

'T GOOI

SEPTEMBER 2018 WWW.TGOOIBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

A man and a woman are featured in a promotional image. The man, on the left, is wearing a dark blue suit jacket over a white shirt and dark sunglasses. The woman, on the right, is wearing a white dress with a black turtleneck and dark sunglasses. They are both leaning on a white ledge, possibly a boat or a balcony, with a bright blue sky and white clouds in the background. The overall mood is sophisticated and relaxed.

Heb jij het lef
om relaxed te *leven?*



De pedicure bij u thuis!

Al geruime tijd doet Jannie Veltman wat ze het liefste doet; werken als pedicure. In die hoedanigheid komt ze graag bij u aan huis om uw voeten heerlijk in de watten te leggen. Inmiddels heeft ze een vaste klantenkring opgebouwd, die zich uitstrekt over 't Gooi.



ProVoet



PEDICURE JANNIE

06-46377059

pedicurejannie@gmail.com

**90 jaar
Hollands
vakmanschap!**



**50%
korting op
het 2e
matras**



**Het jubileum matras van Avek!
7 zone pocketvering voor de ideale
ondersteuning en perfecte ventilatie!
Nu het 2e matras met 50% korting!
(1 matras = 25% korting)**



Rading 46a 1231 KB Loosdrecht
Telefoon 035 582 36 68
info@linnerieannelies.nl
www.linnerieannelies.nl

MATRASSEN - BOXSPRINGS - HOOFDKUSSENS
BEDTEXTIEL - LINNENKASTEN - COMMODES

Markt

woensdag en zaterdag

*Gewoon
gezellig!*

WE
HILVERSUM
HERE

demarktvanhilversum.nl



6



22



34



18



14



17

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.

FRANCHISE MANAGER Marianne van Harmelen

TRAFFIC Nederland Bruist

VORMGEVING Nederland Bruist - Mirjam Kuus

THEMA'S Annemiek Jansen - Maaikje van Helmond

TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Astrid Berkhout

EINDREDACTIE Linda Groothuysse &

Marianne van Harmelen

ACQUISITIE

Marianne van Harmelen, 06-51190415

CONTACT 'T GOOI BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 06-51190415

tgooi@nederlandbruist.nl

[f Like ons op facebook.com/tgooibruiist](https://www.facebook.com/tgooibruiist)

CONTACT HOOFDKANTOOR

Nederland Bruist B.V.

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl

www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be

[f Like ons op facebook.com/nederlandbruist](https://www.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. Merknaam '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 brengt magazines uit in: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Ibiz, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsenbeek, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildep-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

Inhoud

Nieuw seizoen

Voor je ligt alweer de septembereditie van 't Gooi Bruist. Een extra dikke weer! Maak je geen zorgen. Ook wij hebben uitgebreid van deze heerlijke zomer genoten. Na de vakantie barst iedereen weer van de energie en liggen er stapels plannen op de loer. We popelen om aan iets nieuws te beginnen. Leuke cursussen gaan van start, nieuwe modecollecties schreeuwen om onze aandacht en zelfs goede voornemens worden uit de kast getrokken. De scholen beginnen weer een nieuw jaar, soms tot grote opluchting van de ouders. Haak jij af bij al dat enthousiasme? Lees dan in deze Bruist dat je heus niet alle ballen hoog hoeft te houden en best wel eens een bal of een steekje mag laten vallen. Kruip op de bank met deze nieuwe Bruist en geniet van de interviews, evenementen en Bruisende Zaken. Voor je het weet, ga jij ook enthousiast het nieuwe seizoen in.



Ik zie het nieuwe seizoen met angst en beven tegemoet. Ik kom er meestal niet af met een mooi herfstboekje of nieuwe kussens op de bank. Hier gaat het nieuwe seizoen vaak rigouzeuzer van start. Gaat mijn wederhelft weer compleet los? Staat hij al te trappelen met zijn boormachine, schroevendraaiers en hamer? Maar ook ik ben uitgerust, klaar voor de strijd, dus alle energie om die plannen geroutineerd in de kiem te smoren. Ik word er steeds handiger in.

Veel leesplezier en tot volgende maand!

Marianne van Harmelen

Feestelijke opening

'T GOOISCHE BAD

GROTE AVONTUREN BEGINNEN KLEIN



**“DE KINDEREN
STAAN HIER
ALTIJD OP DE
EERSTE PLAATS”**

Het heeft even geduurd, maar onlangs opende 't Gooische Bad haar deuren aan de Fransiscusweg 229 te Hilversum. Voor eigenaar Shiva de Winter komt een lang gekoesterde droom eindelijk uit. Vanaf heden vinden er 7 dagen per week zwemlessen plaats in het splinternieuwe doelgroepen bad van 17,5 bij 7,5 meter.

Eigen lessysteem

In de loop der jaren ontwikkelde Shiva zijn eigen (ISO 9001-gecertificeerde) lessysteem. De nadruk ligt hierbij op ligging en techniek. We werken met kleine groepen van maximaal 8 leerlingen met 2 docenten, zodat er veel individuele aandacht is voor ieder kind. Zo leert je kind makkelijker en technisch beter zwemmen. De lesmethode is flexibel genoeg om aan te sluiten bij het niveau van elk startend kind. Je kind krijgt een persoonlijke leskaart, daarop worden alle vaardigheden nauwkeurig bijgehouden. Zodra je kind er aan toe is, stroomt het door naar de volgende groep. Iedere week zijn er meerdere

afzweemmogelijkheden, waardoor je nooit lang hoeft te wachten. Deze werkwijze werpt zijn vruchten af want gemiddeld behalen leerlingen binnen 8 maanden hun A-diploma.

Aqua sporten

In 't Gooische Bad worden er naast zwemlessen verschillende

aquasporten voor volwassenen gegeven, ook staan baby en peuter zwemmen in de planning.

Volop toekomstplannen

"We breiden langzaam het aanbod uit met diverse buitensporten zoals bootcamp, hardlopen, boslopen en small group training. Alles draait hier om passie en de juiste beleving creëren voor de mensen die hier komen".

Dans- en sportstudio

Goed om te weten: De Winter Sport beschikt ook nog over een locatie aan de Havenstraat 13A, waar je terecht kunt voor gevarieerde danslessen voor kinderen en volwassenen, waaronder streetdance, zumba, Body Fit en Body & Mind.



**DE WINTER
SPORT**
GROTE AVONTUREN BEGINNEN KLEIN

Evenementen september

Donderdag 6 september 19:30 - 22:00 uur

Festival Talk 'De genezende kracht van Zonnestraal'

Zonnestraal bestaat dit jaar 90 jaar: een mooi moment om stil te staan bij haar groene geschiedenis. In de serie "Festival Talks", een samenwerking tussen bibliotheek Hilversum en Zonnestraal, kunt u op een drietal avonden luisteren naar een presentatie over Zonnestraal rondom een centraal thema.

Bibliotheek Hilversum, 's-Gravelandseweg, Hilversum, www.zonnestraalhilversum.nl/erfgoedfestival

Vrijdag 7, zaterdag 8 en zondag 9 september

Hilversum on Air

DJ's, bands, live acts, dans, foodtrucks en een kinderprogramma: ook dit jaar weer. Centrum, Hilversum,

Vrijdag 7 en zaterdag 8 september

Bosjesfestival Hilversum

Twee mooie dagen in het bos, met muziek, cabaret, comedy, kindertheater, een rave-cave, tassen drukken en nog veel meer. Landgoed Zonnestraal, Loosdrechtse Bos 17, Hilversum, www.bosjesfestival.nl

Zaterdag 8 en zondag 9 september 10:00 - 17:30 uur

Dutch Media Week - Familiefestival

Over je identiteit in je échte en je online wereld. Ontdek jouw mediapersoonlijkheid door middel van workshops, talks en meet & greets met vloggers, acteurs en programmamakers! Op deze zaterdag ontmoet je (onder andere) Pip Pellens, Is-

mael Ilgün, Janouk Kelderman en Tim Douwsma. En ze gaan met jou het gesprek aan over de manier waarop jij dit het beste kan doen. Nederlands Instituut voor Beeld & Geluid, Media Parkboulevard 1, Hilversum, www.dutchmediaweek.nl

Zaterdag 8 september 11:00 - 23:00 uur

Huizerdag 2018

Braderie, muziek, kinderactiviteiten, een hapje en een drankje en veel gezelligheid: dat zijn de ingrediënten van de Huizerdag!

Winkelcentrum Hart van Huizen, www.hartvanhuizen.nl

Zondag 9 september 09:00 uur

Gooische Rally in Blaricum Dorpsstraat, Blaricum

Zondag 9 september 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 22 A, Ankeveen, www.natuurmonumenten.nl

Zondag 9 september 13:00 - 17:00 uur

Opening Cultureel Seizoen in Singer Laren

Een bruisende opening van het culturele seizoen met diverse culturele activiteiten. Bovendien is het museum voor inwoners van Laren op deze dag gratis toegankelijk!

Oude Drift 1, Laren, www.singerlaren.nl

Vrijdag 14, zaterdag 15 en zondag 16 september

Bussum Cultureel - PURE MAGIE

De 15e editie van het culturele festival. Een combinatie van de Amsterdamse Uitmarkt, de Parade en het Preuvenement op Bussumse schaal trekt ieder jaar bezoekers uit het hele Gooi. Wilhelminaplantsoen, Bussum, www.bussumcultureel.nl

Vrijdag 14 september

Taeje Bökkesrace in Huizen

Ook dit jaar vindt de traditionele Taeje Bökkesrace plaats. Een spectaculaire zeilwedstrijd op het Gooimeer met authentieke botters.

Botterwerf, Havenstraat 300, Huizen, www.huizerbotters.nl

Zaterdag 15 september 10:00 - 16:00 uur

Open Botterdagen in Huizen

Botterwerf Huizen, Havenstraat 300, www.huizer-botters.nl

Zaterdag 15 september 10:00 - 17:00 uur

Brocante Streek Markt in het centrum van Hilversum

Kerkbrink, Hilversum, www.geavanvulpen.nl

Zondag 16 september 11:00 - 17:00 uur

Pure Buren op de Gijsbrecht Hilversum

Deze markt wil bezoekers graag kennis laten maken met verschillende leveranciers die zich bezighouden met ambachtelijk en lekker eten, maar ook met creativiteit en duurzaamheid.

Gijsbrecht van Amstelstraat, Hilversum, www.degijbrecht.nl

Donderdag 20 september 12:30 uur

Lunchconcert BEL-gemeente Eemnes

Trio Yoffi met Jetze Dubbelman en Rami Koch viool, lunchpauzeconcert. Raadzaal Eemnes, Zuidersingel 1, Eemnes, www.scarbomusica.nl



Zondag 23 september 12:00 - 16:00 uur

Dag van het Werkpaard Blaricum

De Dag van het Werkpaard is een terugkerend evenement. Er is van alles te beleven en gratis te bezoeken.

Noolseweg, Blaricum, www.dagvanhetwerkpaard.nl

Zondag 23 september 13:00 - 21:00 uur

One Hilversum-Multicultureel Festival

Een uniek, gratis, festival dat alle Hilversummers van verschillende culturele achtergronden, leeftijden en seksuele voorkeuren bij elkaar brengt.

De Oude Haven, Taludweg, Hilversum, www.facebook.com/onehilversum/

Kijk voor het complete overzicht op www.vvgoovecht.nl





*Beleef een
culinair avontuur
mét een film!*

Bioscoop en diner met het Vue Bioscoopmenu!

Staat er een date night in de planning en bent u op zoek naar een leuk date idee? Een gezellige avond met een paar vrienden organiseren? Geniet van culinaire Japanse hoogstandjes en aansluitend bioscoopbezoek. Door te kiezen voor ons voordelige 9-gangen bioscoopmenu combineert u uit eten gaan in ons sfeervolle Japanse restaurant met als afsluiting van de avond een bezoek aan de modernste bioscoop van Hilversum.

SLECHTS € 33,- P.P. VOOR EEN FILM EN 9-GANGEN MENU!

Ook leuk om iemand mee te verrassen. Bezorg uzelf en uw gezelschap een heerlijke diner- en filmavond met een diner en bioscoop cadeau.



JAPANS RESTAURANT AI UCHI

TEPPANYAKI & SUSHI LOUNGE

Emmastraat 2 Hilversum
035 - 62 39 859 | www.aiuchi.nl





BIG SUMMER SALE



Lekker zomerse kleuren met een fris zomers wit interieur.

Tot wel 20% KORTING

Electric Motoring bv

Kortenhoefsejdijk 61A Kortenhoef | 06-50218917

06-38732732 | info@500efiat.nl | WWW.500EFIAT.NL



**Ramaker
Administraties**

30 jaar advies voor ondernemers

30 jaar ervaring met meedenken



Oude Amersfoortseweg 19
1213 AA Hilversum

035-6212437 • www.ramaker.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 om 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

Cindia van der Kroft heeft een passie voor het beauty vak. Met ruim 28 jaar ervaring op zak helpt ze vanuit haar schoonheidsinstituut 100% Beauty vrouwen om er zo lang mogelijk mooi en jong uit te blijven zien. Op een natuurlijke manier, zonder operaties. Sinds 9 maanden doet ze dit vanuit een nieuw, groter pand aan de Beemsterboerstraat te Huizen.

Een mooie jonge huid van

“Deze prachtige plek ademt een serene uitstraling die helemaal past bij mijn manier van werken en de beleving die ik mijn klanten mee wil geven”, vertelt Cindia enthousiast.

Unieke totaalaanpak

“Ik werk vanuit een holistische visie. Schoonheid gaat verder dan een stralende huid. Het zit niet alleen van buiten, maar vooral van binnen. Om die reden kies ik bewust voor een totaalaanpak. De exclusieve, resultaatgerichte behandelingen in de salon zetten je huid aan het werk. Door daarnaast thuis cosmeceuticals te gebruiken, verbetert de uitstraling van de huid van buitenaf. De voedingssupplementen,

ook wel nutricosmetics genoemd, zorgen voor opbouw en versteviging van de huid van binnenuit. Zo krijg je het beste resultaat voor de lange termijn.”

De nieuwste behandelingen

Cindia volgt alle ontwikkelingen in haar vak op de voet “Het is voor mij echt een lifestyle, ik ben er voortdurend mee bezig.” Haar salon biedt dan ook innovatieve anti-aging technieken en behandelingen aan; o.a. bindweefselmassage, Elastine Infusion Therapie en SkinBoosting . “SkinBoosting is de nieuwste anti-aging methode. Met behulp van Micromeso bieden we de huid een cocktail van huideigen revitaliserende werkstoffen aan. Het effect is direct zichtbaar.”

Afgestemd op de persoon

“De behandeling wordt geheel afgestemd op jou als persoon. We starten met een intakegesprek en een huidanalyse. Daarbij geef ik open en eerlijk aan wat we voor jou kunnen betekenen. Vervolgens stellen we een behandelplan op maat op. Je wordt tevens uitgenodigd voor een huidscan, die inzicht geeft in het collageen- en bindweefselgehalte, zodat je precies weet waar je huid wat extra aandacht kan gebruiken.”



binnenuit

“Samen gaan we voor het
beste resultaat op de
lange termijn”



Eigenlijk willen we er nog niet aan denken, maar helaas laat de herfst niet heel lang meer op zich wachten. Hoewel sommigen zich juist verheugen op dit jaargetijde met al zijn mooie kleuren en veranderingen in de natuur, houden de meeste mensen het liefst toch nog even vast aan het zomerse gevoel. En terecht! Maar dat betekent niet dat je nog geen voorbereidingen kunt treffen voor de naderende herfst...

Haal de

Een nieuw seizoen betekent in veel huishoudens ook dat er weer even een frisse wind door het huis waait. Tijd dus voor de grote najaars schoonmaak waarna je je huis weer in herfst sfeer onder kunt dompelen. Zolang het kan genieten we buiten namelijk nog volop van het zonnetje, maar zodra de herfst inzet, het buiten kouder wordt en de blaadjes van de bomen vallen, willen we eigenlijk weer niets liever dan gezellig binnen cocoonen. Daar kun je dan ook maar beter vast op voorbereid zijn.

NATUURLIJKE MATERIALEN EN WARME TINTEN

Haal de warme kleedjes en plaidjes weer van zolder of uit de kast, check hoe het gesteld is met je voorraad kaarsen en vul deze eventueel nu al aan en vervang alvast alle zomerse, kleurrijke accessoires door accessoires van natuurlijke materialen en in warme tinten. De lantaarns die je tijdens de zomer in je tuin had staan voor wat sfeerverlichting tijdens die lange, zwoele zomeravonden, kun je eventueel een poetsbeurt geven en ze vervolgens naar binnen halen voor wat meer sfeer in huis. Let er dan overigens wel goed op dat de onderkant hiervan niet te heet kan worden om brandgevaar te voorkomen.



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

Herfst in huis

**MET EEN ZIJDEN BOEKET VAN
BLOOMEVER!**

BEN JE EEN VAN DE GELUKKIGEN MET EEN OPEN HAARD IN HUIS? Leg dan de focus in je interieur hier weer wat meer op dan in de zomer waarschijnlijk het geval was. Wat kussens eromheen, een stapeltje hout ernaast en je komt vanzelf in de herfstmood. Geen echte open haard? Geen probleem! Ook een gashaard of bijvoorbeeld een elektrische haard kan voor heel wat sfeer in huis zorgen.

ZORG VOOR GOEDE VENTILATIE IN HUIS. Sowieso gezond, maar een woning die goed geventileerd wordt warmt ook nog eens beter op. Wel zo handig dus als het buiten wat kouder wordt en de verwarming weer aangaat.



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



VAKANTIE VOORBIJ...

Stiekem denken we al weer aan die
gezellige cadeautjestijd.



Nassaulaan 6 Bussum | 035-6561991

durea®



In meerdere wijdtematen en voorzien van
een verwisselbaar voetbed



U bent van harte welkom in onze winkel met
(medisch) pedicure, podotherapeut,
orthopedisch schoenmaker en medische
compressiezorg & oedeemtherapeut.

VAN SCHIJNDEL
schoenen & voeten

Schoutenstraat 14 • 1211 BM Hilversum • Tel.: (035) 624 57 76
www.vanschijneldschoenen.nl

DAGJE UIT NEDERLANDS FILM FESTIVAL



VAN 27 SEPTEMBER TOT EN MET 5 OKTOBER vindt de 38e editie plaats van het Nederlands Film Festival. Tien dagen lang is Utrecht de filmhoofdstad van Nederland waar de Nederlandse film het erepodium krijgt dat het verdient. Films van kort tot lang, van arthouse tot mainstream, van analoog tot digitaal. Speelfilms, documentaires, animaties, korte films en televisiedrama's voor jong en oud. Naast honderden films organiseert het festival ook talkshows, seminars en discussies. Hoogtepunt is de avond waarop de felbegeerde Gouden Kalveren worden uitgereikt.

Kijk voor meer informatie en het complete programma op www.filmfestival.nl

FILMPJE KIJKEN DORIS

Aan de vooravond van haar vijfenveertigste verjaardag is Doris Doorenbos (Tijtske Reidinga), een gescheiden vrouw met twee kinderen, op een dood punt aanbeland. Terwijl de mensen om haar heen carrière maken en drukke, volwassen levens leiden, is er van Doris' eigen dromen maar weinig terechtgekomen...

Gemaakt onder de creatieve leiding van Will Koopman (Gooische Vrouwen en Divorce), scenarioschrijfster Roos Ouwehand en regisseur Albert Jan van Rees.

Doris is vanaf 20 september te zien in de bioscoop.



BOEKJE LEZEN OVER PUBERS



Een verfrissend boek met openhartige, komische en herkenbare verhalen over zowel het geploeter als het plezier van het dagelijkse gezinsleven met kinderen en pubers. Geen adviesboek over opvoeden, maar gewoon een hart onder de riem voor ouders die het soms ook even niet meer weten. Inspiratie putte de auteur uit haar eigen ervaringen, waar ze openhartig over heeft geschreven. Over het geploeter, maar ook over het geluk en het plezier. Ouders van kinderen in de tienerleeftijd vinden er ongetwijfeld herkenning in! Het boek wordt uitgegeven door Uitgeverij Boekscout.

JE KRIJGT ER ZO VEEL VOOR TERUG - Openhartige verhalen van een moeder over haar gezin met pubers - van Esther Leijten-Kupers is nu te koop voor € 19,50 via bol.com en www.boekscout.nl

In april 2015 begon Anneke Overmars haar eigen praktijk als shiatsu-therapeut, oedeemtherapeut en coach. “Ik vind het heel fijn om iets voor iemand te kunnen betekenen en een luisterend oor te bieden”, aldus Anneke.

“Ik geloof dat alles te behandelen is. Niet dat je alles kunt genezen, maar er is altijd ruimte voor verbetering van de gezondheid en de kwaliteit van leven. Dat is mijn drijfveer.”

VERANDERING EN HERSTEL

“Ik krijg hier veel mensen binnen met stress gerelateerde klachten als vermoeidheid, hoofdpijn of chronische rug- of nekklachten. Zij zijn op zoek naar een langdurige oplossing voor hun klachten. In het eerste gesprek bespreken we wat er aan de hand is en doe ik een lichamelijk onderzoek. Hierbij ga ik op zoek naar disbalans in de energiebanen. Op basis daarvan kijk ik wat iemand nodig heeft en waar een ingang zit tot verandering en herstel.”

STIMULEREN ZELFHELEND VERMOGEN

De behandeling gebeurt op maat en is een combinatie van alle drie de expertises van Anneke. Shiatsu is de basis. “Daarbij behandel ik heel gericht specifieke klachten.

Door druk uit te oefenen op de meridianen - de energiebanen van het lichaam - stimuleer ik het zelfherstellend vermogen van het lichaam. Blokkades worden opgelost, de energie gaat weer stromen en je komt terug in balans.”

AANPAKKEN VAN DE OORZAAK

“Een disbalans ontstaat niet zomaar. Een stuk coaching, op een natuurlijke manier verwerkt in de behandeling, is vaak noodzakelijk om de oorzaak te achterhalen en om aan de hand van praktische adviezen te komen tot aanpassing van je gedrag en je manier van leven.”

KINDEREN EN BABY'S

Ook kinderen en baby's zijn welkom in de praktijk. “Het zijn vaak gevoelige kinderen, die overprikkeld raken in onze drukke samenleving en bijvoorbeeld in bed plassen, slecht slapen of buikpijn hebben. Het mooie is dat Shiatsu bij kinderen een stuk sneller werkt dan bij volwassenen. Simpelweg omdat ze zo open en puur zijn, hun overtuigingen en gedragingen zijn nog niet zo vastgeroest.”

De helende kracht van

Zen Shian | Loevestein 25 Huizen | 06-519 545 78 | anneke@zenshian.nl | www.zenshian.nl



ook voor kinderen
oedeemtherapie
coaching

BRUISENDE/ZAKEN

OOK VOOR
KINDEREN EN
BABY'S

AANRAKING



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

BRENG DE HERFST IN JE HAAR

Er altijd op je mooist uitzien!

Bel 06 - 82 121 655 voor een afspraak



VAN ALMONDELAAN 35 HILVERSUM
WWW.STIJLVOLHAARENMEER.NL

Verzorgde nagels...
Het perfecte
visitekaartje



Kijk voor leuke acties en het
laatste nieuws op onze
FaceBook- en Instagrampagina!

  **NagelstudioSparkle**



Lorentzweg 36 Hilversum
06-30254958
www.nagelstudiosparkle.nl

Taart op z'n Frans

Clafoutis

Met al dat lekkere rijpe zomerfruit maak je in een handomdraai deze heerlijke clafoutis. Een van oorsprong Frans nagerecht met kersen, maar nu eens met pruimen. Maar kan uiteraard ook heel goed met perziken, nectarines, blauwe bessen of zelfs banaan. Eet 'm lauw of koud.

Ingrediënten:

Een lage bakvorm van ca. 20 cm
ca. 15 rijpe pruimen, gehalveerd
7 el poedersuiker
300 ml. volle melk
75 gr. bloem
3 eieren
rasp van een citroen
1 el kaneelpoeder
snufje zout



Beboter de bakvorm en strooi 1 el. poedersuiker over de bodem. Leg hierop de pruimen met de open kant naar beneden, strak tegen elkaar aan. Bestrooi met 2 el. poedersuiker. Meng de melk, 3 el. poedersuiker, bloem, eieren, citroenrasp, kaneelpoeder en zout heel goed met een mixer of blender. Giet over de pruimen. Bak 50 minuten in een oven op 190 graden.

Haal er uit als de clafoutis mooi bruin is geworden. Laat afkoelen en strooi er voor het opdienen nog wat poedersuiker over.



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

Veel mensen denken bij hennep aan het verdovende middel dat in coffeeshops verkrijgbaar is. Deze plant heeft echter oneindig veel andere toepassingsmogelijkheden. Van vezel tot zaadje, werkelijk alles kan worden gebruikt. Michel Bogert verwonderde zich over de veelzijdigheid en begon vier jaar geleden een winkel gespecialiseerd in producten die zijn vervaardigd van hennep: Hempie.

Gezond met *Hennep*

Hempie biedt een zeer uitgebreid assortiment henneproducten. “We hebben vele voedingsproducten, die zijn gemaakt van de zaadjes”, vertelt Michel. “Dit is echt superfood, hoogwaardig in eiwitten en omega 3 vetzuren. Maar we hebben ook kleding, schoenen en tassen, gemaakt van de vezels. Daarnaast vormt hennep de basis voor verschillende huidverzorgingsproducten, waaronder zalf met cannabidiol (CBD), wat goed werkt bij ernstige huidproblemen.”

CBD olie

“We hebben ons in de loop der tijd gespecialiseerd in CBD olie. Voor de duidelijkheid; onze CBD olie bevat geen THC, dus je kunt veilig profiteren van de gezondheidsvoordelen van dit voedingssupplement. We kiezen voor goede kwaliteitsmerken, met biologische producten in verschillende sterktes. Uiteraard geven we graag een persoonlijk advies over het gebruik.”

Een duurzaam product

“We zijn altijd op zoek naar nieuwe producten. De mogelijkheden zijn eindeloos. We letten er wel op dat ze

afkomstig zijn van leveranciers die maatschappelijk verantwoord ondernemen. Hennep is sowieso een duurzaam product. Het is heel makkelijk te verbouwen, zonder insecticiden en pesticiden, en groeit ontzettend snel. Hennep zou het reddende gewas kunnen zijn voor een duurzame toekomst.”

Op de kaart

“Het contact met de klanten is ontzettend leuk. Ik laat hen met plezier zien wat je allemaal van hennep kunt maken. Om die reden ben ik ook aangesloten bij een collectief van hennepondernemers; samen doen we ons best om de hennepplant op de kaart te zetten!”





ONTDEK ZELF DE **MOGELIJKHEDEN**
VAN DEZE **MOOIE WONDERPLANT**



Kapelstraat 6 Bussum

06-10103892 | info@hempie.nl | www.hempie.nl

KLINIEK  HEIHOF
YOUTH GOT THE LOOK



OOGLIDCORRECTIE € 750,-

BOTOX € 89,-

FILLER € 195,-

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

EEN COSMETISCHE KLINIEK VOOR BOTOX, FILLERS & OOGLIDCORRECTIES.

ER FIT EN FRIS UITZIEN EN DAARBIJ DE NATUURLIJKE EXPRESSIE BEHOUDEN, DAT KAN!

DOOR BOTOX EN FILLER SUBTIEL AAN TE BRENGEN VERBETEREN EN BEHOUDEN WE DE NATUURLIJKE JONGE UITSTRALING. HET LATEN BEHANDELEN VAN EEN FRONSRIMPEL KAN AL ZOVEEL DOEN. WIJ HECHTEN VEEL WAARDE AAN PERSOONLIJKE ZORG EN AANDACHT, U STAAT CENTRAAL! U KRIJGT EERLIJK ADVIES. DIT ADVIES IS GRATIS EN VRIJBLIJVEND.

WIJ WERKEN UITSLUITEND MET ERVAREN BIG REGISTREEERDE ARTSEN DIE WERKEN MET VOORAANSTAANDE MERKEN. DYSPOORT ALS BOTULINE TOXINE (OFWEL BOTOX GENOEMD), TEGEN O.A. VOORHOOFD EN FRONSRIMPELS ETC. DE FILLERS ZIJN VAN DE MERKEN STYLAGE, RADIESSE & PRINCESS, VAN UITSLUITEND HYALURONZUUR.

HYALURONZUUR IS EEN LICHAAMSEIGEN STOF EN NIET PERMANENT. DAT HOUDT IN DAT HET LICHAAM DIT NIET AFSTOOT EN LANGZAAM ABSORBEERT, IN TEGENSTELLING WAT VROEGER GEBRUIKT WERD. WE VERDOVEN VAN TEVOREN MET EMLA CRÈME, DIT GEEFT VERLICHTING BIJ HET INJECTEREN.

ONZE PRIJZEN ZIJN ZEER SCHERP DOORDAT WIJ O.A. GEEN HOGE OVERHEADKOSTEN HEBBEN, ZOALS EEN DUUR KANTOORPAND OF EEN SECRETARESSE . WAAROM ZOU U TE VEEL BETALEN ALS U BIJ ONS VOOR MINDER GELD DEZELFDE KWALITEIT KRIJGT.

ONZE KLINIEK BESTAAT DIT JAAR AL WEER 5 JAAR EN IS GEVESTIGD NABIJ HET CENTRUM VAN HILVERSUM, IN VILLAPARK "DE BOOMBERG". WE HEBBEN EIGEN PARKEERRUIMTE. DOOR DE WARME AMBIANCE EN DE KLEINSCHALIGHEID VOELT U ZICH METEEN OP UW GEMAK!

KORTOM:

- ERVAREN BIG ARTSEN (OOGLIDCORRECTIE DOOR PLASTISCH CHIRURG)
- ECHE BOTULINE TOXINE (BOTOX) DYSPOORT (NIET VERDUND)
- FILLER UITSLUITEND HYALURON VAN STYLAGE, RADIESSE EN PRINCESS (NIET PERMANENT)
- SCHERPE PRIJZEN
- WARME AMBIANCE EN PERSOONLIJKE AANDACHT (U BENT GEEN NUMMER)



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

modeshow
28 & 29
september



M A S A I

vanaf nu bij



Kapittelweg 143 Hilversum
(winkelcentrum Kerkelanden)
035-6217788 info@kempkesmode.nl



Bling King

ROYAL FINISH

AUTODETAILING | IN & EXTERIEUR | LAKVERZEGELING | RESTYLEN

WWW.BLINGKING.NL

Binnendelta 9g | 1261WZ Blaricum | info@blingking.nl | tel. 035-2080630



Het Gooische Kaashuys

Pezza

Een boerenkaas met
Italiaanse kruiden.

Van € 9,95
per 500 gram



Nu
€ 8,95

Puur Rijp Belegen

Van € 6,95 per 500 gram

Nu
€ 5,95

Aanbiedingen geldig van 4 t/m 18 september '18

Holleblok 24 Huizen

035-5253507

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 - www.haarxl.nl

ONTSPAN!

Wat doe jij in je praktijk wordt mij vaak gevraagd Tsja, eenvoudig eigenlijk. Ik leer mensen om te ontspannen.

Door contact te maken met je lichaam kan je voelen waar er spanning zit. Door massages en oefeningen leer je om spanning en stress los te laten. Je krijgt meer energie en je voelt je beter in je vel zitten. Wie wilt dit nu niet? Want weet je dat de vraag "Ik ben zo moe en hoe krijg ik nu meer energie om weer leuke dingen te gaan doen" wordt regelmatig aan mij gesteld.

Binnen een paar tellen kan jij je ontspannen

Ga even zitten op een stoel. Voel je schouders maar eens. Zijn je schouders opgetrokken? Hoe is je gezicht. Heb je je kaken stevig op elkaar? Heb je een frons op je gezicht? Laat alles maar ontspannen en tover nu eens een glimlach op je gezicht. Merk wat dit met jou doet. Je voelt je meteen blijer en meer ontspannen.

Een korte beschrijving van wie ik ben

Na een periode waarin ik mij ook gespannen voelde, liet ik mijn voeten masseren. Tjonge wat voelde ik mij na de behandeling relaxt. Wel merkte ik hoe weinig energie ik had. Toen is ook mijn interesse voor vitaliteit en energie ontstaan. Na verschillende opleidingen zoals voetreflex- en Chinese lichaamstherapie, ademtherapie en Chinese bewegingsleer, was ik niet meer te stoppen. Nog steeds vind ik het interessant om mijn kennis uit te breiden en te verdiepen. Want niet alleen mezelf, maar iedereen gun ik een fit en een vitaal leven.



Innerlijke Stap

Praktijk voor Westerse en Oosterse therapie

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

Je komt er 'ooghen' te kort

Verkoop van 100 jaar ongedragen brilmode,
voorheen Brilmuseum Amsterdam.
Oogverblindende monturen voor lage prijzen.



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

Kijk ook
op
www.deparadijsvooghel.nl



BRUIST

Like ons op **facebook.**

www.facebook.com/tgooiBruist

TEAM DR. JOSEPH



**FOR YOU
WITH LOVE**



L'Ocean



**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.



Beau Cutemme
Salon voor huid, hand en voetverzorging

Volg ons op  en  voor nog meer behandelingen.

H. Kamerlingh Onnesweg 47 | 1402 ED Bussum | 035-6923606 | www.locean.nl

HERFST **TERRAS**

Ook al genieten we overdag nog van een heerlijke nazomer, 's avonds kan het kwik al aardig dalen. Maar met zo'n heerlijk warm vuurtje blijf je nog heel lang buiten zitten.

Vuurschaal Ibiza is stoer, zwart en robuust. Wie maakt het vuur aan?

Intratuin Hilversum (Kortenhoef)

Kromme Rade 2, 035-6559030.

Donderdag en vrijdag koopavond. www.intratuin.nl





Pitti Donna
DAMESMODE

Herfst... Wat heb je te koop?

Onze collectie bestaat uit..

Tijdloze kleding in comfortabele stoffen voor een heerlijke lue dag.
Mooie outfits in prachtige kleuren en vrolijke prints, voor een drukke
werkdag of een avondje uit!

Merken: Espresso - Geisha - Sandwich - Esprit - Privat Label - Nickjean - Sust
accessoires van a Beautiful Story en Elvy tassen by Laura Vlasblom

Zwemmen bij Van Hellemond Sport

Zwemschool Van Hellemond Sport, hét adres voor allerlei verschillende soorten zwemlessen in het Gooi.

Wij hebben een divers aanbod van zwemactiviteiten. We geven o.a. zwemlessen voor diploma A, B, C voor zowel kinderen en volwassen. Voor de kinderen kan er al vanaf 3 jaar worden gestart. Daarnaast biedt onze zwemschool een vervolg op deze diploma's, waaronder snorkel en zwemvaardigheid certificaten. Tevens hebben wij ook veel recreatieve zwemlessen waaronder aquafit. Ook verzorgen we het ouder en kind zwemmen om samen met uw kindje van 0-3 jaar te kunnen zwemmen o.b.v. een zweminstructeur. Deze is erin gespecialiseerd om uw kindje watervrij te maken en met behulp van liedjes en speeltjes een mooie associatie met water te kunnen laten beleven. Hierdoor wordt uw kindje van jongs af aan al voorbereid op de opvolgende diploma's en heeft u een onvergetelijke tijd samen.

Veel kinderen hebben inmiddels hun zwemdiploma bij ons gehaald. Ons slagingspercentage ligt zeer hoog. 98% haalt binnen 1 jaar zijn of haar diploma. Zwemschool VHS werkt uitsluitend met de beste gecertificeerde zwemleraren die hun kennis met liefde overdragen. Er zijn verschillende les mogelijkheden om een diploma te behalen. U kunt denken aan mini, midi of maxi groepen. Binnen de schoolvakanties bieden wij een extra push pakket lessen aan. Dit zijn lessen van 1,5 uur en kunnen de kinderen die richting het afzwemmen gaan specifiek oefenen met bepaalde onderdelen voor het diploma.

Privés is ook een mogelijkheid, waarin wij zijn gespecialiseerd. Buiten de diploma-eisen hebben wij een extra item toegevoegd, namelijk een stukje survival. Hierin brengen we de theoretische kant van het zwemmen in de praktijk met realistische situaties buiten een instructiebad om.

Elke maand wordt er binnen ons eigen zwembad afgezwommen voor het A,B en C diploma, en sluiten we af met een feestelijke diploma uitreiking! Mocht u meerdere kinderen in 1 van onze zwemlessen hebben, dan kunt u gebruikmaken van een familiekorting. Ook kunt u met een abonnement gebruikmaken van al onze faciliteiten in de sportschool, terwijl uw kind binnen handbereik in het zwembad les heeft.

Prachtig vernieuwd zwembad dat staat garant voor heel veel zwemplezier. In de afgelopen zomervakantie heeft het zwembad van Van Hellemond Sport een metamorfose ondergaan en hebben we het zwembad en alle toebehoren verbouwd en in een fris jasje is gestopt. Alle medewerkers, met name het zwemteam is ontzettend trots op het resultaat!



Wacht niet langer en plan een spetterende zwemles bij ons in!

Kijk op de site voor een overzicht van alle lessen.

U kunt terecht bij ons filiaal in Hilversum Zuid.

035-6217359 www.hellemond.nl



vanHellemondSport

BAZS
— WWW.BAZSNL —

Met passie voor **ETEN**



ONZE **GASTEN** MOETEN
ZICH HIER HELEMAAL
THUIS VOELEN

In april 2017 opende de familie Bastiaanse samen met schoonzoon en ondernemer Shiva de Winter restaurant Bazs aan de Havenstraat in Hilversum. Tegenwoordig bestaat Bazs uit een restaurant, delicatessenwinkel en bar. “Er kwamen kansen voorbij en die hebben we gegrepen”, aldus Wim Bastiaanse.



Wim is chef-kok in hart en nieren en al sinds zijn jonge jaren werkzaam in de horeca. Zoon Boris is eveneens chef-kok, dochter Anne heeft de leiding in het restaurant en dochter Lotte zet zich voornamelijk achter de schermen in. “Zij hebben net zo veel liefde voor het vak als ik. Samen met ons hardwerkende en gezellige team van collega’s doen wij er alles aan om onze gasten met een goed gevoel huiswaarts te laten keren. We vinden het belangrijk dat zij het bij ons naar hun zin hebben, net als wij.”

LUNCH, BORREL EN DINER

In het lichte, moderne restaurant kun je terecht voor lunch, borrel en diner. “We hebben een gevarieerde menukaart met gerechten uit allerlei internationale keukens, van klassiek Frans, Italiaans tot Aziatische gerechten, waaronder

ook vegetarische en veganistische gerechten. De kaart wisselt regelmatig om onze gasten te blijven verrassen. We maken alles zo veel mogelijk zelf, met verse ingrediënten. Dat maakt dat we creatief kunnen omgaan met allergieën. Dankzij de open keuken kun je bovendien met eigen ogen zien hoe het eten wordt bereid, een essentieel stuk beleving.”

THUIS GENIETEN

Wie thuis wil genieten van al het lekkers dat Bazs te bieden heeft, vindt in de winkel een uitgebreide assortiment zelfgemaakte producten zoals truffelmayonaise, noten, bonbons, soepen, sauzen, speciale kazen, zorgvuldig geselecteerde wijnen, belegde broodjes en vers bereide maaltijden. “We verzorgen tevens de catering voor alle mogelijke gelegenheden en bieden geschenkpakketten aan. In overleg kijken we hoe we tegemoet kunnen komen aan je wensen.”

BAZS BAR

En dan is er natuurlijk nog de Bazs bar. De bar is voorzien van tal van spelletjes die je kunt spelen. “Hier kun je in een warme, gemoedelijke sfeer proeven van heerlijke wijnen, maar ook van speciaal bieren, waaronder ons eigen bier Basz Pale Ale en alcoholvrije dranken. Combineer dit met bijpassende hapjes. Iedereen is welkom!”

Vijf redenen om bij de fysio's van **Paul Klaver** binnen te stappen

Ook bij u thuis

Veel van onze behandelingen kunnen wij ook bij u thuis (of op kantoor) uitvoeren.

Verzekerde kwaliteit

Wij zijn 'Plus Praktijk' gecertificeerd. Dat staat niet alleen garant voor gecontroleerde dienstverlening maar ook voor de beste contracten met de verzekeraars en daarmee voor u de efficiëntste vergoeding.

Ook 's-avonds en op zaterdag

Wij staan elke werkdag van 7.00 tot 21.00 uur voor u klaar. Maar ook op zaterdag kunt u bij ons terecht!

Geen wachtlijst

Gegarandeerd binnen 24 uur uw eerste afspraak, ook zonder verwijzing.

Meer weten?

Loop bij ons binnen, bel 035 - 69 50 422, stuur een bericht naar info@paulklaver.nl of maak online een afspraak:

www.paulklaver.nl

Mensenwerk

Wij zijn een ervaren, gedreven en optimaal opgeleid team. U mag dus topzorg verwachten: da's afgesproken.



Paul Klaver

GROEPSPRAKTIJK VOOR FYSIOTHERAPIE

NAARDEN - BUSSUM - HILVERSUM - ALMERE

Burgemeester van Hasseltlaan 2 Naarden
035 - 69 50 422 | info@paulklaver.nl
www.paulklaver.nl

Alle **ballen** hooghouden lukt niet met slechts **2** handen!

Als je **100 keer** zegt dat je het druk hebt,
wordt het natuurlijk ook niet rustig.

Het 'altijd druk hebben' wordt gezien als **succesvol**.

Druk zijn is een krachtig statussymbool geworden.

Stel je **prioriteiten** niet verkeerd. Bewaak je energie,
tijd, humeur en gezondheid, want dat zijn belangrijke zaken.

Het is geen kunst om ballen te vinden om hoog te houden.

De kunst zit hem in het **laten vallen**.

Gun jezelf **20 minuten niks** op een dag.

Blader in Bruist, geniet van een theetje en staar uit het raam.

De belangrijkste drie rrr'en zijn **Rust, Routine en Regelmaat**.

Probeer eens letterlijk **5 ballen** in de lucht te houden.

Dan begrijp je ineens hoeveel energie dit kost!

Je hebt het niet druk omdat je zoveel te doen hebt,
maar omdat je de **verkeerde keuzes** maakt.



Als lichaam en geest niet in balans zijn, kan dit klachten tot gevolg hebben. Klachten waarbij Ayurveda een oplossing kan bieden. Maar dat is niet het enige wat Brigitte Pappot in haar gecombineerde praktijk beoefent...

HOE HET BEGON

"Het verhaal van mijn praktijk begint zo'n achttien jaar geleden, toen ik als pedicure en voetreflexoloog aan de slag ging. In de jaren die volgden ben ik mij steeds verder gaan specialiseren, onder andere in de richting van voetbehandelingen voor diabetes- en reumapatiënten en op het gebied van massages. Door ziekte kwam ik vervolgens zelf in aanraking met Ayurveda. Iets wat mij zo aansprak, dat ik mij ook daarin heb laten scholen."

WAT BIEDT AYURVEDA?

"Ayurveda geeft inzicht in hoe je lichaam en geest werken. Als mensen bij mij komen voor een behandeling, zoek ik eerst via een gesprek uit wat er uit balans is om daarna te bepalen wat voor die specifieke disbalans de juiste behandeling is. Dat kan om iets simpels gaan, zoals een kleine aanpassing in je voeding of leefpatroon. Maar ook het inzetten van bepaalde kruiden en reinigende of voedende behandelingen als massages en modderpakkingen – of een combinatie hiervan – behoren tot de mogelijkheden. Alles met als doel om lichaam en geest weer in balans te krijgen."

VOOR WAT VOOR KLACHTEN?

"Mensen komen bij mij met heel diverse klachten: stress, niet lekker in hun vel zitten, spierspanningen, de wens om af te vallen, spijsverteringsklachten... En dat van jong tot oud. Daarnaast heb ik natuurlijk ook klanten die 'gewoon' komen voor een massage of pedicurebehandeling. Op mijn site is te vinden wat voor behandelingen ik allemaal bied."

EN VERDER

"Naast dit alles organiseer ik ook regelmatig (kook)workshops over diverse onderwerpen. Zelfs speciale Ayurveda workshops voor pedicuren. Informeer gewoon eens naar de mogelijkheden!"

**“EEN PAAR KEER
PER JAAR WERKT ER
EEN AYURVEDISCH
ARTS UIT INDIA MEE
IN MIJN PRAKTIJK”**

**GOED OM
TE WETEN**

“MIJN BEHANDELINGEN
KOMEN VOOR
VERGOEDING DOOR
DE **ZORGVERZEKERAR**
IN AANMERKING.”

B at ease



Eigenaresse: Brigitte Pappot

Watervliet 45 Amersfoort (Nieuwland) | 06 - 51 809 605 | www.b-at ease.nl

Alle ballen

ZO DOE JE DAT

Hoe houd je deze ballen allemaal hoog? Het enige juiste antwoord hierop is **NIET**. Stop met het proberen om al die ballen hoog te houden. Dit is namelijk onmogelijk zonder eraan onderdoor te gaan. Dit is gemakkelijker gezegd dan gedaan. Ballen hooghouden kan iedereen best lang volhouden, maar ballen laten vallen is de kunst.

JE HEBT TWEE KEUZES. Je gaat op deze manier door en de kans is groot dat je een burn-out krijgt, waardoor je geen enkele bal meer hooghoudt. Of je laat een aantal ballen vallen om weer in balans te komen en te blijven. Bruist adviseert mogelijkheid twee.

DE KUNST ZIT HEM IN HET STELLEN VAN PRIORITEITEN. Werk alleen met de ballen die ertoe doen. Gooi de rest naar anderen, leg ze op tafel of laat ze gewoon vallen. Het is belangrijk om je af te vragen wat je doel is. Wanneer je dit weet, kun je een hoop ballen - taken - laten vallen, omdat ze niet bijdragen aan dat doel. Kijk ook eens kritisch naar je planning. Moet alles meteen gebeuren of zijn er taken die je uit kunt stellen? De ervaring is dat uitgestelde taken achteraf niet belangrijk blijken en alsnog afvallen.



Na een lange zomer met veel vrije dagen en weinig moeten, begint het ‘gewone’ leven weer. Je drukke baan, het huis, je partner, de familie en de grote vriendenkring vragen weer jouw aandacht. Je hebt meteen weer veel ballen hoog te houden. Weet je niet meer hoe je dit voor elkaar moet krijgen, geeft het stress en wil je hier graag iets aan doen? Bruist geeft tips.

hooghouden



Kom je na het schrappen van minder belangrijke dingen nog steeds tijd te kort, accepteer dan dat je niet alles zelf kunt doen. Je zult taken uit handen moeten geven, hoe moeilijk dit ook is. Geef een ander de kans om te laten zien dat hij of zij deze taak net zo goed (of misschien zelfs wel beter) kan als jijzelf.

STRESS WERKT VERSLAVEND. De adrenaline die ontstaat door stress geeft je een goed gevoel. Wanneer dit daalt, ga jij je rusteloos voelen en zoek je weer naar prikkels die je dat goede gevoel geven. Doordat je niet voldoende rust krijgt, zal dit je uiteindelijk opbreken. Kick af van deze verslaving door meer rust te creëren. In het begin zal dit moeilijk zijn en voel je je erg onrustig. Uiteindelijk went je lichaam aan de lagere adrenalinespiegel, waardoor je meer rust gaat vinden. Door altijd je doel voor ogen te houden, weet je welke taken belangrijk zijn en welke niet. Het afronden van een taak geeft een positief gevoel en energie die je vervolgens in een nieuw project weer kunt gebruiken.

HET LATEN VALLEN VAN BALLE
VEREIST MOED. **HEB JIJ HET LEF** OM
EEN LEUK, RELAXED LEVEN TE LEIDEN?

*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 31-10-2018.

FAMILY NAARDEN

Marktstraat 25, Naarden-Vesting

Tel: 035 - 820 02 85 www.familynaarden.nl

Openingstijden: dagelijks van 12.00 - 20.00 uur

KIJK OOK OP FAMILY.NL



*Like! Socializen
op Facebook*



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.



Hoorstudio
Gooise Meren

de Clinge 2 | Bussum | 035-7370325

Info@hoorstudiogooisemeren.nl

www.hoorstudiogooisemeren.nl



juwelier
CHARM
goudsmederij

De goudsmid en diamantzetter met ruim 35 jaar ervaring in eigen atelier



**KORTINGS
ACTIE**

Profiteer in **september** van **hoge korting** op
alle **reparaties** van **horloges** en **sieraden**.

Veerstraat 6 Bussum
035 - 691 0708

www.juwelierCHARM.nl
info@juweliercharm.nl

Alles om je mooi te voelen

Ervaren cosmetisch arts
Natuurlijk resultaat
Gratis consultgesprek
Eerlijk advies

Fillers, hyaluronzuur en calciumhydroxyapatiet

Deze veilige rimpelbehandelingen bestaan uit hele fijne injecties (zgn. injectables) met stoffen die ervoor zorgen dat je weer een gladdere, gezonde huid krijgt. Het is geschikt voor behandeling van oppervlakkige lijntjes en diepe plooien in het gezicht, de hals, handen en lippen. Je merkt vrijwel niets van de behandeling en het effect is heel natuurlijk. Je kunt na afloop direct je dagelijkse bezigheden hervatten, terwijl de verbetering al meteen zichtbaar is. Rimpeltjes en plooien zijn verminderd en de lippen zijn weer vol en glanzend.,

Heeft de tijd zijn werk gedaan en heb je rimpels door afnemende elasticiteit en volume? Dan is hyaluronzuur of calciumhydroxyapatiet geschikt. Hyaluronzuur zit van nature in de

huid, maar neemt af als je ouder wordt. Als we deze stof weer toevoegen neemt het volume van je huid toe, wordt het soepeler en steviger. Calciumhydroxyapatiet komt ook van nature voor in je lichaam en zorgt voor extra aanmaak van collageen.

Hoe lang geniet je van het resultaat?

De fillers worden door je lichaam afgebroken. Het hangt van je huid, leeftijd, spieractiviteit en van de injectietechniek af hoe lang het resultaat blijft. Fillers werken afhankelijk van de behandeling 9 tot 18 maanden. Je kunt de behandeling veilig herhalen als je dat wilt.





9,6

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

bron: www.kliniekervaringen.nl



BEHANDELINGEN

Hyaluronzuur en/of calciumhydroxyapatie zijn geschikt voor het behandelen van:

- Rimpels veroorzaakt door ouder worden
- Facelift
- Vollere lippen
- Slapen
- Jukbeenderen
- Kin

HOE VEILIG IS HET?

Hyaluronzuur en calciumhydroxyapatiet komen van nature in je lichaam voor. Ze worden door je lichaam afgebroken. De fillers zijn volkomen veilig, mits het door een ervaren arts wordt gebruikt. Bij dokter André zit je dus goed!



DOKTERANDRÉ

André Boom | Veluwezoom 5 Almere | Haardstedelaan 3 Huizen
06-47873788 | www.dokterandrebeautyworld.nl

Opgelost!

In Nederland zijn er al lange tijd drie mogelijkheden van lijkbezorging zoals dat in de wet zo plastisch heet. Drie? Ja, namelijk begraven, cremeren en het lichaam ter beschikking stellen aan de wetenschap. De laatste komt niet heel vaak voor, ongeveer 500x per jaar op een totaal van 147.000 overledenen. Er is echter meer mogelijk, in Canada is bijvoorbeeld resomeren ook een mogelijkheid van lijkbezorging en dat lijkt nu ook kans te maken in Nederland.

Resomeren is een techniek waarbij een overledene d.m.v. kaliumhydroxide wordt opgelost in water. Na ongeveer 3 à 4 uur is het lichaam opgelost en blijft er slechts een waterige oplossing en wit poeder over.

Dit poeder wordt, net als bij een crematie, in een urn gedaan en aan de nabestaanden gegeven. Het poeder kan verstrooid of bijgezet worden.

Een overledene wordt geresomeerd zonder kist, die kan eventueel opnieuw gebruikt worden. De kleding van de overledene moet biologisch afbreekbaar zijn, zoals wol of katoen.

Het belangrijkste voordeel dat genoemd wordt voor resomeren is milieuwinst. Nu zijn de aannamen die hiervoor gedaan zijn zo ruim dat ik persoonlijk wel wat twijfels heb over hoeveel duurzamer het is, maar slechter is het zeker niet.

Een belangrijk nadeel dat ik zie is dat je aan de overledene geen persoonlijke spullen kunt meegeven.

Maar wat ik er van vind is eigenlijk niet van belang. Mijn taak is om een uitvaart naar de wens van de familie te verzorgen. Dus is de vraag: Wat vindt u van deze nieuwe uitvaarttechniek?

Welke uitvaartmethode kiest u? Op onze website kunt u dat aangeven via: www.rebel-uitvaart.nl/opgelost en vindt u meer informatie over resomeren. Ik ben benieuwd.



Meer zelfvertrouwen
en een fitter lichaam
door een gezondere
leefstijl.

Zullen we
morgen
gewoon
beginnen?

FEEL THE NEED TO SUCCEED

Bel/mail vandaag nog voor een afspraak

Maureen Kromowirjo
Voeding en Health Coach
T: 06 - 53 46 52 21
E: maureen@redapple-inbalans.nl
www.redapple-inbalans.nl
 [in_balans_met_red_apple](https://www.instagram.com/in_balans_met_red_apple)



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



06 - 13 47 77 29
voetreflexologieblaricum@gmail.com



NOOTWEG 43C LOOSDRECHT T 035 582 40 40



Maak kans op een:

Joy's
Cadeaubon
€ 25,-
t.w.v.

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

collectie	ketting
sieraden	jurkjes
parfums	accessoire
cadeau	joy

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 oktober de oplossing in op onze site: www.tgocbruist.nl

Mode
waar jij blij
van wordt!

Fluffy prints & leer

TWEED
DIERENPRINTS
IMITATIE BONT & LEER
KABELTRUIEN
OVERSIZED & FLUFFY
RUITEN



Brinkers
Mode & lingerie

Another woman - Brandtex - Dreamstar - Esqualo - Etage
Giacomo - HV Polo - In Shape - Maloka - More & More
New Star - Sarto Fashion - Top Secret - Wonderjeans - Zerres