

ZUTPHEN EO 

JULI 2019 [WWW.ZUTPHENBRUIST.NL](http://WWW.ZUTPHENBRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# B R U I S T



We're going to *Ibiza!*

**Zomer**, tijd  
voor ontspanning  
en gelukkig worden  
van de zon

# Borstvoeding is een belangrijke eerste stap

De eerste duizend dagen na de conceptie (bevruchting) zijn cruciaal in de ontwikkeling van een kindje. De verloskundigen van Verloskundig Centrum Zutphen geven tijdens de zwangerschap informatie over onder meer een gezonde lifestyle met de juiste voeding tijdens de zwangerschap, maar ook gezonde voeding voor de baby na de geboorte is belangrijk.

Borstvoeding is de (bio)logische vervolgstap na zwangerschap en bevalling. Zowel de moeder als de baby varen wel bij een goed verloop van de borstvoedingsperiode. Kim Schoonenberg, Lactatiekundige IBCLC, geeft zes tot acht keer per jaar een informatieavond over borstvoeding. De partners zijn ook welkom deze avond!

Uiteraard kun je bij haar ook terecht voor een persoonlijk consult, tijdens de zwangerschap of in de borstvoedingsperiode zelf. Is borstvoeding geen optie voor je, dan helpen we je uiteraard ook op weg met informatie over kunstvoeding.

Voor meer informatie: [www.borstvoedingzutphen.nl](http://www.borstvoedingzutphen.nl)



Judith Leysterstraat 2 Zutphen  
**0575-516830**  
[info@verloskundigcentrumzutphen.nl](mailto:info@verloskundigcentrumzutphen.nl)  
[www.verloskundigcentrumzutphen.nl](http://www.verloskundigcentrumzutphen.nl)

Bonendaal 12 Warnsveld  
**06-11737753** (reactie binnen 24 uur)  
[www.borstvoedingzutphen.nl](http://www.borstvoedingzutphen.nl)



Ook zwangeren en hun partners die niet in de zorg zijn bij Verloskundig Centrum Zutphen zijn welkom op de informatieavonden!



## Het geheim van Ruurlo



**De Naaber staat voor kwaliteit. "Al onze gerechten worden bereid met verse producten," vertelt Rob Dolphijn. "Ik ben zelf geboren en getogen in Ruurlo, dus we kopen deze producten waar mogelijk bij ondernemers in deze regio.** Sowieso zijn we erg betrokken bij de lokale gemeenschap. Er zijn verschillende biljartclubs en een mannenclub die De Naaber als thuishonk hebben. Mensen komen hier ook gewoon gezellig een potje darten of biljarten. Dat maakt het een levendig geheel."

### A la carte menu

De Naaber heeft een uitgebreid à la carte menu met hierop allerlei heerlijke gerechten, uiteenlopend van risotto en bruschetta pasta tot eend en lam. "Onze spareribs zijn echt een aanrader. We marinieren ze zelf en grillen ze af op onze houtskoolgrill. Daardoor wordt het vlees zo mals dat het bijna van het bot af valt."

### Naobertjes

"Wij bieden u naast de à la carte kaart een revolutionaire nieuwe beleving onder de naam Naobertjes. Bij dit all-you-can-eat concept kunt u de gehele avond van 17:00 uur tot 22:30 uur gezellig genieten van deze zo geheten 'Naobertjes' (kleine gerechtjes). U kunt dan de hele avond twee gerechtjes tegelijk bestellen, waardoor u kunt genieten van een heerlijke afwisseling van verrassend lekkere gerechten."

**HEEFT U IETS TE VIEREN? EEN ECHT CAFÉFEEST KAN BIJ DE NAOBER TOT 120 PERSONEN. BOVENDIEN KAN DE NAOBER DE CATERING VERZORGEN VOOR JE FEEST OP LOCATIE.**

Kerkplein 30 Ruurlo | **0573-454083** | [www.denaaber.nl](http://www.denaaber.nl)



8



10



22



33

# COLOFON

## BRUIST

**UITGEVER** Nederland Bruist B.V.  
**MANAGER** Marcel Bossers  
**OPERATIONEEL MANAGER** Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Ramon Heeren  
**THEMA'S** Nederland Bruist - Annemiek Jansen  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Ron van Kuijk  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Lisanne van Bergen  
**EINDREDACTIE** Ron van Kuijk  
**ACQUISITIE** René Moes, 06-19629221

**CONTACT ZUTPHEN BRUIST**  
 Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda  
 T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl  
 Like ons op Facebook.com/zutphenbruist

**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

**ABONNEMENT** Ontvang de Bruist uit jouw regio(s) iedere maand in je brievenbus voor € 1,49 p.m. **Meer weten?** Stuur een e-mail naar [abonnement@nederlandbruist.nl](mailto:abonnement@nederlandbruist.nl)

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 Zutphen 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, Prinsengeb, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schilde-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.



Het is zomer! Tijd voor ontspanning en gelukkig worden van de zon. En voor velen ook meteen de tijd om op vakantie te gaan. Met een tentje naar de camping, een rondreis met je camper of wat meer luxe in een hotel of resort. Maar net wat jouw voorkeur heeft.

## Bruisende lezer,

Populaire vakantiebestemmingen zijn al jaren Frankrijk en Italië, maar ook Spanje staat voor veel Nederlanders hoog in de top tien. Spanje heeft immers zo veel mooie plekjes die je het liefst allemaal zou ontdekken. En laten we de Spaanse eilanden niet vergeten. Onze persoonlijke favoriet: Ibiza. Ze zeggen weleens dat een bezoek aan dit eiland je voorgoed verandert... Of dat zo is? Ervaar het zelf. Wij geven je alvast wat tips om je verblijf op het eiland nog leuker te maken.

Vakantieperiode of niet, de meeste ondernemingen draaien zomers volop door. Voor deze Bruist namen we dan ook weer een kijkje bij bruisende ondernemers als Verloskundig Centrum Zutphen en Kernkracht 10 die ook deze maand vol enthousiasme voor je klaarstaan. En wij? Ook wij gaan deze zomer gewoon door om je elke maand weer van een nieuw magazine te kunnen voorzien. Waar jij dan weer van kunt genieten in het zonnetje of tijdens die welverdiende vakantie...

Geniet ervan!  
**René Moes**

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



# Inhoud



23

# Mijn Missie

De sleutel tot succes is een combinatie van de juiste voeding, beweging en ontspanning. Met mijn energie, enthousiasme en betrokkenheid zorg ik ervoor dat jij jouw NIEUWE leefstijl krijgt!



Een fitter en gezonder lichaam is voor iedereen mogelijk! Kun je het niet alleen? Dan gaan wij het samen bereiken!

Voeding - Training  
Coaching - Relaxing



Maak kennis met het **Pouwels Leefstijl** concept!  
Bel me of ga naar de website voor gratis proefles



COLUMN/SANNE VAN HEERDE

## Meer praten met je kind... maar hoe dan?

In de praktijk horen we vaak dat ouders het druk hebben en dat is ook onze eigen ervaring. De huidige maatschappij vraagt veel van ons en onze kinderen. En zo bedenk je je ineens aan het eind van de ochtend dat je amper met je kind hebt gesproken. Terwijl je twijfelt of je kind wel genoeg spreekt.



Van het consultatiebureau of de leerkracht heb je al tips gekregen, maar het lukt niet om dat toe te passen. Herkenbaar? Je bent niet de enige. Wij horen dit vaker. En voor een heleboel kinderen is dit helemaal niet erg. Wanneer een kind niet zo veel taalgevoel heeft of de taalontwikkeling gaat wat trager dan je zou verwachten, dan is zo'n stille ochtend toch wel een gemiste kans.



Twijfel jij aan het taalniveau van je kind? Wil je weten hoe je in het dagelijks leven meer met je kind kunt praten, zonder dat je hier extra tijd mee kwijt bent? Meld je kind dan aan bij ons. We gaan samen kijken of je twijfels kloppen. Als het nodig is, starten we een logopedische behandeling, waarin we oefeningen gebruiken die gericht zijn op het dagelijks leven.

Meer informatie daarover vind je op onze website.

logopediepraktijk  
rondom taal

Vijfmorgenstraat 18 Zutphen | 06-16818979  
[www.logopediepraktijkrondomtaal.nl](http://www.logopediepraktijkrondomtaal.nl)

Pouwels Leefstijl | Strawinskystraat 4 Zutphen | 0624811351 | [info@pouwelsleefstijl.nl](mailto:info@pouwelsleefstijl.nl) | [www.pouwelsleefstijl.nl](http://www.pouwelsleefstijl.nl)

# Het eiland dat jou voorgoed zal veranderen

Ibiza is één van de eilanden behorende tot de Balearen, een eilandengroep ten oosten van Spanje. Ibiza staat vooral bekend als feesteiland, als hippie-eiland én als eiland waar je helemaal tot jezelf komt. Men zegt weleens dat een bezoek aan Ibiza je voorgoed verandert. Niet voor niets dat veel mensen die Ibiza bezochten, minstens één keer teruggaan om dat unieke gevoel te herbeleven.



## SHOPPEN

Er zijn enorm veel **LEUKE BOETIEKJES** te vinden in Ibiza Stad en daarom is het ook een aanrader om daar een dagje te gaan shoppen. Op de vele **HIPPIEMARKTEN** vind je een enorme variëteit aan Ibiza stijl kleding, leren boots, handgemaakte sieraden, gave tassen en nog veel meer leuks! Op woensdagen trekken toeristen massaal naar hippie-markt **PUNTA ARABI** en hippiemarkt **LAS DALIAS** is het hele jaar door op zaterdag open. Ook bij verschillende **BEACHCLUBS** kun je leuke boetiekjes spotten en verder vind je ook vaak **LEUKE KRAAMPJES** op het strand.

Clemens en Dianne van Bracht sloten 25 jaar geleden Ibiza in hun hart. Om hun liefde voor Ibiza te delen met anderen lanceerden ze de website **MIJNTIPSIBIZA.NL**. In Ibiza Bruist lees je iedere maand hun visie over het leven op Ibiza. [www.mijntipsibiza.nl](http://www.mijntipsibiza.nl)

**KENSINGTON** Finest Properties International · Ibiza is één van de marktleiders in de vastgoedsector op de Balearen. Een exclusief makelaarskantoor met een hoogwaardige vastgoedportefeuille en een professioneel en betrouwbaar verkoopteam. [www.kensington-ibiza.com](http://www.kensington-ibiza.com)

## CULTUUR

Ibiza heeft wel degelijk kunst en historische musea van wereldklasse. Het **MUSEUM VOOR HEDENDAAGSE KUNST** bevat werken van kunstenaars uit de hele wereld. Het rijke culturele erfgoed van Ibiza ervaar je in het **ARCHEOLOGISCH MUSEUM**. En het **PUGET MUSEUM** is opgedragen aan de werken van twee beroemde kunstenaars-zonen van het eiland: Puget Viñas en Puget Riquer.



## STONEHENGE IBIZA

Officieel heet dit ietwat verscholen kunstwerk 'TIME AND SPACE', maar het dankt zijn bijnaam aan de gelijkenis met het Britse Stonehenge. Het bestaat uit dertien monolieten, waarvan de hoogste zelfs is versierd met bladgoud. Het is gratis toegankelijk en we raden aan om er tegen zonsondergang een kijkje te gaan nemen.

# Ibiza



**DALT VILA**  
Een wandeling binnen en op de stadsmuren van **DALT VILA** zal je verrassen. Het oude historische hart is een kant van Ibiza die niet iedereen hier verwacht. Je vindt er onder andere de kathedraal 'Catedral de la Verge de les Neus' uit de dertiende eeuw. Kronkelige straatjes voeren je langs leuke boetiekjes en gezellige restaurants. Als je bovenaan bij de stadsmuren staat, heb je een mooi uitzicht over de stad en de zee.



## ZOVEEL MEER

Wat niet iedereen weet is dat Ibiza unieke stukjes natuur herbergt. **SES SALINES** is een beschermd natuurgebied met prachtige zoutmeren. Het wordt ook het 'witte goud' van Ibiza genoemd. Je komt er ook een mooi duingebied en pijnbomen tegen.

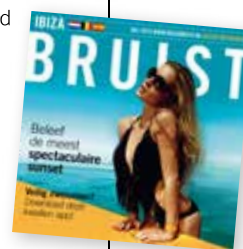
Wil je een dagje ontsnappen aan de drukte van Ibiza? Binnen drie kwartier vaar je naar **FORMENTERA**. In totaal vind je hier meer dan twintig kilometer kustlijn, de mooiste kleine strandjes, mooie baaitjes en duinen. Er leven meer dan 200 soorten vogels en er zijn gemiddeld zo'n 178 verschillende planten te vinden.

## HET MYSTIEKE EILAND

**ES VEDRA** is een mysterieus rotseiland voor de kust van Ibiza en wordt gezien als de plek waar Ibiza haar magie aan te danken heeft. De hoge concentratie metalen en mineralen zendt namelijk een enorm groot magnetisch veld uit. Es Vedra is onbewoond en behoort tot het natuurreservaat Cala d'Hort. Es Vedra mag je niet beklimmen, maar er gaan meerdere bootexcursies naartoe vanuit de haven van San Antonio.



Met 36 uitgaven is Nederland Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland, België, Marbella én op Ibiza. Naast de glossy uit jouw regio, brengen we dus ook een magazine uit op Ibiza. **WANT OOK HET SPAANSE IBIZA BRUIST!**



Wat laat jij na? Wat is nu jouw unieke verhaal dat dringend verteld mag worden? Je 'weet' dat er nog zoveel meer geleefd mag worden en het is nú tijd om die potentie te gaan leven!

# Leef je dromen!

Athilde Whyte van Flow helpt je om jouw leven echt 'inhoud' te geven. Je staat op een kruispunt in je leven en wilt nu de juiste afslag nemen. Als goudeerlijke spiegel, als luis in de pels, laat zij als mentor al jouw talenten en potentie tot volle transformatie komen.

## Perspectief

Athilde vertelt: "Het is mijn missie om mensen meer bewust te laten zijn en hun perspectief te verruimen. Hierdoor leef je je volledige potentie en krijg je een gelukkiger en vrijer leven. Ik ben een mentor die expert is in liefdevol spiegelen, ik ZIE je ECHT. Door mijn eigen reis en mijn intuïtie heb ik alles in huis om ook jou te helpen."



**KERNKRACHT 10  
EN FLOW WERKEN  
ALLEBEI VANUIT  
DE WILDBAAN IN  
LEUVENHEIM**

DE KOMENDE TIJD  
DELEN TINEKE EN ATHILDE  
HUN ERVARINGEN  
BEURTELINGS  
IN EEN SPECIALE  
BRUIST-COLUMN

# Vanuit je kern, in je kracht!

Tineke Veenstra heeft een missie met Kernkracht 10: mensen helpen om hun ogen te openen voor hun potentie in het leven. Hen laten ervaren wat het leven is waarvoor ze geboren zijn en zaken die daarbij in de weg staan helpen oplossen.

## Integreren

"Om bij je kern te komen, moet je integreren wat er in je leven gebeurd is en daar vrede mee krijgen. Intensieve coaching helpt hierbij. Ik ondersteun mensen met levensvragen over bijvoorbeeld hun (werk)loopbaan, zingeving, eigen bedrijf, persoonlijke ontwikkeling. Door te ontdekken wat je in jezelf tegenhoudt en dit te erkennen, kun je aan de slag gaan met zelfwaardering en zelfliefde. Je gaat beslissingen nemen vanuit je hart, je kracht. Je gaat doen wat goed voor je is. Door de intensiteit van het traject beklijft het, en ga je een omslag maken. Er gebeuren dan echt wonderen. Je komt bij je authentieke kern en leeft je potentie!"





**WIJ HOUDEN VAN KAAS!**

Bij een glaasje wijn is een lekker kaasplankje van Booij Kaasmakers onmisbaar. De boerderij van dit familiebedrijf is gevestigd in Streefkerk en heeft ook een eigen winkel in de Fenix Food Factory in Rotterdam. Bestellen via de webshop kan ook.

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



**LEKKER VAN LIMA**  
De nieuwe Umami Yuzu pasta van Lima zorgt ervoor dat je de lekkerste vegan gerechten maakt met de authentieke smaak van de Japanse keuken. Ideaal voor dips, pasta's, sauzen, dressings en marinades.  
**Te koop in de biowinkel, verkoopadviesprijs € 5,44.**



**WINE FLIES WHEN YOU'RE HAVING FUN!**

De spannende en kruidige smaak van deze wijn maakt dat hij uitstekend te combineren is met verschillende gerechten zoals zomerse salades.

Met passie en liefde gemaakt door de familie Puklavec in Slovenië.

**Puklavec & Friends Sauvignon Blanc - Furmint, te koop via [ah.nl](http://ah.nl) € 5,99.**

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



Zin in

Zomer!

**LIKE & SHARE/LEZERSACTIE**

**Maak nu kans op één van de 5 dvd's van Gomorra seizoen 4.**



Gomorra is één van de succesvolste Italiaanse misdaadseries waarin we worden meegenomen in de relaties tussen gangs, dealers en gewone burgers in Napels, Italië. In Gomorra is het nooit rustig. [Lumiereseries.com](http://Lumiereseries.com)

Wil jij kans maken op deze mooie prijs? 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 #Gomorra naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)**

**HEEN & WEER**

Zo moeiteloos en makkelijk heen en weer scheren, dat bestaat nog niet! De nieuwe Intuition F.A.B. zet het scheren voor dames op zijn kop, want het systeem scheert moeiteloos in beide richtingen - f(orwards) a(nd) b(ackwards). Je had nog nooit zo snel een gladde huid. **Vanaf € 13,99.** [www.wilkinsonsworld.nl](http://www.wilkinsonsworld.nl)



**BRUISENDE SMAKEN**

De SodaStream Flavors Red Berry Mix, Blackcurrent, Fruit Mix en Orange Mix zijn unieke smaken met 50% vruchtensap om je SodaStream (bruis)water een extra fruitige smaak te geven. **Glazen fles met SodaStream Flavors, € 4,99.** [www.sodastream.nl/flavours](http://www.sodastream.nl/flavours)

THE GEORGE RESTAURANT

**Hotel de Leijhof**  
in Oisterwijk

**BRUIST Deal**

Bij Hotel de Leijhof in Oisterwijk

Overnachting in een Comfort Room van één van de meest luxe boutique hotels van het bosrijke Oisterwijk. Culinaire 3-Gangen Menu Du Chef. Luxueus ontbijt - Parkeren.

**€79,50 p.p.\***

Reserveer via [www.leijhof.nl](http://www.leijhof.nl) met promocode **BRUIST**

\*excl. lokale heffingen. Op basis van min. 2 pers.

# Religieus Erfgoedroute

Zutphen kent een rijke religieuze geschiedenis. Dit wordt weerspiegeld in de gebouwen waarin die religies werden gehuisvest en uitgeoefend. Het diverse erfgoed in Zutphen wordt in 2018 verbonden in de Religieus Erfgoedroute. Alle gebouwen hebben hun eigen verhaal en geschiedenis, zijn al heel oud of juist nog relatief jong, vertellen bekende verhalen, maar ook onontdekte en spannende geschiedenissen.

## Lutherse kerk



In 1693 was het eindelijk zo ver: de kerkenraad van de Lutherse Kerk in Zutphen kreeg toestemming van het stadsbestuur een eigen kerk te bouwen. Die toestemming was noodzakelijk, want in de zeventiende eeuw gold de calvinistische godsdienst als de enige ware religie. Lutheranen hadden, net als katholieken, geen burgerrechten. De Lutherse gemeenschap ziet het jaar 1693 dan ook als haar beginpunt in Zutphen, hoewel er in de zestiende eeuw ook al volgelingen van Luther in de stad waren.

Historische Vereniging Zutphen



De kerkenraad kocht een boerderij en richtte deze in tot kerkgebouw. Het werd een simpele kerk met één ruimte. Volgens de Lutheranen moest de predikant namelijk zo hoorbaar en zichtbaar mogelijk zijn. Het achterste gedeelte van het pand was bedoeld als woonhuis voor de dominee.



Tussen 1696 en 1715 werd het kerkhuis bewoond door dominee Georg Koopman. Het huis beviel hem echter niet en hij ging elders in de stad wonen. Ook zijn opvolgers woonden liever ergens anders. Zo kwam er op de plek van het kerkhuis plek voor een orgel, het pronkstuk van de kerk.

In de twintigste eeuw wordt in de Nieuwstad een hofje gebouwd, waardoor het leven van de Lutherse gemeenschap in de samenleving minder geïsoleerd werd. Het hofje is nog steeds te bezichtigen. Het is herkenbaar aan de zwaan in de bovengevel. Op de gevelsteen en op het dak van de Lutherse kerk is eveneens een zwaan te zien, een kenmerkend symbool voor Nederlandse Lutherse kerken. Volgens de overlevering zou Johannes Hus, een bekende voorloper van Maarten Luther, het volgende hebben gezegd toen hij naar de brandstapel werd geleid: 'Een gans kun je tot zwijgen brengen; maar na mij zal er een



Historische Vereniging Zutphen





zwaan komen en die zullen jullie de mond niet kunnen snoeren'. ('Hus' is Tsjechisch voor gans). In de kerk zelf worden nog steeds diensten gehouden.

### Orgel

Het orgel dat zich in de Lutherse Kerk bevindt, geplaatst in 1831, is aangewezen als rijksmonument. Dit orgel is te vinden op de tweede galerij, die aanvankelijk bedoeld was als kerkhuis, een plek waar de dominee kon wonen.



Nadat de dominee elders in de stad ging wonen, kwam er in de kerk plek vrij voor een orgel. Dit werd in 1734 aangeschaft en werd beschouwd als een kerkjuweel. Er kwamen echter al snel klachten. Door temperatuurschommelingen en vochtigheid in de kerk waren er vaak problemen en het onderhoud was prijzig. In de eerste helft van de negentiende eeuw was het orgel in zo'n slechte staat dat de kerkenraad begon uit te kijken naar een nieuw orgel. De Groningse orgelbouwer Lohman mocht een opzet maken voor de bouw van een totaal nieuw orgel, dat uiteindelijk in 1831 geplaatst werd. Men liet zich hierover lovend uit en het is sinds dat moment te beschouwen als kerkjuweel.

De route is samengesteld door het Erfgoedcentrum Zutphen van de gemeente Zutphen, in samenwerking met Stichting Zutphen Promotie. Haal de route op bij de VV aan de Houtmarkt 75 en/of download de gratis audiotour op je mobiele telefoon.

**Voor meer informatie:**  
[www.inzutphen.nl/nl/religieus-erfgoedroute](http://www.inzutphen.nl/nl/religieus-erfgoedroute)

Zo werkt de audiotour:

1. Download 'Podcatcher audio guide' op je smartphone: App Store & Google Play
2. Open de app.
3. Tik om te starten.
4. Zoek op 'Stedelijk Museum Zutphen'.
5. Selecteer de audiotour 'Religieus Erfgoedroute Zutphen'.
6. Download de tour en start bij een van de tien kerken.

*Veel luister- en wandelplezier!*

Informatie over Zutphen kun je vinden:

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

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

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

“Wow, we’re going to Ibiza.” De Vengaboys zongen het al en inmiddels volgen meer en meer Nederlanders deze goede raad op.

Want Ibiza is hot, Ibiza leeft, **Ibiza bruist!**

Sinds juli 2018 brengen we ook een glossy magazine uit op Ibiza. Wil je Ibiza Bruist elke maand in je brievenbus? Neem dan een **abonnement** voor € 1,49 per maand. Mail je gegevens naar [abonnement@nederlandbruist.nl](mailto:abonnement@nederlandbruist.nl).

Je kunt op Ibiza **culinair** genieten bij bijna **1200 restaurants** en de smalle straatjes zijn gevuld met **boetiekjes**, gezellige **bars** en **kunstateliers**.

Er zijn meer dan **70** kleine en grotere **stranden** te vinden op Ibiza die een bezoekje waard zijn!

**Huis kopen** op Ibiza? Huur eerst een tijdje een huis in de regio waar je wilt wonen voordat je tot kopen overgaat.

Wist je dat Ibiza veel te bieden heeft voor **kinderen?** Er zijn vele strandjes, accommodaties, restaurants én activiteiten waar kinderen heerlijk van kunnen genieten.

Historische Vereniging Zutphen





# Bewuste bewegelijkheid...?!

We staan er vaak niet bij stil hoe bijzonder veel bewegingen we dagelijks maken. En hoe bijzonder goed dit geweldige geheel van nature op elkaar is afgestemd. Bij alles wat we doen zetten we ons systeem van spieren, botten en gewrichten in beweging. We staan, zitten, tillen, bukken, lopen, springen, grijpen, houden vast. Totdat iets hapert... Hoe bijzonder lastig kan dat vervolgens zijn. Opeens is bewegen niet zo vanzelfsprekend meer. Opeens moeten we nadenken over bewegen en er veelal hulp bij zoeken: de fysiotherapeut.

## Belemmerende bewegingen

Fysiotherapie is gericht op belemmeringen in ons hele systeem van bewegen. Met behulp van bepaalde technieken zorgen fysiotherapeuten ervoor dat niet alleen klachten bij (start)houding en beweging worden behandeld, maar ook dat (ergere) klachten worden voorkomen. De fysiotherapeuten van het HeelHuis Gezondheidscentrum zijn dan ook echte specialisten op een groot aantal gebieden: van manuele therapie, chronische pijn & vermoeidheid, heuprevalidatie, knierevalidatie, MTT (Medische Training Therapie), nek- en hoofdpijnklachten, revalidatie na een CVA/beroerte/ hersenletsel, schouderklachten tot aan echografie, dry needling, EPTE® (Echogeleide Percutane Elektrolyse) en sinds kort ook bekken- en bekkenbodempatiëntiek.

## Samen sterk

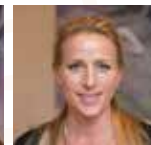
Behandelen doe je niet alleen, maar juist als team. Bij het HeelHuis kies je bewust je therapeut en werk je samen aan verbetering. En ook de therapeut binnen het HeelHuis werkt veel samen. Het fysiotherapie team bestaat uit zeer enthousiaste, bevlogen en vakkundige specialisten. Jarenlange ervaring en gerichte kennis worden daardoor, waar nodig, heel gemakkelijk gezamenlijk ingezet. Ook in combinatie en samen met diverse andere medische en paramedische specialisten van 'binnen & buiten', bijvoorbeeld door het geven van lezingen ([www.heelhuus.nl/workshops-en-trainingen/](http://www.heelhuus.nl/workshops-en-trainingen/)).



Birthe Gerritsen



Joska van Soest



Daniëlle Menting



Rick Bosch



Bert van der Weide



Niekro Franck



Peter ter Horst

## Basis, bekken en meer

Onlangs is Silvia Liesker het HeelHuis team extra komen versterken. Ze had in eerste instantie wat uren opgevangen tijdens het verlof van andere fysiotherapeuten. En dat beviel zo goed, dat ze besloot om permanent voor het HeelHuis te komen werken. "Ik krijg energie van samenwerking. Het vinden van de juiste behandelingsmethode is voor mij een combinatie van – waar nodig multidisciplinair - bepalen wat de beste aanpak is en rekening houden met de wensen van de cliënt en zijn of haar omgeving". En dat is precies wat bij het HeelHuis voorop staat en alle behandelaars graag doen. Daarnaast is Silvia niet alleen gespecialiseerd in bekkenproblematiek, maar geeft ze ook Pilates-lessen. Een heel mooie mix voor bewust bewegen!



**HEEL**  **HUUS**

GEZONDHEIDSCENTRUM

De Gaikhorst 2, 7231 NB Warnsveld | T 0575-746046 | [www.heelhuus.nl](http://www.heelhuus.nl)

# Vakantie!

De *Zon*  
speelt al buiten.  
Kom je ook?



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

De grote schoolvakantie staat weer voor de deur! Wat een heerlijk vooruitzicht! Nog even de laatste stressweken voordat we helemaal alles mogen loslaten en ontspannen. Alles wordt afgerond en maakt zich op voor het grote overgeven.

Het grote overgeven aan de vakantie heeft meestal nogal wat voeten in de aarde. Besluit je lang van tevoren hoe en wat of kort voor het gebeuren wat te gaan doen? Gaan we weg of blijven we thuis? Gaan we naar het buitenland of blijven we in Nederland? Plannen we het vooraf of gaan we op de bonnefooi op pad? Alleen of met anderen? Keuzestress genoeg!

#### Loslaten van subtiele verslavingen

Als dan eenmaal helder en duidelijk is wanneer wat gaat gebeuren, kun je dan de voorbereiding in redelijk rust laten plaatsvinden? Of moet alles op het laatste moment ingeslagen en georganiseerd worden?

We gebruiken de zomervakantie om bij te komen en weer op te laden. En omdat de dagen er absoluut anders uitzien dan we in ons gebruikelijke ritme gewend zijn, kom je al snel allerlei gewoontes van jezelf tegen waar je bij stil kunt staan of je die nog wel wilt. Koffie 's ochtends vroeg; je telefoon de hele dag bij de hand; alles checken op social media; iPad voor de kids om te gamen, je dagelijkse drankje. Misschien zijn de gevolgen van deze verslavingen niet zo groot, maar ze kunnen je wel degelijk in de weg zitten. Je kunt je oncomfortabel voelen als ze er niet zijn.

Durf je jezelf af te vragen of op het moment dat de neiging ertoe opkomt of er alternatieven zijn? En kun je dan ook merken dat je heel anders met je dierbaren omgaat? Dat je meer openstaat voor hen en dingen met ze samendoet? Spelletjes doen, op avontuur gaan, samen zwemmen, een hut bouwen, een goed gesprek hebben samen, een boek lezen, voorlezen, een theaterspel samen in elkaar zetten en opvoeren... Hoe lang duurt het voor je dan echt kunt genieten van je andere ritme?



#### Loop je vast? Met jezelf, in je relatie, in je werk of in je gezin?

Vastlopen in het leven kan op elke leeftijd gebeuren en kan te maken hebben met allerlei zaken. Diepgaande moeilijke levenservaringen, relatieproblemen, knelpunten in je persoonlijke ontwikkeling ervaren, (bijna) burnout zijn, verlies/rouwperiodes doormaken of bij het verwerken van angst- en trauma ervaringen.

Goede begeleiding kan je daarbij helpen. Core-Coaching is een praktijk voor therapie en counseling waar met aandacht en zorg naar je geluisterd wordt. Waar betrokkenheid en helderheid, diepgang en pragmatisch handelen op de eerste plaats komen.



Molengracht 4, Zutphen  
06-40533244  
www.core-coaching.nl

KIJK OP  
[WWW.CORE-COACHING.NL](http://WWW.CORE-COACHING.NL)  
VOOR MEER INFORMATIE

# VOEL JE VRIJ MET EEN ENERGETISCHE OPRUIMING

We leven in een illusie waarin onze gedachten gevangen worden gehouden door regels. Hierdoor wordt ons vrije denken heel erg beperkt. Kunnen we wel echt vrij denken, vrij voelen, vrij zijn? We moeten altijd wel iets en wat zal mijn omgeving er wel niet van zeggen?

We worden permanent beïnvloed door onze omgeving. Dit werkt zo in onze maatschappij, maar de maatschappij is een afspiegeling van onze energetische wereld om en in ons. Deze wereld geeft veel afleiding zodat we niet bij ons zelf kunnen zijn. Al deze energetische wezens hebben maar één doel en dat is ons afleiden, zodat we er niet achter komen dat al onze kracht in ons zit. Deze kracht is groot, maar we zijn dit allemaal vergeten. Het is zelfs door hen van ons afgenomen. We leven volgens de regels van deze onderdrukte wereld. Het is daarom ook van belang dat we weer leren voelen zodat ons gevoel kan groeien. We kunnen namelijk veel meer dan dat we zelf voor kunnen stellen.

In onze behandeling zijn we hiervan bewust en gaan we ook eerst een energetische opruiming doorvoeren. Na deze transformatie komt er een vrijheidsgevoel vrij. Met dit gevoel en ruimte kan de cliënt zijn eigen levenspad weer oppakken. De behandeling stopt natuurlijk niet in de praktijkruimte.

We geven onze cliënten ook een actieve nazorg zodat ze zich ook vrij blijven voelen. Want de kans op terugval in deze chaotisch maatschappij met allerlei verplichting is aanwezig.

## COLUMN/HELDERLICHT INZICHT



Helderlicht  
inzicht

Wilmi Eppink en Ronnie Bennink houden zich sinds hun jeugd al bezig met spiritualiteit. Door zich verder te verdiepen maakten ze beiden een groei door in hun eigen bewustzijn. Met hun sensitieve en energetische gaven helpen Wilmi en Ronnie sinds vijf jaar ook anderen bij het ontdekken van de eigen ik. Dat doen ze bij 'Helderlicht inzicht' aan de hand van het aanbieden van energetische therapie, lezingen en workshops.

Aaltenseweg 109, Vragender  
06-20794099  
info@helderlichtinzicht.nl  
[www.helderlichtinzicht.nl](http://www.helderlichtinzicht.nl)

## DAGJES UIT IN JULI!



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

**De Zwarte Cross**  
**12 t/m 15 juli in Lichtenvoorde**  
Dit evenement combineert een muziekfestival en een motorcross.

**Over het IJ Festival**  
**12 t/m 21 juli.** Geniet tijdens dit zomerse theaterfestival in Amsterdam.

**North Sea Jazz Festival**  
**12 t/m 14 juli in Rotterdam**  
In juli verandert Rotterdam in de jazzhoofdstad van de wereld.

**De Nijmeegse Vierdaagse**  
**16 t/m 19 juli**  
's Werelds grootste wandelevenement is een must voor elke wandelaar.

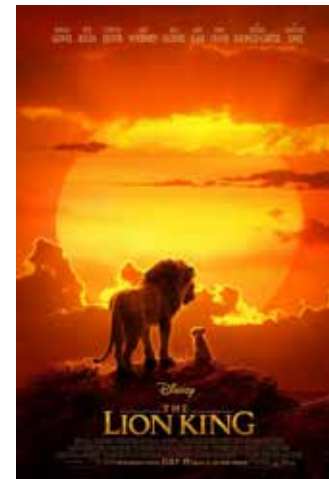
**De Tilburgse Kermis**  
**19 t/m 28 juli**  
De 10-daagse Tilburgse Kermis is de grootste kermis van de Benelux.

**Rotterdam Unlimited**  
**23 t/m 27 juli in Rotterdam**  
Bekende artiesten én de kleurrijke parade van het Zomercarnaval.

## FILMPJE KIJKEN THE LION KING

## BINNEN/BUITEN

In deze geheel nieuwe Disney Live Action film van regisseur Jon Favreau reist The Lion King naar de Afrikaanse savanne waar een toekomstige koning is geboren. Simba (Donald Glover) adoreert zijn vader, koning Mufasa (James Earl Jones), en neemt zijn eigen koninklijke bestemming ter harte. Maar niet iedereen in het koninkrijk viert de komst van de nieuwe welp. Scar (Chiwetel Ejiofor), Mufasa's broer, heeft zijn eigen plannen voor de troon. Beyoncé Knowles-Carter verzorgt de stem van Nala en Seth Rogen is te horen als Pumbaa. **THE LION KING draait vanaf 17 juli in de bioscoop.**



## BOEKJE LEZEN HENDRIK GROEN



**EEN KLEINE VERRASSING** Hendrik en Evert, trouwe vrienden in voor- en tegenspoed, bezoeken elkaar elke vrijdagavond voor een potje schaak en een borrel. Onderwijl nemen ze het leven door. Maar op een dag wordt de rust ruw verstoord als Evert bij Hendrik aankomt met een onverwachte kleine gast. In een vlaag van verstandsverbijstering is hij aan de wandel gegaan met een éven onbeheerd achtergelaten kinderwagen met baby. De vrienden zinnen op een manier om het kleintje zo snel mogelijk weer ongezien bij de ouders terug te brengen. **EEN KLEINE VERRASSING van HENDRIK GROEN is voor € 19,99 te koop.**



## Ontsluiering

Loslaatcoach en energetisch werker

### Onrust in het lijf en gebrek aan focus

*Aanmaak stresshormonen adrenaline, histamine en cortisol*

- Wat is mijn kind onrustig of druk. Hoe komt dit nou. En dat na een filmpje kijken.
- Na het eten van bepaalde voeding wordt ze ineens zo druk en niet bereikbaar
- In bepaalde situaties krijg je depressieve gevoelens, waarom is dit nou.

Hierboven staan een paar voorbeelden waarin je wellicht jezelf of je kind herkent. Hoe komt dit nou dat je zo gaat voelen en reageren. Daar ligt vaak een combinatie van factoren aan ten grondslag.

#### Vanuit trauma adrenaline aanmaken

Door iets te zien waar je een associatie bij hebt kan je zomaar adrenaline aanmaken. TV kijken is zo'n voorbeeld. Het lichaam ziet iets en ervaart tevens een beleving. De koppeling zit hem dan in zien, beleven en willen vluchten of vechten. Adrenaline zorgt voor verhoogde hartslag en zo kan het lichaam meer. Maar doordat je niet vlucht of vecht word je druk en dit is niet tegen te houden vanwege de aanwezigheid van teveel



[www.ontsluiering.nl](http://www.ontsluiering.nl) | 0640337893

adrenaline. Op den duur kan dit tot hartkwalen of zelfs hartfalen leiden.

Adrenaline is een hormoon en neurotransmitter en wordt aangemaakt in de bijnieren. De stof activeert het autonome zenuwstelsel waardoor je lichaam gaat handelen.

#### Je maakt "zomaar" histamine aan

Als je bepaald voedsel eet komen er stofjes vrij in je lichaam. Histamine is er één van. Doordat dit niet op dat moment nodig is gaat het lichaam reacties vertonen die niet gewenst zijn en waar je niets aan kunt doen. Dit beïnvloedt weer de ritmes in ons lichaam. Bijvoorbeeld slapen/waken. Hierdoor word je sloom of overactief, al naar gelang te veel of te weinig histamine. Het kan leiden tot slapeloosheid en angststoornissen.

Lees dit artikel verder op mijn website over de hieraan gerelateerde verslavingen, van zowel voedsel als het opzoeken van conflicten. En de uitdaging van Cortisol.

Wil je ervan af, maak dan een afspraak.



# VOOR CHRONISCHE EN ACUTE KLACHTEN



Kijk op de website voor referenties van patiënten

Cor Kootstra ontvangt in het Bioresonantiehuis veel mensen met uiteenlopende klachten die elders zijn uitgedokterd. Het gaat dan om zowel chronische als acute klachten. Bijvoorbeeld: rugpijn, urineverlies, allergie, bronchitis, ziekte van Pfeiffer, jeuk, blaasontsteking, hartkloppingen, ADHD en ga zo maar door. Ook emotionele problemen zoals stress of sollicitatieangst zijn goed te behandelen.

Bij het Bioresonantiehuis worden patiënten behandeld met frequentetherapie: kleine stroomstootjes met de Scio-Eductor die je niet voelt maar die het orgaan of deel van het lichaam waar het probleem zit wel de aanzet geven tot genezing. Kootstra daarover: "Het doet geen pijn, maar je voelt de energie als het ware stromen. Ik ben hier in 2005 mee begonnen en heb al heel veel mensen geholpen." Voor de behandelingen zijn geen urenlange gesprekken nodig. Alleen lekker in de relaxstoel zitten.



Heeft u een chronische of acute klacht: bel of mail ons dan, er is heel veel wat we kunnen doen.

#### BRH

Haarskamp 69 Ruurlo  
06-48149424

[info@hetbioresonantiehuis.nl](mailto:info@hetbioresonantiehuis.nl)  
[www.hetbioresonantiehuis.nl](http://www.hetbioresonantiehuis.nl)





# Festival season

Ben jij ook zo'n enorme festival lover? Dan zal het deze zomer niet bij slechts een festival blijven. Dansen en chillen totdat de zon ondergaat en de volgende morgen weer vroeg uit je tentje om gewoon weer door te gaan.

1. Havaianas, € 30,- [www.havaianas-store.com/en](http://www.havaianas-store.com/en)
2. Revitalising Gel Cleanser van Beauty Kitchen, € 17,49 [www.hollandandbarrett.nl](http://www.hollandandbarrett.nl)
3. Jelly Highlighter van Rimmel, € 13,99 [www.rimmellondon.com](http://www.rimmellondon.com)
4. All Day Nighter Setting Spray Travelsize Limited Edition van Urban Decay, € 14,- [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)
5. Zonnebril Lancer van Barton Perreira, € 495,- [www.bartonperreira.com](http://www.bartonperreira.com)
6. Dry Shampoo van Authentic Beauty Concept, € 25,95 [www.authenticbeautyconcept.com](http://www.authenticbeautyconcept.com)

7. Mini's van Love Beauty and Planet, € 2,49 [www.lovebeautyandplanet.com/nl](http://www.lovebeautyandplanet.com/nl)
8. Hello Happy Velvet Powder Foundation van Benefit Cosmetics, € 29,- [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
9. Festival Nite for Her e.d.p. en for Him e.d.t., vanaf € 25,- [www.moureau.be](http://www.moureau.be)
10. Vernis à Lèvres Water Stain van YSL, € 38,50 [www.ysl.com](http://www.ysl.com)
11. Hypnôse Drama Mascara van Lancôme, € 33,- [www.lancome.nl](http://www.lancome.nl)
12. Waist bag van Lacoste € 130,- [www.lacoste.com/nl](http://www.lacoste.com/nl)

Nieuwe  
outlet  
meubels



*Wij geven uw spullen  
een 2e kans...*

[www.kringloopdecirkel-deventer.nl](http://www.kringloopdecirkel-deventer.nl)

complete woningontuiming • verhuizingen

**Openingstijden:**

ma-za 9.00-17.00 uur (Deventer)

ma-za 9.00-17.00 uur (Borculo)

**Heeft u spullen over?**

U kunt het bij ons inleveren  
of wij halen het gratis op.

**Kringloop de Cirkel**

Arnhemstraat 16 | 7418 CL Deventer | 0570-594824 | 06-30376380

Graaf Wichmanstraat 1 | 7271 CC Borculo | 0545 - 224947 | 06-57992875

[www.kringloopdecirkel-deventer.nl](http://www.kringloopdecirkel-deventer.nl) | [KDC@hotmail.nl](mailto:KDC@hotmail.nl)

## Leave nothing but footprints, take nothing but pictures

Ibiza is een eiland met prachtige natuur, mooie strandjes, bijzondere plekjes. In de zomer komen honderdduizenden toeristen genieten van de schoonheid van Ibiza, of gaan ze volledig naar de kloten in het duistere nachtleven. Allemaal prima.

Alleen produceren die honderdduizenden gasten in korte tijd een onvoorstelbare hoeveelheid afval. En waar laat je dat op een eiland? Op het strand bijvoorbeeld. Kijk maar eens naar de schrikbarende hoeveelheid peuken, plastic, flesjes en blikjes. Why? Iedereen vindt het belachelijk, niemand doet het, toch ligt het er. Geeft niet, na de zomer ruimen eilandbewoners de troep gewoon op.

Helaas is dit een uiting van een laag bewustzijnsniveau. Geen verantwoordelijkheid nemen en vreselijk asociaal gedrag. Waar ik jouw aandacht voor wil vragen, is erbij stil te staan wanneer je boodschappen doet, wanneer je de afvalbak volpropt. Wees zuinig met afval. Ibiza is een eiland met rondom de zee, hier kunnen we de afvalbergen niet verstoppen. Iedereen wil toch kunnen blijven genieten van al het moois, het heldere water en de mooie stranden en de natuur?

Fijne vakantie en ruim ook je hoofd op!

*Michael Pilarczyk*



YOU'RE INVITED TO OUR  
**SHOWROOM**  
 VLOERKLEDEN VOOR ÉLK INTERIEUR



**COLORS @HOME**

**QIDI DESIGN**  
 VARSSEVELD

**WOLF**  
 DIDAM

**Varsseveld:**  
 Spoorstraat 4-6 | 7051 CJ | Telefoon (0315) 64 29 29  
 E-mail qidi-varsseveld@colorsathome.nl

**Didam:**  
 Spoorstraat 16-18 | 6942 ED | Telefoon (0316) 22 13 34  
 E-mail wolf@colorsathome.nl



*Ervaar Zutphen vanuit de Fietstaxi*

Wil je meer zien dan alleen de binnenstad of zijn de benen moe van het slenteren in de stad? Nanneke Dorenbos laat jou de mooiste plekjes van Zutphen zien.

**Kijk op de site of bel voor meer informatie, beschikbaarheid en reserveringen.**

**0575-228006 | info@fietstaxizutphen.nl  
 www.fietstaxizutphen.nl**

## FIETSSPECIALZAAK VAN RUURLO

- **Uitstekende service** Ik haal en breng fietsen die gerepareerd moeten worden doorgaans kosteloos en er staat altijd een gratis leenfiets klaar.
- **Groot assortiment** Met alle bekende merken, tweedehands fietsen en uiteraard ook E-bikes.
- **Fietsverhuur** Toeristen die onze prachtige Achterhoek willen verkennen, kunnen bij mij fietsen huren en tips krijgen voor fraaie routes door de bossen en langs prachtige landerijen.

Dorpsstraat 31, Ruurlo  
**0573-453100**  
 info@fokkinktweewielers.nl  
 www.fokkinktweewielers.nl



# De Zutphense fluisterboten



Een fluisterboot voert u in ongeveer één uur langs de mooiste plekjes aan de rivier de Berkel en door de grachten van de stad. De rondvaart begint en eindigt midden in het centrum van Zutphen, bij de steiger aan het Rijknhage.

## De Vaartijden

Maandag t/m zondag  
11.00 uur / 13.00 uur / 15.00 uur  
en op zaterdag: 16.30 uur

## De Prijzen

Personen vanaf 10 jaar: € 6,00  
Kinderen van 5-9 jaar: € 3,75  
Kinderen tot en met 4 jaar: Gratis



Boek een 'Rondom  
12-arrangement'.  
Voor een kijkje op  
de mooiste plekjes  
van Zutphen en  
omgeving.

## Groepsreserveringen

€ 110,00 voor een grote  
boot  
€ 60,00 voor een kleine  
boot

## 12-arrangement

Kosten € 37,50 per persoon

## Arrangement

**Berkel Culinair**  
Kosten € 56,50 per persoon

Groepen kunnen reserveren via [www.fluisterboot-zutphen.nl](http://www.fluisterboot-zutphen.nl)  
Voor meer informatie mail naar [info@fluisterboot-zutphen.nl](mailto:info@fluisterboot-zutphen.nl)

Kaartverkoop, opstapplaats en meer informatie · Fluisterboot Zutphen · Rijknhage 1  
7201 LP Zutphen · 0575 - 544510 · [www.fluisterboot-zutphen.nl](http://www.fluisterboot-zutphen.nl) · [info@fluisterboot-zutphen.nl](mailto:info@fluisterboot-zutphen.nl)



## De leukste kapsalon van Zutphen

### Kapsalon ThirtyOne Green

**Hair Care** is de grote winnaar in de gemeente  
Zutphen in de Verkiezing van de Leukste Kapper  
en Kapsalon 2019!

Op 26 mei 2019 werden de gemeente- en provinciewinnaars tijdens de Award Uitreiking bij The Hair X-perience in Gorinchem gehuldigd door Maik de Boer. Ook werden hier de landelijke winnaars bekendgemaakt door de vakjury en onderscheiden. Met de meeste stemmen en de hoogste waardering was ThirtyOne Green Hair Care de grote winnaar in Zutphen en ontvingen zij de **Gold Award**.



Groenmarkt 2, Zutphen  
0575-542640  
[info@greenhaircare.nl](mailto:info@greenhaircare.nl)  
[www.greenhaircare.nl](http://www.greenhaircare.nl)

**THIRTY  
ONE  
GREEN  
HAIR CARE**



# Evenementen in Zutphen e.o.

Deze zomer kun je in Zutphen volop genieten van allerlei soorten fotografie tijdens Fotozomer Zutphen. Bezoek in onze historische Hanzestad in de maanden juli en augustus maar liefst tien verschillende foto-exposities en laat je verrassen en ontroeren door de uiteenlopende verhalen die in beeld zijn gevangen. Ook worden er workshops en andere activiteiten georganiseerd. Hier enkele voorbeelden.

**VANAF 5 JULI T/M 31 AUGUSTUS**  
**ELKE MAANDAG TUSSEN 12.00 - 17.00 UUR**  
**ELKE DI-, WO-, DO-, VR- EN ZATERDAG TUSSEN**  
**9.00 - 18.00 UUR**  
**BEAN SHOT ZUTPHEN**



Bean Shot Zutphen is een expositie met foto's van Zutphenaren met hun koffiemoment. Hun koffieritueel. Door deze expo sta je even stil bij je eigen kleine rituelen, die eigenlijk belangrijker zijn dan je denkt. De foto's zijn te bewonderen in de koffiewinkel en -bar Van Rossum's. Ideaal dus om onder het genot van een heerlijke kop koffie mooie foto's te bekijken.

Toen fotografe Aukje Simone als 17-jarige naar Rotterdam verhuisde, zocht ze naar een manier om zich te verbinden met de stad. Zo rolde ze de koffiewereld in. Achter

de bar van Coffee Company kwamen de stad en zijn mensen aan haar voorbij. Opmerkelijk waren de vaste klanten, hun vaste bestelling en de tijden waarop ze steevast kwamen. Het was een ritueel. Daaruit ontstond de inspiratie voor haar afstudeerwerk aan de Willem de Kooning Academie, de mens en zijn hedendaagse ritueel, het koffieritueel.

Op een nader te bepalen dag in de piekweek van de fotozomer kan je jezelf door Aukje Simone laten portretteren met je kopje koffie bij Van Rossum's Koffie op een daarvoor ingericht plekje in de winkel.

**Prijzen:** Gratis  
**Locatie:** *Van Rossum's Koffie Turfstraat 10, Zutphen*



**ELKE MAANDAG EN ZONDAG VANAF 12 JULI**  
**T/M 4 AUGUSTUS TUSSEN 13.00 - 17.00 UUR**  
**ELKE DI-, WO-, DO-, VR- EN ZATERDAG VANAF**  
**12 JULI T/M 4 AUGUSTUS TUSSEN 11.00 -**  
**17.00 UUR**

**WORLD PRESS PHOTO ZUTPHEN**  
De allernieuwste tentoonstelling van World Press Photo is deze zomer in Zutphen te zien! Voor

de vijfde keer komt de beste visuele journalistiek van het afgelopen jaar naar onze stad. Van vrijdag 12 juli tot en met 4 augustus zijn de foto's te zien in de Walburgiskerk.

Naast de tentoonstelling worden er lezingen over fotografie georganiseerd en een zeer bijzonder diner te midden van de tentoonstelling in de Walburgiskerk in samenwerking met restaurant By Chiel.

**Prijzen:** € 5,00 (kinderen tot 12 jaar gratis)  
**Locatie:** *Walburgiskerk Kerkhof 3, Zutphen*

**ELKE ZONDAG VANAF 5 JULI 2019 T/M 31 AUGUSTUS**  
**TUSSEN 12.00 - 17.00 UUR**

**FOTO'S VAN HEINDE EN VERRE**  
Speciaal voor Fotozomer Zutphen exposeert Art Gallery Diesselweerd - naast beelden, glasobjecten en digitale schilderijen - foto's van eigenaren Tanja Blekkink en Jos Ruis. Foto's van Zutphen, de Achterhoek, maar ook Antarctica. Voor deze gelegenheid hebben ze de foto's in kunstthars laten gieten.

**Prijzen:** Gratis  
**Locatie:** *Art Gallery Diesselweerd Vierakkersstraatweg 6, Zutphen*



## Uitgelicht

**ZONDAG 14 JULI OM 16.00 UUR**  
**MUZIEK IN DE KOMOREBI**



Muziek en fotografie ontmoeten elkaar bij dit 'fotoconcert' Muziek in de Komorebi (komorebi betekent zonlicht dat door de bomen wordt gefilterd). Pianiste Eunhee Baek brengt een programma met kleurrijke muziek van de vroege 18e tot de 20e eeuw, waarbij Karin Shikata haar foto's presenteert. Voor hun samenwerking vonden de Koreaanse pianiste en de Japanse fotografe zowel inspiratie in de natuur als in de muziek. Tijdens het concert zijn er drie korte presentaties over het repertoire en de foto's. Ook veel componisten vonden inspiratie in de natuur. Eunhee kiest in dit concert onder andere voor Skovstilhed (de stilte van het bos) uit de Lyrische stukken van Edvard Grieg, Reflets dans l'eau van Debussy en Au lac de Wallenstadt uit de Années de Pèlerinage van Franz Liszt.

**Prijzen:**

Volwassenen	€ 18,00
Kinderen 13 t/m 17 jaar	€ 12,00
Kinderen 6 t/m 12 jaar	€ 9,00
Kinderen t/m 5 jaar	Gratis
Museumjaarkaart	€ 15,00

**Locatie:** *Geelvinck Muziek Museum Zaadmarkt 88, Zutphen*

P400E PHEV - ONZE MEEST INNOVATIEVE AANDRIJVING OOK

# LAND ROVER PLUG-IN HYBRID



ABOVE & BEYOND



www.vanmossel.nl/land-rover

# Van Mossel