

'T GOOI 

OKTOBER 2019 WWW.TGOOIBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST



Oktober, een
maand vol

inspiratie

Ontdek het
heerlijke Belgische
leven in **Gent**

Alles om je mooi te voelen

Dé dokter

voor Medisch Cosmetische Behandelingen

Dokter André (André Boom) is bekend van TV (RTL4 en SBS6) en diverse glossy's in Almere, Lelystad en 't Gooi. Met passie helpt André jou om er jaren jonger uit te zien. Zodat je weer gelukkig wordt wanneer je in de spiegel kijkt.



André werkt met eerlijke producten en gebruikt botox en fillers van de beste producenten. Alle producten worden geleverd door gespecialiseerde apothekers. Hierdoor weet je altijd zeker dat de producten een betrouwbare herkomst hebben.

Botox behandelingen

Dokter André gebruikt botox veelal voor de spiertjes tussen of naast de ogen en het voorhoofd, maar ook voor tandenknarsen en overmatig zweten. Daarnaast kan botox helpen tegen verschillende vormen van hoofdpijn.



Kijk uit. Jezelf mooier maken kan lelijk uitpakken.
Een geslaagde ingreep begint bij een goede arts.

Ervaren cosmetisch arts
Natuurlijk resultaat
Gratis consultgesprek
Eerlijk advies



Afspraken via
www.dokterandre.nl
of telefonisch
035 8200426

Hyaluronzuur behandelingen

Fillers van Hyaluronzuur worden gebruikt voor het opvullen van de lippen, diepe lijnen in de kin of van de neus naar de mondhoeken. Ook de wangen kunnen meer volume krijgen met deze fillers.

NIEUW: Profhilo

Wil jij wél een strakkere huid, maar geen botox of fillers? Profhilo is de oplossing! Met een speciale methode wordt deze lichaamsgeen stof in de huid geïnjecteerd, waarna de stof zich

langzaam verdeelt in de huid. Het gevolg? Er wordt meer collageen en elastine gevormd, waardoor de huid weer mooier, strakker en gezonder wordt.

Maak een afspraak en ontdek hoe Dokter André jou kan helpen!



BEHANDELINGEN

RIMPELS

FILLERS

BOTOX

PROPHILO

ULTHERAPHIE

LIPPEN



DOKTERANDRÉ

Veluwezoom 5 Almere
Haardstedelaan 3 Huizen
035 8200426
www.dokterandre.nl

Een heerlijke en ontspannen

vakantie onder de zon

RUST, LUXE EN EEN
ADEMBENEMEND UITZICHT



Gran Canaria is het eiland waar de zon vrijwel het hele jaar schijnt en waar je heerlijk kunt genieten van zon, zee en strand. In vier uur vlieg je al naar deze ideale vakantiebestemming.

Vista Bella Bungalows

De familie Van Lanen kocht en renoveerde het afgelopen jaar zes bungalows in Maspalomas, naar de wensen en eisen van deze tijd. Het resultaat is een prachtig complex van zes bungalows met een zwembad en een geweldig uitzicht (zie vistabellabungalows.eu).

De bungalows zijn van alle gemakken voorzien en beschikken over twee slaapkamers, een woonkamer, een badkamer, een volledig uitgeruste keuken en een privéterras. Daarnaast vind je aan de voorkant het gezamenlijke terras met een heerlijk zwembad. Elke bungalow is geschikt voor vier personen.

Perfekte locatie

Het complex is gelegen op een heerlijke, rustige plek, maar toch dicht bij alle voorzieningen (o.a. clinic, tandarts, etc.). Het strand van Maspalomas is op loopafstand en er zijn ook voldoende mogelijkheden om te shoppen of iets te eten en te drinken. Om het eiland verder te bezichtigen is het handig om een auto te huren. Voor onze gasten is er een privéparkeerplaats beschikbaar in de parkeergarage die bij het complex hoort.

Ben je dus op zoek naar een mooie en gezellige vakantie waarbij het je aan niets ontbreekt? Boek dan een bungalow bij Vista Bella Bungalows!





8



12



10

Inhoud



18



20



23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
MANAGER Marcel Bossers
OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist
VORMGEVING Nederland Bruist - Mirjam Kuus
THEMA'S Nederland Bruist - Annemiek Jansen
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Linda Grootthuijse
ACQUISITIE Raoul Bosman, 06-15948855

CONTACT 'T GOOI BRUIST
 Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda
 T 076-7115340
 nl@nederlandbruist.nl
 Like ons op Facebook.com/tgooiBruist

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

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

ADVERTEREN?
 Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
 of bel
 076-7115340



Foto: Ron Eskens
sooypictures.nl

Voel jij ze ook alweer? Die kriebels om meer en meer van de huiselijke gezelligheid te genieten nu het buiten niet meer zo heerlijk warm is als van de zomer? Lekker op de bank, met misschien zelfs al wel een warm dekentje om het nog wat behaaglijker te maken. Het mag duidelijk zijn: de herfst heeft zijn intrede gedaan.

Bruisende lezer,

Hoe verleidelijk het misschien ook mag klinken om gezellig binnen te blijven, het zou zonde zijn als je er niet toch af en toe tussenuit gaat. Ook in de herfst is het immers heerlijk in Nederland! En in België trouwens ook... Trek er dus toch eens lekker op uit en ga bijvoorbeeld een dagje (of misschien zelfs weekendje) naar Gent. Waarom Gent? Niet alleen biedt deze stad een perfecte mix tussen geschiedenis, cultuur en het moderne stadsleven. Ook is het hier deze tijd van het jaar prachtig doordat de vele bomen rood, oranje en geel kleuren wat de stad een warm aanzicht geeft. Meer over wat Gent zoal te bieden heeft, lees je verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

En zo hebben we deze maand weer heel wat mooie verhalen voor je op papier gezet. Onder andere de inspirerende verhalen van bruisende ondernemers als C'est Bon Hilversum en Tandheelkundig Centrum Kerkelanden die je maar al te graag een kijkje in hun keuken geven. Kijk je met ons mee?

Veel leesplezier en geniet van de herfst!

Lea en Marcel Bossers

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Haarlem Bruist en Almere Bruist.

Culturele cocktail van historie en moderniteit

Deze herfst is Gent dé stad waar je moet zijn. De stad biedt een perfecte mix tussen geschiedenis, cultuur en het moderne stadsleven. Het is echt een stad voor levensgenieters, met vele bourgondische specialiteiten. Kortom: Gent biedt voor ieder wat wils!



SHOPPEN

Gent is de stad bij uitstek om heerlijk te shoppen. De stad heeft het grootste winkelwandelgebied van België en een veelzijdig markt- en winkelaanbod. Alles ligt op een steenworp afstand van elkaar. Grote bekende winkelketens worden afgewisseld door authentieke boetiekjes. In SoGo, de grootste winkelbuurt, vind je stijlvolle boetieks, eigenzinnige restaurants en speciaalzaken die al jaren bestaan.



8

BELEEF GENT TEN VOLLE MET DE CITYCARD GENT

Uniek in Europa. Beleef, proef en voel levendig Gent verrassend voordelig. De all in CityCard Gent geeft je toegang tot alle topattracties in Gent, inclusief het openbaar vervoer, tegen een rebelse minimumprijs. Met deze kaart in je hand houd je je portemonnee tijdens je hele citytrip dus gewoon op zak. Meer informatie vind je op www.visit.gent.be.

CULTUUR

Als cultuurliefhebber kijk je in Gent je ogen uit. Breng een bezoekje aan het mystieke Gravensteen, de statige Sint-Baafskathedraal en het Belfort van Gent, de vurige mascotte van de stad. In **STAM**, het Stadsmuseum van Gent, maak je kennis met de geschiedenis van de stad en in het **S.M.A.K. MUSEUM** ontdek je de hedendaagse kunst uit de stad.

SCHIP AHOI!

Gent is een waterrijk stadje. Een boottocht door de Gentse binnenwateren is daarom een echte must tijdens jouw trip naar Gent. Vanaf het water bekijk je de stad vanuit een charmant perspectief. Je hebt keuze uit verschillende boottochten over de **GENTSE BINNENWATEREN**. Maak kennis met het verleden van de stad en ontdek verborgen plekjes.

Gent



BELGIË/BRUIST

HET GRAVENSTEEN

Tijdens jouw stedentrip in Gent mag een bezoek aan de mystieke burcht **'HET GRAVENSTEEN'** écht niet ontbreken op je to-dolijst. Deze burcht heeft een zeer bewogen geschiedenis en is een belangrijke bezienswaardigheid in Gent. Het is de enige overgebleven middeleeuwse burcht in Vlaanderen met een vrijwel intact verdedigingssysteem. Een bijzondere plek die je niet mag missen als je in Gent bent.



GENT IN DE HERFST

Nu de herfst is aangebroken, is het de perfecte tijd om een bezoekje aan Gent te brengen. Waarom? De bomen kleuren rood, oranje en geel, wat de stad een warm aangezicht geeft. Het Gravensteen krijgt een magische nevel rond zich. Ten slotte gaat het nieuwe cultuurseizoen van start waardoor er in de stad van alles te beleven is.

BOURGONDISCH GENIETEN

In deze bourgondische stad is het genieten geblazen. Bezoek een van de biercafé's en proef enkele van de typisch Gentse bieren. Ook kun je Gent écht niet verlaten zonder de mierzote Gentse lekkernij **CUBERDON**, ook wel bekend als 'Gentse neuzekes', te proeven. En wist je dat Gent de veggiehoofdstad van Europa is? Daarbij kent de stad veel jonge rock-'n-roll chefs die furor maken binnen de internationale foodscene.



Met 37 uitgaven is Bruist een succesvolle formule in diverse regio's. Naast dertig glossy's in Nederland en twee in Spanje, brengen we ook vijf mooie stads- en stadsmagazines uit in België. JA, OOK BELGIË BRUIST!



9

c'estbon

Voor de lekkerste vers gebrande noten, zuidvruchten, koffie, thee, bonbons en nog veel meer!

Drie jaar geleden opende Ellen Papenburg de ambachtelijke speciaalzaak C'est Bon Hilversum de deuren aan de Gijsbrecht van Amstelstraat. Inmiddels zijn velen er al van overtuigd: hier vind je de lekkerste nootjes, zuidvruchten, koffie, thee, bonbons en chocolade. Ook hét adres voor leuke cadeaus in oogstrelende verpakkingen.



KOM EEN KEER LANGS
EN PROEF VAN ALLE
HEERLIJKHEDEN DIE WE IN
DE WINKEL HEBBEN



BRUISENDE/ZAKEN

Deze ambachtelijke speciaalzaak verkoopt niet alleen vers gebrande noten en zuidvruchten, maar ook koffie, thee en bonbons. “In het verre verleden had Hilversum twee C'est Bon winkels, dus veel mensen kennen de naam nog. Dat is zeker een voordeel voor mij. ‘Wat fijn dat jullie terug zijn’, zeggen mensen vaak en dat is ontzettend leuk om te horen”, aldus Ellen Papenburg.

In januari 2016 is Ellen gestart met C'est Bon Hilversum en vanaf die tijd kunnen liefhebbers hier dus weer hun lekkernijen inslaan. “Veel mensen weten ons inmiddels goed te vinden. Als er evenementen zijn op de Gijsbrecht doen wij gezellig mee, zoals bijvoorbeeld met een braderie. We organiseren dan zelf ook een proeverij.”

De notenwinkel is van maandag tot en met zaterdag geopend, zelf staat Ellen geregeld in haar winkel. “Ik heb vier medewerkers die mij op parttime basis helpen, vooral op de drukke dagen en tijdens de feestdagen.”

Het is een mooie, frisse winkel met een moderne en warme inrichting. “De uitstraling is precies zoals ik het voor ogen had. Het zit op een bijzondere locatie op de levendige Gijsbrecht van Amstelstraat. Voorheen was er een bank gevestigd. Ben je niet in de buurt, dan kun je de winkel ook van binnen bekijken op Google Streetview.”

“C'est Bon is onderdeel van een inkooporganisatie, alle ondernemers zijn zelfstandig”, zegt Ellen. “We kopen veel gezamenlijk in, maar iedere vestiging heeft ook eigen onderscheidende producten. Onze bonbons zijn bijvoorbeeld van het merk Geruba en worden handgemaakt in Limburg. Ze zijn van de hoogste kwaliteit, dat proef je.”

Het koffie-assortiment is van goede kwaliteit en bevat veel soorten, van mild tot pittig. “Voor elk koffieapparaat malen wij de koffie in de juiste maling. De thee liefhebbers worden op hun wenken bediend met meer dan zestig soorten thee van de beste kwaliteit.”

“We verkopen ook kant-en-klare cadeaupakketten. Maar als je een eigen pakket wil samenstellen, kan dat natuurlijk ook. Dan maken wij samen met de klant een mooi pakket op maat. De regionale producten zijn een groot succes, klanten waarderen dit enorm. Een voorbeeld is Gooisch Bier dat in Hilversum wordt gebrouwen. Erg leuk om cadeau te doen natuurlijk!”



KOM TERUG IN JE ROUTINE met de voedzame tussendoortjes van Lima. Om jou daarbij te helpen introduceert Lima twee nieuwe producten voor in je lunchbox. Vol vezels, zonder toegevoegde suikers en honderd procent vegan.

Meer info o.a. over verkooppunten vind je op www.limafood.com.



WAT VOOR FIETSER BEN JIJ?
Alle fietsen van het oer-Hollandse Union zijn stadfietsen, maar dat betekent niet dat ze er allemaal precies hetzelfde uitzien.

Je kunt kiezen wat voor fietser jij bent en welke fiets het beste bij jou past op www.union.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

LEZERSACTIE
Maak kans op een **goodiebag met producten van BSelfie t.w.v. € 100,-**

De eerste revolutionaire beauty self-filler die als een pleister kan worden aangebracht. Volg B-SELFIE Skincare Filler-Systeem op [@b_selfie_belgium](https://www.instagram.com/b_selfie_belgium) [BSelfieBelgium](https://www.facebook.com/BSelfieBelgium)



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #B-SELFIE naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**

LEZERSACTIE
Maak nu kans op 2 x 2 vrijkaarten voor de magische familievoorstelling **De Toverfluit**.



Deze voorstelling met dans en rap voor jong en oud is te zien vanaf 19 oktober in onder andere Den Bosch, Haarlem, Hasselt (B), Rotterdam en Tilburg. www.toneelmakerij.nl

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #TOVERFLUIT naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**



Speciaal voor **jou** geselecteerd

BRUIST Deal

Bij Hotel de Leijhof in Oosterwijk

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

Reserveer via www.leijhof.nl met promocode **BRUIST**

€79,50 p.p.*

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

LEZERSACTIE
Maak kans op één van de 3 dvd's van de klassieker **Maurice**.

Hugh Grant en James Wilby vertolken de hoofdrol in dit meesterwerk uit 1987 over een verboden herenliefde. Een tijdloze film en een pareltje om te (her)ontdekken. Te koop via Lumiereseries.com

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #MAURICE naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**

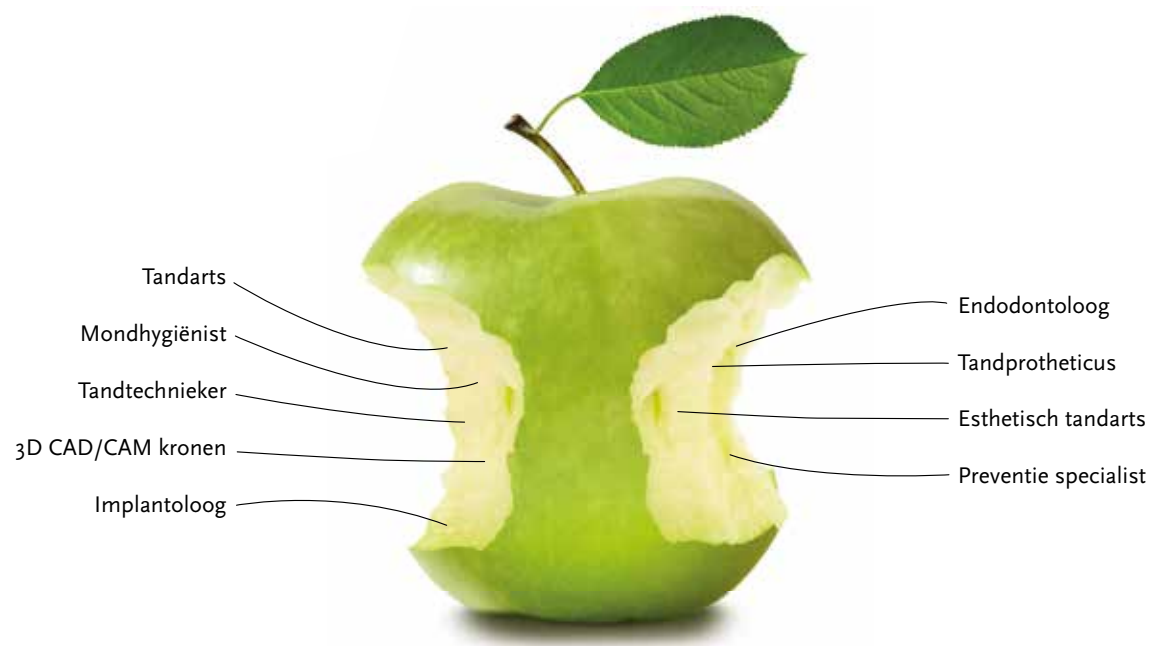


GELUKKIG LEVEN

Geïnteresseerd in filosofie? Dan is het nieuwe boek 'De Lessen van Ubuntu', geschreven door de kleindochter van Desmond Tutu, iets voor jou. In het boek geeft ze de wijsheden van haar grootvader over een gelukkig leven door. Het woord 'Ubuntu' komt uit het Xhosa, een taal uit de Afrikaanse Oost-Kaap, en betekent dat iedereen met elkaar is verbonden. 'De lessen van Ubuntu' is een tijdloze en inspirerende cadeau-uitgave. Het boek verschijnt dit najaar wereldwijd in meer dan tien landen. www.harpercollins.nl



Een goede tandarts praktijk is als een goed gebit: compleet.



Wil je meer weten over wat onze specialisten allemaal kunnen?
Kijk dan even op onze site of loop gewoon even binnen om ons
aan de tand te voelen...

Nog steeds taboe?

In een gesprek met iemand die een nieuw idee voor de uitvaartbranche heeft kwam het gesprek op onze klanten. Nabestaanden die een dierbare verloren hebben. De vraag is dan altijd is er behoefte aan zo'n nieuwe dienst? Voegt het iets toe aan het proces van afscheid nemen en het verwerken van verlies? De leverancier wist het eigenlijk niet.

Want wanneer spreekt iemand over zijn uitvaart? Meer dan vroeger, dat wel, maar echt over je laatste wensen spreken als er geen aanleiding voor is? Marktonderzoeken waarin naar de dood of uitvaart wordt gevraagd worden minder goed ingevuld. Rust er dan toch nog een taboe op de dood?



Wij komen met grote regelmaat bij families die er, zelfs niet tijdens een sterfbed van enkele maanden, over hebben willen spreken. Moet je dan altijd maar over de dood praten en nadenken? Beslist niet! Zeker als er geen aanleiding voor is. Maar eens in de 10 jaar zou het misschien geen kwaad kunnen. Ten eerste om te bepalen wat in hoofdlijnen de wensen zijn. Begraven of cremen, kleinschalig, eenvoudig of uitbundig. Daarmee kan dan ook gekeken worden hoe het bedrag dat voor de uitvaart nodig is betaald moet worden tzt. Via een spaarrekening of toch via een verzekering. Dat geeft rust.

Over de wensen in detail nadenken mag en geeft vooral veel duidelijkheid over wat allemaal mogelijk is en wat de bijbehorende kosten zijn. Soms is vooraf wat bespreken echt nodig, bijvoorbeeld voor de meneer die zijn cabrio wil laten gebruiken als rouwauto. Een speciale stellage voor de kist moet worden gemaakt en vanwege de tijdsdruk moet dat op voorhand worden uitgewerkt.

Waarom het taboe er nog steeds is? Eigenlijk weet ik het niet, misschien omdat mensen bang zijn het noodlot over zich af te roepen. Uitvaartondernemers bijten niet dus dat kan de reden niet zijn, mocht u twijfelen daaraan, u kunt altijd eens bij ons binnenlopen om het te ervaren.

Meer informatie vindt u op:
www.rebel-uitvaart.nl/taboe

Het is weer oktober... tijd voor **Oktoberfest!** Haal je Lederhose uit de kast, pak je Dirndl van zolder en leer de Duitse Schlagers uit je hoofd.

Proef het seizoen! In de herfst zijn er volop cantharellen en oesterzwammen verkrijgbaar. En ze zijn nog gezond ook.

In de herfst kan je heerlijk **uitwaaien** aan de kust. Geniet van de witte schuimkoppen op de Noordzee, prachtige wolkenpartijen en eindeloze stranden.

Hoewel voetbal de meest beoefende sport is in België, is **wielrennen** toch wel de nummer één sport in het land.

Toeval of niet: in de herfst veranderen meer mensen hun **relatiestatus** op Facebook van 'single' naar 'in een relatie' of zelfs 'verloofd'.

Astronomisch gezien begint de herfst als **dag en nacht** even lang zijn. In Nederland en België is dit op hetzelfde moment.

Gent is prachtig in het najaar. Bomen kleuren geel, oranje en rood en door de ramen van cafeetjes zie je dat het gezellig druk is.

Teppanyaki en sushi lounge

Ai uchi

Het restaurant van eigenaresse Chantal Yip is gevestigd in het vernieuwde Gooiland Hotel aan de Emmastraat 2. Het is inmiddels een bekende plek in Hilversum en omstreken waar je gezellig met zijn tweeën, een groepje, op je verjaardag of met een familie feestje naartoe gaat om van alle heerlijke teppan menu's te genieten, terwijl er live gekookt wordt op de bakplaat.



Na vele jaren succesvol te zijn met rechterhand Rafi in de bediening en chef-kok Asang is het volgens haar tijd voor verfrissing en vernieuwing in Ai Uchi. Chantal Yip vindt dat alles waar de gasten voor komen en waar Ai Uchi bekend om staat niet moet veranderen. Wel zou ze graag meer in de avond de gastvrouw willen zijn in haar zaak.

Voor de dagelijkse leiding heeft ze dan ook per 1 augustus een bedrijfsleider aangesteld, die gaat werken in een deels nieuw team en voor een frisse wind in Ai Uchi gaat zorgen. De komende periode zal er een vernieuwde menukaart komen, is er inmiddels een Sake kaart met prachtige koude sake's gemaakt en zal er een uitgebreide keuze aan wijnen worden gepresenteerd.

Tevens wordt er achter de schermen hard gewerkt met leveranciers om de kwaliteit en diversiteit van de gerechten door te ontwikkelen. Voorbeelden hiervan zijn dat er met speciaal rundvlees zoals Wagyu gewerkt gaat worden in de menu's. Ook ziet Chantal de oude kimono's graag terugkomen in de zaak en zal er aan de uitstraling in de zaak worden gewerkt.

Al met al staat kwaliteit en service centraal hierin. Chantal Yip denkt met het aanstellen van de nieuwe mensen, zowel Teppankoks als bedienend personeel een positieve verandering in haar zaak teweeg te brengen. Ze verheugt zich op de toekomst en hoopt dat de gasten die graag in Ai Uchi komen hierdoor positief verrast zullen zijn.

Graag tot ziens in Ai Uchi, Team Ai Uchi



JAPANS RESTAURANT AI UCHI
TEPPANYAKI & SUSHI LOUNGE

Emmastraat 2 Hilversum
035 - 6239 859 / 06 - 5265 8898 |
www.aiuchi.nl

Warme trends voor je interieur

BRUIST/WONEN

Oktober is niet voor niets de ideale maand om je interieur eens kritisch te bekijken. Het buitenleven maakt plaats voor een periode van binnen zitten. **Tijd dus om je huis winterklaar maar ook fleurig te maken.**

Met wat kleine aanpassingen verander je je interieur in een handomdraai. Je kunt het ook groter aanpakken en je oude meubels vervangen door nieuwe of je muren voorzien van een nieuw likje verf, alles volgens de nieuwste wohntrends.

WAT KUN JE ZOAL VERWACHTEN in het najaar?

Als we de specialisten mogen geloven, gaat er veel veranderen. Niet alleen op het gebied van kleur, maar ook qua materialen. Geen bling bling, maar natuurlijke materialen zoals natuursteen, teakhout, eiken en rotan voeren de boventoon. Ook qua prints zie je veel natuurlijke patronen zoals bloemenprints, plantenprints en diverse dierenprints. Het draait vooral om gezelligheid, warmte, vintage. Recyclen is hot, net zoals handmade producten. Zwarte interieurs maken plaats voor bruine tinten, afgewisseld met felle kleuren zoals groen, blauw en donkerrood, maar ook goud en zelfs wit zijn terug van weggeweest. Ook populair zijn zandkleuren, auberginepaars en warm oranje.

Vergeet je woonkamer zeker ook niet op te vullen met bloemen. Bloemen staan niet alleen mooi, ze zijn ook goed als stressremmer en kunnen rust en positieve energie brengen.

HEB JE GEEN IDEE waar je moet beginnen, stap dan eens binnen bij de diverse woonwinkels in je regio. Tijdens de Oktober Woonmaand vind je er genoeg inspiratie. Ook met de zijden boeketten van BloomEver creëer je de warme sfeer in je huiskamer. En met een abonnement heb je er geen omkijken naar, je hoeft alleen maar te genieten!

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



MAAK JE INTERIEUR GEZELLIG MET
DE MOOISTE ZIJDEN BLOEMEN

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



Personal Training voor iedereen en alle doeleinden

Onze personal trainers zijn er niet om je herhalingen te tellen en in je oor te schreeuwen. Wij zijn gespecialiseerd in pijnvrij (Mylogenics), effectief en doelgericht trainen. Deze trainingen combineren we met voedingsadvies en het ontwikkelen van de juiste mindset. Zo haal je niet alleen je streven, maar behoud je dit ook!

Een personal trainer is bij ons niet een exclusieve dienst, maar voor iedereen die bereid is zijn of haar doel te behalen.

NEEM CONTACT MET ONS OP!

PersonalProf BV | Eigenaar: Matthijs van de Wetering | IJsselmeerstraat 5B Huizen | 06 50 80 13 47
info@personalprof.nl | www.personalprof.nl

DAGJE UIT OKTOBERFEST



Het is weer oktober en dat betekent... tijd voor OKTOBERFEST! Het grootste bier- en volksfeest ter wereld vond zijn oorsprong in München. Ondertussen is het feest ook in Nederland vaste prik geworden. Door het hele land worden talloze leuke feestjes gehouden omtrent het Oktoberfest. Hoewel het officiële feest duurt tot 6 oktober, gaan de feestjes in Nederland vaak nog de hele maand door. Proost!

Kijk voor meer informatie over alle Oktoberfesten in Nederland op www.oktoberfesten.nl

FILMPJE KIJKEN F*CK DE LIEFDE

In F*CK DE LIEFDE komen drie liefdesverhalen samen. Lisa zit midden in een scheiding met Jack en reist met vriendinnen af naar Curaçao waar ze valt voor wereldreiziger Jim. Jack krijgt weer iets met Cindy. De zus van Cindy lijkt net carrière te gaan maken, terwijl haar man Said zijn baan verliest en dit verborgen houdt. Een film van regisseur Appie Boudellah met o.a. Bo Maerten, Edwin Jonker, Thijs Römer, Victoria Koblenko, Yolante Cabau en Maurists Delchot. **F*ck de liefde draait vanaf 3 oktober in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN RONALD GIPHART



In deze meeslepende roman over ambitie, vriendschap en liefde lees je het verhaal van zes vrienden. Hun vriendschap begon bij ontelbare avonden in hun stamcafé. Begin jaren negentig begonnen ze een brouwerij en werden ze naast vrienden ook zakenpartners. Vijftientig jaar later zijn ze op weg naar een boshut in Duitsland om nog één weekend samen te zijn voordat ze het contract voor de verkoop van de brouwerij tekenen. Tijdens dit weekend reflecteren ze op de vriendschap en op het leven. **ALLE TIJD van RONALD GIPHART is vanaf 26 september te koop voor € 24,99.**

COMPLEET GENIETEN



Hotel de Leijhof
EST. Oisterwijk 1874

EST. 1874
THE GEORGE
RESTAURANT

Verblijf in Hotel de Leijhof
Oisterwijk met deze Bruist Deal.

Overnacht in onze Comfort Room, geïnspireerd door de bosrijke omgeving, en laat u culinair verrassen door onze chef Dylan van Hirtum in Restaurant The George middels ons 3-Gangen Menu Du Chef. Beleef de geur van verse kruiden uit onze eigen kas en neem een kijkje in de wijnbibliotheek samen met onze sommelier Maikel Ginsheumer. Na een heerlijke nacht in dit luxe boutique hotel met de charme van een landhuis, kunt u genieten van een heerlijk luxueus ontbijt.

BRUIST
Deal

€ 79,50 P.P.*

PROMOCODE: **BRUIST**

RESERVEER NU VIA
WWW.LEIJHOF.NL

Overnachting in een
Comfort Room van één van
de meest luxe boutique hotels
van het bosrijke Oisterwijk

Culinair
3-Gangen Menu Du Chef
Luxueus ontbijt

Parkeren

* Bovenstaande prijs is op basis
van minimaal 2 personen
exclusief lokale heffingen.

Heusdensedaan 7 Oisterwijk
+31 (0)13 523 1123
www.leijhof.nl

Groeten uit Oisterwijk



Modeshow

zaterdag 12 oktober

(staanplaatsen)

zondag 13 oktober

(zitplaatsen)

Kom voor meer info naar
de winkel



Another woman

Sarto

Zerres

Masaki

Rabe

Freequent

In Shape

Stehman

Toni

Le Compte

Reset

HELENA ♥ HART

Nieuw bij **Kempkes Mode**, exclusief voor Hilversum, **Helena Hart**. Blazers, broeken, tops, jurken en blouses in travel kwaliteit. Trendy, vrouwelijk en met een geweldige pasvorm



Kempkes Damesmode & Lingerie
(winkelcentrum kerkelanden)
Kapittelweg 143 Hilversum
035-6217788 info@kempkesmode.nl





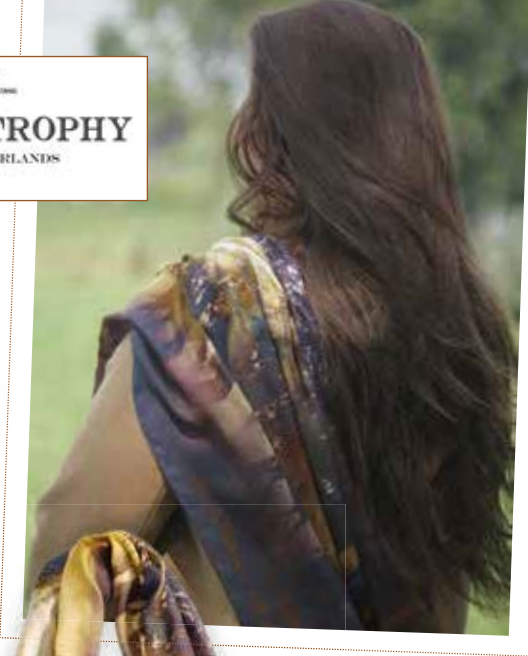
Make-up

must-haves

Een nieuw seizoen betekent nieuwe kleuren voor je kleding, maar natuurlijk ook voor je make-up. Wij vonden voor jou de absolute wanna & must-haves.

1. Highlighter Face Highlighting Powder van Guerlain, € 45,- www.guerlain.nl
2. Caviar Intense Ink Waterproof Liquid Eyeliner van Laura Mercier, € 25,- www.skincare.nl
3. Perfumed Highlighting Powder Glow Effect Body & Hair van Collistar, € 34,50 www.collistar.nl
4. Oogschaduw palette Karl Lagerfeld X L'Oréal Paris, € 24,99 www.loreal-paris.nl
5. Big Lashes Oh Oui! Van Bourjois, € 14,99 www.bourjois.nl
6. Nail Polish van essie, € 9,99 www.essie.nl

7. Eye Couture Palette Collector van Yves Saint Laurent, € 70,- www.ysl.nl
8. Love Me Lipstick van MAC, € 19,50 www.maccosmetics.nl
9. Crystal power blush & highlighter palette van essence, € 5,99 www.essence.eu
10. Creme Puff Blush Cheeky Coral van Max Factor, € 13,99 www.maxfactor.nl
11. Lip Perfector van Clarins, € 19,- www.clarins.nl
12. Stay Naked Liquid Foundation van Urban Decay, € 39,- www.iciparisxl.nl



WIST JE DAT?
Little Trophy symbool staat voor het dragen van een trofee? Perfect als cadeau!



WIST JE DAT?
Een Little Trophy duurzaam en in beperkte oplage van max. 200 stuks uitgebracht wordt?



ZACHT & WARM
Deze shawl is perfect bij je winter garderobe. De shawl is lichtig, zacht en warm.
Be Victorious,
90% Modal / 10% Kasjmier,
€ 219,-
www.littletrophy.nl

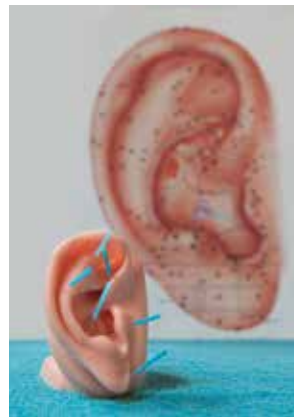
Handgetekend!



[littletrophyofficial/](https://www.facebook.com/littletrophyofficial/) [littletrophy_official/](https://www.instagram.com/littletrophy_official/)

Ooracupunctuur en je gezondheid?

Je oren zijn een fascinerend deel van je lichaam. Net als op je voeten en handen is je hele lichaam hierin gespiegeld. Als je goed naar het oor kijkt, dan zie je een foetus. De oorlel is het hoofd, de rand van de schelp is de ruggenwervel met aan het einde de beentjes en in de schelp van het oor liggen alle organen. **Hoe bijzonder is dat!**



Door middel van stimulatie met naaldjes of bolletjes kan het lichaam aangezet worden tot het zelfherstellend vermogen. Het lichaam is namelijk zelf tot veel meer in staat, dan men denkt. Ik ben geaccrediteerd voor de aanvullende zorgverzekering. Bij de juiste aanvullende verzekering mag deze behandeling worden gedeclareerd. Kijkt u wel altijd even of u verzekerd bent voor alternatieve geneeswijze (niet big geregistreerd).

Ooracupunctuur kan worden ingezet voor een breed scala aan klachten en is bijzonder effectief gebleken bij het reduceren van pijnklachten. Een kleine greep uit behandelbare klachten; hooikoorts en andere allergieklachten, hoofdpijn (spanningshoofdpijn, migraine), burn-out en andere stressgerelateerde klachten, overgangsklachten, vermoeidheidsklachten, nek- en schouderklachten, tenniselleboog, golferselleboog, rugklachten, heupklachten, knieklachten, sportblessures, eczeem, maag- en darmklachten, ondersteuning bij afvallen en ondersteuning bij stoppen met roken.

BOEK ONLINE
OF BEL
06 - 12129710

lijfitaal

Hoe kan ik je helpen?
Henny van Vessum-Overeem

Revalidatiecentrum de Trappenberg, gebouw Paramedische Dienst, Crailoseweg 116 Huizen
Footcare bij Manon, Faas Eliaslaan 30A Baarn
06-12129710 | info@lijfitaal.nl | www.lijfitaal.nl | www.facebook.com/Lijfitaal





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 & OOGLEIDCORRECTIES.

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 REGISTREERDE 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.

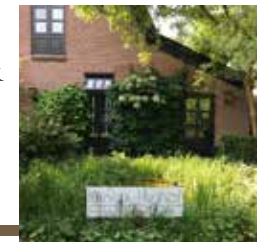
HYALURONZUUR IS EEN LICHAAMSEIGEN STOF EN NIET PERMANENT. DAT HOUDT IN DAT HET LICHAAM DIT NIET AFSTOOT EN LANGZAAM ABSORBEERT, IN TEGENSTELLING WAT VROEGER GEBRUIKT WERD. WE VERDOVEN VAN TEVOREN MET EMLA CRÈME, DIT GEEFT VERLICHTING BIJ HET INJECTEREN.

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 WARMTE AMBANCE EN DE KLEINSCHALIGHEID VOELT U ZICH METEEN OP UW GEMAK!

KORTOM:

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



Verken een nog relatief onbekend stukje Egypte tijdens een cruise over het Nassermeer. Deze cruise leidt je langs eeuwenoude tempels en plaatsen waar amper toeristen komen. Hier beleef je het echte Egypte en maak je kennis met de rijke cultuur.

Cruise over het Nassermeer



DOOR DE MENS AANGELEGD

Wanneer je het Nassermeer bezoekt, zal je waarschijnlijk niet geloven dat het door mensen is aangelegd. Het groene en blauwe water heeft een oppervlakte van maar liefst 5250 vierkante meter. Rondom het meer vind je lange, uitgestrekte woestijnlandschappen. In deze prachtige omgeving kom je helemaal tot rust.

DE GESCHIEDENIS VAN HET NASSERMEER

Het Nassermeer is ontstaan bij de bouw van de Aswan Dam over de Nijl. Deze dam was nodig om de jaarlijkse overstromingen van de Nijl te controleren. In dit gebied lagen achttien oude tempels. Unesco heeft deze monumenten verschoven zodat ze niet verloren zouden gaan. De bekendste van deze monumenten is de Abu Simbel. Vandaag de dag is dit monument te bewonderen aan de westelijke oever van het Nassermeer.

DIEREN IN DE OMGEVING

Jaarlijks vinden enorme groepen trekvogels hun rustplaats aan het Nassermeer. Ook leven er krokodillen en veel verschillende vissoorten. Naast toeristenboten, wordt het water enkel bevolkt door kleine vissersbootjes. Van over de hele wereld komen mensen naar het meer om bijzondere vissen te vangen.



KIJK JE OGEN UIT

Een cruise over het Nassermeer is een onvergetelijke beleving. Laat je verrassen door eeuwenoude tempels, eindeloze landschappen en zelfs een onvergetelijk klank- en lichtspel aan de tempels van Abu Simbel. Tijdens de cruise maak je een reis terug in de tijd en leer je ontzettend veel over de bijzondere geschiedenis van Egypte.



PROEF DE
EGYPTISCHE
CULTUUR

BELEEF ELEKTRISCH RIJDEN

Betaalbaar elektrisch rijden

Electric Motoring bv

Kortenhoevedijk 61A Kortenhoef

06-38732732 - 06-50218917

info@500efiat.nl | www.500efiat.nl



Tel. 035 582 36 68

De totale collectie van het luxe merk Avek Bedden!
Bij Linnerie Annelies Bedden - Rading 46A - LOOSDRECHT



Kliniek
Heyendael

Cosmetische Plastische Chirurgie

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk: dat is Kliniek Heyendael. Een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie.

Bij Kliniek Heyendael houden we ons iedere dag bezig met professionele behandelingen om mensen hun zelfvertrouwen terug te geven.

Onze behandelingen

Borstvergroting

Neuscorrectie

Liposculptuur/Lipofilling

Ooglidcorrectie

Facelift (MACS-lift)

Borstverkleining

Rimpelbehandeling met fillers ▶

Armlift

Halslift

Contourverbetering

Oorcorrectie

Rimpelbehandeling

We hopen je binnenkort te mogen verwelkomen!
Plastisch chirurg
Dr. Frans Straten



Parklaan 70, Groesbeek (Nabij Nijmegen)

info@kliniekheyendael.nl | 024 - 845 05 06 | www.kliniekheyendael.nl

Rimpels?

Iedereen krijgt er vroeg of laat mee te maken: rimpels in het gezicht. Wanneer je vindt dat je uiterlijk niet in balans is met je innerlijk, kan dat een goede reden zijn om de gezichtsrimpels en -plooiën te behandelen. Kliniek Heyendael biedt verschillende mogelijkheden.

Rimpelbehandeling met fillers

Bij Kliniek Heyendael kun je terecht voor botuline toxine-injecties. Deze behandeling wordt vaak toegepast om rimpels en plooiën, zoals lach-, voorhoofd- en fronsrimpels tegen te gaan. Bepaalde gezichtsspieren worden (tijdelijk) uitgeschakeld waardoor ze volledig ontspannen. Zo worden de rimpels verzacht of zelfs helemaal verdwijnen.

Lipfillers

Ook kunnen fillers worden gebruikt bij het opvullen van de lippen of tegen overmatig transpireren. Hierbij worden de fillers bijvoorbeeld in de oksels geïnjecteerd. De zenuwen die de zweetklieren prikkelen om zweet te produceren, worden hierbij uitgeschakeld.

Overweeg je een behandeling met fillers?

Tijdens een persoonlijk consult met onze plastisch chirurg worden je wensen uitgebreid besproken en al je vragen beantwoord. Neem gerust contact op met onze consulente voor het inplannen van een vrijblijvend en kosteloos consult via 024-8450506 of door middel van ons contactformulier.

Betrouwbare en betaalbare rimpelbehandeling.

Voor meer info
024 - 845 05 06

Cremaere

Damsluisweg 29, 1332 EA Almere
www.cremaere.nl

Cremeren
€429,-

Uw crematie groen en voordelig

Ons crematorium behoort tot de goedkoopste en meest milieubesparende crematoria van Nederland.

Cremaere, voor een duurzame crematie!

Bel ons 036 737 04 32

Maandag t/m vrijdag 9.00 tot 20.00
en zaterdag 9.00 tot 16.00

Crematieverzorging met visie

Voor meer informatie
www.voetreflexologie-t-gooi.nl

Voetreflexologie 't Gooi
laat jouw energie stromen

Voetreflexologie werkt ontspannend en helend!
Via punten en zones op de voeten, onderbenen, hoofd, rug en armen wordt het lichaam gestimuleerd om blokkades op te lossen en energietekorten aan te vullen. Klachten waar voetreflexmassage o.a. voor kan worden ingezet zijn: spijsverteringsklachten, stress / burnout, slaapproblemen, PMS en overgangsklachten, nek- en rugklachten en vage onbegrepen klachten. Ook is voetreflex een mooie ondersteuning tijdens en na de zwangerschap. *Behandelingen worden geheel of gedeeltelijk vergoed vanuit het aanvullende pakket van uw zorgverzekering!*

Katja Zuidervlaart

06 - 13 47 77 29
info@voetreflexologie-t-gooi.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

Woktober Thaise Cashew Chicken

In de maand oktober gaan we met z'n allen wokken! Snel, gezond en lekker. Voorwaarde is wel dat het op hoge temperatuur en met veel omscheppen wordt bereid. Dus geen gesudder! Dit gerecht is een klassieker en heerlijk. Staat dus waarschijnlijk voortaan iedere maand op tafel.

Ingrediënten:

200 gr kippendij in kleine stukjes
4 el zonnebloemolie
1 teen knoflook fijngehakt
1 ui in grove stukken
150 gr ongezouten cashewnoten
2 rode pepers in ringetjes gesneden
Paar stengels bosui in stukjes
Paksoi of sperziebonen in stukken
1 el maizena



Meng voor de saus: 1 el sojasaus, 1/2 el ketjap manis, 1/2 el oestersaus, 1 tl suiker, 3 el water
Zorg ervoor dat alle ingrediënten klaar staan voor het gebruik. Paneer de stukjes kip met de maizena in een kom. Verwarm de olie in de pan en roerbak de kip in gedeelten tot ze bruin kleuren. Haal eruit en zet apart en voeg zo nodig nog wat olie toe in de pan. Bak nu de ui met de knoflook en de pepers. Hierna de paksoi. Voeg nu de saus toe en meng goed door. Vervolgens gaat de kip hierbij met de cashewnoten. Verwarm alles op hoog vuur goed door en strooi er op het laatste de bosui aan toe. Serveer met gekookte rijst.



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



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

LOOKING/GOOD

Vijf tips VOOR *langer haar*

Wil jij ook graag wat langer haar? Maar lijkt het maar niet te groeien? Met deze tips zorg jij ervoor dat je haar sneller groeit. Zo heb jij in no-time ook mooie lange lokken.



GEbruik HITTEBESCHERMING

Het stijlen, föhnen en krullen van je haar kan ernstige schade aanbrengen. Het meest gezonde voor je haar is om het natuurlijk te laten drogen. Wil je toch een keer je haar stijlen of krullen? Gebruik dan van tevoren een hittebeschermende crème.

WAS JE HAREN NIET TE HEET

Een heerlijk warme douche is dé manier om helemaal te ontspannen. Voor je haar geldt dat echter niet. Het hete water maakt je haar droger, zwakker en meer breekbaar. Zet de douche daarom niet te warm.

KNIP JE HAAR

Deze tip lijkt misschien een beetje tegenstrijdig als je je haar wilt laten groeien. Toch werkt het! Als je je haar maar laat groeien, raken de puntjes beschadigd en kan het haar langzaam afbrokkelen. Houd regelmatig je puntjes bij en je haar wordt langer en gezonder.

DEPPEN IN PLAATS VAN WIKKELEN

Je haar is vooral kwetsbaar als het nat is. Wanneer je het na het wassen in een handdoek wikkelt, kan het snel afbreken. Dep je haar in plaats daarvan zachtjes droog met een handdoek.

WEES LIEF VOOR JE HOOFDHUID

Als er verzorgingsproducten en dode huidcellen op de hoofdhuid achterblijven, is het lastiger voor nieuwe haren om terug te groeien. Masseer daarom je hoofdhuid goed bij het aanbrengen van shampoo.



LAAT HET IN LIJSTEN!

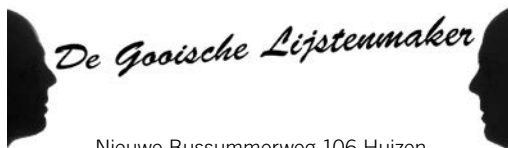
Marcel Out is al meer dan 27 jaar lijstmaker. Eerst bij kunsthandels en lijstmakerijen, nu alweer ruim zes jaar als De Gooische Lijstmaker.

Waarvoor kunnen we bij jou terecht?

“Het inlijsten van schilderijen, foto's, litho's, reproducties, maar ook t-shirts, handwerken en objecten. Eigenlijk is niets te gek. Zo heb ik zelfs eens een complete bruidsjurk ingelijst! Ik adviseer en laat de verschillende mogelijkheden zien. Zo krijg je een inlijstadvies wat bijvoorbeeld past bij je interieur.” **Voor alles heeft Marcel een mooie passende lijst. Loop gewoon eens binnen!**



**NIETS IS TE
GEK OM IN
TE LIJSTEN**



De Gooische Lijstmaker

Nieuwe Bussummerweg 106 Huizen
06-29560387
info@degooischelijstmaker.nl
www.degooischelijstmaker.nl

Wil jij ook een jonge, stralende huid?

Cosmetische Acupunctuur geeft het hele lichaam, maar vooral de gezichtshuid een enorme oppepper. Het is niet voor niets de meest effectieve, natuurlijke manier om je huid te verjongen. Cosmetische Acupunctuur bestaat uit 10 à 12 behandelingen. Elke behandeling is een bouwsteen die bijdraagt aan een mooiere en jongere huid. Door de behandelingen voel je je beter en zie je er super fris en stralend uit!



Kennismakingsactie:

**Ancient Wisdom boost van 60 minuten
nu voor € 59,50 i.p.v. € 85,-**

- Gezichtsacupunctuur of klei- en parelpoedermasker
- Dieptereiniging d.m.v. cupping
- Gezichtsquasha (massagetechniek waarbij een jade-steen wordt gebruikt)
- Japanse bindweefselmassage
- Als afsluiting een kopje kruiden thee met wat lekkers

Heb je vragen of wil je een afspraak maken?

**Bel of stuur een appje
06 27 00 74 22**

Cosmetische Acupunctuur is één van de specialisaties van Acupunctuur Het Gooi.

**Kijk eens op
www.acupunctuurhetgooi.nl**



Maak kennis met
Gerie Negen

Vlietlaan 46 C Bussum
Erfgooierslaan 16 Muiderberg
Turfpoortstraat 26a Naarden



Zoals je foto's op Instagram bewerkt met een filter om ze mooier te maken, zo kijk je in je dagelijks leven ook naar de buitenwereld door jouw eigen filter. En dat filter kleurt het beeld zoals jij het wilt zien.

Je kijkt om je heen, maar jouw beleving van je leven speelt zich af in je binnenwereld, in de wereld van je gedachten. En de betekenis die je geeft aan een gedachte, een gebeurtenis of een situatie is cruciaal voor je overtuigingen en dus voor je denkwijze. Die denkwijze bepaalt je visie op de werkelijkheid, hoe je reageert en vervolgens handelt. Het is een filter waardoor je informatie opneemt, kleurt en ordent. Het vormt je referentiekader en daarmee jouw beeld van de werkelijkheid waarin je gelooft. Met andere woorden: de betekenis die je ergens aan geeft, bepaalt je persoonlijkheid, je gedrag, hoe je je voelt, hoe je reageert en de resultaten die je behaalt.

Oftewel, alles begint met een gedachte. Het is je mindset. Heb je daar wel eens over nagedacht? Hoe zijn jouw denkpatronen en je overtuigingen tot stand gekomen? En waarop zijn deze gebaseerd?

Iets om over na te denken.

Michael Pilarczyk

~ MeditationMoments.Com ~
Meditaties voor elk moment van de dag



Alles begint met een *gedachte*

Thuiszorg die ontzorgt!

Thuis Ontzorgt biedt u 24-uurs/palliatieve zorg aan huis voor wie geen genezende behandeling meer mogelijk is.

We bieden een klein betrouwbaar team aan van zorgverleners die gespecialiseerd zijn in de laatste levensfase van een cliënt.

Thuiszorg Ontzorgt biedt zorg in uw eigen levenspatroon, en we kijken samen wat er voor mogelijkheden zijn om het zo wenselijk en mogelijk voor de cliënt en familieleden te laten verlopen.

Bij iedere intake geven we aan de cliënt en de familie, benoemen we wat we nodig hebben om de 24 uurszorg goed te kunnen uitvoeren: een eigen ruimte voor de zorgverlener. Waar de zorgverlener zich kan terugtrekken, slapen en de familie of derde nog de ruimte om nog een eigen momentje met de cliënt te geven. Verder in overleg met de cliënt en/of familie indien wenselijk en de mogelijkheid om even een luchtje te gaan scheppen.

Wij zoeken nieuwe TOPPERS welke samen met ons willen werken aan onze ambitieuze doelen. Bent u degene en wilt u als ZZP-er deel uit maken van ons team? Bel ons geheel vrijblijvend, u bent van harte welkom!

Compleet ontzorgen

Thuis Ontzorgt is een laagdrempelige thuiszorgorganisatie. Zowel cliënten als medewerkers bellen ons bij vragen of onduidelijkheden makkelijk op. Doordat de organisatie relatief klein is, zijn de lijntjes kort en kunnen we uw vragen en of eventuele problemen snel voor u oplossen.



Het centrale aanspreekpunt voor al uw zorgvragen



06-49893374 info@thuisontzorgt.nl
www.thuisontzorgt.nl

Als je toe bent aan emotioneel onbelast leven...

Verlang je ernaar om:

1. vanuit jezelf te leven en gewoon lekker te zijn wie je bent?
2. je trauma's te verwerken?
3. niet meer bang te zijn voor emotionele situaties?
4. je een volledig mens te voelen?



EFT helpt bij het verminderen en zelfs oplossen van emotionele klachten. Denk daarbij aan o.a. angsten, fobieën en trauma's. Maar ook aan diepgewortelde overtuigingen, die het je moeilijk maken om gelukkig te zijn. Asha Vasconcellos-Badal leert je deze tool te gebruiken en begeleidt je daarbij.

Praktijk 'Zijn wie je bent'

praktijk voor persoonlijke ontwikkeling en EFT-therapie in Utrecht

Specialist in traumabehandeling en herstel na narcisme.

Methodes: o.a. EFT, PSYCH-K, Ho'oponopono

Meer informatie: www.zijnwiejebent.nl



stichting
EFT
emotional freedom techniques

Stichting EFT wil graag meer mensen bekend maken met de mogelijkheid om klachten praktisch, snel en effectief op te lossen met Emotional Freedom Techniques. Met EFT herstel je je emotionele en fysieke balans zélf of je laat je begeleiden door een professional zoals Asha.

UW HENNEP EN CBD SPECIAALZAAK



Bij Dutch Hemp Store (voorheen Hempie) vind je een uitgebreide collectie aan unieke producten, allemaal van hennep. "Zo hebben we voedingsproducten die zijn gemaakt van de zaadjes", vertelt Michel. "Dit is echt superfood, hoogwaardig in eiwitten en omega-3-vetzuren. Daarnaast vormt hennep de ideale basis voor verschillende huidverzorgingsproducten met toegevoegde CBD. Maar ook kleding, schoenen en tassen, gemaakt van de sterke bastvezels zijn erg in trek."




DUTCH HEMP STORE
Est. 2013

Neem ook eens
een kijkje in onze
**vernieuwde
webshop!**

Kapelstraat 6 Bussum | **06-10103892** | contact@dutchhempstore.eu | www.dutchhempstore.eu

Snelle *makeover* voor je huis

Ken je dat gevoel? Plots krijg je de kriebels om het interieur van je huis helemaal om te gooien. Wellicht gaat het wat ver om alle muren een andere kleur te geven en het meubilair te vervangen. Gelukkig is het ook gewoon mogelijk om op een minder ingrijpende manier een totaal nieuwe look aan je woning te geven.

KUSSENS

Mooie kussens geven veel sfeer aan je huis. Ze kunnen je woonkamer of slaapkamer in één keer een totaal andere uitstraling geven. Geef karakter aan je interieur met kussens in felle kleuren en opvallende prints. Wil je juist een rustig en meer subtiel detail toevoegen aan je huis? Ga dan voor effen kussens.

VLOERKLEED

Met een vloerkleed voeg je karakter toe aan je woning. Leg een vloerkleed bij de bank, in de gang of naast je bed. Of hang een vloerkleed aan de muur. Een kleed met een grafische print geeft je huis een moderne sfeer. Ga je liever voor een mooie bohemien uitstraling? Kies dan bijvoorbeeld voor een kleed met dierenprint.

SCHILDERIJEN & FOTO'S

Wat je aan de muur hangt, doet veel voor de sfeer in een ruimte. Ga bijvoorbeeld voor één

groot, indrukwekkend schilderij of creëer juist een speelse look met meerdere ingelijste posters. Wil je een persoonlijke twist geven aan een ruimte? Lijst dan een of meerdere eigen foto's in en hang ze aan de muur.

DEKBEDOVERTREK

Uitgekeken op de look van je slaapkamer? Met een nieuw dekbedovertrek geef je de ruimte al een complete metamorfose. Houd het clean en rustig met een effen wit dekbed of geef juist meer karakter aan de ruimte met een opvallende print. Vergeet ook hier de extra kussens niet om de look helemaal af te maken.



GEEF
KARAKTER
AAN JE
INTERIEUR



HERFST **TERRAS**

Vervang uitgebloeide zomerbloeiërs door planten die zich nu van hun beste kant laten zien. Bij Intratuin vind je heel veel planten die vol in bloei staan. Zo geniet je heerlijk lang van je terras!

elke zondag
OPEN



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



50



Last van je voeten tijdens het lopen?

Tijdens het wandelen, sporten, schaatsen, skiën of fietsen last van je voeten? Maak dan gebruik van de Wandelwolproducten, deze voorkomen drukplekken en blaren. Het werkt preventief en verzorgend. Een melange van 100% schapenwol; zonder chemische toevoegingen of bewerkingen. Het materiaal is zacht, bevat lanoline (wolvet) en geeft u het gevoel te lopen op wolven.

“Het verzorgen van jouw voeten is mijn passie, gun jezelf een goede behandeling, want je voeten dragen je de hele wereld rond.”

Neem vandaag nog contact op met Jannie voor advies of het maken van een afspraak!



51

De pedicure bij u thuis!

Pedicure
Medisch pedicure
Sport pedicure

Aangesloten bij



Jannie Veltman

PEDICURE JANNIE

06-46377059

pedicurejannie@gmail.com

Profiteer na je cryotherapie van gezondheidsvoordelen als:

- Fitter en energiever
- Minder stijve spieren
- Versnelde afvoer afvalstoffen
- Huidverbetering

* Max. 1 per klant.
Niet i.c.m. andere acties.

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

Sunday's
verantwoord zonnen
vitamine D, natuurlijk gezond

CRYOSPACE
HET GOOI



COMBINEER DEZE MAAND JE ZON- EN CRYO-SESSIE! SAMEN VOOR € 35,-*

Geldig t/m 31-12-2019



Ballancer lymfedrainage behandeling

staat garant voor een snelle afslanking, versteviging, ontgiftiging en anti-cellulite behandeling van armen, benen, billen, buik, heupen en dijen met direct voelbaar resultaat!

Cambridge
Weight Plan
Real people, real support, real results.



Proef
behandeling
€ 25,-

- ✓ FIGUURCORRECTIE
- ✓ ANTI-CELLULITE
- ✓ VERSTEVIGING
- ✓ AFSLANKING
- ✓ ONTGIFTING
- ✓ RELAXATIE



10 RITTEN KAART
nu geen € 325,-
maar slechts € 225,-

Cambridge Weight Plan Stappenplan®

Stap voor stap van verantwoord afvallen naar bewust genieten! Met de hulp, adviezen en coaching van je Cambridge Weight Plan consultant wordt het voor jou mogelijk om een gezond gewicht en een gezonde leefstijl te vinden en te behouden, ongeacht hoeveel je wilt afvallen.

Meer weten?

Graag deel ik mijn ervaringen en help ik mensen die, net als ik, hun gewicht in evenwicht willen brengen en behouden. Wil je meer informatie en/of een afspraak maken, aarzel dan niet om contact met mij op te nemen. Ik help je graag, je staat er niet alleen voor!

Afvallen én op gewicht blijven!



Praktijk voor Gewichtsbeheersing het Gooi

Ingrid Eisma

Hilversum | 06 - 26094029

ingrid@gewichtsbeheersinghetgooi.nl

www.facebook.com/GewichtsbeheersinghetGooi

www.gewichtsbeheersinghetgooi.nl

**LEVER UW OUDE
BH IN EN ONTVANG
€ 10 KORTING OP
EEN TRIUMPH BH***

Mode
waar jij blij
van wordt!

* Zie de voorwaarden in de winkel

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

Brinkers
Mode & linge

Dammerweg 1 | Nederhorst Den Berg | 0294 251 274



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

Oktober

Ram 21-03/20-04

Als je merkt dat je gestresst bent, dan is de beste manier om te ontspannen een romantische nacht met je partner of het drinken van een goed glas wijn met vrienden.

Stier 21-04/20-05

Dankzij een nieuwe energiegolf zal niets je in de weg staan om optimaal van oktober te genieten. Vergeet oude vrienden niet. Zoek een moment om hen te ontmoeten.

Tweelingen 21-05/20-06

Stabiliteit op het werk biedt voldoende vrije tijd voor Tweelingen. Je kunt je tijd besteden aan het evalueren van gebeurtenissen uit het verleden en je gedachten op een rijtje zetten.

Kreeft 21-06/22-07

Als je voelt dat relaties ver van je af staan, geef oktober je de tijd om dit recht te zetten. De Kreeft stopt zijn energie in het harmoniseren en kalmeren van relaties.

Leeuw 23-07/22-08

De Leeuw kan een kille oktober verwachten. Als collega's vervelend zijn, betaal ze dan met gelijke munt terug. Wees niet onderdanig en laat ze je niet slecht behandelen.

Maagd 23-08/22-09

Je zult genieten van de harmonie in zowel je relatie als je familie en je zult een hoop plezier beleven als jullie samen zijn. Plan een feestje.

Weegschaal 23-09/22-10

Het opbouwen van een carrière put jou niet al teveel uit. Je bent passief en niet-competitief. Haast je niet. Luister naar je lichaam en geef het wat het wil.

Schorpioen 23-10/22-11

Oktober is een erg kalme en positieve maand voor jou. Je wordt beloond in je werk, wat jou de ruimte geeft om aandacht te schenken aan dierbare vrienden en zeker ook je partner.

Boogschutter 23-11/21-12

Je herfstdepressie is weg en je kan een maand vol romantiek en emoties verwachten. De Boogschutter laat zijn vriendelijke kant zien aan zijn partner, familie en vrienden.

Steenbok 22-12/20-01

Je zult eindelijk tijd hebben voor jezelf, of je deze tijd nu besteedt aan je lichamelijke of geestelijke gezondheid. Het is nuttig om gebeurtenissen uit het verleden te evalueren.

Waterman 21-01/19-02

Het is goed om vrije tijd alleen door te brengen en je persoonlijkheid te ontwikkelen. Alleen op deze manier kunnen Watermannen eindelijk verdergaan en groeien.

Vissen 20-02/20-03

Je voelt je eindelijk kalm in je werk en thuis, dus heb je de tijd om voor jezelf te zorgen. Hoe gebruik je deze tijd? Je kan terugkijken op het verleden en je lessen eruit trekken.

Weegschaal

Haast je niet.
Luister naar
je lichaam
en geef
het wat het
wil.

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.lpk.nl



Pitti Donna damesmode shabby chique

Geisha
Esprit
Expresso
Sandwich
Sust/Bindi
Nickjean
Pitti Donna Basics

Wij omarmen de mooie seizoenen

Hallo kleurrijke herfst...
De nieuwe collectie
hangt klaar om u
te inspireren.
Tot gauw!



Gijsbrecht van Amstelstraat 142
Hilversum - 035 - 6284675
Volg ons op [facebook.com/pittidonnaHilversum](https://www.facebook.com/pittidonnaHilversum)
of www.pittidonna.nl

Ayurveda consult

De herfst is een overgangstijd. Het is overal om je heen duidelijk. De bomen en struiken verliezen langzaam hun bladeren als voorbereiding op de winter. Temperaturen, die slechts enkele weken geleden nog hoog waren, beginnen te wijzen op de veelzeggende frisheid van de herfst.

Ayurveda beschouwt een seizoenroutine als een belangrijke hoeksteen van gezondheid. De aard van het klimaat in evenwicht brengen met leefstijlkeuzes die de seizoensgebonden onevenwichtigheden compenseren, is een van de eenvoudigste manieren om je welzijn te beschermen. De herfst is volgens Ayurveda het 'Vata-seizoen', de tijd van het jaar die het meest de kenmerken heeft van Vata dosha; droog, licht, koud, ruw, subtiel, mobiel en helder.

Velen van ons nemen de seizoensgebonden gewoontes aan zonder zich ervan bewust te zijn. De zomer is bijvoorbeeld een tijd waarin we vaak genieten van salades en watermeloen, beide het perfecte tegengif voor de hitte van de zomer. Terwijl we in oktober en november vaak stevige aardse soepen eten of stoofpotjes met verwarmende kruiden.

Door voedings- en leefstijlkeuzes te maken die bij het seizoen horen, houd je een goede balans het hele jaar door.

Wil je weten welke voeding of leefstijl bij je past, dan is een Ayurvedisch consult een goed begin.

Wil je meer informatie over alle mogelijkheden? Neem dan een kijkje op mijn website of bel. Ik geef graag uitleg.



Waterviolier 45, Amersfoort (Nieuwland)
033-202 35 43 | www.b-atease.nl

OPVALLEN

IN JOUW REGIO?



**ADVERTEER
OOK IN
BRUIST!**

Bel **076-7115340** of mail
naar **nl@nederlandbruist.nl**

HPBOXSPRINGS

HOME & LIVING



Heb jij al een favoriete Flavor?

Proef de natuurlijke smaken van Red Berry Mix, Blackcurrant, Fruit Mix en Orange

Met SodaStream verander je kraanwater in een handomdraai in heerlijk verfrissend bruiswater. De intensiteit van de bubbels bepaal je helemaal zelf: van licht bruisend tot intense bubbels. Voeg eventueel een lekkere smaak naar keuze toe, zoals deze fruity Flavors! Zo heb je jouw zelfgemaakte en favoriete drankje altijd in huis. Wist je dat een herbruikbare SodaStream-fles duizenden plastic wegwerpflessen bespaart? Dat is dus lekker genieten en tegelijkertijd bijdragen aan een schoner milieu. Hey goed bezig!

Koop jouw Flavors extra voordelig op sodastreamstore.nl



sodastream®

Deze herfstsoep met de volle smaak van paddenstoelen en tijm en de quiche met pompoen en hazelnoten zullen verrukkelijk smaken na die lange boswandeling.

Paddenstoelen soep

4 PERSONEN - 30 MINUTEN

INGREDIËNTEN

1 rode ui
2 teentjes knoflook
klontje boter
400 gr gemengde paddenstoelen (bv. kastanjechampignons, cantharellen, shii-takes, oesterzwammen)
tijm
1 liter groentebouillon
100 ml kookroom
peper en zout
peterselie

Snipper de ui en hak de knoflook fijn. Verhit de boter in een pan, voeg de ui en de knoflook toe en fruit even aan. Snijd de paddenstoelen in stukken en voeg ze met wat tijm toe aan de pan. Bak ze ongeveer 10 minuten op matig vuur totdat het meeste vocht verdwenen is. Schep een derde deel uit de pan en bewaar apart. Voeg de bouillon toe en breng aan de kook. Zet het vuur uit en pureer de soep. Roer de kookroom erdoorheen en breng weer aan de kook. Voeg naar smaak peper en zout toe. Schep dan de bewaarde paddenstoelen bij de soep en verwarm een minuutje mee. Bestrooi met peterselie.



Quiche met pompoen

4 PERSONEN - 35 MIN + 40 MIN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

2 teentjes knoflook
3 rode uien
1 eetl olijfolie
800 gr pompoen in blokjes
1 theel salie
1 mix voor hartige taart
1 eetl paneermeel
4 eieren
250 gr ricotta
peper en zout
125 gr verse geitenkaas
50 gr hazelnoten, heel
2 plakjes parmaham
(eventueel weg te laten voor een vegetarische variant)

Snijd de knoflook fijn en de uien in ringen. Verhit de olie in een pan en fruit de uien en de knoflook aan. Voeg de pompoenblokjes en de salie toe en bak 15 minuten. Verwarm de oven voor op 180 graden. Bekleed een bakvorm met bakpapier en vet de randen in. Maak deeg van de mix voor hartige taart en bekleed hiermee de bakvorm. Prik gaatjes in de bodem en bestrooi met paneermeel. Klop de eieren los met de ricotta en breng op smaak met peper en zout. Schep de helft van de pompoen in de quichevorm en bestrooi met wat geitenkaas en hazelnoten. Schep de rest van de pompoen erover en verdeel de rest van de geitenkaas en hazelnoten erover. Giet het eiermengsel gelijkmatig over de quiche. Scheur de parmaham in stukjes en leg deze erop. Bak de quiche 40 minuten.

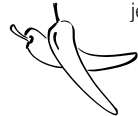


FOODHACKS - ZO IS KOKEN NOG LEUKER - FOODHACKS - KEUKENTIPS - FOODHACKS - HANDIGE WEETJES

Prik je **OREO-KOEKJE** aan een vork. Dan kun je het eenvoudig in de melk dopen, zonder vieze handen te krijgen.



VERWARM EEN **CITROEN** *eerst 20 seconden in de magnetron en pers hem warm, dan komt er meer sap uit.*



62

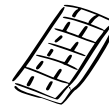
STOP JE HAND in een plastic zakje als je hete pepers snijdt. Dan krijg je de sporen van de zaadjes niet aan je vingers.



MAAK JE **MAGNETRON** **SCHOON** door een bakje water met azijn een paar minuten te laten draaien.

FOODHACKS - ZO IS KOKEN NOG LEUKER - FOODHACKS - SLIMME TRUCS - FOODHACKS - KEUKENTIPS

Bewaar **VERSE KRUIDEN** met wat olie in het ijsklontjesbakje van je vriezer. Zo heb je altijd smaakmakers bij de hand.



Wikkel je **TELEFOON** in huishoudfolie. Zo kun je hem tijdens het koken en bakken gewoon gebruiken zonder dat hij vies wordt.



63

Bewaar aangebroken **SPAGHETTI** eenvoudig in een lege Pringles-bus.



SMEER JE **AUTORUITEN** in met 3 delen azijn en 1 deel water en neem ze af met een doekje! De volgende ochtend geen ijs op de ruiten!



Nieuw! Joseph Ribkoff



**Vanaf heden
bij ons
verkrijgbaar!**