

'T GOOI

FEBRUARI 2019 WWW.TGOOIBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Liefde is...

Snelle make-over
voor je interieur



'T GOOISCHE BAD

voor jong en oud!



Door het geven van zwemles in kleine groepen is er bij De Winter Sport veel ruimte voor individuele aandacht. Zo leert je kind, makkelijker, technisch beter en sneller zwemmen. Bij Sportinstituut De Winter Sport is het al jaren bekend, dat de kinderen er met veel plezier naar toe gaan. 97% van onze klanten beoordeelt ons met een cijfer tussen de 7 & 10! Naast de reguliere zwemlessen kunt u bij De Winter Sport ook terecht voor andere aqua-activiteiten.

50-FIT

Blijf op een ontspannende, gezellige, maar toch actieve manier in beweging! In heerlijk verwarmd water van 32 graden, samen met andere senioren, zwemmen onder begeleiding van een zwemonderwijzer. Binnen de lessen zal naast het doen van gezamenlijke activiteiten, ruimte gecreëerd worden voor vrij zwemmen.

HYDROTHERAPIE

In 'T Gooische Bad is het ook mogelijk om fysiotherapie, ook wel hydrotherapie genoemd, te volgen onder begeleiding van een bevoegd zwemonderwijzer en fysiotherapeut. In het verwarmde water van maar liefst 32 graden kunnen spierontspannende oefeningen worden gedaan. Uit verschillende onderzoeken binnen de fysiotherapie is gebleken dat therapie in het water een positief effect heeft op de gezondheid. Hydrotherapie is geschikt voor jong en oud, voor chronische klachten of om te revalideren.

AQUA BOOTCAMP

Tijdens de Aqua Bootcamp wordt eigenlijk hetzelfde gedaan als tijdens de Outdoor Bootcamp. Het verschil is alleen dat er niet gewisseld wordt van locatie, maar dat alle lessen plaats vinden in 'T Gooische Bad! Ook voelen de oefeningen die in het water worden uitgevoerd meer ontspannen. Maar reken er tijdens Aqua Bootcamp ook op dat er op de kant oefeningen gedaan worden...! Er wordt gewerkt aan het uithoudingsvermogen, kracht, snelheid, coördinatie en lenigheid.

ZWEMMEN VOOR ZWANGERE VROUWEN

Zwemmen tijdens je zwangerschap, in verwarmd water van 32 graden, kan heel prettig zijn. Door het water voel je namelijk even niet dat je zwanger bent; het water ondersteunt je lichaam en je zwangere buik, waardoor je je bijna gewichtsloos voelt. Het is belangrijk om je conditie op peil te houden, zeker ook tijdens je zwangerschap. Een goede conditie kan een voordeel zijn tijdens de bevalling. Zwemmen kan je helpen om fit en energiek je zwangerschap te doorlopen.

Kijk voor meer informatie aangaande onze aqua actieve sportactiviteiten op www.dewintersport.nl of bel naar 035-7725717. Tot ziens!

**DE WINTER
SPORT**
GROTE AVONTUREN BEGINNEN KLEIN

woensdag en zaterdag

Markt

Gewoon gezellig!

www.demarktvanhilversum.nl



Hilversum
Mediastad



14



16



34

Inhoud

19



27



33

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.

FRANCHISE MANAGER Marianne van Harmelen

TRAFFIC Nederland Bruist

VORMGEVING Nederland Bruist - Mirjam Kuus

THEMA'S Nederland Bruist - Annemiek Jansen

TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist

EINDREDACTIE Linda Groothuijse

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/tgooibrui

CONTACT HOOFDKANTOOR

Nederland Bruist B.V.

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl

www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be

 Like ons op facebook.com/nederlandbruist

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2019 Nederland Bruist B.V. Merknaam 't Gooi Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de 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, Ibiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsengebark, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schilderschoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

Kriebels...

In februari beginnen we al weer een beetje op te bloeien. Voor sommige gaat dat gepaard met carnavalskriebels, voor andere met schaatskriebels. Maar het kan natuurlijk ook met vlinders in je buik? Laat 14 februari ook jouw hart weer sneller kloppen? De dag van de romantische stille aanbidders.

Heb je de schaatsen al uit het vet gehaald? IJskrabbers, mutsen en handschoenen binnen handbereik en staat de snert al op? Mocht het toch weer een warme winter worden (mij ook heel welkom) ook dan is er genoeg te doen. Lees op de evenementenpagina's waar je naar toe kunt met het gezin of misschien wel met je nieuwe liefde.

Veel te lezen dus in deze bruisende februari-editie. Een korte maand. Heb je deze editie helemaal uit, dan hoeft je dus helemaal niet meer lang te wachten op de volgende bruisende uitgave. En niet te vergeten de bijbehorende lentekriebels! Maar eerst even rustig genieten van het prachtige magazine dat je nu in handen hebt natuurlijk!

Veel leesplezier en ik wens je een liefdevolle maand!

Marianne van Harmelen



Foto's: Fotografie Marjolijn Lamme
Hairstyling en visagie: Linda Combi Hair



Vij 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

avek
SINDS 1927



Beddenspecialzaak Linnerie Annelies breidt uit!

GRATIS
textielpakket t.w.v.
€ 250,-
bij aanschaf Avek
boxspring!*

Feestelijke opening!

Beddenspecialzaak Linnerie Annelies breidt uit met een nieuwe zaak: Linnerie Annelies Exclusief. Vanwege de feestelijke opening ontvangt u nu tijdelijk een gratis textielpakket t.w.v. € 250,- bij aanschaf van een complete Avek boxspring*. Kom naar onze winkel aan de Rading 46a te Loosdrecht en we laten u vervolgens graag onze nieuwe vestiging zien!

*Vraag naar de voorwaarden.

Linnerie Annelies Rading 46A - Loosdrecht - 035-5823668 - www.linnerieannelies.nl



Evenementen Februari

Zaterdag 9 februari 14:00 - 15:30 uur

Ontdek Marten en Oopjen in s-Graveland

Op Schaep en Burgh verwelkomen wij twee bijzondere gasten: Marten en Oopjen. Na vele omzwervingen keren ze voor even op hun oude plekje in 's-Graveland terug, nu als replica. Luister naar het verhaal achter de schilderijen en wandel met de gids over de buitenplaats.

Schaep en Burgh, Noordereinde 60, 's-Graveland,

www.natuurmonumenten.nl

Zondag 10 februari 12:00 - 15:00 uur

Erwtensoepwandeling bij Pinetum Blijdenstein Hilversum

Ook deze winter organiseert het Pinetum de inmiddels traditionele erwtensoepwandeling. Tijdens deze wandeling krijg je een levendig beeld van het 19e eeuwse Hilversum en het leven van de familie Blijdenstein op hun landgoed Vogelenzang.

Pinetum Blijdenstein, Van der Lindenlaan 125, Hilversum,

www.pinetum.nl

Zondag 10 februari 12:00 - 17:00 uur

Gluren bij de Buren Hilversum

Op zondag 10 februari kan er in de hele stad gezellig gegluurd worden. Gluren bij de Buren is hét huiskamerfestival waarbij het vloerkleed het podium en de bank de tribune is.

Gluren bij de Buren Hilversum, Kerkbrink, Hilversum,

www.glurenbijdeburen.nl

Zondag 10 februari 13:00 uur

Wandeling De Parken van Huizen

De Gemeente Huizen is evenals andere Gooise gemeenten omringd door natuur, maar staat ook bekend als de haven van het Gooi. Ook in de woonwijken is veel groen te vinden in de wijkparken. Wij maken een wandeling door deze parken en gaan ook langs het strand en naar de punt van de haven.

't Merk 10, Huizen, www.vriendenvanhetgooi.nl

Donderdag 14 februari 19:00 - 23:00 uur

Muiderslot zet de bloemetjes buiten op Valentijnsavond

Op 14 Valentijnsdag worden op het Muiderslot in bijzondere rondleidingen de slaapkamergeheimen van onze voorouders uit de doeken gedaan. Dit jaar met extra aandacht voor bloemen en erotiek.

Muiderslot, Herengracht 1, Muiden, www.muiderslot.nl

Donderdag 14 februari 20:15 uur

Kunst aan de Dijk Kortenhoef: Trio Bell'Arte

Violist Noé Inui, cellist Benedict Kloeckner en pianist Vassilis Varvasos geven in wisselende samenstelling al vijf jaar lang fabuleuze concerten in het uitverkochte Oude Kerkje in Kortenhoef. En niet voor niets. Publiek en musici betoveren elkaar. Het Oude Kerkje, Kortenhoefsedijk 168, Kortenhoef, www.kunstaandedijk.nl

Vrijdag 15 februari 14:00 - 16:00 uur

Ontdek de historie van de familie Six op Jagtlust 's-Graveland

Ga mee met deze twee uur durende wandeling voor volwassenen over buitenplaats Jagtlust in 's-Graveland. Ontdek de geschiedenis van de bewoners van de buitenplaatsen en in het bijzonder de familie Six. Corverslaan/ kruising Leeuwenlaan, Hilversum, www.natuurmonumenten.nl

Maandag 18 en dinsdag 19 februari 10:00 - 17:00 uur

Crazy springparadijs Hilversum tijdens de voorjaarsvakantie

Trek de schoenen uit, neem een aanloop en spring een gat in de lucht van plezier. Crazy Springparadijs staat namelijk voor de deur en dat is hét spring- en luchtkussenevenement van de regio. Dudok Arena, Arena 303, Hilversum, www.crazyspringparadijs.nl

Zaterdag 23 februari 12:00 - 17:30 uur en zondag 24 februari 11:00 - 17:30 uur

Paranormaal- en Sieradenbeurs in de Dudok Arena Hilversum

Tijdens deze beurs zijn er talloze standhouders aanwezig die actief zijn op het gebied van new age en alternatieve geneeswijzen. Tevens is er op beide dagen (in een apart gedeelte) ook de Sieradenbeurs aanwezig.

Dudok Arena, Arena 303, Hilversum, www.paraview.nl/index.php

Zondag 24 februari 10:00 - 11:00 uur

en zondag 24 februari 13:00 - 14:00 uur

Kom binnen kijken bij Trompenburgh in 's-Graveland

Geniet van historie en cultuur tijdens deze unieke activiteit voor volwassenen op één van de 's-Gravelandse Buitenplaatsen. Deze excursie staat helemaal in het teken van het prachtige landhuis Trompenburgh. Laat je verrassen! Zuidereinde 43, 's-Graveland, www.natuurmonumenten.nl

Zondag 24 februari 13:00 uur

Wandeling Spanderswoud Noord, Kamphoeve en Bantam

Een fijne boswandeling door twee voormalige landgoederen. Op de buitenplaats Spanderswoud zie je een mengelmoois van tuinstijlen. Ooit moet er in Spanderswoud veel hakhout (spaanders) hebben gestaan, want het buiten is er naar vernoemd. Het is aangeplant als productiebos van loof- en naaldhout. Door modern bosbeheer zijn er nu open plekken ontstaan, waardoor het bos steeds diverser wordt. Ook kom je daar nog bunkers uit de Tweede Wereldoorlog tegen.

Restaurant Robert, Spanderslaan 1, Hilversum, www.vriendenvanhetgooi.nl

Kijk voor het complete overzicht op www.vvgoovecht.nl

Wijzigingen in de programmering voorbehouden



📍 LYS DANIQUE 'A BEAUTIFUL LIFE'

Book your -MeTime
Massage @daniellefuchter
Now €49,95 (normally €65,-) 60 min



LYS DANIQUE

Torenlaan 12 Blaricum | 06-24304454
info@lysdanique.nl | www.lysdanique.nl



DE GESTREEPTE KOE

Het vertrouwde adres in Bussum voor houten speelgoed,
babykleding, maar nu ook voor deze liefste knuffeltjes:

Meiya & Alvin



Nassaulaan 6 Bussum

035-6561991



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 (bijvoorbeeld na een operatie).

Bel of mail me voor meer informatie!



Katja Zuidervaart

Zwaluwenweg 21 Blaricum

06 - 13 47 77 29

voetreflexologieblaricum@gmail.com

Winter actie

Tot 50% korting

op diverse horlogemerken
en sieraden

10% hogere
inkoop bij
inruil oude
sieraden



juwelier
CHARM
goudsmederij



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

- 📌 ontwerpen en maken van nieuwe sieraden
- 📌 veranderen en aanpassen van sieraden
- 📌 reparatie en restauratie van sieraden en horloges
- 📌 inkoop en inruil van sieraden en horloges van goud en zilver
- 📌 graveren (ook in uw eigen handschrift of tekening)
- 📌 verkoop van diverse horlogemerken en sieraden zoals Danish Design, Jacob Jensen, Swiss Military, Lacoste, Jaguar, MelanO, Diamonfire en nog veel meer
- 📌 uitgebreide collectie trouwringen (ontwerp en maak uw eigen trouwringen onder onze begeleiding)
- 📌 vervangen horlogebatterij voor € 5,-

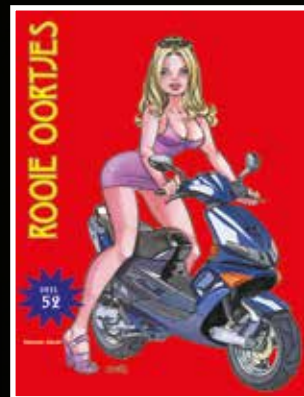
Cadeautip voor VA

Wie kent de strips van Rooie Oortjes niet? Het eerste verhaal werd in 1990 gepubliceerd en was meteen een enorm succes.

De reeks is een strip die erotische humor bevat en bedoeld is voor volwassenen.

Ondertussen is het een internationale strip geworden, want hij verschijnt ook in het Engels, Duits, Frans, Deens, Italiaans, Turks, Afrikaans, Portugees, Spaans en Hongaars.

Naast de publicatie van deze stripverhalen heeft Rooie Oortjes sinds kort een webshop waar je verwenproducten kunt bestellen. In deze webshop vind je vele leuke producten waar jij en je partner wellicht rooie oortjes van krijgen.



www.rooieoortjessexshop.nl

LENTIJN?

Dankzij Fifty Shades of Grey is het gebruik van spannende speeltjes tegenwoordig geen taboe meer. Wil je verschillende producten uitproberen die Christian en Anastasia ook zouden gebruiken?

Willen jij en je Valentijn qualitytime aan elkaar besteden? Dan is deze Grey Box iets voor jullie.

€ 29,95



Grey Bondage Cadeaubox

Cadeaupakket Grey met allerlei spannende bondage toys. Een eneverend cadeau om te geven en te krijgen! Met deze 10-delige set kunnen jullie samen beginnen met aan opwindend bondage avontuur...



Dé gezelligste zaak van Hilversum

BAR
BAZS

DRINKS AND CUISINE

Bar Bazs, aan de rand van het Hilversumse centrum, is de gezelligste plek om 's avonds in huiselijke sfeer te genieten met vrienden en familie van heerlijke hapjes en drankjes. Naast de diverse lekkere hapjes en diversiteit aan dranken biedt Bar Bazs een onmisbaar concept; gezelschapsspelletjes in alle soorten en maten.



ACTIVITEITEN

Bar Bazs presenteert iedere maand een nieuwe kalender met tal van gezellige activiteiten en aanbiedingen.

Van vrijdagmiddagborrel tot samen voetbal kijken op groot scherm. En van Formule 1 tot spelletjesavonden, bij Bar Bazs ben je aan het goede adres.

SPELAVONDEN

Er worden thema-avonden georganiseerd zoals bijvoorbeeld de Hollandse spelletjesavond. Hou je meer van tijdsdruk, doe dan mee aan één van de 30 seconds spelletjesavonden. Kom gezellig genieten van onze lekkere hapjes tijdens een high-wine. Naast al deze activiteiten is er de maandelijks terugkerende Bar Bazs Pub-Quiz, een ware trekpleister in het Gooi.

FEESTJES

Ook voor het vieren van een feestelijke gelegenheid is Bar Bazs de perfecte locatie. Vraag naar de mogelijkheden voor het (gedeeltelijk) afhuren de bar en/of restaurant en vier je besloten feestje onder het genot van een hapje en drankje bij Bazs. Je hebt dan alle faciliteiten tot je beschikking en hoef je je nergens meer druk om te maken.

Kom naar Bar Bazs en ervaar het warme bad zelf. Dinsdag tot en met donderdag zijn we vanaf 17.00 geopend, op vrijdag tot en met zondag vanaf 16.00.

Havenstraat 13 (restaurant), 15 (winkel), 15a (bar) Hilversum
035-6313003 | info@bazs.nl | www.bazs.nl

Onze activiteitenkalender
voor februari en overige
contactinformatie
vind je op onze website:
www.bazs.nl

Liefde is emotie, een gevoel van verbintenis, onvoorwaardelijk vertrouwen, samen genieten van de leuke dingen in het leven, eten bij kaarslicht, sterren kijken, samen een traantje wegpinken bij verdrietige momenten en toekomstplannen maken.

Liefde

... **GRENZELOOS** Liefde kent geen grenzen. Dankzij de moderne technologieën van tegenwoordig ben je altijd met elkaar verbonden. Het was nog nooit zo makkelijk om een relatie met je lief aan de andere kant van de wereld in stand te houden. Al is het natuurlijk leuker om gewoon lekker samen te zijn.

... **DE HELE NACHT BLIJVEN DANSEN** Samen de nacht doorbrengen op de dansvloer, genietend van elkaars energie. Nieuwe en oude liefdes bloeien op tussen het geroezemoes, de harde muziek, mooie mensen en lekkere drankjes.

... **EEN GEZELLIG AVONDJE THUIS** Als je verliefd bent, heb je genoeg aan elkaar. Jullie hebben niets of niemand nodig. Een avondje gezellig thuis met zijn tweeën is in dit geval zeker geen straf. Heerlijk een filmpje kijken op de bank, samen badderen om vervolgens een paar uur later verliefd in elkaars armen in slaap te vallen.



is ...



... ELKAAR CADEAUTJES GEVEN Niets is zo leuk als elkaar verrassen met een kleinigheidje. Gewoon om te laten weten dat je iemand lief vindt. Een kaartje met mooie woorden, een cadeautje dat symbool staat voor jullie grote droom, zijn lievelingsgeurtje, haar favoriete bloemen. Het is altijd leuk om iets te krijgen én te geven.

... ELKAAR OM DE HALS VLIEGEN Heb je elkaar even moeten missen, of ben je gewoon heel blij om je liefje na een werkdag weer te zien? Vlieg je partner dan eens om de hals. Dat geeft een warm en veilig gevoel.

... PLEZIER MAKEN Mensen worden gelukkiger als ze leuke dingen doen. Verliefdheid in combinatie met plezier maken, betekent dat je dolgelukkig bent.

LIEFDE IS...
VAN ALLES EN
NOG WAT

... ALTIJD IN ELKAARS GEDACHTEN Mooie herinneringen, foto's, mailtjes en lieve berichtjes maken dat je aan elkaar denkt. Gewoon even aan elkaar denken, met een lach op je gezicht.

Profiteer na een behandeling in de CryoSpace cabine van de gezondheidsvoordelen voor klachten zoals:

- Reuma
- Spierherstel
- Energie
- Depressie
- Vetverbranding

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

CRYOSPACE
HET GOOI



VOEL JE FITTER, VITALER EN GEZONDER!



VORWERK

Stofzuigen en dweilen tegelijk!



Voor informatie of demonstratie: **IB Trading & Service**
06 - 30712339 | www.vorwerkstofzuigers.nl

Unieke, handgemaakte
sieraden

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

Neem eens een kijkje op onze website.

Groeten,
Team Ona Luna



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

Gevulde boterkoek

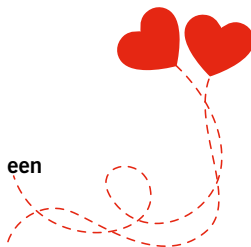
met abrikozen en gember

Deze combinatie is gewoon hemels! Maak 'm in een harten bakvorm en het is meteen een koek om je Valentijn mee te verleiden.

Ingrediënten:

250 gram bloem, 175 gram witte basterdsuiker, zout, 225 gram koude boter, 100 gram gewelde gedroogde abrikozen, 50 gram geschaafde amandelen, 2 eetlepels gembersiroop, 1 eetlepel melk

Schep de bloem, de basterdsuiker en een snuf zout in een kom door elkaar. Snijd de boter in stukken, schep ze door het bloemmengsel en snijd ze met twee messen in kleine stukjes. Kneed alles met een koele hand tot een samenhangende deegbal. Dit gaat ook gemakkelijk in de keukenmachine.



Snijd de abrikozen fijn en meng ze in een kom met de amandelen en de gembersiroop.

Druk de helft van het deeg uit in een boterkoekvorm en verdeel het abrikozenmengsel erover. Rol de rest van het deeg uit op een met bloem bestoven werkvlak tot een lap ter grootte van de vorm en leg deze op de abrikozenvulling. Druk de randen goed aan. Trek met de botte kant van een mes een ruitpatroon in het deeg en bestrijk het deeg met melk. Bak de boterkoek in de oven (175 graden) in ca. 15-20 minuten goudbruin en gaar.

Serveertip: Laat de boterkoek in de vorm afkoelen en snijd de koek vlak voor het serveren in puntjes.



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

Liefde maakt van een huis een thuis.

Vrijdag 15 februari is het **Warmetruiendag**. Het idee is simpel: Geef aandacht aan klimaatverandering door de verwarming lager te zetten en een warme trui aan te trekken.

Gemiddeld worden mensen 7 keer **verliefd** voordat ze gaan trouwen.

17 februari is het 'Doe Vriendelijk Dag'. Wees vandaag een keer extra **aardig** voor je medemens. Groet de buurman! Neem taart mee voor je collega's! Van alles is mogelijk...

Volg je hart, want dat klopt!

Romantisch zijn bestaat voor het grootste deel uit aandacht, liefde en **qualitytime** voor elkaar.

Als twee lovers elkaar in de ogen staren, gaat hun **hart** in hetzelfde ritme kloppen. Je moet het wel 3 minuten volhouden.

De hand vasthouden van een geliefde of alleen al naar zijn of haar foto kijken kan **pijn verlichten** en stress verminderen. In ieder geval het proberen waard!



Medisch pedicure...
Professionele voetverzorging

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



**Ramaker
Administraties**

30 jaar advies voor ondernemers

30 jaar ervaring met meedenken



Oude Amersfoortseweg 19
1213 AA Hilversum

035-6212437 • www.ramaker.nl



"Mijn lampion brandt voor mijn zoon Dennis, want hij liet zien dat wonderen bestaan."
Wally

**Voor wie
brandt jouw
lampion?**

Doneer nu via
kwf.nl/lampion





LAMINAATENPARKET.NL

OOK DE NR.1 IN PVC

Ook in Almere!

100.000 m² op voorraad

Laagste prijs garantie

Binnen 24 uur thuisbezorgd

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

ALLE A-MERKEN VOOR DE SCHERPSTE PRIJS

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

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

LAMINAATENPARKET.NL

Markerkant 14-4
1314 AR Almere

T: 036 - 711 705 0

E: Almere@LaminaatenParket.nl

W: LaminaatenParket.nl

Voldoening

Deze week was ik in gesprek met mijn nieuwe collega Wouter, hij vertelde mij waarom hij het werk als uitvaartbegeleider zo veel voldoening vindt geven. Omdat hij het zo mooi verwoorde wilde ik dat graag met u delen: *“De afgelopen weken heb ik mooie families mogen begeleiden. Eén daarvan was eenvoudig en door die eenvoud zeer krachtig. Soms voel je in de eenvoud de liefde doorklinken en ervaar ik de verbondenheid met de overledene en had ik het mooi gevonden om persoonlijk met hem of haar te praten. Soms raken verhalen mij omdat ik mezelf herken, of omdat ik hetzelfde heb meegemaakt, op zoek naar mezelf, wie ben ik eigenlijk?”*



De anderen hadden wat meer werk gemaakt van het afscheid. Er werd gelachen om de prachtige verhalen die het leven zo mooi maakte. Er werd gekibbeld. In liefde werd ieders mening aangehoord om zo voor ieder gezinslid een persoonlijk afscheid te creëren.

Graag gebruik ik dit woord, creëren. We werken samen ergens naar toe. We hebben een doel en dat is de dag van de uitvaart. De dag van het echte afscheid. We creëren met elkaar een prachtig en persoonlijk requiem. Dat extra stapje wat juist dat ene ritueel bijzonder, waardevoller en toekomstbestendig maakt.

Juist deze stapjes maken mijn werk zo mooi. Een persoonlijk, door mij geschreven gedicht bij het sluiten van de kist, geïnspireerd op de woning waar ik binnenkwam. Dat mooie en moeilijke ritueel wat de basis legt voor de daadwerkelijke afscheidsdienst.

Soms passen gedichten en rituelen niet en dan is een bijzonder muziekstuk beter op zijn plaats, gewoon stil luisteren en aanwezig zijn. Vaak zit het in kleine momenten, kleine dingen die het leven voor de toekomst iets draaglijker maken. Want ik ben ervan overtuigd dat rituelen helpen om verlies een aparte plaats te geven. Verdriet en gemis zullen blijven, maar juist die speciale plaats maakt de herinnering bijzonder.

Meer informatie vindt u op:

www.rebel-uitvaart.nl/blog



OOGLEIDCORRECTIE € 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 GEREGEREERDE 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)



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

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

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

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

Soprano*ice*
PLATINUM

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



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

Ayurveda Consult

Ben je nieuwsgierig naar wat Ayurveda voor jou kan doen, voel je je uit balans of ervaar je gezondheidsklachten, dan is een consult een goed begin. Tijdens dit gesprek stel ik je uitgebreid vragen over hoe je je gezondheid ervaart, over je eet- en leefgewoonten, ook voel ik je pols en bekijk ik je tong.

Naar aanleiding van dit gesprek stel ik een advies samen. Je kunt dan denken aan advies over voeding, leefstijl, het gebruik van kruiden en eventueel ademhalingsoefeningen, yoga of sporten. Ook kan het advies om behandelingen als poeder of oliemassages te ondergaan hierin meegenomen worden.

Veranderingen aanbrengen in je eet- en leefpatroon zijn altijd een uitdaging. Het is dan ook raadzaam om na een aantal weken een vervolgsconsult te hebben.

We bespreken dan hoe jouw lichaam op de veranderingen in je voeding en leefstijl reageert en tegen welke problemen je eventueel aanloopt. Als het nodig is, maar ik aanpassingen in het advies om je balans verder te optimaliseren.

Heb je vragen of wil je meer informatie over consulten, de verschillende behandelingen of vergoedingen door de zorgverzekering, neem dan gerust contact met mij op. Mail naar info@b-atease.nl of bel 033-2023543.

GOED OM TE WETEN

'Mijn behandelingen en consulten komen voor vergoeding door de zorgverzekeraar in aanmerking.'



Waterviolier 45 Amersfoort (Nieuwland)

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

Toen **Ernst-Jan van Kouwen** en **Roberic de Kloet** - beiden al vele jaren werkzaam in de autobranche - in de Verenigde Staten voor het eerst kennismaakten met de Fiat 500e, wisten ze het zeker; deze geweldige elektrische regio- en stadsauto moesten ze naar Nederland halen. Je kan hiervoor dan ook terecht in de showroom van **Electric Motoring** in **Kortenhoef**.

“Chrysler/Fiat heeft de Fiat 500e alleen uitgebracht in Californië en Oregon in de Verenigde Staten”, vertelt Ernst-Jan. “Wij importeren tweedehands exemplaren met bouwjaar 2014 of 2015 en bieden deze tegen een zeer betaalbare prijs aan. Uiteraard met Nederlands kenteken, TUV gecertificeerd en met garantie.”

BREED AANBOD OP VOORRAAD

“We hebben een breed aanbod aan Fiat 500e op voorraad. Ze zijn verkrijgbaar in twee modellen - een klassiek en een sportmodel - en in negen verschillende kleurvarianten. Je hoeft hier alleen de auto van je keuze uit te zoeken, dan kun je er binnen twee dagen in wegrijden.”

LUXE EN COMFORT

Wat maakt de Fiat 500e zo bijzonder? “De wagen is volledig elektrisch, met nul uitlaatgas emissie, zonder daarmee afbreuk te doen aan stijl. Dankzij het Italiaans design is de Fiat 500e een plaatje om te zien. Met een actieradius van 140 tot 160 kilometers is het een praktisch inzetbare regio- en stadsauto of tweede auto. Daarnaast beschikt hij o.a. over een uitgebreid airbag systeem, automatische versnelling, een modern audio systeem inclusief handsfree bellen en airconditioning. Omdat de auto beschikt over veel vermogen, rijd je bovendien vlot mee met de rest van het verkeer.”



ONDERHOUD EN REPARATIE

“Een groot voordeel van de elektrische auto is dat deze bijna geen onderhoud heeft, en daardoor veel lager is in de kosten. Daarnaast betaal je geen motorrijtuigenbelasting.” Bedrijven kunnen profiteren van de bescheiden bijtelling van 4% en teruggave van de 21% BTW. “Uiteraard verzorgen wij ook het onderhoud en reparaties aan de auto. Onze specialisatie is onze grote kracht. De Fiat 500e heeft voor ons geen geheimen.”

ONZE KLANTEN ZIJN ONZE BESTE AMBASSADEURS

Foto: Fotografie Marjolijn Lamme

BRUISENDE/ZAKEN

Fiat 500e

groen én sexy!



Kom snel langs voor een vrijblijvende proefrit om de Fiat 500e zelf te ervaren.

Electric Motoring bv

Kortenhoevedijk 61A Kortenhoeve | 06-50218917 06-38732732 | info@500efiat.nl | **WWW.500EFIAT.NL**



felle kleuren
pofmouwen | applicaties
franjes & roesjes



Mode
waar jij blij
van wordt!

Esqualo - More & More
Wonderjeans - Top Secret - HV Polo
Zerres - Dreamstar - New Star
Another Women - Sarto fashion
Key West - Fellows - Meyer

Brinkers
Mode & lingeerie

Dammerweg 1 | Nederhorst Den Berg | 0294 251 274

LPKM Administraties en Belastingzaken Hilversum

- Complete bedrijfsboekhouding en jaarwerk
- Aangiften BTW, ICL, IB, VPB, Dividend-, Schenk- en Erfbelasting
- Fiscale advisering en bezwaarschriften
- Starters- en ondernemersbegeleiding en coaching
- Advies bij bedrijfsbeëindiging
- Financieringsaanvragen en NOAB verklaringen

Maak vrijblijvend een afspraak voor een oriënterend gesprek.

LPKM



**Administraties &
Belastingzaken**

Vaartweg 72 Hilversum | 035 582 07 13

www.lpkm.nl

**NO
AB**
GECERTIFICEERD



nieuw gezicht

VOOR

zwavel PRODUCTEN



Puur natuurlijke lijn van mineraal sulfide (zwavel)
crème, zeep en shampoo. Helpt bij:



- ✓ mooie strakke huid
- ✓ psoriasis
- ✓ atopische dermatitis
- ✓ seborrhea
- ✓ seborrhoïsche artritis
- ✓ acne, eczeem
- ✓ antischimmel
- ✓ anti – inflammatoire
- ✓ vermindering jeuk en talg

www.medisalt.nl/webshop



MediSalt Centre of Sea Climate, Kebajastraat 43, 1336 NA Almere
tel: 036 5212362, www.medisalt.nl, info@medisalt.nl

Halotherapie

IN DE

Jodium ZOUTGROT

ALMERE



MediSalt brengt mens en natuur dichterbij elkaar

De schone ioniserende lucht zorgt voor een verbetering van de algehele gezondheid en helpt bij het behandelen van allerlei klachten:



- astma, COPD, bronchitis
- hart- en vaatziekten
- psoriasis, eczeem, allergieën
- slechtwerkende schildklier
- diabetes
- reuma, fibromyalgie
- vermoeidheid, slaapproblemen
- stress, burnout en meer...

(Vergoed door uw zorgverzekeraar? Bel voor meer info)

MediSalt Centre of Sea Climate, Kebajastraat 43, 1336 NA Almere
tel: 036 5212362, www.medisalt.nl, info@medisalt.nl



Afvallen
doen we
samen!

Cambridge
Weight Plan™

Onder begeleiding behaal je de beste afslankresultaten en blij je beter op gewicht. Joyce (rechts) bereikte haar streefgewicht met de hulp van consulent Lydia.

Wil je net als Joyce je weer energiekler voelen en lekker in je vel zitten? Ik help je graag, je staat er niet alleen voor!

Praktijk voor Gewichtsbeheersing het Gooi

Ingrid Eisma

Hilversum | 06-26094029

ingrid@gewichtsbeheersinghetgooi.nl

www.facebook.com/GewichtsbeheersinghetGooi

Bindweefselmassage voor een stevige huid



De bindweefselmassage behandeling is een intensieve massage behandeling die de huid er jonger en steviger uit laat zien.

De bindweefselmassage verstevigt het bindweefsel, verstrakt het kaakcontour, verbetert de huidconditie en huid uitstraling. Deze massage is geschikt voor vele huidtypen, zelfs de dunne en gevoelige of couperosehuid heeft baat bij deze bindweefselmassage mits de huid over voldoende bouwstoffen beschikt. Als de bindweefselmassage in kuurverband ingezet wordt, geeft deze massage je huidversteviging op de langere termijn.

Resultaten bindweefselmassage:

- Verstevigt de huid
- Meer contouren zichtbaar
- Verbeterd de huidstructuur
- Frissere teint (ook voor de rokershuid)
- Verbeterd de slecht doorbloede huid
- Zachtere en jongere uitstraling



AANBIEDING

Introductie bindweefselmassage
behandeling van
60 min. - € 79,00
(Normaal tarief € 104,50)

Deze actie is geldig
t/m 31 maart 2019



Schoonheidsinstituut 100% Beauty | Beemsterboerstraat 6 b Huizen
06-22000022 | contact@100beauty.nl | www.100beauty.nl

DAGJE UIT CARNAVAL IN BRABANT



Carnaval 2019 staat voor de deur. Van 3 tot en met 5 maart kun je feestvieren tot je erbij neervalt in plaatsen als Oeteldonk, Kielegat, Lampegat, Kaaiendonk, Kattegat, Kruikenstad en Tullepeteonestad. Met zijn allen in de polonaise op muziek van een dweilorkest of genieten van de optocht. Verkleed als banaan, dansmarietje of in boerenkiel. Carnaval is een feest voor iedereen! Kun je niet wachten om naar een optocht te gaan kijken? In Wouwse Plantage is de carnavalsoptocht al een week voor carnaval te bewonderen. Die optocht wordt door veel wagenbouwers als try-out gezien.

zondag 3 t/m dinsdag 5 maart
www.visitbrabant.com/nl/wat-te-doen/carnaval

FILMPJE KIJKEN VERLIEFD OP CUBA

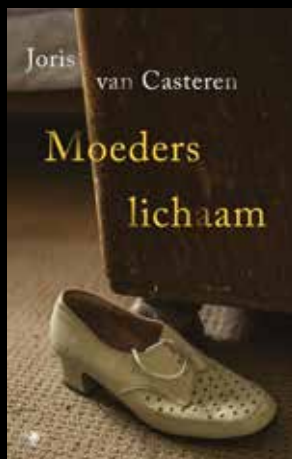
Verliefd op Cuba is de nieuwe Nederlandse komedie van Johan Nijenhuis met Susan Visser en Abbey Hoes. Loes is na haar echtscheiding het vertrouwen in de liefde verloren. Wanneer haar dochter Maartje besluit te trouwen met een Cubaan (Rolf Sanchez), vliegt ze direct naar het Caribische eiland om aan te tonen dat haar schoonzoon in spe enkel uit is op een verblijfsvergunning. Eenmaal geland op het betoverende eiland leert Loes meer over de liefde dan ze ooit had verwacht.

**VERLIEFD OP CUBA draait vanaf
14 februari in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN MOEDERS LICHAAM



Piet van der Molen is een kinderloze vrijgezelle die nooit heeft gewerkt en altijd thuis is blijven wonen in het Zuid-Limburgse dorp Oirsbeek. Als moeder in de snikhete zomer van 2013 overlijdt, besluit Piet haar in huis te houden. Hij blijft gesprekken met haar voeren, zijn verdriet is groot. Tweeënhalf jaar later staan er agenten bij hem op de stoep. Een paar uur later takelen mensen in witte pakken een gammele kist naar buiten. Gegrepen door dit voorval reist Joris van Casteren naar Oirsbeek af. Tussen Piet en hem ontstaat een wonderlijke vriendschap. **MOEDERS LICHAAM van JORIS VAN CASTEREN is vanaf 28 februari te koop voor € 19,99**

Ai Uchi: *Onvergetelijke*

*9 gangen
vanaf € 24,95*



Chantal Yip heeft hart voor de horeca en is ambitieus. In 2007 opende ze in Hilversum de deuren van haar eigen restaurant, gespecialiseerd in de Japanse keuken: Ai Uchi.

culinaire ervaring

OPTIMALE BELEVING

"Ai Uchi bestaat eigenlijk uit twee gedeelten. In het teppanyaki gedeelte bereidt onze chef-kok ter plekke culinaire Japanse hoogstandjes op de bakplaat, voor een optimale beleving. In de sfeervolle sushi lounge & bar kun je zowel zakelijk als romantisch dineren. Het restaurant heeft in totaal 120 zitplaatsen. Daarmee leent het zich uitstekend voor verjaardagen, feesten (zelfs kinderfeestjes!) en bedrijfsuitjes. We hebben meergangenmenu's vis, vlees, combi of vegetarisch vanaf € 24,95 p.p.

Daarnaast kun je à la carte dineren. Het is bovendien altijd mogelijk rekening te houden met speciale dieetwensen."

"Uiteraard kun je bij ons ook terecht voor heerlijk verse sushi, sashimi of Nigiri." Groepen zijn zeer welkom en hebben de keuze uit verschillende arrangementen. "Ons vriendelijke personeel zorgt voor een gastvrij ontvangst. Wij willen dat iedereen hier een onvergetelijke avond beleeft."

KINDEREN ZIJN WELKOM

Ai Uchi beschikt over een aparte speelruimte voor de kleine gasten. "Hier kunnen zij nadat ze hebben gegeten, naar hartenlust spelen of een filmpje kijken. Zodat de ouders nog even rustig kunnen genieten van hun maaltijd."



JAPANS RESTAURANT AI UCHI

TEPPANYAKI & SUSHI LOUNGE

Emmastraat 2 Hilversum | 035 - 6239859 | www.aiuchi.nl

Pitti Donna

Geisha - Esprit - Espresso - Sandwich - Sust - Nickjean - Privat Label
Elvy tassen - a Beautiful story - accessoires



**Onze nieuwe collectie hebben wij
weer op uw wensen afgestemd!**

Mooie natuurlijke stoffen en
zachte materialen in een
gevarieerde collectie
met uiteraard een
goede prijs/kwaliteitverhouding.

Wij hebben er zin in! U ook?

SALE 50%-70% korting

Gijsbrecht van Amstelstraat 142 Hilversum 035 - 6284675. Volg ons op facebook.com/pittidonnaHilversum of www.pittidonna.nl

Februari

Ram 21-03/20-04

Doordat je zo met jezelf en je carrière bezig bent, is er minder tijd over voor je partner. Zorg voor een goede balans tussen privé en carrière, Ram.

Stier 21-04/20-05

Je bent in dezelfde stemming als jouw collega's en dat is de reden waarom teamwork zeer productief zal zijn. Doe deze maand ook iets voor je lichaam.

Tweelingen 21-05/20-06

Tweelingen lossen kleine geschillen efficiënt op en stellen een compromis voor dat gunstig is voor beide partijen. Je zult de harmonie herstellen tussen de mensen om je heen.

Kreeft 21-06/22-07

De situatie ziet er vanuit een andere hoek niet zo moeilijk uit als het eerst leek. Gewoon goed nadenken, plannen hoe je verder gaat en de situatie onder controle houden.

Leeuw 23-07/22-08

Tussen jou en het andere geslacht vliegen de vonken ervan af. Niet afwachten en wees niet bang om initiatief te nemen. Het geluk is met wie goed voorbereid is

Maagd 23-08/22-09

In relaties zullen Maagden de neiging hebben om eerder hun hart te volgen dan hun hoofd. Op zo'n moment zul je kwetsbaar zijn, dus kijk uit bij wie je jouw hart openstelt.

Weegschaal 23-09/22-10

Wees niet bang om naar buiten te gaan om je lot te ontmoeten. Sla een uitnodiging voor een kopje koffie of een drankje niet af, je weet nooit wat er kan gebeuren.

Schorpioen 23-10/22-11

Schorpioenen zullen genieten van veel geluk in hun privéleven. Een langdurige relatie zal stabiel zijn. Als je volhoudt, kun je in februari jouw doelen bereiken.

Boogschutter 23-11/21-12

Soms is een vriendelijk woord genoeg zodat de andere persoon een mooie dag zal hebben. De beste manier om te ontspannen van je werk is door te gaan sporten.

Steenbok 22-12/20-01

De Steenbok moet deze maand zijn mannetje staan. Je zult het beste ontspannen als koppel of met vrienden en hierdoor al je zorgen vergeten.

Waterman 21-01/19-02

Als je collega's jaloers op je zijn, denk dan na of er iets mis is met wat je doet en probeer aardiger te zijn. Geniet van een leuke avond met je partner.

Vissen 20-02/20-03

Wees niet bang voor een blind date. Het stelt niet zoveel voor. Als de persoon niet bij je past, hoeft je hem of haar daarna toch niet meer te zien. En anders geniet je er gewoon van.

Vissen

Wees niet bang voor een blind date. Het stelt niet zoveel voor.

Snelle make-

Eigenlijk is het heel eenvoudig om je interieur met de seizoenen mee te laten veranderen. Koop een paar nieuwe kussens voor op de bank of een lekker warm kleedje, pas de kleuren van je kaarsen en bloemen aan en voilà, je hebt een andere sfeer in huis die helemaal past bij het huidige seizoen. Heb je een favoriete trendkleur? Kies deze kleur dan als basis en laat hem terugkomen in alle accessoires die je wilt vervangen. Probeer de accessoires in verschillende nuances van deze kleur te vinden. Zo combineert okergeel mooi met goud en cognac en houd je rust in je interieur.

MET EEN NIEUW LIKJE VERF op je wanden creëer je in no-time een heel andere sfeer. Kies diverse kleurstenen uit, bevestig ze op de muur en bekijk het van een afstand. Overdag is de beste tijd om de kleur te beoordelen, maar check de kleur vooral ook 's avonds. Bij kunstlicht zien de kleurstenen er weer heel anders uit. Tip: je hebt handige verftesters die je op een stuk papier kan rollen en daarna op de muur plakt. Je kunt ze natuurlijk ook direct op de muur uitproberen, maar voordeel van een los papier is dat je het op verschillende plaatsen in je kamer kunt bekijken.

BLOEMEN

Ben je tevreden met je inrichting maar mis je toch wat sfeer, voeg dan vooral bloemen toe aan je interieur. Geen groene vingers? Kies dan voor een zijden bloemen boeket van BloomEver. Zo heb je altijd een mooi boeket bloemen staan passend bij je interieur.



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

Er komt een moment dat je de inrichting en de kleuren in je huis een beetje zat bent. Dan is het de hoogste tijd voor een make-over! Bruist geeft je enkele tips & trucs waarmee je jouw huis op een eenvoudige manier kan (re)stylen.

over voor je interieur



TIP: VERRAS
JE **VALENTIJN**
MET EEN MOOI
ZIJDEN BOEKET

**WANDEDECORATIE KAN ECHT
VERSCHIL MAKEN** in je interieur.
Waar vroeger één schilderij boven je
bank hing, zie je tegenwoordig steeds
meer een verzameling van dingen.
Bijvoorbeeld een collage van
verschillende fotolijsten, gecombineerd
met borden of een klok. Of koop zo'n
mooi open rekje waar je jouw favoriete
accessoires op kan presenteren. Je kunt
je creativiteit hierbij de vrije loop laten.



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



*Voor inlijsten,
doeken opspannen,
handwerken,
passe-partout,
restaurantie.*

*Tevens reinigen van
schilderijen.*

De Gooische Lijstenmaker

De Gooische Lijstenmaker
Nieuwe Bussummerweg 106
1272 CL Huizen
06-29560387
www.degooischelijstenmaker.nl



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

EEN HOOFD ALS EEN ZEEF!

Mijn cliënte komt met een rood hoofd en verhit mijn praktijk binnen. Ze is te laat en excuseert zich. Ze vertelt dat ze tegenwoordig veel dingen vergeet. Haar hoofd lijkt wel een zeef en ze kan niets meer onthouden. Zij, die altijd alles wist... Angst overvalt haar; "Wat als ik dement word en ik niet meer kan werken?"

Ze slaapt slecht en wordt regelmatig wakker doordat ze het zo warm heeft. Haar menstruatie is onregelmatig. "Is dit nu de overgang of ben ik overspannen?", vraagt ze aan mij. Beide opties zijn mogelijk, maar wat ik vooral hoor is dat ze teveel spanning in haar leven ervaart.

Ik vertel haar dat in de overgang schommelingen van je vrouwelijke hormonen plaatsvinden. Deze veranderingen hebben invloed op je geheugen. Stress kan de klachten in de overgang laten toenemen. Ze weet wel dat ze minder hard moet werken, maar ja dat is niet altijd even makkelijk. Ik geef haar een opdracht mee naar huis. Deze oefening geeft haar inzicht in hetgeen haar batterij oplaadt en wat haar moe maakt.

Oefening om te doen: noteer eens een week lang wat je energie geeft, waar je blij van wordt. Noteer in die week ook wat je energie kost, waar je moe van wordt. Is daar een goede balans tussen, dan is een periode van stress helemaal niet zo erg.

Mijn cliënte heeft besloten om meer tijd voor haarzelf vrij te maken. Ze gaat mijn programma Fit en Vitaal door de overgang volgen.

Zorg voor een goede balans!



Innerlijke Stap

**Praktijk voor Westerse en
Oosterse therapie**

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



FIT EN ONTSPANNEND

Renviden lanceert dit jaar drie innovatieve producten op basis van een full spectrum CBD-olie. CBD, ofwel cannabidiol, helpt gebruikers bij onder andere huidproblemen, angststoornissen, stress en slaapproblemen en werkt als ontstekingsremmer. Ga fit en ontspannen het nieuwe jaar in met de producten van Renviden!
€ 19,95 te koop via de website www.renviden.nl

GLINSTEREND WATER

evian® en ontwerper Bjorn van den Berg hebben hun krachten gebundeld en samen een exclusieve collectie evian® limited edition flessen gecreëerd voor de Nederlandse markt. De collectie is een juweel op iedere gedekte tafel, maar heel erg limited, dus houd de website in de gaten om een fles te bemachtigen!

De fles heeft een waarde van € 495,- www.evian.com



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Deze winter presenteert Xsensible een stijlvolle collectie Stretchwalkers.

De Stretchwalkers zorgen voor een perfecte demping en ultieme grip om zo de beste loopervaring te beleven!
www.xsensible.com

Wil jij kans maken op één van de modellen uit de wintercollectie?

Like dan de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens o.v.v. Lezersactie#1 Xsensible naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**



win

Lifes

EYECATCHER IN HUIS

In 2019 toe aan een nieuwe eyecatcher in je huis? Check dan eens de schilderijen van Grace Spiegel! Spiegel maakt dromerige portretten van Aziatische vrouwen waarbij zij zich laat inspireren door oriëntaals antiek, Chinese stoffen en aardse kleuren.

Werken zijn te koop vanaf € 350,- via de website www.gracespiegel.com



HEALTHY START

Biologisch voedingsmerk Lima heeft twee nieuwe lactosevrije dranken op basis van amandel. De Lima Amandel Drink Ongezoet en de Lima Haver Drink Amandel passen perfect binnen een evenwichtig dagelijks voedingspatroon en sluiten dus mooi aan bij een gezonde start van het nieuwe jaar! Onder andere te gebruiken in een heerlijk ontbijt of door de koffie.

Prijs vanaf € 2,59 te koop via natuurvoedingswinkels
www.limafood.com

tyle trends,

die je moet proberen
 in het nieuwe jaar!



KUNSTIGE SCHOENEN

Hans Kleinjan, Maikel Kleinjan en Roderik Faasen vormen samen kunstenaarstrio AAA. Hun AAA Gallery is een vrijplaats voor creatieve zielen en een broedplaats voor samenwerkingen. Zo kwam ook de Mascolori collab tot stand. Op de Mascolori schoenen is het beeld van hun schilderij 'Everything in the cloud' te zien, gebaseerd op een fantasierijke wereld.

Prijs vanaf € 249,-
 te koop via www.mascolori.nl/aaa-fresh-12734

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



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.

Afspraken via de website:

www.dokterandre.nl

of telefonisch **035 8200426**



DOKTERANDRÉ

Veluwezoom 5 **Almere** | Haardstedelaan 3 **Huizen**

ONTDEK JOUW FAVORIETE **BLOEMENHUIS!**



elke zondag
OPEN

We love flowers! Maken bloemen jou ook zo vrolijk? Ontdek bij Intratuin 4 nieuwe trends én de bloeiende planten die daarbij passen. Maak van jouw huis een bloemenhuis. De trends Boho Garden, Rainbow Pastel en Summer Breeze vind je terug in Blad. Into the Wild bekijk je in de winkel en op onze site onder 'inspiratie'.

Intratuin Hilversum (Kortenhoef)
Kromme Rade 2, 035-6559030.
Vrijdag koopavond. www.intratuin.nl





Wederom een geheel nieuw jaarprogramma voor kinderen bij Van Hellemond Sport voor 2019! We hebben het KidsMIX programma van 2018 met succes afgesloten en ons team staat weer te popelen om te starten met kidsYoga aan het begin van 2019!

Kinderen houden van variatie en uitdaging. Daarom heeft Van Hellemond Sport KidsMIX ontwikkeld. Het geeft kinderen kracht, zelfvertrouwen en uithoudingsvermogen, waardoor ze zichzelf blijven uitdagen en ontwikkelen. Een leuk gevarieerd jaarprogramma waar alle kinderen aan mee kunnen doen!

Tijdens dit jaarprogramma maak je kennis met verschillende sporten: Yoga, Zelfverdediging, Bootcamp en Dans.

De lessen worden aangepast aan de belevingswereld van de kinderen. De trainers merkten tijdens het lesgeven dat kinderen van nu steeds meer uitgedaagd moeten worden en veel prikkels van buitenaf (zoals van social media) krijgen. Daarom integreert de sportschool ook yoga en mindfulness in het programma. Verbetering van de coördinatie, kracht, conditie en flexibiliteit. En dat alles natuurlijk onder professionele begeleiding: Ruben is onder andere wereldkampioen Jiu Jitsu, Benaïssa is gespecialiseerd in kickboksen en geeft met passie veel uren jeugdlessen, Michael is een sportinstructeur met uitgediepte kennis in beweging en fysieke belasting met ons eigen lijf. En Sofie geeft al jaar en dag danslessen

met een diversiteit voor jongens en meisjes door lessen te combineren met hip/hop, jazz ballet en breakdancen. Esther trapt af met kinderyoga. Zij werkt al heel lang met kinderen in de creatieve sector, met zowel muziek als yoga. Stuk voor stuk aanwinsten voor Van Hellemond Sport en voor de fysieke uitdaging en welzijn van uw kinderen.

Dinsdag 16.00-16.45 uur tot 8 jaar

Dinsdag 16.45-17.30 uur 9-13 jaar



vanHellemondSport

Vestiging Hilversum Zuid

Johan de Wittstraat 40 Hilversum

035 621 7359 www.hellemond.nl



Uitverkoop Bruidsjurken

Kortingen tot 70% | Passen uitsluitend op afspraak

