI!



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

**De Zwarte Cross**

**12 t/m 15 juli in Lichtenvoorde**

Dit evenement combineert een muziekfestival en een motorcross.

**Over het IJ Festival**

**13 t/m 22 juli.** Genieten tijdens dit zomerse theaterfestival in Amsterdam.

**North Sea Jazz Festival**

**13 t/m 15 juli in Rotterdam**

In juli verandert Rotterdam in de jazzhoofdstad van de wereld.

**De Nijmeegse Vierdaagse**

**17 t/m 20 juli**

's Werelds grootste wandelevenement is een must voor elke wandelaar.

**De Tilburgse Kermis**

**20 t/m 29 juli**

De 10-daagse Tilburgse Kermis is de grootste kermis van de Benelux.

**Rotterdam Unlimited**

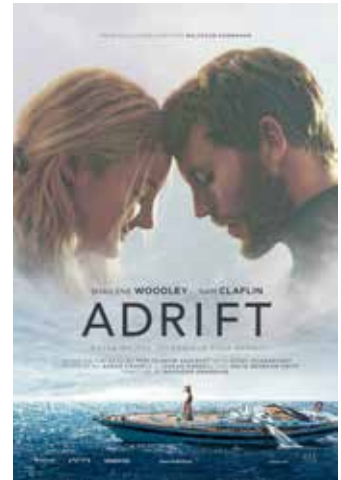
**24 t/m 28 juli in Rotterdam**

Bekende artiesten én de kleurrijke parade van het Zomercarnaval.

## FILMPJE KIJKEN ADRIFT

Tami (Shailene Woodley) en Richard (Sam Claflin) zeilen met een jacht over de Stille Oceaan. Ze zijn jong en verliefd. De klus die ze hebben aangenomen lijkt meer op een perfecte vakantie dan op werken. Totdat het noodlot toeslaat en ze terechtkomen in een genadeloze orkaan. Met een verwoeste boot, zonder communicatiemiddelen of navigatie en weken verwijderd van de dichtstbijzijnde haven, moet Tami vechten voor zichzelf en de zwaargewonde Richard. Hun enige kans op overleven is om 3000 km lang de juiste koers te varen naar de Hawaï-eilanden...

**Adrift gaat op 5 juli in première.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN V-LIFESTYLE



**AFVALLEN EN JE ENERGIEKER VOELEN ZONDER CRASHDIEET OF UREN IN DE SPORTSCHOOL.** Diewuikje Tijsen maakt je wegwijs in deze levensstijl. Staat stil bij hoe je begint, hoe je kunt volhouden en blijven genieten van heerlijk gezond eten. Bovendien deelt ze haar geheim met jou! Een boek vol met adviezen, grappige tekeningen, tips, ideeën, lijstjes om uit te knippen, soms een kritische noot, prachtige foto's en er staan natuurlijk ook gezonde recepten in.

**HET V-LIFESTYLE BOEK, een prachtig vormgegeven gids die je leidt door de wonderlijke wereld van gezond eten. Te koop bij de exclusievere lifestyle winkels en bij Bol.com voor € 24,95**



Sla je slag  
in de  
**OPRUIMING**  
de hele  
maand juli!

10 tot 70% korting op mode!

10% korting op badkleding

30% korting op jassen

Bh's v.a € 10,- van o.a. Mey - Felina en Triumph

Hoge of mega kortingen op dekbedden en  
hoofdkussens! B.v. Dauna soft synthetisch  
dekbed 140 x 200 van € 55,- nú € 29,-  
Hoofdkussens Dauna soft, vulling 600 gram  
holvezel € 14,50, nú 2 voor € 25,-



...en nog veel meer  
aanbiedingen

**Brinkers**  
Mode & lingerie

Dammerweg 1 | Nederhorst Den Berg | 0294 251 274



**Voetreflexologie Blaricum**  
*laat jouw energie stromen*

Voetreflexologie brengt lichaam, geest en ziel weer in balans, waardoor je tot rust komt. Het zelfgenezend vermogen van het lichaam kan zijn werk weer gaan doen. Hierdoor kunnen tal van klachten verholpen worden waaronder vrouwelijke klachten (PMS en overgang), spijsverteringsklachten, concentratieproblemen zowel bij kinderen als volwassenen, het niet lekker in je vel zitten tijdens bijvoorbeeld de puberteit. Ook verlaagt voetreflexologie stress en werkt het pijnstillend.



*Katja Zuidervaart*

Zwaluwenweg 21 Blaricum | 06 - 13 47 77 29  
voetreflexologieblaricum@gmail.com



# Zomerse wrap

met gegrilde groenten

Lekker en makkelijk zijn tortillawraps. Ik koop de tortilla's altijd bij onze heerlijke Turkse speciaalzaak Side op de Gijsbrecht. Even goed verwarmen in de pan, vulling erin en dat is het.

## Ingrediënten:

2 aubergines, 3 courgettes,  
3 rode puntpaprika's, 150 gr. Hummus,  
Pittige saus (hot chili sauce) of yoghurt,  
5 el olie, 1 el citroensap, knoflook geperst.

Verse kruiden als basilicum, oregano,  
tijm en peterselie



De aubergines overlangs in dunne plakken snijden en de courgettes in schijfjes. Deze groenten grillen in een goede grillpan zodat er mooie bruine strepen ontstaan. De paprika's goed zwart blakeren op een gaspif of barbecue. Doe ze hierna in een plastic zakje en sluit deze goed af. Laat afkoelen en het vel trek je er daarna zo af. Het vruchtvlees in repen snijden. Al deze groenten nu marinieren in een mengsel van olie, citroensap, knoflook, peper, zout en veel verse kruiden. Laat intrekken. Maak een tortilla in een koekenpan goed warm aan beide kanten, besmeer 'm vervolgens met de hummus, leg er in het midden een portie van de groenten op met wat chili saus of yoghurt en rol 'm 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



KOOKGEREIJ • KOOKKADO'S • KOFFIE & THEE

### Balthazar Kookwinkel

Gijsbrecht van Amstelstraat 164 Hilversum  
035 77 251 66  
[www.balthazarkookwinkel.nl](http://www.balthazarkookwinkel.nl)

Alles om je mooi te voelen

# *Mooie lippen*

Ben je niet blij met de vorm van je lippen, of heb je last van rokerslijntjes? Daar is wat aan te doen met speciale lipfillers. In één behandeling krijgt je mond de perfecte vorm, verminderen de lijntjes rond je lippen en herstel je het volume en de jeugdigheid. Het resultaat: zachte, gezonde en goed gehydrateerde lippen.



## **Langdurig effect**

Het effect blijft 9-12 maanden zichtbaar. Als je wilt, kun je de behandeling herhalen. Er zit verdoving in de vloeistof, dus je merkt er vrijwel niets van. Als je dat prettig vindt, wordt van te voren een pijnstillende gel aangebracht op de mond.



Ervaren cosmetisch arts  
Natuurlijk resultaat  
Gratis consultgesprek  
Eerlijk advies

9,6

Dokter André wordt  
gemiddeld door de klanten  
beoordeeld met een 9,6

bron: [www.kliniekervaringen.nl](http://www.kliniekervaringen.nl)



## BEHANDELINGEN

Bij Dokter André kun je terecht voor de volgende behandelingen:

- Fillers
- Botox
- Draadjeslift
- Ultherapie
- Lippen

## WIL JE WETEN OF EEN BEHANDELING MET LIPFILLERS IETS VOOR JOU IS?

Maak dan een afspraak voor een eerlijk en vrijblijvend advies.



**DOKTER**ANDRÉ

André Boom | Veluwezoom 5 Almere | 06-47873788 | [www.dokterandrebeautyworld.nl](http://www.dokterandrebeautyworld.nl)

Samen,  
lekker eten...



**CADEAU!  
BON  
APPÉTIT!**

ter waarde van  
**2,50**

Alleen geldig op Indische maaltijden bij een minimale besteding van €10, tegen inlevering van deze advertentie. Niet geldig in combinatie met andere acties. Niet inwisselbaar tegen contanten en geldig tot 31-08-2018

**FAMILY NAARDEN**

Marktstraat 25, Naarden-Vesting

Tel: 035 - 820 02 85 [www.familynaarden.nl](http://www.familynaarden.nl)

Openingstijden: dagelijks van 12.00 - 20.00 uur

**KIJK OOK OP FAMILY.NL**



Like! Socializen  
op Facebook



De FIAT 500e is 100% batterij aangedreven en met nul uitlaatgas emissie zonder daarmee afbreuk te doen aan stijl. Maar met zijn Italiaanse styling, instant koppel, sterke en soepele versnelling en bekende carrosserie is de FIAT 500e ecologisch sexy.

**Electric Motoring bv**

Kortenhoefsedijk 61A Kortenhoef | 06-50218917

06-38732732 | [info@500efiat.nl](mailto:info@500efiat.nl) | [WWW.500EFIAT.NL](http://WWW.500EFIAT.NL)

**ALL BROWS**

WIL JIJ OOK VAN  
DIE MOOIE, VOLLE  
WENKBRAUWEN DIE JE  
GEZICHT LATEN  
STRALEN? DAN IS  
**ALL BROWS.**  
DÉ BROWBAR IN  
'T GOOI, VOOR JOU  
'THE PLACE TO BE'.



Lambertus Hortensiuslaan 76A Naarden 06-54972607 |  
[allbrows@outlook.com](mailto:allbrows@outlook.com) | [www.allbrows.nl](http://www.allbrows.nl)



# Pitti Donna

Damesmode

Pitti Donna damesmode staat voor:

- Goede service en eerlijk advies
- Mooie collecties van topmerken
- Goede prijs-kwaliteitsverhouding
- Ongedwongen en gezellige sfeer
- Leuke kleding van maatje XS t/m XXL

*Wij hebben*

# Summersale

*met kortingen  
tot maar liefst*

# 50%

Onze merken:

Geisha | Esprit | Sandwich | Espresso

Nickjean | Sust In/Two | Privat Label

Elvy Tassen by Laura Vlasblom



Het eiland La Palma wordt geroemd om haar schoonheid. Het is het groenste en meest sprookjesachtige eiland van de Canarische Eilanden. De hoge, imposante bergen, watervallen en groene dalen hebben het eiland de bijnaam 'La Isla Bonita' (het mooie eiland) bezorgd.

De schilderachtige dorpjes zijn erg sfeervol en vormen een perfect rustpunt voor wandelaars. In de hoofdstad Santa Cruz de la Palma kun je genieten van de historische pracht en heerlijke tapas eten in één van de vele bars. Ook bijzonder zijn de gitzwarte lavastranden op het eiland. En het leuke is dat het nog niet ontdekt is door het grote publiek.

Het noorden van La Palma wordt voor het grootste gedeelte in beslag genomen door een **EROSIEKRATER, DE CALDERA DE TABURIENTE**, die met een dichtbebost woud is bedekt. In het relatief 'jonge' zuiden vindt men ook nog actieve vulkanen, bijvoorbeeld de in 1971 ontstane vulkaan van Teneguia.

# La Isla Bonita *La*



La Palma is ook het steilste eiland ter wereld met zijn 2.426 meter hoge Roque de los Muchachos en een zeediepte van circa 4.000 meter. Er wonen ongeveer 85.000 mensen, die hoofdzakelijk van de landbouw leven. Belangrijkste producten zijn bananen, avocado's, wijn en tabak.

Aan de oostkust, tussen de luchthaven en de hoofdstad Santa Cruz, ligt het **TOERISTISCH NIEUWBOUWDORP LOS CANCAJOS**. Sinds de start van de bebouwing begin jaren '80 is het

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

BRUIST/REIZEN

# Palma

uitgegroeid tot een kleine, gezellige badplaats met langs de boulevard diverse terrasjes, restaurants, enkele hotels en appartementcomplexen. **HEEL LEUK OM TE LOGEREN ZIJN DE CASITA'S**, typisch Spaanse huisjes, landelijk gelegen en rustiek ingericht. Vanuit zo'n casita kun je op verrassende wijze kennismaken met het platteland van La Palma. De meeste casita's liggen in het westelijk deel van La Palma. Je kunt dan het beste een auto huren om daar te komen.

GENIET BIJ THUISKOMST VAN EEN  
**PRACHTIG ZIJDEN BOEKET VAN MEANDER**  
OM DIE VAKANTIESFEER VAST TE HOUDEN!



Havenstraat 18c Hilversum  
035-6230920  
[www.meanderbloemsierkunst.nl](http://www.meanderbloemsierkunst.nl)  
[www.bloomever.nl](http://www.bloomever.nl)



# *IB trading* is er voor al uw schoonmaak onderhoud

Neem contact met ons op voor meer informatie,  
geen klus is ons te gek!

**IB Trading**  
staat voor  
kwaliteit!



**IB Trading**

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



# Ouderwets

**Lopen naar een begraafplaats? Dat is toch ouderwets en hoeft toch niet meer?** Dat laatste klopt op zich, maar het lopen is gelukkig weer helemaal terug bij uitvaarten. Toch kreeg ik afgelopen week wel weer die vraag: "waarom lopen als het ook met de auto kan?"

**Daar zijn, vind ik, een paar goede redenen voor die ik graag wil toelichten.** Eerst nog even iets over de achtergrond van het lopen bij een uitvaart. Vroeger ging men altijd lopen naar de begraafplaats, vanaf het woonhuis werd de kist door burens gedragen naar het graf. De dienst had dan al thuis plaatsgevonden.

Alleen als de persoon verder weg begraven moest worden werd er een kar bij gebruikt. Toen de auto zijn intrede deed kwam het lopen naar de begraafplaats in het gedrang. Het ritueel moest met de tijd mee en de overledene ging in een rouwauto en de naaste familie in volgwagens.

**Op zich niets mis mee, we doen het nog,** maar steeds minder vaak met volgwagens, en dat heeft consequenties. En begrijpt u mij goed, lopen is niet voor elke uitvaart geschikt, dat hangt sterk af van de afstand, tot 1 kilometer is mooi. Maar was de overledene fervent wandelaar? Dan kan langer ook.

**Wat is het voordeel van lopen?** Ten eerste dat het de minste milieubelasting geeft, maar ten tweede en die is nog veel belangrijker: de sfeer. Men heeft namelijk net een afscheidsbijeenkomst gehad, dierbare verhalen gehoord over de overledene en dan stapt met in de auto, doet de radio aan, checkt zijn of haar telefoon, appt even wat en voordat de begraafplaats bereikt is, gaat het gewone leven alweer verder. Als men gaat lopen, blijft men in dezelfde sfeer, de betrokkenheid blijft bij de uitvaart en bij de familie. Dat maakt lopen bij uitvaarten mooier.

Meer informatie vindt u op:

[www.rebel-uitvaart.nl/blog](http://www.rebel-uitvaart.nl/blog)





InWear - Part Two - Nickjean - Helena Hart  
Studio Anneloes - B Three - Mooi! - Juffrouw Jansen  
By Betty's - L.O.E.S - i-zen - Zizo - Maicazz

**MODEHUIZ**  
*by Betty's*

**Voorbaan 29, Huizen**  
[www.modehuizbybettys.nl](http://www.modehuizbybettys.nl)

LANGER OF VOLLER  
HAAR MET  
**EXTENSIONS!**

**Maak nu een  
afspraak voor  
een gratis  
consult!**

**haarXL** weet als geen ander  
wat haar kan doen voor  
je zelfvertrouwen!



**haarXL**  
YOUR GREAT LITTLE SECRET

06 8333 6718 - [info@haarxl.nl](mailto:info@haarxl.nl) - [www.haarxl.nl](http://www.haarxl.nl)



## TOP 5 verbeteringen na aanpak gehoorverlies

Wist u dat na de aanschaf van een hoortoestel de kwaliteit van leven, genieten en ontspannen aanzienlijk toeneemt. Door het gebruik van hoortoestellen ervaart men minder....

- 1 ....vaak de vraag te herhalen
- 2 ....last van spraakverwarring
- 3 ....last van frustratie omdat men niet goed werd begrepen
- 4 ....moeite om partner en (klein)kinderen te verstaan
- 5 ....irritaties in de huiselijke sfeer

Wij nodigen u uit voor een, geheel vrijblijvend gesprek over uw gehoorproblemen.



de Clinge 2 | Bussum | 035-7370325  
Info@hoorstudiogooisemeren.nl  
www.hoorstudiogooisemeren.nl



Het Gooische Kaashuys

### Bloemfontein

Een Hollandse kaas met typisch Zuid-Afrikaanse Kruiden.

Van € 8,45  
per 500 gram



Nu  
€ 7,45

### Puur zacht gerijpt

Jong belegen

Van € 6,45 per 500 gram

Nu  
€ 5,45

*Aanbiedingen geldig van 1 t/m 17 juli*

Holleblok 24 Huizen  
035-5253507

# L'Ocean

TEAM DR. JOSEPH



FOR YOU  
WITH LOVE





## HIGHTECH NATURAL COSMETICS: Team Dr. Joseph uit Süd-Tirol

De filosofie is Holisme: Verantwoord - Gezond - Natuurlijk!

100% natuurlijke werkstoffen, 100% parfumvrij,  
100% natuurlijk in conservering.



Volg ons op  en  voor nog meer behandelingen.

**Beau Cutemme**  
Salon voor huid, hand en voetverzorging

H. Kamerlingh Onnesweg 47 | 1402 ED Bussum | 035-6923606 | [www.locean.nl](http://www.locean.nl)



# SALE

## KORTINGEN TOT

# 50%

Kempkes Damesmode & Lingerie ~ Kapittelweg 143 ~ (winkelcentrum Kerkelanden) ~ Hilversum ~ 035 6217788



Een grote bedreiging voor onze gezondheid is **stress**.

Neem daarom regelmatig **een slipperdag!**

Mensen die veel stress hebben, zijn perfectionistisch en werken enorm hard. Ze gaan wel vaak te ver door, waardoor ze soms **over hun eigen grens** heen gaan.

Het is zomer, **de zon schijnt**: negeer je hoofd en volg je hart.

Op nummer één van de top drie om stress te verminderen staat **muziek luisteren**. TV kijken en een warm bad of warme douche nemen staan op twee en drie.

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

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

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

Mensen werken op **zonne-energie**: tijdens de zomervakantie opladen om het hele jaar te kunnen stralen.

Ik ga op vakantie **en ik neem mee...** jou!

Kom je 's ochtends moeilijk uit bed, leef je van weekend naar weekend? En kun je je het moment waarop je honderd procent ontspannen was niet meer herinneren? Dan is het hoog tijd voor een welverdiende vakantie. Even helemaal niets doen en moeten.

# Ook zo toe aan

Het is niet gek dat je na een jaar hard werken even helemaal op bent. Het is wel belangrijk om daar iets aan te doen. Neem op tijd rust en zorg goed voor jezelf. Zowel privé als op je werk is het belangrijk om je grenzen aan te geven. Het is niet erg om af en toe te zeggen dat je iets niet aankunt. We blijven per slot van rekening ook maar mensen. Je zult zien dat je na een paar dagen rust al een ander mens bent, mits je dat ontspannen gevoel natuurlijk toelaat. Ga dingen doen waar je normaal geen tijd voor hebt, trek erop uit, boek die reis waar je al jaren van droomt, maar veel belangrijker: besteed je vrije dagen op je eigen manier.

## **HEB JE VAAK LAST VAN**

**HOOFDPIJN**, een vastzittende nek of maag- en darmklachten en ben je chagrijnig en emotioneel uitgeput? Dan is het hoog tijd om even pas op de plaats te maken. Als de situatie op je werk onhoudbaar is, kan een vakantie nieuwe

inzichten brengen. Niets moet, alles mag. Pas als jij van een stresskip verandert in iemand die zich kiplekker voelt, kunnen problemen worden opgelost. Zo zal een gesprek met je leidinggevende na een paar dagen vrij waarschijnlijk een stuk soepeler verlopen en weet jij ook je emoties beter in bedwang te houden.

Iedereen krijgt vroeg of laat met stress te maken. De een kan er goed mee omgaan, bij de ander kan het leiden tot uitslag, disfunctioneren of zelfs psychische klachten. Stress kan allerlei oorzaken hebben. Een nieuwe baan waarin je moet bewijzen wat je waard bent, is een goed voorbeeld. Maar ook massaontslagen, de druk van opeenvolgende deadlines, een onduidelijke hiërarchie binnen een bedrijf en een toenemende werkdruk kunnen ertoe leiden dat mensen door de bomen het bos niet meer zien. Waar de stress ook door veroorzaakt wordt, de gevolgen zijn (bijna) altijd duidelijk zichtbaar.



# Vakantie?



IK GA OP VAKANTIE  
EN NEEM **NIET MEE...**  
MAAK DAT LIJSTJE EENS!

## **HOE DOE JE DAT NU EIGENLIJK, ONTSTRESSEN?**

Iedereen doet dit op zijn of haar eigen manier. De een komt bijvoorbeeld helemaal tot rust van een weekje in de zon op het strand, de ander gaat drie keer per week sporten en ligt 's avonds het liefst met een goed boek op de bank, weer een ander is na een dagje badderen in een wellnesscentrum weer helemaal de oude. Kortom: de manier waarop we ontstressen is zeer persoonlijk. Feit blijft wel dat rust iedereen goed doet. Hoe je die rust invult, is aan jou.

# 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](http://www.rosascantina.nl)



ook voor kinderen  
oedeemtherapie  
coaching

## Uitgerust op vakantie

Komt de vakantie net op tijd? Ga je al struikelend je vakantie tegemoet, om vervolgens uitgeteld op je strandbedje te landen?

Zonde... kom op tijd voor een Shiatsu behandeling en ga relaxt en uitgerust van je vakantie genieten.



SHIATSU  
HELPT JE  
GEZOND EN  
VITAAL TE ZIJN

Anneke Overmars | Erkend Shiatsu therapeut | Huizen | 06-519 545 78 | [anneke@zenshian.nl](mailto:anneke@zenshian.nl) | [www.zenshian.nl](http://www.zenshian.nl)





# Bling King

ROYAL FINISH

AUTODETAILING | IN & EXTERIEUR | LAKVERZEGELING | RESTYLEN

[WWW.BLINGKING.NL](http://WWW.BLINGKING.NL)

Binnendelta 9g | 1261WZ Blaricum | [info@blingking.nl](mailto:info@blingking.nl) | tel. 035-2080630

**“De Nederlandse aanpak, helderheid en duidelijkheid, in combinatie met het geduld en de knowhow van Ibiza Real Estate BDK, waren voor ons de sleutel tot ons nieuwe appartement in Dalt Vila in Ibiza Stad.”**

Wytske Hartog



### **Hierom schakel je ons in voor je woning op Ibiza:**

- Je werkt samen met een professional die de lokale markt kent én de taal spreekt.
- Je ontvangt volledige begeleiding bij de aankoop van je woning.
- Je krijgt inzicht in de plussen en minnen van de woning.
- Je ontvangt een bouwkundig advies, inclusief eventuele verbouwingmogelijkheden.
- Je ontdekt de reële waarde van de woning, de marktwaarde dus.
- Je ontvangt advies over de beste onderhandelingsstrategie.
- Je geeft het voeren van de onderhandelingen uit handen voor de beste prijs.
- Je maakt gebruik van onze services tot je geslaagd bent, zonder extra kosten.
- Je komt in contact met betrouwbare en lokale partijen voor juridische assistentie.



Wij zijn gespecialiseerd als  
aankoopmakelaar, vinden de  
juiste droomwoning voor je én  
behoeden je voor alle misstappen.



# IBIZA REAL ESTATE

BRECHEISEN DE KEIZER



[www.ibizarealestatebdk.com](http://www.ibizarealestatebdk.com)  
[info@ibizarealestatebdk.com](mailto:info@ibizarealestatebdk.com) | +34 (0)663867332

Vraag vrijblijvend een adviesgesprek aan als je benieuwd bent  
naar wat wij voor jou kunnen betekenen.



**9 gangen  
vanaf  
€ 24,95**

*vis / vlees /  
vegetarisch  
of een  
combinatie  
hiervan*



*Beleef een  
**culinair  
avontuur***



**JAPANS RESTAURANT AI UCHI**

TEPPANYAKI & SUSHI LOUNGE

Emmastraat 2 Hilversum  
035 - 62 39 859 | [www.aiuchi.nl](http://www.aiuchi.nl)





# BUST voor al uw BOUWPROJECTEN!

Ontwerper Nick van Harmelen en projectmanager Joris Lucas leerden elkaar kennen tijdens hun studie Bouwkunde. Na ieder hun eigen pad te hebben gevolgd, besloten zij hun krachten te bundelen in een eigen onderneming; ontwerp- en adviesbureau **BUST**.

**BUST** is een jong en dynamisch bedrijf waar u terecht kunt voor verbouw of nieuwbouw van uw woning. "Momenteel werken we hoofdzakelijk voor particulieren", vertelt Nick enthousiast. "Het is echter onze ambitie om ook grotere projecten te gaan doen voor bedrijven. We verzorgen het ontwerp en de begeleiding van het gehele bouwproces. Daarnaast geven we desgewenst een duurzaamheidsadvies op maat."

## Een totaalplaatje

Nick en Joris vullen elkaar qua ervaring en expertise perfect aan. "Onze grootste kracht ligt in het feit dat we een totaalplaatje kunnen bieden. Door goed te luisteren en actief mee te denken zorgen we ervoor dat dit naadloos aansluit bij de wensen van de klant. Een ander pluspunt; doordat we een relatief kleine onderneming zijn, kunnen we snel schakelen."

GOED LUISTEREN  
EN ACTIEF  
MEEDENKEN  
MET DE  
KLANT



# BUST.

Wilhelminapark 1 Utrecht  
06-36302634  
info@bureaustijl.com | [www.bureaustijl.com](http://www.bureaustijl.com)



# *Een deskundige second opinion*

Laat een gerenommeerd fysiotherapeut uw casus opnieuw beoordelen.

Schaafsma Kliniek voor Fysiotherapie & Diagnostiek biedt een vertrouwelijke en deskundige aanvulling op de zorg die uw behandelend fysiotherapeut u al biedt.

De kliniek neemt u persoonlijke casus, uw fysiotherapeutische diagnose en behandelplan nog eens onder de loep. Ons doel is uw onzekerheid weg te nemen en u te voorzien van alle informatie die u nodig heeft om zo uw lichamelijke klachten te kunnen verbeteren. Indien nodig schakelen wij met uw huidige fysiotherapeut, huisarts of specialist.

**“Een onjuiste diagnose of behandeling is erg ontmoedigend en heeft soms grote emotionele impact.”**

#### **Alles weten over uw aandoening**

Wilt u meer informatie over de mogelijke verloop van uw aandoening of wilt u uw behandelopties weten? Nathalie Schaafsma Kliniek helpt u hierbij en kijkt samen met u wat de mogelijkheden zijn.

NATHALIE SCHAAFSMA

Kliniek voor Fysiotherapie & Diagnostiek

Hermesweg 15a | 3741 GP Baarn | **0346-785042**

**[www.nathalieschaafsmakliniek.nl](http://www.nathalieschaafsmakliniek.nl)**



**STRALEND DOOR DE ZOMER!**  
*Is stijl op je mouist uitstend!*

**STIJLVOL**  
 HAARSTIJLEN

Bel 06 - 82 121 655 voor een afspraak

**VAN ALMONDELAAN 35 HILVERSUM**  
**WWW.STIJLVOLHAARENMEER.NL**

**Ramaker Administraties**

**30 jaar advies voor ondernemers**

**30 jaar ervaring met meedenken**

Oude Amersfoortseweg 19  
 1213 AA Hilversum

**035-6212437 • www.ramaker.nl**

Medisch pedicure...  
 Professionele voetverzorging

Maak kans op een:

**Luxe voet-  
 behandeling**

**€ 45,-**

**PEDICURE JANNIE**

06-46377059 | pedicurejannie@gmail.com

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

pedicure gemak  
 medisch massage  
 voeten diabetes  
 verwennen sporters

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.tgtoobruist.nl](http://www.tgtoobruist.nl)

KLINIEK  HEIHOF  
YOUTH GOT THE LOOK



OOGGLIDCORRECTIE € 750,-

BOTOX € 89,-

FILLER € 195,-

[WWW.KLINIEKHEIHOF.NL](http://WWW.KLINIEKHEIHOF.NL) | [INFO@KLINIEKHEIHOF.NL](mailto:INFO@KLINIEKHEIHOF.NL)  
ALBERTUS PERKSTRAAT 37A HILVERSUM 035 - 77 24 8 24