

'T GOOI 

FEBRUARI 2020 WWW.TGOOIBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

*Planten en
bloemen,*
het mooiste cadeau!

Mag ik jouw
valentijn
zijn?



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: Profillo

Wil jij wél een strakkere huid, maar geen botox of fillers? Profillo 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

PROFHILO

ULTHERAPHIE

LIPPEN



DOKTERANDRÉ

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

Waar u van droomt

...maken wij!

RMR Interieurbouw maakt mogelijk waar u van droomt.

Wij laten onze klanten graag over hun dromen vertellen. Over hun interieur, waar design, functionaliteit en huiselijkheid volmaakt in elkaar overvloeien. Wij dromen mee, maar doen meer:

RMR ontwerpt en maakt vakkundig uw gehele maatwerk interieur.

Op ambachtelijke wijze, met de hand exact op maat en volledig naar wens.

Alleen met de volmaakte mix van design en functionaliteit zijn wij tevreden. High end-niveau. Of het nu uw complete inrichting, keuken, wijnkelder of kastenwand betreft: wij maken mogelijk waar u van droomt.

Bezoek onze bijzondere inspiratieruimtes!

Maak vrijblijvend
een afspraak
www.rmr.nl

RMR[®]
interieurbouw

De Sonman 16-18, Moergestel | +31 (0)13 513 06 96 | www.rmr.nl





8



15

COLOFON

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout
T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl
www.nederlandbruist.nl
nederlandbruist

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Mirjam Kuus
THEMATEKSTEN Maaike van Helmond
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Linda Groothuijse

Like ons op Facebook.com/tgooiBruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl
of bel Raoul Bosman 06-15948855

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Alkmaar Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootste 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 is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.



20



23



12



46

Inhoud

Bruisende lezer,

All you need is love! De Beatles zongen het ooit al en nog steeds 'predikt' Mister Love Robert ten Brink dit met grote regelmaat op de Nederlandse televisie. En geef ze eens ongelijk... Liefde is toch ook een van de belangrijkste dingen in het leven?! De liefde mag wat ons betreft dan ook zo vaak als mogelijk gevierd worden. Gelukkig doen we dat deze maand wereldwijd weer massaal op Valentijnsdag. En wij vieren die liefde met jullie mee!

we je ook nu weer heel wat te vertellen over tal van bruisende onderwerpen. Vertelden we vorige maand bijvoorbeeld nog dat 'groen wonen' – in de zin van duurzaam wonen – de trend was, deze maand vertellen we je meer over het letterlijk wonen tussen het groen. Want ook dat is dit jaar dé trend. Op naar het tuincentrum dus en tover jouw huis om tot je eigen private jungle. Verderop in dit magazine geven we je hiervoor maar al te graag wat inspirerende tips.



Natuurlijk draait deze nieuwste editie van Bruist niet alleen om de liefde. Zoals elke maand hebben

Vier het leven en vier de liefde!
Lea en Marcel Bossers



Foto: Ron Eskens, scoovpictures.nl

Verander je huis in een trendy *jungle*

In de vorige editie van Bruist vertelden we het al: groen wonen is de trend. Vorige maand doelden we daarmee specifiek op duurzaam wonen, dit keer willen we het echter hebben over letterlijk wonen tussen het groen.

En dan bedoelen we wonen in een huis vol groene planten, want ook dat is een van de trends voor 2020. Om precies te zijn: groene (niet bloeiende) planten, met grote bladeren die jouw huis het hele jaar door de uitstraling geven van jouw eigen 'private jungle'. Kies bijvoorbeeld voor een Monstera (gatenplant), palm, Alocasia (olifantoor) of Pilea (pannenkoekenplant). En ook cactussen en vetplantjes doen het bijzonder goed binnen deze trend, klein of groot, alleen of meerdere bij elkaar, maar net wat jij het mooist vindt.

De juiste verzorging

Als je dan kiest voor al dat groen in je huis, is het natuurlijk wel belangrijk dat het ook echt groen blijft. Sommige planten hebben voldoende aan alleen wat water op zijn tijd, andere hebben meer verzorging nodig. Internet kan hiervoor natuurlijk een eenvoudige bron van informatie zijn, maar bij

een goed tuincentrum kunnen ook de medewerkers je meer vertellen over de verzorging van jouw aankoop zodat je zo lang mogelijk van je groene huis kunt genieten.

Nooit uit de mode: rozen

Ook op het gebied van bloemen kent 2020 natuurlijk weer de nodige trends. Meander Bloemsierkunst kan je hier meer over vertellen. Maar het belangrijkste blijft wat ons betreft dat je kiest voor een boeket dat jij echt mooi vindt en dat bij jou of degene voor wie je het koopt past.

Maar als we je dan toch een tip mogen geven: het is natuurlijk februari, de maand van Valentijnsdag en bij deze dag van de liefde horen... rozen! Met een mooi zijden boeket rozen van BloomEver verras je je geliefde en diens dag kan zeker niet meer stuk. De liefde mag immers gevierd worden!

Wil jij meer weten over de zijden bloemen van BloomEver van Meander Bloemsierkunst?
Havenstraat 18c Hilversum | 035-6230920 | www.meanderbloemsierkunst.nl | www.bloomever.nl

WONEN
TUSSEN HET
GROEN

BloomEver
zijden bloemen
boeket
al vanaf € 3,50
per week!



Meander
bloemsierkunst

DE KRACHT
VAN PERFECTE
KOSTUUMS



Joris Jan Bos Photography

NEDERLANDS DANS THEATER

Sometimes, I Wonder

Nederlands Dans Theater (NDT) bestaat zestig jaar. Dit wordt gevierd met de prachtige dansvoorstelling *Sometimes, I Wonder*. Deze is volledig opgedragen aan Jiří Kylián, een van de meest diepzinnige, toonaangevende kunstenaars uit de geschiedenis van NDT. Zijn creatieve visies hebben het gezelschap naar ongekende hoogte gebracht.

De kostuums spelen een belangrijke rol in de voorstelling. “De dansers worden uitgedaagd om op topniveau te dansen. Wij mogen hen daar niet bij hinderen, wat betekent dat de kostuums perfect om het lichaam moeten, zitten zodat ze vrij kunnen bewegen”, vertelt *Yolanda Klompstra* gedreven. Samen met haar team is zij verantwoordelijk voor de kostuums van NDT. “Tegelijkertijd moet het er natuurlijk wel goed uitzien en recht doen aan het beeld dat de betreffende choreograaf én de ontwerper voor ogen hebben. Dat is en blijft een geweldige uitdaging.”

Creativiteit

Ook voor *Sometimes, I Wonder*, dat in feite drie aparte voorstellingen van Kylián omvat, mogen de naaisters weer veel mooie dingen maken. “Denk aan korset jasjes en een grote, roze, zijden rok met meer lagen voor *Bella Figura*, stijlvolle,

Victoriaanse kostuums voor *Claude Pascal* en fijn geplisseerde, tweekleurige jurkjes voor *Vanishing Twin*. We kunnen er al onze creativiteit in kwijt en spelen met kleuren en materialen.”

Tot het allerlaatste moment

“Als kostuummaker blijf je eigenlijk altijd bezig. Soms is een danser bijvoorbeeld afgevallen en moeten we de tailleband weer innemen. Vandaar dat we ook die laatste week, tot vlak voor de première, met onze naaimachine klaarzitten in het Zuiderstrandtheater om de laatste aanpassingen te kunnen doen. Het is keihard werken, maar ontzettend leuk om te doen. Je moet ook echt een passie hebben voor dit veeleisende vak, anders houd je het niet vol. We zijn allemaal superblij als het weer gelukt is. En tijdens de première is het ook voor ons genieten geblazen, dan zien we waar we het allemaal voor hebben gedaan!”

Op 6 februari 2020 gaat *Sometimes, I Wonder* in première in het Zuiderstrandtheater in Den Haag. Kaarten zijn te koop via www.ndt.nl.

SUSTOILABLE: NATUURLIJK PUUR!

Goede huidverzorging kan ook met pure, natuurlijke producten. Geen gedoe met toevoegingen, kleuren en geuren. De producten van sustOILable bieden uitstekende verzorging voor het hele lichaam: Verzorgende huid- en haarolie (in navulbare pipet flesjes), handgemaakte stukken zeep, heerlijke geuroolie en natuurlijk wasmiddel (wasnoten).

www.sustOILable.com



**50% KORTING MET DEZE
BRUIST**



Ga naar www.nederlandbruist.nl/lezersacties

**WHERE STYLE MEETS COMFORT!**

Deze eetkamerstoel doet je hart sneller kloppen. Het zwart metalen frame is gecombineerd met een comfortabele zitting bekleed met een velours stof in diverse trendy kleuren. Om urenlang samen met jouw valentijn te genieten van een romantische avond.

www.livinroom121.be

LEZERSACTIE

Maak kans op een mooie, sterke rugzak t.w.v € 49,99

Maak de blits met deze rugzak gemaakt van soepel canvas, stijlvol met subtiel details. En... hij is waterafstotend!



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. #RUGZAK naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

Verwen jouw valentijn!

win

LEZERSACTIE

Maak nu kans op een Paradise PINK kussen t.w.v. € 32,-

Zacht velours kussen met aan beide zijden een mooie Paradise-print erop. 60 cm x 40 cm. Aangeboden door Liv'in Room 121 in Antwerpen. www.livinroom121.be



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. #PINK KUSSEN naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

**BEAUTY AWARD WINNER**

MGC Derma staat voor pure en luxe huidverzorgingsproducten. Het merk is ontwikkeld door experts op het gebied van natuurlijke huidverzorging en ze hebben gebruikgemaakt van de meest hoogwaardige ingrediënten.

www.mgcenterma.nl

LEZERSACTIE

Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash.

Verras jouw valentijn met deze heerlijke body wash op basis van perzikenbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met deze Body Wash van O'right.



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. #PEACH BLOSSOM naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



BRUIST

Deal

Neem jouw valentijn mee naar Gran Canaria

Verblijf in een prachtig complex met een zwembad en een geweldig uitzicht.

1-slaapkamerappartement € 85,- per nacht*
2-slaapkamerappartement € 105,- per nacht*

€ 85,-
p. nacht*



Ga naar www.nederlandbruist.nl/lezersacties en reserveer met promocode BRUIST



JOLLEIN

Daar wordt je baby blij van!



Nassaulaan 6 Bussum | 035-6561991

Unieke, handgemaakte
sieraden



Ona Luna Jewels
06-22498438 | www.onalunajewels.com

De *visie* van Bruist!

Ondernemers helpen om op de juiste manier te adverteren, waardoor de naamsbekendheid omhooggaat.

BRUIST

Ook opvallend adverteren?
Bel 076-7115340 of mail naar nl@nederlandbruist.nl

Geef voor nieuwe doorbraken in kankeronderzoek.

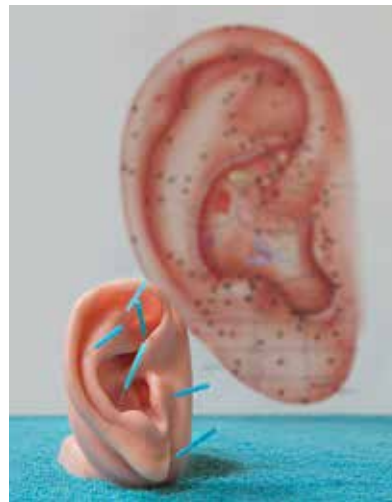
Ga naar kwf.nl/doneer

Samen komen we steeds dichterbij



Wat kan ooracupunctuur betekenen voor 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 is lichaam is namelijk zelf tot veel meer in staat dan men denkt. Eerdaags is het weer pollenseizoen. Ooracupunctuur is zeer effectief bij hooikoorts. **In de maanden februari en maart geldt een korting van 40% op de verblijfsnaaldjes.**

Daarnaast kan ooracupunctuur worden ingezet voor een breed scala aan klachten en is bijzonder effectief gebleken bij het reduceren van pijnklachten. Een kleine greep uit behandelbare klachten:

- Allergie-klachten
- Hoofdpijn (spanningshoofdpijn, migraine)
- Burn-out en andere stress gerelateerde klachten
- Rugklachten
- Overgangsklachten
- Nek- en schouderklachten
- Vermoeidheidsklachten

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).

Hoe kan ik je helpen?

Henny van Vessum-Overeem
Pedicure - Voetreflex therapeute - Massages



BOEK ONLINE
OF BEL
06 - 12129710

lijfitaal

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

Kom prachtig voor de dag!



Jaren geleden begon Monique Hilhorst met de verkoop van bruidsjurken aan huis. Later kwamen hier ook diverse kostuums bij. Vandaag de dag heeft Monique samen met haar man Erwin een mooie en grote winkel, waar u terecht kunt voor de meest mooie en elegante gelegenheden. Zo kunt u prachtig gekleed naar de chicste gelegenheden.

Heeft u binnenkort een gelegenheid, waar u stijlvol voor de dag wilt komen? Dan bent u bij De Ambassade - Gelegenheidskleding aan het juiste adres. Hier vindt u een ruim assortiment met unieke jurken en kostuums in vrijwel alle maten. Merken zoals Eternity Prom zijn exclusief in Nederland en worden door ons verkocht. Met deze gelegenhedenkleding zult u dan ook op een passende manier opvallen.



Nieuw in de winkel:
het merk Ribkoff!

De mooiste kleding voor elke gelegenheid!



Havenstraat 162 Bussum | 035-5337239 | www.ambassade-gelegenheidskleding.nl

Dit jaar telt februari niet 28 maar 29 dagen. Deze **schrikkel**dag is ooit ingevoerd omdat anders de lente steeds vroeger zou beginnen.

14 februari vieren we wereldwijd **de liefde**, het is Valentijnsdag.

In een kamer met planten werkt je **geheugen** maar liefst 20% beter.

De geboortesteen voor februaribaby's is **de amethyst**, deze steen symboliseert moed en klasse.

Rode rozen staan voor romantiek, gepassioneerde liefde en verleiding. Geef je je geliefde 1 rode roos, dan wil dat zeggen: ik houd nog steeds **alleen van jou!**

Mensen die in februari (of januari) geboren zijn, hebben volgens een onderzoek meer kans om **beroemd** te worden.

Het verzorgen van planten blijkt een perfecte manier te zijn om **stress te verminderen**.

4 februari is het Wereldkankerdag. Op deze dag wordt wereldwijd stilgestaan bij **de impact van kanker**.

Gaastra

Shop nu
online
met 50%
korting

Met de kleding van Gaastra komt u altijd sportief voor de dag! Gaastra maakt een mooie collectie casual kleding en is sterk in jassen, fleecvesten en softshells in mooie kwaliteiten en frisse kleuren. De kleding van Gaastra is sportief, comfortabel en ideaal om prettig in te bewegen.

Bekijk onze Gaastra collectie online en ontvang korting met promocode **BRUIST!**



BRUIST
Deal

50% korting
PROMOCODE: BRUIST
SHOP NU OP
NAUTIC FASHION.ONLINE

NAUTIC FASHION.ONLINE is een Nederlandse online outlet van het maritieme en nautisch georiënteerde outdoor modemerkt GAASTRA.

We richten ons op het aanbieden en leveren van stijlvolle producten voor outdooractiviteiten tegen geweldige prijzen.

NAUTIC FASHION
ONLINE

hello@nauticfashion.online
NAUTIC FASHION.ONLINE



STUDIO ANNELOES

L.O.E.S - Mart Visser

Part Two - I-zen - Nickjean

JC Sophie - My Favourite Piece

Zizo - Maicazz

By Betty's - Tif Tiffy

MODEHUIZ
by Betty's

Voorbaan 29, Huizen

www.modehuizbybetty.nl

20

UW HENNEP EN CBD SPECIAALZAAK

Gezond met *Hennep*

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

Leef vanuit *liefde*

Leef vanuit liefde en je zult je gelukkig voelen. Liefde heeft geen oordeel, liefde is. Liefde maakt je puur, vermindert pijn en problemen, liefde is alles en alles is liefde.

Als je je ogen sluit en je hart opent, dan verdwijnen je gedachten. Op dat moment ben je in je hart en dan zie je alleen liefde. We willen liefde zien met onze ogen, maar dat lukt niet. Alleen ons hart kan liefde zien. Laat je gedachten los, wees in dit moment en laat alles zijn zoals het is. Dat is liefde.

‘Alleen met het hart kun je goed zien. Het wezenlijke is voor de ogen onzichtbaar’, schreef Antoine de Saint-Exupéry in De kleine prins, een van mijn favoriete boeken. Zolang wij niet kijken met ons hart, maar de wereld om ons heen alleen aanschouwen door onze ogen, zullen we geen vrede vinden. Wees vandaag vriendelijk en verdraagzaam naar jezelf en naar anderen.

Leef vanuit liefde.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

www.meditationmoments.nl



DAGJE UIT BLUES FESTIVAL DELFT



14, 15 en 16 februari vindt in Delft weer het grootste indoor blues-festival van Nederland plaats. De programmeurs stellen ieder jaar een divers programma samen waarin verschillende bluesstijlen te beluisteren zijn. Bij de ruim dertig locaties hoor je onder andere delta blues, Chicago blues, Texas & Westcoast blues, jump'n'Jive, bluesrock, Americana, rock-a-billy en versterkte en akoestische livemuziek. Volop variatie dus! Naast alle gratis toegankelijke optredens, staan tijdens deze 22e editie eveneens bijzondere specials op het programma, waaronder een speciale filmvertoning in filmhuis Lumen, theatervoorstellingen in het Rietveld Theater, een gospel-optreden in de Maria van Jessekerk en een mondharmonica workshop. **Meer info op www.delftblues.nl**

FILMPJE KIJKEN THE CALL OF THE WILD

Deze film volgt Buck, een hond met een groot hart. Zijn normale huisdierenbestaan in Californië komt op z'n kop te staan wanneer hij tijdens de goldrush aan het einde van de negentiende eeuw naar de wildernis van de Alaskaanse Yukon wordt gestuurd. Buck wordt de minst ervaren toevoeging aan een hondensleeteam dat post moet gaan bezorgen. Later groeit de heldhaftige hond uit tot de leider en beleeft hij het avontuur van z'n leven. Op deze manier vindt Buck zijn ware plek in de wereld en wordt hij eindelijk z'n eigen baas.

THE CALL OF THE WILD is vanaf 19 februari te zien in de bioscoop.



BOEKJE LEZEN THOMAS VERBOGT



De hoofdpersoon in de nieuwe roman van Thomas Verbogt wil graag een verbond vormen met Sander, zijn pleegbroer, maar dat lukt niet. Er staat iets in de weg, iets wat hij niet kan duiden, maar wat hem een leven lang achtervolgt. Wanneer hij afscheid neemt van zijn ouderlijk huis en daarmee ongewild ook zijn grote liefde uit het oog verliest, begint hij aan de zoektocht naar zijn eigen leven. Die zoektocht is onlosmakelijk verbonden met het geheim dat tussen Sander en hem in stond. Als je de stilte ziet is een diep ontroerende roman over verlangen, vluchtigheid en betekenis geven aan het leven. **Vanaf 24 februari verkrijgbaar bij de boekhandel.**

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit 4 sterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*



Kom tot rust in de sauna

Heerlijk ontspannen, hebben we daar op zijn tijd niet allemaal behoefte aan? Jezelf even opladen zodat je weer klaar bent voor de ratrace van het dagelijks leven. En waar kun je dat nu beter dan in de sauna?!

Als je nog nooit in een sauna bent geweest, kan de drempel om ernaartoe te gaan misschien wat hoog zijn. 'Al die naakte mensen, is dat wel wat voor mij?' zul je je wellicht afvragen. Er zijn echter ook genoeg sauna's die speciale badkledingdagen bieden en anders zijn er ook nog de privésauna's waar je bijvoorbeeld in alle privacy heerlijk samen met je lief kunt genieten (tip: leuk cadeautje voor Valentijnsdag).

Alleen maar voordelen

Het is namelijk wel echt een aanrader om regelmatig naar een sauna te gaan. Niet alleen omdat je er dus heerlijk kunt ontspannen, maar zeker ook omdat het goed voor je is. Zo vermindert een bezoekje aan de sauna je spierpijn, zorgt het voor een betere doorbloeding, vermindert het stress, verdwijnen afvalstoffen uit je lichaam door het zweten en zorgt het voor een betere weerstand. Daarnaast zijn er ook

mensen die beweren dat het helpt als je wil afvallen. En inderdaad, na een bezoek aan de sauna ben je meestal lichter door het vele vocht dat je verliest door het transpireren. Dit gewichtsverlies is echter maar tijdelijk doordat je het vocht weer aanvult (tijdens een bezoek aan de sauna is het sowieso belangrijk om veel water te drinken om dit vochtverlies te compenseren). Als je na de sauna een plons neemt in een ijskoud dompelbad, kan dit echter wel de vetverbranding stimuleren...

Als herboren

Zoals je kunt lezen zijn er genoeg redenen om je eventuele saunavrees te overwinnen. En je zult zien: na afloop ga je als herboren weer naar huis. Volledig ontspannen na dit moment voor jezelf, met een rozige huid en klaar voor de dag van morgen. Heb jij je volgende saunabezoek al gepland? Wij wel!

Wil jij ook even heerlijk ontspannen in de sauna? Op www.nederlandbruist.nl vind je altijd wel een sauna of wellnesscentrum in jouw regio.



ZWEET
DE STRESS
VAN JE AF



All you need is... *love*

Februari is de maand van valentijn. Pak dus dit moment en laat je partner, familie en vrienden weten wat ze voor je betekenen. Een beetje extra liefde doet wonderen.

1. Amor Amor Eau de Toilette van Cacharel, vanaf € 42,- www.iciparisxl.nl

2. Body van Leg Avenue, € 40,95 www.legavenue.eu

3. Showergel van de Hema, € 4,- www.hema.nl

4. Kalan, € 210,- www.parfumerie.nl

5. Scandal'Eyes Volume on Demand Mascara van Rimmel, € 15,99 www.rimmellondon.nl

6. essie limited valentine's day collection, € 9,99 www.essie.nl

7. Rouge Pur Couture Collector van Yves Saint Laurent, € 38,70 www.ysl.com

8. Revitalift Red Cream van L'Oréal Paris, € 24,95 www.loreal-paris.nl

9. Tas Florian Fire van SMAAK Amsterdam, € 249,- www.smaakamsterdam.nl

10. Fruit kiss caring lip balm van essence, € 1,59 www.essence.eu

11. Olympéa Onyx Eau de Parfum 80ml van Jean Paul Gaultier, € 109,25 www.douglas.nl

12. Sneakers van s'Oliver Women, € 89,95 www.soliver.nl



Drie jaar geleden opende **Ellen Papenburg** de deuren van de ambachtelijke speciaalzaak C'est Bon Hilversum 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.



Gijsbrecht van Amstelstraat 182 D
Hilversum
035-6316137
hilversum@cestbon.nl
www.cestbon.nl



Lekker en gezond!

Noten... gecombineerd met een lekkere wijn

Noten en wijn zijn een klassieke en gastronomische combinatie. Bijna alle noten gaan samen met vele soorten wijn.

Bijvoorbeeld gezouten noten met sherry, walnoten en amandelen met rode port, amandelen met lichte zoete en zoete wijn en walnoten met een bourgogne.

Maar hoe zit het met de calorieën?

Noten en pinda's bevatten veel calorieën, maar doordat noten een hoog gehalte aan goede vetten bevatten, hebben ze een verzadigend effect waardoor men juist minder gaat eten.

Het vetgehalte van deze productgroep varieert van 45 tot 75 gram per 100 gram noten/pinda's. Echter, 80 tot 90 procent hiervan zijn goede vetten. Het zijn onverzadigde vetten die zelfs cholesterolverlagend werken. Noten en pinda's zitten vol mineralen, vitamines en vezels.

Combineer dus gerust je glas wijn met een handvol overheerlijke noten. Of maak je kaasplank compleet met wat gedroogd fruit en verse noten van C'est Bon.

Ayurveda Festival!

Op 28 maart aanstaande vindt het eerste Ayurveda Festival van Nederland plaats op landgoed Mennorode in Elspeet. Hét festival dat je niet mag missen!

Tijdens het Ayurveda Festival kun je kiezen uit verschillende lezingen en workshops, verzorgd door nationale en internationale sprekers die op hun vakgebied aan de top staan. Onderwerpen zijn onder andere Ayurveda en Women's health, Vedische Astrologie, Bone Release therapy, Pranayama, AyurYoga en nog veel meer.

Het festival is zo opgebouwd dat je gedurende de dag verschillende workshops of lezingen kunt bijwonen. Er zijn 3 ruimtes waar je een lezing/workshop kunt volgen.

Mocht je even geen zin hebben in een lezing of workshop, dan kun je genieten van een wandeling op het prachtige Kroondomein Het Loo. Natuurlijk kan je ook een kijkje nemen op de verschillende stands of je laten inspireren door de mooie omgeving.

Wil je meer informatie, neem dan een kijkje op www.ayurvedafestival.nl



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

Zie ik je op 28 maart tijdens het festival?



OPVALLEN

IN JOUW REGIO?



**ADVERTEER
OOK IN
BRUIST!**

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

Commotie

Soms slaat de schrik mij ook om het hart als ik zie wat er voor berichten zijn over misstanden in onze branche. Het meest schrijnend vond ik nog wel de situatie bij Undercover in Nederland. De meest basale zaken rondom piëteitsvol handelen, transparantie en zorgvuldige communicatie gingen daar heel erg mis.

Gelukkig zijn dit uitzonderingen in de uitvaartbranche, er wordt met veel overgave gewerkt vanuit compassie naar de medemens. Echter er bestaan geen regels voor de uitvaartbranche dus misstanden blijven ook goed mogelijk door personen die zonder enige opleiding, ervaring of keurmerk, zomaar een uitvaartonderneming kunnen beginnen.

Omdat families weinig ervaring hebben met uitvaarten, is het ook niet altijd helder of het normaal is wat er gebeurd of gezegd wordt. Een niet functionerend bedrijf kan dus makkelijk bestaan door de onwetendheid van klanten of door het taboe rondom de dood.

Het lijkt door dit soort commotie wel of er uitvaartverzorgers zijn die de marge van een uitvaart boven integer handelen stellen. Ik durf oprecht te stellen dat ook dat de sporadische uitzonderingen zijn.

Heel vervelend voor nabestaanden om daar mee bezig te moeten zijn in plaats van zich te kunnen richten op het afscheid nemen.

Ik denk dat veel onprettige situaties zouden kunnen worden voorkomen door voorbereiding. Ik heb daar al eerder over geschreven, maar ga eens langs bij een uitvaartondernemer. Neem een kijkje in zijn of haar centrum/kantoor, vraag ook gerust om de werkruimtes te zien, want er is niets te verbergen. Ziet een centrum er verzorgd uit, dan zegt dat vaak ook veel over het werk dat geleverd wordt. Ook de mogelijkheden en kosten kunnen vooraf allemaal inzichtelijk gemaakt worden. Dat scheelt nabestaanden veel stress en voorkomt onverwachte zaken achteraf.

Meer informatie vindt u op:

www.rebel-uitvaart.nl/commotie





ALL YOU
NEED IS
LOVE!

Laten we *de liefde* vieren!

14 februari, Valentijnsdag... de dag waarop wereldwijd in heel veel landen de liefde wordt gevierd. De een doet dit met een (anoniem) kaartje, de ander pakt groots uit. En weer een ander... die vindt het de grootste commerciële onzin die er is.

Zo mysterieus als het ontvangen van een anonieme valentijnskaart is, zo mysterieus lijkt de oorsprong van deze dag van de liefde. Vaak wordt gezegd dat deze teruggaat naar de derde eeuw na Christus toen er in Rome een priester woonde met de naam Valentinus. Hij stond bekend om de goede daden die hij verrichtte voor armen, ouderen en kwetsbaren. Deze Valentinus werd op 14 februari 270 echter onthoofd vanwege zijn geloof, maar later (in 496) werd hij door de kerk juist heilig verklaard. Sindsdien zou 14 februari een feestdag zijn, de dag van de Heilige Valentijn.

Paringsdrang

Andere bronnen beweren echter dat Valentijnsdag is ontstaan vanuit het Romeinse Lupercalia feest (een vruchtbaarheidsfeest). En er zijn zelfs mensen die beweren dat het puur te maken heeft met het feit dat rond 14 februari de vogels beginnen met paren

en dat ook de mensen rond die tijd weer 'last' krijgen van paringsdrang.

De liefde is mooi

Hoe het ook zij, feit is dat deze dag van de liefde pas in de jaren negentig echt goed vanuit Amerika naar Nederland is overgewaaid. Sindsdien verrassen ook wij massaal onze geliefde op 14 februari. Waar dat in de jaren negentig vooral nog gebeurde met dat anonieme, handgeschreven kaartje via de post, staan veel winkels in aanloop naar 14 februari tegenwoordig volledig in het teken van Valentijnsdag. Ook de meeste restaurants en wellnesscentra spelen hier volop op in, bijvoorbeeld door het aanbieden van speciale Valentijnsdagarrangementen. Commercieel? Ongetwijfeld, maar geef ze eens ongelijk. Elke kans om de liefde te vieren is er immers een die je met beide handen moet grijpen! De liefde is mooi, dus geniet ervan, óók op 14 februari...

Wil jij ook je geliefde verrassen op Valentijnsdag? Op www.nederlandbruist.nl vind je altijd wel een ondernemer in jouw regio die je hier met liefde bij wil helpen.

Cremaere

Damsluisweg 29, 1332 EA Almere
www.cremaere.nl

Uw crematie groen en voordelig

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

Cremaere, voor een duurzame crematie!

Cremeren
€429,-

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

LPKM Administraties en Belastingzaken Hilversum

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

Maak vrijblijvend een afspraak voor een oriënterend gesprek.

LPKM



Administraties & Belastingzaken

Vaartweg 72 Hilversum | 035 582 07 13
www.lpkm.nl



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, dit voorkomt 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 wolken.

“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!



De pedicure bij u thuis!

Pedicure
Medisch pedicure
Sport pedicure

Aangesloten bij



Jannie Veltman

PEDICURE JANNIE

06-46377059

pedicurejannie@gmail.com



LAAT HET INLIJSTEN!

Marcel Out is al meer dan 27 jaar lijstenmaker. Eerst bij kunsthandels en lijstenmakerijen, nu alweer ruim zes jaar als De Gooische Lijstenmaker.

Waarvoor kunnen we bij jou terecht?

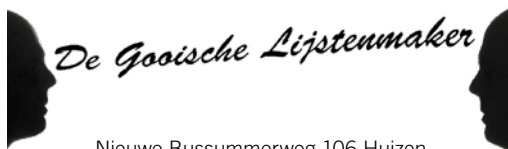
“Het inlijsten van schilderijen, foto's, litho's, reproducties, maar ook t-shirts, handwerken en objecten. Eigenlijk is niets te gek. Zo heb ik zelfs eens een complete bruidsjurk ingelijst! Ik adviseer en laat de verschillende mogelijkheden zien. Zo krijg je een inlijstadvies wat bijvoorbeeld past bij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

Voor alles heeft Marcel een mooie passende lijst.

Loop gewoon eens binnen!



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



De Gooische Lijstenmaker

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

‘Ovenheerlijke’ kaas-uientaart

Uien zijn zó lekker en ook nog eens heel gezond én goedkoop. In Frankrijk at ik deze heerlijke uientaart en probeerde ‘m thuis zelf na te maken. Maar tevergeefs. Ik miste steeds die specifieke structuur. Met behulp van dit recept uit het kookboek ‘Ovenheerlijk’ van Yvette van Boven, lukte ‘t gelukkig wel!

Ingrediënten vulling:

6 flinke uien, in ringen gesneden
25 gr roomboter
500 gr oude kaas geraspt
bosje bieslook
4 bosuien in ringetjes

Deeg

150 gr roomboter, 400 g bloem,
1/2 tl zout, 1 ei, losgeklopt.

Bak de uien in de boter tot ze glazig en zacht zijn en blus af met 100 ml water. Laat inkoken en breng op smaak met zout en peper.

Smelt de boter met 110 ml water en meng dit warm door de bloem met zout. Kneed tot een mooie bal. Vet een springvorm van 24 cm in en rol 2/3 van het deeg uit tot een lap die royaal in deze vorm past.



Meng de kaas met de bieslook en de bosui. Verdeel de helft van het ui-mengsel op de bodem en hierop de helft van de kaas. Herhaal dit.

Rol de rest van het deeg uit en leg deze op de vulling en druk goed aan. Prik een paar gaatjes in deze ‘deksel’ om de stoom eruit te laten en bestrijk met het losgeklopte ei. Bak 45 minuten in de oven op 180 graden.

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



Open Dag basisscholen in het Gooi

Woensdag 18 maart van 09.00 - 12.00 uur

Maak kennis met Alberdingk Thijm Scholen:

- Lessen in het Engels • ICT in de klas • Muziek, sport en gezonde lifestyle



**#DAAR
GAAT
HET
OM**

**Dat je klaar bent
voor het leven**

 **Alberdingk
Thijm
Scholen**
Leren waar het écht om gaat

atscholen.nl

GEKNIPT & geschoren

MAN/CAVE

Ging je voorheen 'gewoon' naar de kapper, tegenwoordig brengen weer steeds meer mannen een bezoekje aan de barbier. De laatste paar jaar schieten de 'old school' barbershops dan ook als paddenstoelen uit de grond en viert het beroep van barbier hoogtij.



Niet alleen omdat de man van nu waarde hecht aan een goede scheer- en/of knipbeurt, maar vanwege de gehele ervaring. Bij een barbier wip je namelijk meestal niet snel even binnen. Je neemt de tijd, laat je knippen en/of scheren en geniet ondertussen van een drankje en een praatje met de andere mannen in de shop. Oftewel: 'the barber experience'!

Allrounders

Barbieren van nu zijn overigens veel meer allrounders dan de barbieren van vroeger. Destijds ging je hoofdzakelijk naar de barbier om je baard of snor te laten knippen, scheren en verzorgen. De naam barbier zegt het eigenlijk al, want die is afgeleid van het Latijnse woord barba dat baard betekent. Voor hun kapsel gingen mannen meestal naar een gewone (heren)kapper. Tegenwoordig beheersen veel barbiers beide disciplines en kun je er dus zowel je baard en snor als je kapsel onder handen laten nemen. Maar dan net even in een iets andere setting dan bij een traditionele kapperszaak, door vakspecialisten met ontzettend veel passie voor hun werk.

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



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

Voetreflexologie 't Gooi

laat jouw energie stromen

VERRAS JOUW VALENTIJN!

Leuk om te geven en nog leuker om te ontvangen!

Een cadeaubon voor een heerlijke massage:

- Ontspannende massage van rug, onderbenen en voeten
- Ontspannende massage van onderbenen en voeten

De waarde van de cadeaubon kunt u zelf bepalen. Bel naar 06 13 47 77 29 of mail naar info@voetreflexologie-t-gooi.nl om een cadeaubon naar keuze te bestellen. Happy valentine!



Katja Zuidervart

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

www.wikkelfee.nl

WIKKELS | BODYOLIE | BIJENWAS | WARMERS | KRUIDEN | KRUIKEN

Natuurlijke warmte

"Soms vergeten we dat onze huid zo'n wezenlijk orgaan is. Ze vormt de overgang tussen jouw binnenwereld en de wereld buiten ons. Je huid beschermt en omhult je en weet wat heilzaam voor je is. Vitaliteit uit de natuur - producten van biologische oorsprong - zijn verkrijgbaar bij Wikkelfee."



Wikkelfee

Keester wat je lief is
www.wikkelfee.nl

Geisha
Esprit
Expresso
Sandwich
Nickjean
Sust/In Two
Pitti Donna Basics

Pitti Donna

Shabby Chique Damesmode

Het is 2020... een mooi nieuw jaar én ons 30-jarige jubileum!

Dit willen wij natuurlijk groots met u vieren! Daarom zetten wij u iedere maand in het zonnetje met een leuk kadootje en verrassende acties.

In de maand februari geven wij u bij een aankoop van minimaal € 50,- een MOOIE SJAAL KADO die natuurlijk perfect matcht bij onze kleurrijke collectie!

Wij hebben er zin in, u ook?

Graag tot snel,
Het Pitti Donna Team



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

Liefde, je moet ervan houden!



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



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

Spataderbehandeling

Ooglidcorrectie

Facelift (MACS-lift)

Borstverkleining

Rimpelbehandeling

Armlift - Halslift

Contourverbetering

Oorcorrectie

Labiacorrectie

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



Parklaan 70, Groesbeek (Nabij Nijmegen)

Neus- correctie?

De wens om een neuscorrectie te laten doen komt meestal voort uit ontevredenheid over de vorm van de neus. Dit kan leiden tot minder zelfvertrouwen. De vorm van de neus is immers zeer bepalend voor het uiterlijk en ligt daardoor emotioneel gevoelig.

Met behulp van een neuscorrectie wordt de vorm van de neus verbeterd en op uw wensen afgestemd. Vaak is een kleine verandering van de neus al voldoende. Of het nu gaat om een neustipcorrectie, uw neus laten corrigeren of een neusverkleining, wij informeren u zo goed mogelijk over de verschillende mogelijkheden.

Neuscorrectie behandeling

Een neuscorrectie, ook wel rhinoplastiek genoemd, is een chirurgische ingreep waarbij de plastisch chirurg delen van het benige kraakbeen gedeelte of delen van het tussenschot (septum) verandert om zo de neus meer in balans te brengen met de rest van het aangezicht.

Overweeg je een neuscorrectie?

De voordelen bij Kliniek Heyendael zijn dat we korte wachttijden hebben, dat er een zeer gespecialiseerd team voor je klaarstaat dat garant staat voor kwaliteit en veiligheid, dat er een diagnose en een persoonlijk behandelplan opgesteld kunnen worden en dat je mee kunt beslissen in de planning.

Neem gerust contact op met een van onze consultants voor het inplannen van een vrijblijvend en kosteloos consult via 024 - 845 05 06 of door middel van ons contactformulier.

Betrouwbare en betaalbare neuscorrectie.

Voor meer info
024 - 845 05 06

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



Personal Hormonal Training

gezondheid door natuurlijke stabiliteit

Met Personal Hormonal Profiling kijken we op welke plekken jouw lichaam vet opslaat. Uit de resultaten stellen wij een profiel op met advies over voeding, training en lifestyle!

Hormonen regelen bepaalde processen in je lichaam en hebben veel invloed op hoe je je voelt, eruitziet en gedraagt. Als je jouw lichamelijke doel wilt bereiken, dan is het van groot belang dat al die processen in balans zijn. Worden je hormonen verkeerd beïnvloed door bijvoorbeeld stress of door andere lichamelijke klachten. Voor het beste resultaat is het van belang om samen met een personal trainer aan de slag te gaan. Door de juiste persoonlijke begeleiding zorgen wij ervoor dat je optimaal traint.

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

46

Thuiszorg die ontzorgt!

Heeft u voor korte of langere tijd zorg nodig, maar weet u niet hoe u dat geregeld moet krijgen omdat u simpelweg door de bomen het bos niet meer ziet in de complexe, onoverzichtelijke wereld van de zorg? Thuis Ontzorgt neemt de zorgvraag uit handen, zodat u zich kunt focussen op wat echt belangrijk is.

Integer en vakkundig

Margo Janssen richtte Thuis Ontzorgt op, een thuiszorgorganisatie die verpleging, verzorging en begeleiding biedt voor cliënten en mantelzorgers. "In een intakegesprek gaan we na wat uw zorgwensen zijn. Vervolgens bekijken we of het haalbaar is - ook in financieel opzicht, getoetst aan uw zorgverzekering - om deze te realiseren en zo ja hoe. Ten slotte zoeken we de zorgverleners die u de zorg kunnen leveren die u op dat moment nodig heeft. We werken lokaal met vaste kleine teams bestaande uit enthousiaste, integere en professionele verzorgenden en verpleegkundigen op wie we 100% kunnen vertrouwen."

Laagdrempelig

"Doordat de organisatie relatief klein is, zijn de lijntjes kort en kunnen eventuele problemen snel worden opgelost. De drempel is laag, waardoor zowel cliënten als zorgverleners alles aan ons durven te vragen en zeggen. Het geeft veel voldoening als we horen hoe blij onze cliënten met ons zijn, daar doen we het allemaal voor!"

Hebben wij uw interesse gewekt en heeft u zorg nodig in welke vorm dan ook, schroom dan niet en neem contact met ons op. Ook als u het leuk vindt om als zorgverlener (zzp'er) deel uit te maken van ons team, bent u van harte welkom.

47

Compleet ontzorgen

Thuis Ontzorgt is actief in alle levensfasen. De zorgvragen zijn heel divers. We ontzorgen ook bij de papieren rompslomp, waaronder indicatiestelling, verzekering, PGB aanvragen, aanpassen van de woning e.d., zodat u er geen omkijken meer naar heeft.

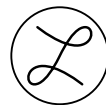


Het centrale aanspreekpunt voor al uw zorgvragen



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

EEN ONVERGETELIJKE ERVARING



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.

P.S. Ontdek nu ook onze nieuwe PERK'S Treasure Lounge!

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.

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



Groeten uit Oisterwijk

Paddenstoelen *risotto* met portobello

2 PERSONEN - 30 MINUTEN

INGREDIËNTEN

300 gr gemengde paddenstoelen (oesterzwammen, cantharellen, kastanjechampignons)
1 portobello
60 gr walnoten
1 ui
2 eetl olijfolie
peper en zout
1 knoflook teentje
80 gr volkoren risottorijst/
zilverviesrijst (ongekookt)
50 ml droge witte wijn
300 ml tuinkruidenbouillon
10 gr gehakte peterselie
1 eetl Zwitserse strooikaas

Veeg de paddenstoelen en portobello schoon met een borsteltje en snijd in kleine stukjes. Hak de walnoten fijn en snipper de ui. Verhit de helft van de olie in een hapjespan en bak de paddenstoelen op hoog vuur bruin. Schep ze op een bord en bestrooi met peper en zout. Schenk de rest van de olie in een pan en bak de ui 3 minuten zachtjes. Pers de knoflook erboven uit en bak de risottorijst even mee, tot alle korrels glazig zijn. Voeg de wijn toe en laat verdampen. Roer een scheut bouillon door de rijst met een pollepel. Voeg de volgende scheut pas toe als de vorige is opgenomen door de rijst. Maak zo alle bouillon op en laat de risotto zachtjes doorkoken tot de rijstkorrels beetgaar zijn (totaal circa 20 minuten). Schep de paddenstoelen en noten door de risotto en warm de risotto nog even door. Breng op smaak met wat extra peper en zout. Schep de peterselie erdoor, verdeel de risotto over twee diepe borden en bestrooi met Zwitserse strooikaas.



Loes, senior media adviseur bij Bruist

Deze heerlijke gerechten van New Fysic zijn mijn favoriete recepten. Ik ben 19 kg kwijtgeraakt met New Fysic. Ineke, mijn coach in Breda, heeft mij hier goed bij begeleid. Ik vind New Fysic geen straf om te volgen en ik heb me er altijd heerlijk bij gevoeld. Daarnaast sport ik bij Move 35 in Breda. Inmiddels ben ik al een half jaar op mijn streefgewicht, maar ik vind deze recepten nog steeds heerlijk om te maken ook al volg ik geen dieet meer. Mijn gezin kan ook mee-eten en deze recepten zijn erg lekker, gezond en makkelijk om te maken. **Geniet ervan en smakelijk eten**

Runderreepjes met broccoli, ui en sesamzaadjes

2 PERSONEN - 30 MINUTEN

INGREDIËNTEN

2 kleine struikjes broccoli
1 ui
stukje verse gember, 2 cm
1 teentje knoflook
80 gr volkoren noedels
Frylight bakspray
250 gr runderreepjes
1 dl kippenbouillon (tablet)
1 eetl sojasaus
1 theel sesamolie
half Spaans pepertje
peper en zout
1 theel sesamzaadjes

Verdeel de broccoli in kleine roosjes. Schil de stelen en snijd deze in dunne plakjes. Blancheer de roosjes 2 minuten in kokend water en laat ze daarna kort onder de koude kraan 'schrikken', zo blijven ze mooi groen en garen ze niet verder. Snipper de ui, gember en de knoflook. Kook ondertussen de volkoren noedels volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar. Spray wat Frylight bakspray in een wok en bak de knoflook, ui en gember circa 2 minuten op middelhoog vuur. Zet dan het vuur hoog en voeg de runderreepjes toe. Bak circa 3 minuten. Zet het vuur weer wat lager en voeg de broccolistukjes toe. Bak 2 minuten en blus af met de bouillon. Laat het geheel nog 2 minuten pruttelen. Haal de wok van het vuur en voeg de sojasaus, sesamolie en Spaanse peper toe. Breng verder op smaak met peper en zout en bestrooi met de sesamzaadjes. Verdeel over 2 borden en serveer met de volkoren noedels.



KLINIEK HEIHOF



OOGLIDCORRECTIE € 750,-

BOTOX € 89,-

FILLER € 195,-

www.kliniekheihof.nl | info@kliniekheihof.nl
Laapersveld 1 Hilversum 035 - 77 24 8 24

