

'T GOOI 

OKTOBER 2020 [WWW.TGOOIBRUIST.NL](http://WWW.TGOOIBRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST

Oktober  
*woonmaand*

Breng sfeer  
in huis met  
de *juiste*  
*lamp*



In 2013 opende Kliniek Heihof de deuren in Hilversum. De kliniek helpt mensen op weg naar een jonger en frisser uiterlijk met behulp van botox, fillers en/of ooglidcorrecties. In de loop der tijd is de kliniek dankzij de inzet van eigenaresse Wilma Schoutens-Buijsmann en haar team uitgegroeid tot een begrip in 't Gooi. Sinds november 2019 is Kliniek Heihof gevestigd op een unieke locatie; het oude Dudok-pompgemaal te Hilversum.

# VOOR NATUURLIJKE SCHÖONHEID

## GEMOEDELIJKE SFEER

“De gemoedelijke sfeer die zo kenmerkend is voor Kliniek Heihof, hebben we weten te behouden. We hebben heel veel trouwe, vaste klanten - merendeels vrouwen - die al jaren bij ons komen. Als ze hun behandeling hebben gehad, nemen ze vaak nog even plaats in de wachtkamer om gezellig een kopje koffie te drinken. Dat zie ik als een compliment.

## ZO NATUURLIJK MOGELIJK

Het team van Kliniek Heihof bestaat uit drie deskundige, ervaren en BIG geregistreerde cosmetisch artsen. “Eén van hen is gespecialiseerd in ooglidcorrecties. Wij vinden dat die alleen uitgevoerd mogen worden door een plastisch chirurg. In het voorjaar komt een nieuwe vrouwelijke arts ons team versterken. We onderscheiden ons in de visie van waaruit wij werken. We streven er naar om het uiterlijk van de mensen die bij ons komen, op een zo natuurlijk mogelijke manier te

verjongen. Als je hier weggaat, zie je er mooi en opgefrist uit, zonder dat het er duimendik bovenop ligt dat je iets aan jezelf hebt laten doen.”

## BETAALBARE KWALITEIT

“Kwaliteit en veiligheid staan voorop, dus we werken alleen met producten van gerenommeerde A-merken. Zo gebruiken we niet-permanente fillers van hyaluronzuur, een lichaamseigen stof, die door het lichaam zelf wordt afgebroken.” Tijdens een vrijblijvend intakegesprek worden je wensen besproken. “We vertellen je eerlijk wat de mogelijkheden zijn, zodat je een realistisch beeld hebt wat we voor je kunnen betekenen. We voeren een behandeling ook alleen uit als we er 100% achter staan. Om de drempel zo laag mogelijk te houden, hanteren we betaalbare prijzen. Cosmetische ingrepen moeten wat ons betreft voor iedereen bereikbaar zijn.”

KLINIEK  HEIHOF

Laapersveld 1, Hilversum | 035-7724824 | info@kliniekheihof.nl | www.kliniekheihof.nl



“Cosmetische ingrepen moeten voor iedereen bereikbaar zijn”

UW CREMATIE DUURZAAM IN VERTROUWDE HANDEN

**Cremaere**

Damsluisweg 29 Almere  
[www.cremaere.nl](http://www.cremaere.nl)

Cremeren  
€ 429,-

Uw crematie met zorg en medeleven  
tegen een zeer redelijke prijs

We behoren tot één van de meest  
milieubesparende crematoria van Nederland.

Vraag het ons of uw uitvaartondernemer.

**Cremaere, voor een duurzame crematie!**



Grietje & Hans de Kluijver

Bel ons  
036 737 04 32

Maandag t/m vrijdag: 9.00 tot 20.00 uur  
Zaterdag: 9.00 tot 16.00 uur

*Pitti Donna*

Shabby Chique Damesmode

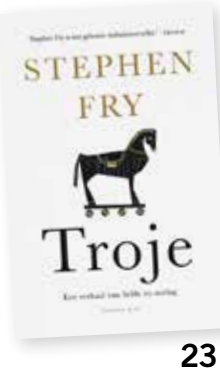
Onze uitgebreide collectie  
bestaat uit onder ander:  
breisels in warme herfsttinten,  
vrolijke natuur- en dierenprints,  
mooie winterjassen, blouses in  
natuurlijke stoffen, comfortabel  
zittende broeken met de  
perfecte pasvorm.

Wij verkopen  
vanaf maat 34  
t/m 46, XS t/m  
3XL

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



# Inhoud



## COLOFON

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

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Carly Pastoors  
**THEMATEKSTEN** Maaïke van Helmond  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Maaïke van Helmond  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Jan van Aalzum  
**EINDREDACTIE** Ron van Kuijk

f Like ons op Facebook.com/tgooiBruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. '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 is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl



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

Het is oktober... en helaas leven we nog steeds in een wereld die in de greep is van het coronavirus. Het ene moment lijkt de situatie te verbeteren terwijl je een dag later weer overladen wordt met negatief nieuws. Er lijkt geen peil op te trekken...

## Bruisende lezer,

Uitspraken over het virus zullen we dan ook niet snel doen. Nee, wij richten ons liever op het positieve. Op de herfst die weer voor de deur staat en die de natuur verandert in een prachtig schilderij. En op alle bruisende ondernemers bij jou in de regio, die stuk voor stuk positief blijven en er alles aan doen om hun klanten, juist nu, zo goed mogelijk van dienst te kunnen zijn. Hoe ze dat doen, lees je in deze nieuwste editie van Bruist.

Stiekem hopen we op nog een aantal zomerse dagen, waarop we heerlijk in de buitenlucht kunnen genieten. Maar de tijd van het ultieme cocoonen onder een dekentje op de bank komt ook steeds dichterbij. Waar je dit magazine ook leest, in het zonnetje of onder een dekentje, we wensen je in ieder geval heel veel leesplezier. Tot volgende maand!

**Lea en Marcel Bossers**

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

GA JE  
VOOR LED  
OF NIET?

# De *juiste lamp* op de *juiste* plek

We gaan langzamerhand weer richting het einde van het jaar. De dagen worden korter, waardoor goede verlichting in huis weer steeds belangrijker wordt. Waar moet je allemaal rekening mee houden bij het kiezen van de juiste verlichting?

Bij het kiezen van verlichting is het belangrijk om rekening te houden met het doel ervan. Licht is niet alleen functioneel, maar ook van grote invloed op de sfeer in een ruimte en de kleuren van bijvoorbeeld je meubels. Grofweg kun je de verlichting in je huis verdelen in drie groepen: basis-, sfeer- en accentverlichting.

## Keuzes maken

Het doel van de verlichting is vooral van invloed op de lichtsterkte, de kleurtemperatuur en bijvoorbeeld de dimbaarheid van de lichtbron. De lamp aan het plafond die als doel heeft de hele ruimte goed te verlichten, moet nu eenmaal aan andere eisen voldoen dan de schemerlamp in de hoek. Houd daar dus rekening mee bij de aanschaf van de lamp. En dan heb je ook nog de keuze uit hanglampen, staande lampen, tafellampen, plafondlampen, wandlampen, et cetera. Er komen dus nog best wel wat keuzes kijken bij de aanschaf van de juiste

verlichting. Gaat het slechts om de aanschaf van één nieuwe lamp, dan zal dat vast geen probleem vormen. Moet je op pad voor alle verlichting voor je (nieuwe) huis, dan is het verstandig om van tevoren een lichtplan op te (laten) stellen.

## Led

Als je dan toch al zoveel keuzes moet maken, dan hebben we er nog eentje voor je: ga je voor led of niet? Tegenwoordig is het al led wat de klok slaat, maar waarom zou je daarvoor kiezen? Omdat led nu eenmaal een aantal voordelen heeft. Ledlampen gaan bijvoorbeeld langer mee, ze zijn energiezuinig en veiliger (ze worden slechts handwarm), kunnen tegen een stootje, geven geen trillend licht (waardoor het licht van deze lampen minder vermoeiend is voor de ogen), hebben geen opwarmtijd, vallen niet onder het chemisch afval, de kracht van het licht wordt niet minder sterk gedurende de levensduur van de lamp en elke lichtkleur is tegenwoordig mogelijk. Overtuigd?

Op zoek naar nieuwe verlichting voor in jouw huis?

Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je heel wat ondernemers in jouw regio die je hierbij kunnen helpen.

# Bewust aandacht voor je lijf

Of je nu komt met specifieke klachten of dat je gewoon lekker fit wilt blijven, iedereen is meer dan welkom bij pilatesstudio PilatesCare in Bussum. "Ik heb echt een passie voor pilates en die passie deel ik maar al te graag met anderen", aldus eigenaresse Patricia van Romondt.



IEDEREEN KAN  
PILATES DOEN,  
DAAR BEN IK VAN  
OVERTUIGD



## De *pedicure* bij u thuis!

Pedicure  
Medisch pedicure  
Sport pedicure

Aangesloten bij

ProVOET

# 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!



Jannie Veltman

**PEDICURE JANNIE**

06-46377059

[pedicurejannie@gmail.com](mailto:pedicurejannie@gmail.com)

## IN GEUREN EN KLEUREN

De collectie Baobab huisparfums met mondgeblazen glaskunstwerken hebben ieder een eigen design en specifieke geur. De Totems zijn allemaal mooi en ruiken heerlijk fris of juist zwoel zinnenprikkelend. Kom ze gerust eens bekijken en besnuffelen. Herken jezelf bij MEIJSWONEN in Tilburg.

De nieuwste CYPRIUM collectie is er nu te koop: [www.meijswonen.com](http://www.meijswonen.com)

**NIEUW!**  
CYPRIUM  
geurkaarsen  
en huisparfums  
van **Baobab**



## DE WILDE BAARD ZACHT

Deze baardolie maakt jouw snoren baardharen zacht en soepel en beschermt ze tegen de gure herfstwind. Tot ziens vervelende jeuk, hallo natuurlijke glans. Voor het beste resultaat gebruik je de olie in combinatie met de 2 in 1 Beard Shampoo & Conditioner en de baardbalsem. [www.bulldogskincare.com/nl](http://www.bulldogskincare.com/nl)



## LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 10 Hop On Hop Off tickets van Dordrecht Tours.



Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier. Aangeboden door:



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. #DORDRECHTTOURS naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).

win

# Warme must haves

## LEZERSACTIE

Maak kans op een uniek en stijlvol koffietafelboek t.w.v. € 40,-

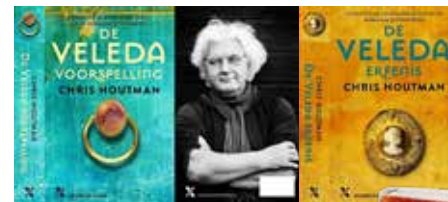


FRAME/WORK gaat over bijzondere mensen en hun urban habitat. Markante persoonlijkheden die het best gedijen bij de energie die de stad hen geeft en die op hun beurt de stad karakter geven. Wil jij kans maken op dit prachtige boek?

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. #FRAME/WORK naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).

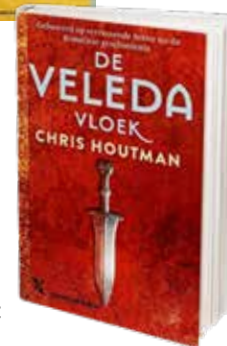
## WARMESMAKEN

Lovechock lanceert twee nieuwe chocoladerepen met de smaken speculaas & mandarijn en abrikoos & gember. Heerlijke winterse varianten die enkel biologische ingrediënten en eerlijke, rauwe cacao bevatten. Deze limited edition wintersmaken zijn verkrijgbaar zolang de voorraad strekt. [www.lovechock.nl](http://www.lovechock.nl)



## DE VELEDA TRILOGIE

De Velede Voorspelling en De Velede Vloek, respectievelijk het eerste en tweede deel van de trilogie over de Friese vrijheidsstrijdster Elfleda, liggen nu in de boekwinkels. Het laatste deel, De Velede Erfenis, verschijnt in januari 2021. Chris Houtman schreef en regisseerde theaterproducties. Sinds 2016 legt hij zich - met veel succes - toe op zijn schrijverschap. Met de Velede Trilogie bewijst Houtman zich nu ook in historische fictie. [www.xanderuitgevers.nl](http://www.xanderuitgevers.nl)



## LEKKER VOOR HET MILIEU

Bij Jones Brothers Coffee geloven ze dat jouw dagelijkse koffie-genietmomentje ook kan bestaan zonder vervuilende verpakking. De plant-based en composteerbare koffiecapsules van Jones Brother zijn 100% afbreekbaar en mogen in de gft-bak gedeponeerd worden.

Ga voor jouw proefpakket composteerbare koffiecapsules naar [www.jonesbrotherscoffee.com/nl](http://www.jonesbrotherscoffee.com/nl)



# Effect op zowel lichaam als geest Voetreflexologie

Door het masseren van reflexzones op de voeten worden de doorstroming van bloed, lymfe, energie en het zelfgenezend vermogen van het lichaam gestimuleerd. Daardoor worden voedingsstoffen beter aangevoerd naar organen en weefsels en afvalstoffen sneller afgevoerd.

## Hierdoor:

- wordt de energiebalans in het lichaam hersteld
- kan de geest tot rust komen
- kunnen klachten verminderen of verdwijnen

Dit leidt tot meer vitaliteit en ontspanning van lichaam en geest

## Voetreflexologie kan ingezet worden en verlichting brengen bij verschillende soorten klachten, waaronder onder andere:

- Spijsverteringsklachten (diarree / obstipatie / opgezette buik)
- Hormonale problemen ((pre) menstruaties- en overgangsklachten)
- Rug, nek- en schouderklachten
- Vermoeidheid en slapeloosheid
- Pijnklachten: acuut (bijvoorbeeld na een operatie) of chronische pijnklachten
- Concentratieproblemen en onrust bij kinderen (waaronder ADHD, bedplassen en angsten)
- Spanning, stress en burnout
- Neuroopathie

Voor wie zijn de behandelingen? Voor ieder mens is het fijn om aangeraakt te worden en voetreflexologie kan helend werken voor iedereen, jong en oud. Via de voeten raken we de hele mens aan.

**VOETREFLEXOLOGIE LAAT JOUW ENERGIE STROMEN**



Katja Zuidervaart werkt in haar behandelingen met de reflexpunten en zones op de voeten en masseert ook de meridianen en acupunctuurpunten op de voeten, onderbenen en mogelijk de rug en het hoofd. Hierdoor zijn de behandelingen bijzonder effectief.



**Voetreflexologie 't Gooi**  
laat jouw energie stromen

06 - 13 47 77 29  
voetreflexologieblaricum@gmail.com  
www.voetreflexologie-blaricum.nl

## Pasta met broccoli en salami uit de oven



Niets zo lekker als pasta uit de oven met zo'n heerlijk kaaskorstje. Deze is een absolute hit, want door de combinatie van broccoli, kaas, salami en tomaat gaat de schaal gegarandeerd leeg.

### Voor 4-6 personen:

- 150 gram gesneden ontbijtspek in plakjes
- 1 el gedroogde Italiaanse kruiden
- 2 uien fijngesneden
- 1 stronk broccoli in kleine roosjes, geblancheerd
- 150 gram salami in plakjes
- 5 mooie rijpe tomaten, in dunne plakjes
- 500 gr. Macaroni of penne
- Kaassaus
- 500 ml melk
- 50 gr boter
- 50 gr bloem
- 150 gr. (Extra) geraspte Belegkaas (Landvermaak Hooi en Klomp)

Snij de ontbijtspek in stukjes en fruit deze aan in wat boter. Voeg hier de ui aan toe samen met de droge kruiden en bak dit lichtbruin. Zet apart. Kook nu de pasta niet al te gaar, giet af en roer hier het ui-mengsel doorheen.

Vet een grote ovenschaal in en bedek de bodem met de pasta. Leg hier vervolgens laag per laag op: salami, tomaten en broccoli. Maak nu de kaassaus. Smelt de boter in een pannetje en voeg hier de bloem bij. Roer ongeveer 1 minuut goed door en voeg dan alle melk toe. Blijf goed roeren tot een gladde saus ontstaat. Warm goed door en voeg de geraspte kaas toe.

Giet deze kaassaus over de schotel en zet in de oven op 200 graden. Haal eruit als de bovenkant goudbruin is.



**Balthazar bruijst 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



# Dat laat ik over aan mijn *nabestaanden*



“Hoe ik mijn uitvaart zie? Goh, daar heb ik nog nooit over nagedacht...”

Ik hoor deze zinnen vaak. Op verjaardagen of als je mensen spreekt over het werk wat je doet als uitvaartondernemer. Dat terwijl overlijden toch nog steeds de grootste zekerheid is die we hebben. Het overkomt ons allemaal

Dan blijf je achter als nabestaande en heb je de taak om de uitvaart te regelen, met alle keuzes die daarbij komen kijken.

Dat maakt het verlies soms nog zwaarder; je wilt zo graag dat de uitvaart is zoals degene was.

Dan kan de twijfel toeslaan; was het de wens om te cremen of te begraven? Moest de kist gelijk gesloten worden of mocht deze nog open blijven?

Het vastleggen van de wensen rondom je eigen uitvaart kan nabestaanden erg helpen. Dat kan variëren van een kort lijstje met de belangrijkste wensen of juist een opsomming van wat je expliciet niet wilt, tot het ontwerp van je eigen kaart of speech. Ieder handvat voor degene die achterblijven en jouw uitvaart gaan regelen, is welkom.

De voorbesprekingen die ik heb met mensen geven mij ook een beter beeld van wie je bent en wat je belangrijk vindt. Dit kan ik dan meenemen in de vormgeving van de uitvaart.

Op onze website hebben wij een boekje geplaatst wat je kunt downloaden, het kan helpen om invulling te geven aan de wensen rondom de uitvaart. Natuurlijk is het ook mogelijk om een gesprek te hebben en de wensen door ons uit te laten werken.

Nog een laatste tip; leg je uitvaartwensen niet enkel vast in een testament, dat is vaak pas later beschikbaar voor de nabestaanden dan ten tijde van de uitvaart. Gebruik hiervoor een codicil of laat je nabestaanden weten waar je het wensenoverzicht bewaart.

Valt je geboortedatum in **oktober**, dan ben je waarschijnlijk iets **sportiever** dan mensen die in een andere maand zijn geboren.

**Verlichting** is grofweg onder te verdelen in drie categorieën; basisverlichting, sfeerverlichting en accentverlichting.

De eerste **Wereldierendag** vond plaats op 4 oktober 1930.

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

In de herfst kun je heerlijk **uitwaaien** aan de kust.

Geniet van de witte schuimkoppen op de Noordzee, prachtige wolkenpartijen en eindeloze stranden.

**Een goed lichtplan** voor je woonkamer kan je helpen de juiste verlichting te kiezen.



Tijdens het laatste weekend van oktober wordt de zomertijd omgeruild voor de **wintertijd**. De klok gaat dus een uur terug.

# 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, waarbij 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](http://www.rmr.nl)*

**RMR**<sup>®</sup>  
interieurbouw



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

# STRESS? 'ONT'MOET BIJ MIJ

Voetreflexologie kan helpen stress te reduceren. Hoe fijn is dat!

Een ontspannende voet en onderbeenmassage kan veel helpen alles in deze drukke maand beter te reguleren. Rust in je hoofd en lijf, meer ontspannen en uitgeruster slapen. Dat is wat de massage kan en mag doen.

Te ver en te lang doorgegaan? Uitgeput? Dan is een voetreflextherapie een mooie manier om weer beter in je kracht te komen. Alles weer beter aan te kunnen en te overzien. Zaken beter te kunnen relativeren waardoor paniekaanvallen e.d. uit kunnen blijven.

Vraag mij gerust naar de mogelijkheden en behandelingen die voor jou nodig kunnen zijn.

**Ik sta je hier graag in bij.**

Ook ooracupunctuur kan hierbij een mooie rol spelen. Ondersteunend of in een enkele behandeling.

Ik ben geaccrediteerd voor de zorgverzekering en indien men de juiste aanvullende verzekering heeft kan mijn behandeling worden gedeclareerd. (alternatieve geneeswijze, niet big geregistreerd)



lijfitaal

# Je voeten brengen je overal. Waar breng jij je voeten?

Voeten hebben heel veel te lijden. Des te meer reden ze goed te verzorgen. Zeker ook nu verdienen je voeten meer aandacht. We geraken nu naar het einde van de jaar. Wil jij volgend jaar zomer mooie gave en verzorgde voeten en nagels dan moet je die in de winterperiode kweken. Dus ga ook in de winter naar de pedicure. Je voeten zitten weliswaar netjes verstopt in sokken en schoenen doch vragen ook dan veel aandacht.

Met een goede pedicurebehandeling en het juiste advies kunnen veel problemen worden voorkomen. Veel voorkomende problemen zijn likdoorns en mycosenagels (kalknagels). Start nu in deze periode met een intensieve behandeling. Zo'n behandeling duurt al gemiddeld een half jaar tot een jaar. Dus wacht niet tot het voorjaar.

En wil je nu al je schimmelnagel uit het zicht. Dan is daar een mooie methode voor. Tegenwoordig zijn er voor kalknagels oplossingen die er ook nog fraai uitzien.

Zowel voor vrouwen als mannen is het mogelijk een reparatienagel over de aangedane nagel te plaatsen. Dit kan voor vrouwen maar ook zeker voor mannen een prachtige oplossing zijn. De nagel ziet er op die manier weer heel natuurlijk en netjes uit.

**DUS BRENG JE VOETEN NAAR MIJN PRAKTIJK. DAN ZORG IK VOOR MOOIE EN GEZONDE VOETEN. VOOR NU OF VOOR DE VOLGENDE ZOMER.**

Pedicure - Voetreflex therapeute - Cupping  
**Henny van Vessum-Overeem**  
Pedicure - Voetreflex therapeute - Cupping

Praktijk Lijfitaal, p/a Nail Care Manon, Faas Eliaslaan 30A, Baarn  
06-12129710 | info@lijfitaal.nl | [www.lijfitaal.nl](http://www.lijfitaal.nl) | [www.facebook.com/Lijfitaal](http://www.facebook.com/Lijfitaal)



BOEK ONLINE  
OF BEL  
06 - 12129710



COLOR RUITEN VESTEN BLOEMENPRINTS  
BLOCKING LEER RUCHES

**Brinkers**  
Mode & lingerie

Dammerweg 1, Nederhorst Den Berg | 0294 251 274 | [www.brinkersmode.nl](http://www.brinkersmode.nl)

# UKKEPUK, DÉ BABY SPA IN 'T GOOI

Ukkepek Spa is een kleinschalige professionele Baby-Spa waar je samen met je baby gaat genieten en ontspannen. Vanaf heden kun je met je baby tot zelfs 1 jaar bij ons terecht dankzij nieuwe floats!



Wij zijn alleen op afspraak geopend.  
Reserveren kan gemakkelijk online.



**NIUW!**  
NU TOT 1 JAAR  
FLOATEN BIJ ONS  
IN DE BABY SPA!

Ukkepek Spa & Wellness | Hilvertsweg 139, Hilversum | 06-53170151 | [info@ukkepekspa.nl](mailto:info@ukkepekspa.nl) | [www.ukkepekspa.nl](http://www.ukkepekspa.nl)

# DAGJE UIT DUTCH DESIGN WEEK



Ook dit jaar vindt in Eindhoven de negendaagse Dutch Design Week (DDW) plaats. En wel van 17 tot 25 oktober. Het grootste design-evenement van Noord-Europa presenteert werk en concepten van ruim 2.600 ontwerpers. Verspreid over zo'n 120 locaties door de hele stad organiseert en faciliteert DDW onder andere tentoonstellingen, lezingen, prijsuitreikingen, netwerkbijeenkomsten, debatten en festiviteiten. Hoewel tijdens het evenement alle denkbare disciplines en aspecten van design aan bod komen, ligt de nadruk op experiment, vernieuwing en cross-overs. Bijzondere aandacht gaat jaarlijks uit naar werk en ontwikkeling van jong talent. **Kijk voor meer informatie op [www.ddw.nl](http://www.ddw.nl).**

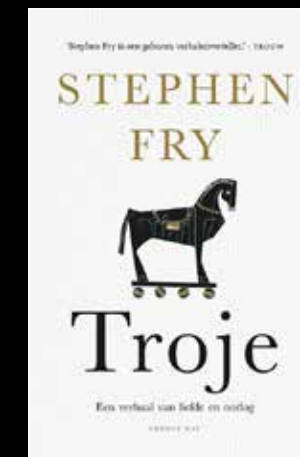
# FILMPJE KIJKEN DE GROTE SINTERKLAAS FILM

Sinterklaas en zijn pieten zitten met een groot probleem, het kasteel van Sinterklaas staat namelijk op instorten en moet gesloopt worden. Geen kasteel betekent geen cadeautjes en pepernoten voor de kinderen. Al doen Kim Kado, Marco Marsepein en Willem Wortel nog zo hun best, het Sinterklaasfeest lijkt bijna in de soep te lopen. Maar staat het kasteel van Sinterklaas wel écht op instorten of is het een sluw plan van Stan en Olivier? Kikkie en Paco vertrouwen de boel niet en gaan op onderzoek uit. **DE GROTE SINTERKLAAS FILM is vanaf 7 oktober te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

# BOEKJE LEZEN STEPHEN FRY



Met zijn bestsellers Mythos en Helden heeft Stephen Fry de Griekse mythen weer naar onze tijd gehaald. Nu waagt hij zich met zijn derde mytheboek aan het verhaal van de Trojaanse Oorlog. Nadat Paris de beeldschone Helena heeft weggekaapt naar Troje, trekken de Grieken met een vloot van duizend schepen ten strijde tegen de Trojanen. Het is het begin van een huiveringwekkende strijd die maar liefst tien jaar zal duren. Troje is het klassieke verhaal waarin heldendom en haat, liefde en verdriet, wraak en spijt, hoop en wanhoop samenkomen. **TROJE van Stephen Fry is vanaf 30 oktober verkrijgbaar in de boekhandel.**

# Scheiden, hoe doe je dat?

De zomervakantie is voorbij. Je mag (gelukkig) weer aan het werk en de kinderen zijn naar school. Geen ruzies meer, geen irritaties meer: ieder kan zijn eigen ding weer doen. Maar tijdens je vakantie heb je de balans opgemaakt, zo wil je ook niet verder leven. Als broer en zus. De vakantie was leuk maar het terugvallen in de oude patronen komt weer terug. Misschien kun je nog 10 jaar zo doorkabbelen, maar gelukkig word je er niet van. Tijd om stappen te ondernemen op weg naar nieuw geluk.

Je wilt scheiden. Maar hoe doe je dat, scheiden? Waar begin je? Hoe is het voor de kinderen, het bedrijf dat jullie samen hebben? De eerste stap is natuurlijk dat je je partner vertelt dat je wilt scheiden. Dat noemen we de scheidingsmelding. En als jullie kinderen hebben, is het belangrijk dat je dit samen rustig vertelt. Voor jongere kinderen is er een mooi boek om uit te leggen dat papa en mama niet meer samen verder willen: Een nieuw huis voor Tim & Tess van Bea van der Meulen.

De tweede stap is dat je een mediator of advocaat inschakelt. Als echtscheidingsadvocaat kan ik je helpen om op een goede manier te scheiden door je ten eerste goed voor te bereiden wat er emotioneel met je gebeurt, hoe je goede afspraken over de kinderen kunt en moet maken in een ouderschapsplan. Vervolgens help ik jullie bezittingen te verdelen, welke fiscale consequenties erbij komen kijken, maak ik een alimentatie-berekening en uiteindelijk zal ik de scheiding aanvragen bij de rechtbank. Hebben jullie een bedrijf? Dan kan ik jullie helpen om dit zo fiscaal optimaal te doen.

Geluk is een keuze alleen de weg ernaar toe is niet altijd makkelijk. Maar de moeilijkste dingen liggen aan de mooiste wegen. Ik kan je helpen die juiste keuzes te maken. Bel me of stuur een email voor een vrijblijvende afspraak!



# KLAAR VOOR HET NA- JAAR!

## STUDIO ANNELOES

Part Two  
Nickjean  
JC Sophie  
By Betty's  
My Favourite Piece  
Tif Tiffany



MODEHUIZ by BETTY'S is niet meer weg te denken uit het Gooi. Al meer dan 45 jaar een begrip voor winkelend publiek uit Huizen en omgeving. Een modewinkel waar kwaliteit van kleding en service altijd voorop staat. En waar moeder en dochter samen kunnen shoppen voor hippe, stijlvolle kleding. Een topper in de collecties van Modehuiz by Betty's is de kleding in Travel Kwaliteit van Studio Anneloes.

### Maar we bieden meer!

Wat te denken van shoppen op afspraak buiten de openingstijden eventueel samen met een aantal vriendinnen of bij u thuis voor een 'op maat kledingkast-advies'?

Bij ons kun je de Fashioncheque kopen als je eens iemand wilt verrassen met een leuk cadeau. De Fashioncheque is vanzelfsprekend ook bij ons in te wisselen voor leuke trendy fashion of trendy accessoires.

### KLANTREVIEW

"Heerlijke mode van comfortabele stoffen. Grote sortering van Studio Anneloes aanwezig, steeds het nieuwste van het nieuwste! Top!"

**MODEHUIZ**  
by Betty's

Voorbaan 29, Huizen  
www.modehuizbybettys.nl

# Proef de herfst!

Ook Take-away & bezorgen



Oud-Loosdrechtsedijk 272 | Loosdrecht | 035 582 5751 | [www.rosascantina.nl](http://www.rosascantina.nl)

## Unieke, handgemaakte *sieraden*



Ona Luna Jewels

06-22498438 | [www.onalunajewels.com](http://www.onalunajewels.com)



alleen samen krijgen we  
corona onder controle

Houd vol, houd  
*anderhalve meter afstand.*

#STAYSAFE #KEEPDISTANCE #ANDERHALVEMETER



## NIETS IS TE GEK OM IN TE LIJSTEN

Marcel Out is al meer dan 27 jaar lijstmaker. Eerst bij kunsthands en lijstmakerijen, 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!**

*De Gooische Lijstenmaker*

Nieuwe Bussummerweg 106 Huizen | 06-29560387  
info@degooischelijstenmaker.nl | [www.degooischelijstenmaker.nl](http://www.degooischelijstenmaker.nl)



Bij de Gooische lijstmaker, Marcel Out, kan je terecht voor een professioneel advies en een stuk vakwerk waar je jaren plezier van hebt.

- Schilderijen, aquarellen en etsen
- Schilderijen restaureren
- Print op doek
- Diverse glassoorten
- Kraamcadeau's
- 3D-lijsten voor bijvoorbeeld trouwjurken en t-shirts

Openingstijden  
Dinsdag t/m vrijdag 10.00 - 18.00 uur  
zaterdag van 10.00 - 17.00 uur



# Klaar voor de *herfst*

Alhoewel we zouden willen dat de zomer eeuwig zou duren, de herfst heeft ook weer haar charme. Met deze heerlijke nieuwe beautyproducten wil jij niet meer terug!

1. Shake Fix Glow Spray van Catrice, € 4,99 [www.catrice.eu](http://www.catrice.eu)
2. Black Orchid van Tom Ford, vanaf € 125,- [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)
3. Stoned Eyeshadow Palette van Urban Decay, € 55,- [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)
4. Luxe Defining Lipstick All-Day Color van Bobbi Brown, € 38,- [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)
5. La Laque Couture van YSL, € 38,75 [www.ysl.com](http://www.ysl.com)
6. Global Repair Eyes & Lips van Filorga, € 79,90 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)

7. Bakuchiol Peptides van Medik8, € 64,50 [www.medik8.nl](http://www.medik8.nl)
8. Iris Torréfié L'Art & La Matière Eau de Parfum van Guerlain, € 205,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
9. Voce Viva Eau de Parfum van Valentino, vanaf € 63,- [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
10. Sicity Lemon tandepasta van Pasta del Capitano 1905, € 7,90 [www.ceradicupra.nl](http://www.ceradicupra.nl)
11. Aivy Orange van Alix & Baster, € 169,- [www.alixandbaxter.nl](http://www.alixandbaxter.nl)
12. Eyes to Kill Classico Mascara van Giorgio Armani, € 36,- [www.armanibeauty.com](http://www.armanibeauty.com)



**DOKTER ANDRÉ**  
BEAUTYWORLD

Mijn liefde voor het vak van cosmetisch arts ontstond toen ik als co-assistent in een academisch ziekenhuis op de afdeling plastische chirurgie werkte. Het viel me op dat mensen zó enorm blij worden van een verbetering aan het uiterlijk. Ik vind het fijn als ik hieraan kan bijdragen.

#### BEHANDELINGEN

RIMPELS

FILLERS

BOTOX

PROFILO

LIPPEN



Bekend van Gooische Passie en  
Life is Beautiful



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



# GEEN BOTOX OF FILLERS, TOCH EEN STRAKKE HUID?

Je wilt geen botox, je wilt geen fillers? Daarom is er nu Profhilo!  
Profhilo is superzuiver hyaluronzuur, dat in tegenstelling tot fillers niet bewerkt is om het die eigenschappen te geven die nodig zijn om meer volume te geven.

Met een speciaal ontwikkelde methode wordt Profhilo in de huid geïnjecteerd en vanuit die injectieplekjes gaat het hyaluronzuur zich langzaam verder verdelen in de huid. Het gevolg is dat de cellen in de huid weer gezonder en sterker worden, waardoor er onder andere weer meer collageen en elastine gevormd worden. De huid wordt weer mooier en strakker.

#### Behandeling

Bij de eerste behandeling wordt er op 10 plekjes Profhilo geïnjecteerd. Na ongeveer vier weken wordt de behandeling herhaald. Afhankelijk van leefstijl, huidkwaliteit, leeftijd kan de behandeling na zes tot twaalf maanden weer herhaald worden.

#### Effect

Bij een deel van de mensen treedt er al een mooi effect op in de eerste vier weken. Het merendeel van de mensen ziet echter pas het effect optreden na de tweede behandeling.

#### Is een Profhilo-behandeling iets voor jou?

Maak vrijblijvend een afspraak en bespreek je wensen. Je krijgt eerlijk advies en een prijsopgave. Ik sta erom bekend dat ik niet meer doe dan nodig is.

Als je wilt, kun je meteen behandeld worden, maar je kunt er natuurlijk ook even over nadenken.

Afspraken via  
[www.dokterandre.nl](http://www.dokterandre.nl)  
of telefonisch  
035 8200426



DE VOORDELEN  
WINNEN HET  
STEEDS VAKER  
VAN DE NADELEN



# Rijd jij al *elektrisch*?

Ze bepalen langzamerhand steeds meer het straatbeeld: elektrische auto's. En ook de bijbehorende laadpalen lijken als paddenstoelen uit de grond te schieten. Hoe je het ook wendt of keert, elektrisch rijden is de toekomst.

Overheersten slechts enkele jaren geleden voor veel mensen nog de nadelen van elektrisch rijden - traag, duur in aanschaf, zeer beperkt bereik, et cetera - inmiddels gaan de ontwikkelingen zo hard in deze sector dat het merendeel van de vroegere nadelen al niet meer van toepassing is. En de paar nadelen die nog wel bestaan, verliezen het steeds vaker van de voordelen.

## Actieradius

Inderdaad, met een volledig elektrische auto kun je minder ver rijden dan met de meeste 'gewone' auto's voor je weer moet tanken (hoewel de actieradius van de nieuwste modellen steeds groter wordt). Maar doordat er door het hele land heen steeds meer laadpalen komen én steeds meer snellaadstations, hoeft dit geen probleem te zijn. Tenzij je bijvoorbeeld voor je werk dagelijks heel veel kilometers moet maken. Maar dan zou je ook nog kunnen kiezen voor een (plug-in) hybride auto waarmee je behalve elektrisch ook gewoon op brandstof kunt rijden.

## Prijs

Wat ook klopt, is dat de meeste elektrische auto's nog wat duurder zijn dan de 'gewone' auto's, hoewel er de laatste tijd in het wat goedkopere segment steeds meer modellen bijkomen. Daar tegenover staat dat je met een elektrische auto geld bespaart doordat deze over het algemeen lagere kosten heeft voor onderhoud en ook het 'tanken' is goedkoper, vooral als je dat thuis of op je werk doet.

## Beter voor het milieu

Het belangrijkste voordeel van elektrisch rijden hebben we nog niet eens genoemd: het is beter voor het milieu! Elektrische auto's stoten namelijk geen CO2 uit. Er worden geen fossiele brandstoffen gebruikt en er is geen vervuulende uitstoot. Nog wat andere voordelen: een elektrische auto is stiller, de fiscale voordelen zijn erg interessant, elektrische auto's trekken snel(ler) op en je hoeft nooit meer de verleidingen bij een tankstation te weerstaan, want 'tanken' doe je voortaan gewoon thuis!

Overweeg jij ook om elektrisch te gaan rijden?

Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je ook bij jou in de regio ondernemers die je daarover kunnen adviseren.



maxaro®



Megastore in  
Roosendaal

5.000 m<sup>2</sup> inspiratie



## Badkamers

Alle stijlen badkamers  
voor ieder budget

Vanaf

€ 1.799,-



## Tegels

Complete collectie tegels  
van de hoogste kwaliteit

Vanaf

€ 9,95 m<sup>2</sup>

Slaag maximaal op [www.maxaro.nl](http://www.maxaro.nl) óf in één van onze megastores  
aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal** of aan de **Hertogswetering 175 te Utrecht**.

Ma, Di, Do 09.00 - 17.30 uur | Wo 09.00 - 21.00 uur | Vr 09.00 - 20.00 uur  
Za 09.00 - 16.00 uur | Zo 11.00 - 17.00 uur



# TUINTREND

WAALWIJK

Mooie comfortabele en betaalbare tuinmeubelen. Een kleurrijke collectie met oog voor detail.  
Design meubelen voor ieder budget. Kom naar onze mooie showroom en laat u informeren en inspireren!



Bellevue low dining set, gepoedercoat aluminium frame gecombineerd met teakhout. De tafel is 240 x 100 x 67 cm.  
De banken zijn 200 cm breed.

SHOWROOM WAALWIJK  
TUINTREND  
Prof. Lorentzweg 18,  
5144NP Waalwijk  
The Netherlands

 @tuintrendwaalwijk  
 @tuintrendwaalwijk  
www.tuintrend.nl  
+31735990100  
sales@tuintrend.nl

Guño



Modulaire loungeset CALMA, bestaande uit chaise longue links en rechts 231 x 88,5 cm, hoekdeel 88,5 x 88,5 cm, rechthoekige tafel 137 x 88,5 cm, vierkante tafel met kussen, te gebruiken als poef 88,5 x 88,5 cm. Tussenstuk 88,5 x 88,5 cm, ook te gebruiken als losse stoel. Poef en tussenstuk samen te gebruiken als 1 persoons ligbed.



Michigan 4-delige loungeset. Gepoedercoat aluminium met polywood (teak kleur). Hoekopstelling 249 x 249 cm, tafel 80 x 80 cm. Deze set is eenvoudig zelf te monteren.

# DUTCH HEMP STORE IS VERHUISD NAAR DE KWEKERIJ IN HILVERSUM!

De Kwekerij is het vernieuwde stadspark op het stationsplein in Hilversum, Dutch Hemp Store is gevestigd in de duurzame conceptstore LOKAAL Hilversum.

Dezelfde hennep en CBD producten met de vertrouwde service op het stationsplein zo uit de trein, op weg naar het winkelcentrum.



Uw CBD  
specialist



# Made to measure

Smoking - Jacquet - Kostuum - Overhemd - Waistcoat/vest  
Chino - Stoffen van o.a. SCABAL, Zegna, Reda



De Ambassade

# SPORTIEF IN DE NATUUR



Heerlijk sporten in de natuur, iets mooiers bestaat er toch niet?! Daar zijn Michel Seinen en Anita den Ouden van Sportief Hardlopen Huizen van overtuigd. “Onze passie delen wij graag met anderen!”

Ruim 7 jaar geleden begonnen we met twee hardlooptrainingen per week. Inmiddels zijn we uitgegroeid tot een professionele club die zeven dagen per week trainingen aanbiedt en eigen sportevenementen organiseert. “En dan hebben we het niet alleen over hardlooptrainingen”, vertelt Anita. “Wij verzorgen ook trainingen in sportief wandelen, bootcamp en trailrunning. Altijd heerlijk in de buitenlucht en op diverse locaties in de prachtige natuur van het Gooi. Wij organiseren start clinics, zoals Go Running en Start to Bootcamp, om de drempel voor nieuwe mensen zo laag mogelijk te maken.”

## MEERWAARDE

“Iedereen is bij ons welkom”, gaat Michel verder. “Alle trainingen worden door deskundige trainers begeleidt en zijn uitdagend voor elk niveau. Of je nu beginner bent of gevorderde; je kunt bij ons terecht.” Natuurlijk kun je ook op eigen houtje te

gaan hardlopen. “Maar het heeft echt een meerwaarde om je bij ons aan te sluiten. Onze trainers kunnen je adviseren en corrigeren zodat je groeit in de sport en het leuk blijft vinden. Het belang van techniek wordt nog weleens onderschat, maar je zult merken dat je er echt baat bij hebt wanneer je de juiste techniek aanleert. Daarnaast is het natuurlijk ook gewoon ontzettend motiverend om met een groep te trainen.”



## ABONNEMENT OF STRIPPENKAART

“Groot voordeel van trainen bij Sportief Hardlopen Huizen is bovendien dat je nergens aan vastzit”, aldus Anita.

“Je kunt kiezen voor een abonnement, maar ook trainen op basis van een strippenkaart. Via onze app meld je je aan voor een van de trainingen en vervolgens is het een kwestie van heerlijk sporten en genieten van de buitenlucht.”

**Ben jij benieuwd of Sportief Hardlopen Huizen ook iets voor jou is?** Je bent altijd welkom voor een gratis proefles. Check [www.sportiefhardlopenhuizen.nl](http://www.sportiefhardlopenhuizen.nl) voor meer informatie.

juwelier  
**CHARM**  
goudsmederij

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



VOOR



NA

**MAAK VAN UW OUDE SIERADEN EEN PRACHTIG NIEUW SIERAAD!**

- 🔹 Ontwerpen en maken van nieuwe sieraden
- 🔹 Veranderen en aanpassen van sieraden
- 🔹 Reparatie en restauratie van sieraden en horloges.
- 🔹 Inkoop en inruil van sieraden en horloges van goud en zilver.
- 🔹 Graveren handmatig of machinaal (ook in uw eigen handschrift of tekening).

- 🔹 Verkoop van diverse topmerken zoals: Danish Design, Jacob Jensen, Swiss Military Hanowa, Jaguar, Vendoux, Rolf Cremer, Claude Bernard, Lacoste, Davis, MelanO, Diamonfire, Koos en nog veel meer.
- 🔹 Uitgebreide collectie van merktrouwrings en de mogelijkheid tot het ontwerpen en maken van uw eigen trouwrings onder onze begeleiding.
- 🔹 Vervangen horlogebatterij voor € 5,-

Nassastraat 22 Bussum | 035-691 0708 | [www.juweliercharm.nl](http://www.juweliercharm.nl) | [info@juweliercharm.nl](mailto:info@juweliercharm.nl)

# Ayurveda consult

WIL JE MEER  
INFORMATIE OVER ALLE  
MOGELIJKHEDEN?  
NEEM DAN EEN KIJKJE  
OP MIJN WEBSITE OF  
BEL. IK GEEF GRAAG  
UITLEG.

De herfst is een overgangstijd. Het is overal om je heen duidelijk.

De bomen en struiken verliezen langzaam hun blad 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.



Watervliet 45, Amersfoort (Nieuwland)

033-202 35 43 | [www.b-atease.nl](http://www.b-atease.nl)



# 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!*





**Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk. Een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie.**

Bij Kliniek Heyendael houden we ons 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



# Op zoek naar meer zelfvertrouwen?

**Kom langs bij Kliniek Heyendael voor een borstvergroting of een neuscorrectie!**

Een borstvergroting behoort tot één van de meest uitgevoerde behandelingen bij Kliniek Heyendael. Frans Straten is met zijn ruim twintig jaar ervaring gespecialiseerd in deze ingreep.

#### Wanneer een borstvergroting?

Veel vrouwen kiezen voor een borstvergroting na zwangerschap of gewichtsverlies. Hierdoor zijn de borsten vaak slapper geworden of (gedeeltelijk) verdwenen. Ook wordt deze operatie vaak uitgevoerd bij vrouwen die niet of nauwelijks borstweefsel hebben. Heb je hier last van of voel je je er onzeker door? Dan kun je een borstvergroting of borstlift overwegen. Een borstvergroting is mogelijk vanaf een leeftijd van achttien jaar.

#### Overweeg je een borstvergroting?

Tijdens een persoonlijk consult met onze plastisch chirurg worden je wensen uitgebreid besproken en al je vragen beantwoord.

#### Klantervaring

Ik ben heel erg tevreden met mijn borstvergroting, het is nog mooier geworden dan mijn verwachtingen! De service heb ik ook als heel goed ervaren.

**Minerva**



**Betrouwbare en betaalbare plastische chirurgie.**  
Voor meer info  
024 - 845 05 06

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.

#### Klantervaring

Ik raad deze kliniek zeker aan anderen aan. Van begin tot eind heb ik een topervaring gehad met deze kliniek. Het resultaat is precies naar mijn verwachtingen. **Sadaf**

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





# PUZZELPAGINA

Voel jij ze ook alweer? Die kriebels om weer van de huiselijke warmte te genieten nu het buiten niet altijd meer zo heerlijk warm is als van de zomer? Lekker knus op de bank met Bruist en misschien de verwarming al aan om het nog wat behaaglijker te maken. Los de puzzels op én maak kans op deze leuke prijzen.



|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   | 4 | 3 |   |   | 7 |   |   |   |
| 8 | 2 |   |   | 1 | 4 |   |   |   |
|   | 7 |   | 2 |   |   |   |   | 9 |
| 2 | 5 |   |   |   |   |   |   |   |
|   | 7 | 1 |   | 2 | 9 |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   | 1 | 5 |
|   | 1 |   |   | 6 |   | 2 |   |   |
|   |   | 2 |   | 9 |   | 6 | 7 |   |
|   |   | 5 |   |   |   | 1 | 8 |   |

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **7-2-6**.

Zoek de zes letters in BRUIST!

Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |

Zoek de zes verborgen letters in deze BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand verlichting. De oplossing van de vorige maand was **vaasje**.

Maak kans op de *dvd*  
**My Brilliant Friend**

Deze achtdelige topserie toont de ontwikkeling van de levenslange vriendschap tussen twee Italiaanse vrouwen. Het is een verfilming door Saverio Costanzo van de immens populaire roman L'amica geniale van Elena Ferrante.



🔔 -l+ 🍷 p=j+k  
 📖 -ur+z+ 🔍 -i  
 s+ 🐛 -mi+ 🌍 -az  
 🗑️ s=t j+ 🔍 -i  
 🔔 -l+ ⭐ -r 🍟 t=n+d

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 november de oplossing in op onze site: [www.tgooibuist.nl](http://www.tgooibuist.nl)

Maak kans op deze  
**rugzak**

t.w.v.  
**€ 49,95**



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

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

rugzak                      rits  
 school                      boeken  
 handig                      dragen  
 gastra                      stoer

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 november de oplossing in op onze site: [www.tgooibuist.nl](http://www.tgooibuist.nl)

De 100 mogelijkheden van BLOX

# Geef je werkplek binnen één dag een luxe en tijdloze stijl

In no-time je complete interieur samenstellen, dat is mogelijk dankzij de geraffineerde Blox-elementen. Deze Blox-elementen omvatten onder andere eettafels, bartafels, salontafels, sidetables, tv-meubels et cetera, maar ook een complete slaapkamer in hotelsfeer met bijpassende nachtkastjes en dressoir.



Elk Blox-element wordt met de hand gemaakt. Hoogwaardig geborsteld eikenfineer kan in elke gewenste kleur gespoten worden. Eenheid en stijl vloeien naadloos samen van woonkamer, slaapkamer tot badkamer. Combineer de basis Blox-elementen desgewenst met diverse soorten hardsteen en/of stoffering.

## Blox - Dealers

Informeer vrijblijvend naar de vele mogelijkheden bij onze 50 Blox-verkooppunten.

Kijk op [www.blox.sale](http://www.blox.sale) verkooppunten



**THUISWERKEN?** Richt je eigen kantoor in binnen één dag in een luxe en tijdloze stijl. Met BLOX is het mogelijk om uw gehele woning of bedrijf in één gelijke stijl en kleur zelf in te richten.



### STAPPENPLAN

**Stap 1** Maak jouw persoonlijke keuze in kleur of beits.

**Stap 2** Maak jouw keuze in model en combineer desgewenst met luxe hardsteen en/of stoffering.

**Stap 3** Plaats jouw order bij of met jouw professionele Blox-dealer.

**MAAK NU EEN  
VRIJBLIJVENDE AFSpraak**

**.BLOX**<sup>®</sup> the creation is yours!

Blox Luxury Furniture | Raadhuisstraat 19, 5066 AP Moergestel NL | +31 (0)85 020 59 53  
[info@blox.sale](mailto:info@blox.sale) | [www.blox.sale](http://www.blox.sale)



**KEMPKES**

*Damesmode*

*since  
1930*



## Oktober feestmaand 90 jaar Kempkes Mode

Dit jaar bestaan we 90 jaar  
en dat vieren we met:

- Modeflitsen
  - Hapjes & drankjes
  - Verlotingen
  - Fotoshoots
- en nog veel meer...

**Mis niets!**

**Volg ons**



[www.facebook.com/kempkesmode](https://www.facebook.com/kempkesmode)



[instagram.com/kempkesdamesmode](https://www.instagram.com/kempkesdamesmode)

**Kempkes Mode**

Kapittelweg 143

(Winkelcentrum Kerkelanden)

035-6217788 ~ [info@kempkesmode.nl](mailto:info@kempkesmode.nl)