

'T GOOI 

JUNI 2022 WWW.TGOOIBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST



Kunnen we nog
wel *luieren?*

Wibi Soerjadi:

'Je moet een bepaalde
intimiteit voelen'



KLINIEK HEIHOF

NATUURLIJK MOOIER

*Gevestigd in het oude
Dudok pompgebouw*



Laapersveld 1, Hilversum

Gratis parkeren

vanaf Station Sportpark 1 min. lopen

035 - 77 24 8 24

kliniekheihof.nl | info@kliniekheihof.nl

Volg ons op social media

 [kliniekheihof](https://www.facebook.com/kliniekheihof)  [kliniekheihofhilversum](https://www.instagram.com/kliniekheihofhilversum)

NATUURLIJK MOOIER

Lachrimpeltjes, kraaienpootjes of een wenkbrauwfrons

Bij het verstrijken van de jaren ontdek je er niet aan. Wie er jong en fris uit wil blijven zien, kan voor een goede en betaalbare behandeling terecht bij Kliniek Heihof in Hilversum. Bij behandelingen met botox en fillers wordt vaak gedacht dat je met opgespoten lippen en een 'plastic fantastic' gezicht het pand verlaat. Maar niets is minder waar. In Kliniek Heihof willen we de natuur een handje helpen, zonder dat het er duimendik bovenop ligt dat je iets aan je gezicht hebt gedaan. Het gaat erom dat je er opgefrist uitziet, dat het wat verjongd is.

Breed publiek

Kliniek Heihof bestaat sinds 2013 en in bijna 9 jaar tijd een begrip in het Gooi geworden. Met een klantenkring van ruim 3500 allemaal verschillende soorten mensen, spreekt Kliniek Heihof een breed publiek aan. Mensen die iets aan hun rimpels, lijnen, kuiltjes of schaduwen willen doen.

Liquid facelift

De vertrouwde gezichten bij Kliniek Heihof zijn dr. Veerander

Ghotra, drs. Melissa Gomez en drs. Narges Botorabi. Deze cosmetisch specialisten hebben veel expertise op het gebied van de Liquid Facelift. Dit is betaalbare facelift met fillers die de natuurlijke opbouw van het gezicht herstelt. Dr. Veerander: "Als je ouder wordt, worden de weke delen in je gezicht minder. De structuur slinkt en valt weg." De specialisten binnen Kliniek Heihof kunnen deze afname van de structuur en het collageen, heel mooi terugbrengen met hyaluronzuur. Zij vullen het natuurlijke volume op en maken het gezicht weer zoals het was." Na een jaar tot anderhalf jaar neemt de Liquid Facelift langzaam af, een klein beetje filler erbij is voldoende om het bij te houden.



Drie artsen

Drs. Melissa Gomez, Dr. Veerander Ghotra en Drs. Narges Botorabi zijn werkzaam binnen Kliniek Heihof. Allen werken zij dagelijks als cosmetisch specialist. Zowel Melissa als Veerander hebben een

extra masteropleiding esthetische geneeskunde (ECAM) in Ierland gevolgd. Narges is zeer ervaren en bekwaam in het verrichten van cosmetische ingrepen met botox en fillers, met als haar expertise de Liquid Facelift.

Veilige middelen

In de kliniek wordt uitsluitend met veilige middelen gewerkt. We gebruiken fillers op basis van hyaluronzuur, dat is een lichaamseigen stof. Bij de botoxbehandeling werken we met het gerenommeerd product Dysport Botuline Toxine A. Dat geeft een veilig en mooi resultaat.

Ons motto:

"EEN GOEDE EN
VEILIGE BEHANDELING
MOET VOOR IEDEREEN
BEREIKBAAR ZIJN"

Hele week open

Kliniek Heihof is de hele week open, ook op zaterdag! In bijna negen jaar tijd heeft de kliniek een enorme groei doorgemaakt. Daarom verhuisde het bedrijf in 2019 naar een grotere locatie. Een prachtig pand in het Oude Dudok Pompgebouw aan het Laapersveld 1 te Hilversum. We zijn heel eenvoudig te bereiken, slechts 1 minuut vanaf de snelweg en 1 minuut vanaf de trein. Ook nog eens gratis parkeergelegenheid.

**Bel: 035 - 77 24 8 24 of ga naar
kliniekheihof.nl voor meer informatie.**



KLINIEK HEIHOF

**BOTOX
€ 89,-**

**FILLER
€ 195,-**



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

DISCOVERED IN NATURE, DESIGNED FOR A LIFETIME

Sinds 1995 is Lion Stone een begrip in de wereld van natuursteen en composiet. Wij werken bij onze productiefaciliteiten in Tilburg dagelijks met 110 mensen aan de mooiste keukenbladen en projecten.

Bij Lion Stone staan ruim achtduizend platen op voorraad. Hierdoor is er altijd wel een plaat die past bij uw persoonlijke voorkeur of de sfeer die wordt nagestreefd. Alle natuurstenen materialen selecteren wij zelf rechtstreeks in de groeve en laten wij in zagerijen in onder andere Italië en Spanje tot platen verwerken. Na de bewerking in onze productiefaciliteiten worden de projecten vervolgens in samenwerking met een vakkundig montagebedrijf gerealiseerd. Neem voor meer informatie en de mogelijkheden gerust contact met ons op.

SHOWROOM
ENKEL OP AFSpraak



Op de foto's ziet u het mooie resultaat van een recent opgeleverd project. Voor de badkamer is gebruikgemaakt van calacatta verde marmer. Het keukenblad is uitgevoerd in onyx met geïntegreerde ledverlichting.

Lion Stone

Voor al uw natuursteen en composiet



Impressie **Hilversum**

**Wil je kans
maken om jouw foto
in 't Gooi Bruist
terug te zien?**

Stuur deze dan naar
ontwerp@nederlandbruist.nl
o.v.v. Foto Gooi



8

COLOFON



18

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
CUSTOMER CARE Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Ramon Heeren
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Anouk Jacobs

f Like ons op Facebook.com/tgooiBruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl
of bel René Moes 06-19629221 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2022. 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 39 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.



De zomer staat voor de deur en daarmee voor veel mensen ook een welverdiende zomervakantie. Dé tijd om even een stapje terug te doen en heerlijk te luieren. Maar... kunnen we dat nog wel, luieren, of zijn we dat dankzij ons drukke bestaan verleerd? Je leest er meer over in deze nieuwste editie van Bruist, die je nu in je handen hebt.

Bruisende lezer,

Luieren zullen we het zeker niet noemen wat hij doet, maar pianist Wibi Soerjadi geniet in zekere zin de laatste jaren wel wat meer van rust. Hoe? Ook dat lees je als je verder bladert. Net als de inspirerende verhalen van al onze bruisende ondernemers. Van luieren is ook bij hen geen sprake. Integendeel zelfs, zij zijn juist ontzettend gemotiveerd om voor jou hun handen uit de mouwen te steken, zowel letterlijk als figuurlijk.

Hoe goed ben jij in luieren? Niet zo goed? Dan hebben we nu alvast één belangrijke tip voor je: nestel je ergens in het zonnetje met deze nieuwste editie van Bruist en ontspan... Dat is toch ook een vorm van luieren?!

Geniet van de zon en van Bruist!
René Moes

Adverteren?
Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel **06-19629221**.

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



12



32



28



23

Inhoud

NAAST JE DRUKKE
LEVEN TOCH
ONTSPANNEN

Luieren... kunnen we dat nog wel?

Even snel douchen, aankleden en weg. Die boterham eet ik onderweg wel. Op het werk vlieg ik van hot naar her en als ik klaar ben, moet ik meteen door om de kinderen op te halen. Herkenbaar? Weten wij eigenlijk nog wel wat luieren is? We kunnen een voorbeeld nemen aan yogabeoefenaars of aan een goede luiwammes.

Van 's morgens vroeg tot 's avonds laat proppen we onze dag vol, zodat we aan het eind van de dag totaal uitgeblust op de bank ploffen. In vergelijking met vijftig jaar geleden hebben we het nu een stuk drukker. Beide partners werken, terwijl vroeger de vrouw thuisbleef. De kinderen hoefden niet opgehaald te worden, want die waren toch al thuis en het huishouden hoefden we ook al niet in de avonduren te doen. Daarbij nemen we nu geen genoegen meer met morgen. Het werk moet vandaag af.

EEN MOMENTJE VOOR JEZELF Maar hoe zorgen we er nu voor dat we naast dit drukke leven toch kunnen ontspannen? Misschien moeten we ons aansluiten bij de yogabeoefenaars. Steeds meer mensen beseffen dat yoga geen zweverige meditatie is, maar

een rustgevende activiteit waarbij je je goed kunt ontspannen. De Chinese Yin en Yang sluiten daar perfect op aan. Yin staat voor rust, lichaam en vrouw en Yang voor activiteit, geest en man. Als deze twee in balans zijn, kun je de drukte van de dag beter aan terwijl je je daarnaast prima kunt ontspannen.

EEN GOEDE LUIWAMMES Is Yoga toch iets te 'zweverig' voor je? Probeer dan eens een dag als een luiwammes te leven. Dat hoeft per definitie niet meteen iemand te zijn die de hele dag niks doet. Een luiwammes kan bijvoorbeeld in zijn luie stoel een informatief boek lezen of een goed telefoongesprek voeren. Je hersenen nemen in deze rustpositie vaak meer informatie op dan wanneer je gehaast van de ene naar de andere activiteit scheurt. Daarbij is het goed voor je humeur en neemt je creativiteit toe.

Ook op zoek naar luierideeën? Op www.nederlandbrui.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

DE SLIMME REISTAS * voor trendy vrouwen

Het ontwerp van BodabagsFashion #bodabags, verkrijgbaar in verschillende varianten, is absoluut uniek. Deze reistas wil je gewoon hebben.



BodabagsFashion | @bodaszilvia

www.bodabagsfashion.myshopify.com



PRINGLES FLAME

Pringles heeft twee nieuwe smaken toegevoegd aan haar pittige Flame assortiment. De vlammeende Spicy Chorizo heeft smokey BBQ tonen van gerookte chorizo, licht gerookte paprika en een vleugje kruiden. De iets mildere Sweet Chili heeft een pittige en aromatische smaak, gemaakt van een mix van kruiden, chili en zoete tonen. Beide perfect voor bij een verfrissend drankje in de zon.
www.pringles.com



G

WILKINSON MANNEN BESTAAT 250 JAAR

Al 250 jaar scherpen mannen hun stijl aan met Wilkinson Sword. De afgelopen decennia is Wilkinson nooit opgehouden met innoveren, wat zorgt voor heerlijk scheergemak. Een goed voorbeeld van Wilkinsons basiswaarden en hoge kwaliteit is de Wilkinson Hydro 5. Deze tool heeft 5 mesjes, een innovatief gel-reservoir en een Flip Trimmer, waardoor je gemakkelijk en nauwkeurig scheert. De combinatie van de 5 Ultraglide mesjes met Skin Guards en het gel-reservoir zorgen voor een goede huidverzorging tijdens het scheren.
wilkinsonsworld.nl



SCHELDEBROUWERIJ STRANDGAPER

Zoals de naam al doet vermoeden, is de Strandgaper van Scheldebrouwerij een heerlijk biertje om luierend op het strand van te genieten. Strandgaper is een sprankelende verfrissing op een zwoele dag. De evenwichtige smaak naar meer en insinueert zinding en gezamenlijkheid. Met een subtiel bittertje en een sprankelende afdront is de Strandgaper een perfecte aanvulling op een warme zomeravond. Geniet deze zomer op het strand van deze goudblonde dorstlesser. www.scheldebrouwerij.com



Geniet van de zon!

Doe
mee en
win

BRUIST Deals

Ok deze maand hebben we weer enkele Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Neem een kijkje op www.nederlandbruist.nl/ **lezersacties** en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.

XERGONOMIC® STA BUREAU

Kies voor een ergonomische manier van werken en kies milieubewust met dit sta bureau van Xergonomic®.



Je plaatst deze standaard eenvoudig bovenop elke tafel of bureau, zodat je er staand aan kunt werken. Staand werken is vele malen gezonder voor je lijf en zorgt voor een hogere productiviteit. Dit product is gemaakt van FSC® gekwalificeerd bamboe dat op een duurzame manier is gewonnen, bijdraagt aan het milieu en is verpakt in biologisch afbreekbaar materiaal.

VAN
€ 119,00
VOOR
€ 98,00



www.kastaccessoires.nl

HAWAIIAN TROPIC - SILK HYDRATION PROTECTIVE WEIGHTLESS OIL

Deze zomer hoef je je geen zorgen te maken over zonbescherming dankzij de Hawaiian Tropic Silk Hydration Protective Weightless Oil met factor 30. De formule is licht, plakt niet, hydrateert wel 12 uur lang en is bovendien waterresistent voor 80 minuten. Daar komt nog bij dat de olie heerlijk ruikt! www.hawaiiantropic.com



LEZERSACTIE * Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash

Dompel je onder in de geur van het voorjaar met deze body wash op basis van perzikbloesem. Deze body wash van O'right bevat ingrediënten die de huid intens verzorgen en hydrateren.

www.ouright.ca TAG #BODYWASH



T

LEZERSACTIES*

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine 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. de TAG bij de lezersactie naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

Een *montuur op maat* dat bij u past

Een montuur dat speciaal voor u op maat gemaakt wordt, is net als een maatpak. Een montuur of een zonnebril die perfect past, helemaal in de kleuren en materialen die u heeft uitgekozen. Er zijn meer dan 85 verschillende kleuren waar u uit kunt kiezen. De materialen die wij hiervoor gebruiken zijn kunststof, buffelhoorn en een combinatie van buffelhoorn en schildpad.

De vooruitstrevendheid en perfecte productafwerking zorgen ervoor dat al deze merken niet alleen chique zijn, maar ook kwalitatief hoogstaand, want dat is waar wij voor staan.

Doordat de brillenmode ons blijft fascineren, worden wij geïnspireerd om altijd op zoek te gaan naar nieuwe merken. Wij bezoeken zowel nationale als internationale beurzen, zodat wij altijd op de hoogte zijn van vernieuwing en verbetering. En we hopen zo nieuwe merken te vinden die een goede aanvulling kunnen zijn op ons assortiment.

U bent van harte welkom in onze winkel voor een vrijblijvend advies onder het genot van een kopje koffie of thee. Wenst u liever een afspraak na 18.00 uur, dan bestaat deze mogelijkheid ook. Hiervoor vragen wij u wel om telefonisch contact met ons op te nemen.

Een Arnold Booden Tailor made bril voelt beter aan en past beter dan elke andere bril ooit. Naast onze eigen collectie zijn wij ook official dealer van diverse bekende merken zoals: **Chanel, Cartier, Lunor, Gucci, Serengeti, Lotus, Saint Laurant, Thierry Lasry, Chloé, Anna Karin Karlsson, Pomellato, Boucheron, Lindberg en John Dalia.**



AB ARNOLD BOODEN
UNIQUE EYEFASHION

van Baerlestraat 95, 1071 AT Amsterdam | 020 662 8378 | info@arnoldbooden.nl | www.arnoldbooden.nl



UW CREMATIE DUURZAAM IN VERTROUWDE HANDEN

Cremaere

Damsluisweg 29 Almere
www.cremaere.nl

Cremeren
€ 468,-

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

Om verwarring met juli te vermijden wordt **de maand juni** in de reiswereld uitgesproken als **juno**.

Laminaat is nog altijd de populairste vloersoort.

20 juni is het **Wereldvluchtelingendag**. Deze dag is speciaal in het leven geroepen om aandacht te vragen voor het lot van vluchtelingen.

Geen enkele andere maand begint op **dezelfde dag** van de week als juni.

Een **houten vloer** in je badkamer is meestal geen goed idee.

Houten vloeren zijn namelijk allesbehalve watervast.

Zet **papa** op zondag 19 juni in het zonnetje tijdens **Vaderdag**.

Juni-kinderen zijn vaak **heel sociaal**.

Je zult dan ook heel wat vriendjes over de vloer krijgen.

Wel in wisselend gezelschap, want een juni-kind is **nieuwsgierig** en ontmoet graag nieuwe kinderen.

In Scandinavische landen wordt op 25 juni het **Midzomerfeest** gevierd.

Nederlanders beschouwen **23°C** als de meest ideale temperatuur om te barbecueën.

WELDAAD VOOR LICHAAM EN GEEST

Massages vormen een belangrijke basis voor een gezonde geest en een gezond lichaam, daar is Danielle van overtuigd. Vandaar dat zij in haar salon aan huis, onder de naam Lys Danique, alle dames die bij haar op de luxe verwarmde behandelbank plaatsnemen laat ontspannen dankzij haar BIO Relax en Wellness Massages. “Ik maak al sinds 2013 van iedere behandeling een unieke beleving.”

“Ik masseer op gevoel”, begint Danielle haar enthousiaste verhaal. “Geen massage is hetzelfde, want ik stem de behandeling af op de persoon, diens behoeften en diens klachten.”

Mensen helpen ontspannen vindt Danielle het mooiste wat er is en daarvoor kan ze terug-vallen op verschillende soorten massages, zoals de BIOsesam Olie Body Massage en een BIOmud Experience Massage. “Die laatste is een ontspannende massage met olie, dus geen modderpakking, wat mensen bij voorbaat nog weleens denken. Daarnaast kun je bij mij ook terecht voor lymfedrainage, zowel voor je lichaam als je gezicht, met de bekende producten van BIOAGE uit Brazilië. Dit levert niet alleen veel voordelen voor de gezondheid, maar zorgt er ook voor dat je lichaam wordt gemodelleerd en je gezicht direct zichtbaar wordt ‘gelift’.”



Voor welke behandeling je ook kiest, Danielle werkt daarbij áltijd met biologische producten of biologisch verantwoorde producten. “Dat maakt mij uniek in het

Gooi. Daarnaast vind ik het belangrijk dat er een goede balans is tussen behandeling en prijs; bij mij krijg je dus echt waar voor je geld. Ook doordat ik voor iedereen uitgebreid de tijd neem en er alles aan doe om elke vrouw die bij mij een afspraak maakt echt een moment van ontspanning te bieden in een fijne en vertrouwde setting. Dat lukt vaak zo goed dat mensen tijdens de behandeling bijna in slaap vallen, dat is voor mij dan ook het grootste compliment dat er is.”

Ben je benieuwd naar de behandelingen van Lys Danique? Neem dan een kijkje op www.lysdanique.nl of maak meteen een afspraak.

BRUIST
Deal

Bij vermelding
van de code **BRUIST** krijg
je in de maand juni
25% KORTING
op je behandeling.





**Wil jij kans maken
op mooie prijzen?**

Registreer je dan via
theater.nl/bruist en
wie weet ben jij één
van de gelukkigen!

Ben jij een theaterliefhebber?

Dan ben je bij Theater.nl aan het juiste adres! Of je nou gek bent op musicals, houdt van cabaret of wegdroomt bij een toneelstuk: je vindt jouw favoriete voorstelling in onze uitgebreide theateragenda. Je koopt gemakkelijk je kaartje en maakt je dagje uit compleet met een diner en/of overnachting bij een van onze partners. Dan zit die pluchen theaterstoel straks nog net even wat lekkerder.

Maar Theater.nl biedt meer. Lees alles over jouw favoriete artiesten en gezelschappen, duik in een van de vele biografieën, bekijk de mooiste beelden of geniet van interviews met onder meer Karin Bloemen, André van Duin en Stef Bos.

Altijd op de hoogte

Natuurlijk houden we je ook op de hoogte van het laatste theaternieuws en geven we wekelijks de leukste theatertips voor

de nodige ontspanning. Bovendien maak je als bezoeker regelmatig kans op mooie prijzen!

Volg ons op social media

Wil je echt niets missen? Volg ons dan op social media. Je vindt hier niet alleen het belangrijkste nieuws, maar ook bijzondere foto's, video's en weetjes. Daarnaast zetten we elke week een bijzondere artiest in het zonnetje. Thumbs up!



Theater.nl is hét platform voor theaterliefhebbers. Wij brengen het theatergevoel rechtstreeks bij jou thuis.

Bel ons voor een afspraak 035 5312500
of boek ons online via www.lepapillon.nl

**kidzknip
korting**
elke woensdagmiddag!

Donderdagavond
koopavond!

GRATIS parkeren
voor de deur!

Knip Kids

Elke woensdagmiddag
en vrijdagmiddag van 13:00 tot 17:00:
Alle kinderen TOT 16 jaar € 2,50 korting

Uiteraard knippen wij ook dames & heren (al 30 jaar!)

Openingstijden:

Zondag en maandag: Gesloten

Dinsdag: 08:30 - 17:00

Woensdag: 08:30 - 17:00

Donderdag: 08:30 - 20:00

Vrijdag: 08:30 - 17:00

Zaterdag: 08:30 - 16:00

DAGJE UIT OEROL



Oerol Festival 2022 gaat door. Van 10 tot en met 19 juni 2022 verandert Terschelling weer in één groot podium voor theater, dans, pop-up performances, talks, beeldende kunst, wetenschap, onderzoek en (live)muziek. Naast premières, experimentele performances en aanstormend talent biedt Oerol ook ruimte voor reflectie. De natuurlijke omgeving met brede stranden, het duinlandschap en heel veel bos helpt daarbij. Veel voorstellingen worden ter plekke voor de locatie gemaakt of daarop aangepast. Maar inspiratie komt ook spontaan in de schuur, op de dijk, in een tentje op de festivalterreinen of gewoon op straat. Kortom, waar je ook kijkt, overal gebeuren mooie, rare of verbazingwekkende dingen. **Kijk voor meer info op www.oerol.nl.**

FILMPJE KIJKEN FALLING FOR FIGARO

De succesvolle Millie (Danielle Macdonald) geeft haar goedbetaalde baan en haar luxe appartement in Londen op om haar grote droom om operazangeres te worden na te jagen. Ze laat zelfs haar vriend achter en vertrekt naar de Schotse Hooglanden, waar ze les krijgt van de beruchte operadiva Meghan (Joanna Lumley). In de pub waar ze verblijft, ontmoet ze de nukkige Max die ook zanglessen blijkt te volgen bij Meghan. Beiden repeteren ze voor de competitie, maar wat begint als rivaliteit tussen de twee, verandert in iets moois.

FALLING FOR FIGARO is vanaf 2 juni te zien in de bioscoop.



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN HET VERKEERDE MEISJE



De juiste tijd en de juiste plaats. Maar toch ging het ineens gruwelijk verkeerd... Op een ochtend wordt Amelie vanuit het niets van haar fiets getrokken door een man met een angstaanjagend masker voor zijn gezicht. Hij sluit haar vervolgens op in een donkere ruimte. Amelie snapt totaal niet waarom de ontvoerder juist háár moest hebben. Is het hem te doen om losgeld te krijgen van haar rijke vader? Speelt haar dubieuze bijna ex-echtgenoot Vince misschien een rol in het geheel? Of heeft haar ontvoerder zich gewoon vergist en is zij simpelweg het verkeerde meisje? **HET VERKEERDE MEISJE van Angelique Haak is vanaf 20 juni verkrijgbaar.**

Ruim **5.500 m²**
keuze, beleving
en aandacht



Bezoek één van onze megashowrooms in
Rotterdam, Roosendaal, Utrecht of Hoofddorp!

Slaag maximaal op www.maxaro.nl óf in onze
megashowroom aan de **Vierhavensstraat 63 te Rotterdam.**

Bekijk de actuele openingstijden en
bereikbaarheid op onze website.



Wibi Soerjadi over succes tuinconcerten:

'Je moet een bepaalde intimiteit voelen'

Wibi Soerjadi (52) is een van Nederlands meest succesvolle pianisten en reist voor zijn optredens al veertig jaar de wereld over. Maar sinds hij in 2017 is neergestreken in Villa Peckedam in het Twentse Diepenheim, geniet hij van de rust en zijn tuinconcerten. “Ik vergelijk een tuinconcert met eten in de openlucht: het is net wat anders dan binnen, gewoon spannender en wat lekkerder.”

Een tuinconcert bij een villa laat menigeen al fantaseren over de omvang van een uitverkocht Koninklijk Theater Carré, maar Wibi houdt zijn optredens liever wat kleinschaliger. “Ik heb weleens voor duizenden bezoekers opgetreden, maar dan mis ik de sfeer. Je moet een bepaalde intimiteit voelen. Daarom treed ik maar voor een paar honderd bezoekers tegelijk op”, legt de pianist uit.

Tijdens de tuinconcerten staat Wibi er overigens niet alleen voor. “Voorafgaand aan de concerten exposeert een kunstenaar uit de buurt met mooie beelden. Dit geeft de bezoeker wat afwisseling en het tuinconcert een extra dimensie. Daarnaast heb ik ook personeel in dienst dat de gasten welkom heet en voorziet van een hapje en een

drankje. Als ik dat ook nog voor mijn rekening moet nemen, wordt het wel erg veel”, lacht hij.

VLEUGEL Wibi heeft mooie herinneringen aan zijn akoestische vleugel en de twee zijn dan ook onlosmakelijk met elkaar verbonden. “De vleugel staat in de villa altijd op de kamer waar ik studeer, maar voor ieder optreden zet ik hem buiten. Dat maakt een optreden nog wat specialer, wat closer.”

JUBILEUM Tot slot is de pianist blij dat hij zijn veertigjarig jubileum eindelijk groots kan vieren. “Vanwege de coronapandemie is het twee keer uitgesteld. Dat was flink slikken. Maar ik ben blij dat het nu weer kan en ik ga er extra van genieten”, besluit Wibi.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist

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 lichaam is namelijk zelf tot veel meer in staat dan men denkt.

VEEL STRESS EN VERMOEIDHEID DOOR DE CORONAPERIODE? OORACUPUNCTUUR KAN STRESS VERLAGEND WERKEN EN MEER VITALITEIT GEVEN.

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

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

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).

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 gaan richting de zomer, dus hopelijk blote voeten. In de winter en het vroege voorjaar hebben je voeten goed verstopt gezeten en worden ze vaak vergeten. Een goede en juiste verzorging is dan echt noodzakelijk.

Met een goede pedicurebehandeling en het juiste advies kunnen veel problemen worden voorkomen. Veel voorkomende problemen zijn likdoorns en mycosenagels (kalknagels).

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 iedereen een prachtige oplossing zijn. De nagel ziet er op die manier weer heel natuurlijk en netjes uit.

De zomer staat voor de deur. Dat vraagt om mooie blote voeten met verzorgde nagels, al dan niet met een leuke gellak, en mooie gladde eeltloze voeten.

DUS BRENG JE VOETEN NAAR MIJN PRAKTIJK.

lijfitaal

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 | www.facebook.com/Lijfitaal



BOEK ONLINE
OF BEL
06 - 12129710



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 viersterrenhotel 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!*



Gespecialiseerde cosmetische kliniek OP HET GEBIED VAN HUID & HAAR

Een mooie, gezonde en egale huid, dat wil toch iedereen!



Een greep uit ons aanbod op het gebied van huidtherapie:

Acne behandeling

Beenvaatjes verwijderen

Chemische peeling

Huidverbetering & verjonging

Laser peeling (Co2 laser)

Laserontharing (gezicht & lichaam)

Littekenbehandeling

Microneedling

Pigmentbehandeling

Tatoeage en permanente make-up verwijderen

En nog veel meer...

32

Persoonlijk, betrokken, professioneel en eerlijk, dat is waar Nationaal Huidcentrum voor staat! Wij bieden vele (cosmetische) behandelingen op het gebied van de huid en haar. Heb je bijvoorbeeld last van acne, cellulite, rosacea, ongewenste haargroei of een tatoeage waar je vanaf wilt? Dan ben je bij ons aan het juiste adres!

Gelukkig zijn met jezelf, dat is wat wij bij Nationaal Huidcentrum belangrijk vinden. Ieder mens is mooi en uniek, maar soms kun je ontevreden zijn over hoe je eruitziet. Of het nu gaat om lachrimpels, een onzuivere huid, littekens of ontsierende beenvaatjes. Dit kan behoorlijk wat invloed hebben op hoe jij je voelt. Wij helpen je graag, zodat jij weer gelukkig met jezelf kunt zijn.

Nationaal Huidcentrum - voor jouw huid

Binnen onze kliniek hebben wij een afdeling speciaal gericht op huidtherapie met de meest geavanceerde apparatuur voor o.a. laserbehandelingen, peeling, microneedling en bindweefselmassage (LPG endermologie).

Onze huidtherapeuten

Onze huidtherapeuten zijn allen BIG geregistreerd, lid van de Nederlandse Vereniging van Huidtherapeuten (NVH) en geregistreerd in het Kwaliteitsregister Paramedici. Ook volgen zij regelmatig trainingen om up-to-date te blijven van de nieuwste ontwikkelingen. Zo kunnen zij jou het juiste advies en de beste behandeling geven.

Persoonlijke aanpak

De kracht van Nationaal Huidcentrum is dat wij de kwaliteit van een grote luxe kliniek bieden, maar dan op een persoonlijke manier. Wij nemen uitgebreid de tijd voor jou en de behandeling.

Meer informatie?

Maak een afspraak voor een **gratis** en **vrijblijvend** intakegesprek via www.nationaalhuidcentrum.nl, of bel of mail ons.



Naarderpoort 2A, 1411 MA Naarden

088-4251000

info@nationaalhuidcentrum.nl

www.nationaalhuidcentrum.nl



33



Je vader in zomerse sfeer

Juni staat in het teken van Vaderdag. Met deze zonnige producten komt hij, in stijl, de zomer wel door!

1. Invictus Platinum Eau de Parfum van Paco Rabanne, vanaf € 82,90 www.iciparisxl.nl
2. Menmalist Gezichts- en Baardreiniger van Nivea Men, € 10,99 www.nivea.nl
3. Energizing Gel van Clarins Men, € 53,- www.clarins.com
4. Golf Eau de Toilette van Tutto Tondo, € 42,- www.thecofcosmetics.com
5. Duurzaam scheermes van Waar, € 25,- (inclusief 10 mesjes) www.waarenhuis.nl
6. Nourishing Shaving Gel Arctic Wolf van Natura Siberica Men, € 8,99 www.hollandandbarrett.nl
7. Weekentas van Guess Handbags, € 180,- www.guess.eu

8. Bro Mask van Jaxon Lane, €28,- www.thecofcosmetics.com
9. Eco Printed Watershort van Speedo, € 32,- www.speedo.com
10. Uomo Born in Roma Coral Fantasy van Valentino, vanaf € 70,- www.douglas.nl
11. Havaianas Brasil Tech, € 29,- www.havaianas-store.com
12. Natuurlijke Deodorant Spray Men Protect van Happy Earth, € 8,49 www.happyearthcare.com
13. Sneakers L002 van Lacoste, € 110,- www.lacoste.nl



WE LOVE OUR CUSTOMERS!

Eigenaar Dennis Sluimer van Scooterspot.nl te midden van zijn scooters

1.000 M² SHOWROOM - 7 DAGEN PER WEEK GEOPEND

Scooterspot BV | Pilotenstraat 16 + 18, Amsterdam | 020-4080850



SCOOTERSPOT.NL



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 Goosische Passie en
Life is Beautiful



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



VERDIENT JOUW GEZICHT OOK HET BESTE?

Die fronsrimpel, rimpels op je voorhoofd, kraaienpootjes... je lijkt er ouder of zorgelijker door dan je je voelt. Meestal is spierspanning de boosdoener van deze rimpels. Als je rimpels veroorzaakt zijn door spierspanning is botox de perfecte oplossing.

Wat is botox?

Botox is een medicijn dat gebruikt wordt om tijdelijk spierspanning te verminderen. De meest gebruikte merken zijn Azzalure, Botox en Bocouture. Dokter André gebruikt voornamelijk Azzalure (= Dysport).

Botox is een oplossing bij:

Fronsrimpels, voorhoofdrimpels, kraaienpootjes, migraine- en hoofdpijnklachten, lijntjes op de neus, knarsetanden en overmatig transpireren.

Intakegesprek

Voorafgaand aan de behandeling bespreken we tijdens een intakegesprek je wensen en welke behandeling je zou kunnen helpen. Een intakegesprek is gratis en vrijblijvend, zodat je weet waar je aan toe bent. Vervolgens wordt een nauwkeurig behandelplan opgesteld door dokter André.

Na de behandeling

Er kan wat roodheid en lichte zwelling aanwezig zijn, maar dat verdwijnt vrijwel meteen. Heel soms ontstaat er een heel klein blauw plekje. In de dagen na de behandeling begint het effect op te treden met (bij de meeste mensen) het maximale effect na drie tot vijf dagen. Soms pas na twee weken.

Hoe lang geniet je van het resultaat?

Dit kan per persoon verschillen en is afhankelijk van leefstijl, huidkwaliteit en leeftijd. En natuurlijk van de kundigheid van de arts. Bij de meeste mensen is vooral na de eerste behandeling het effect na drie maanden weg en is een vervolgbehandeling wenselijk. Na meerdere behandelingen wordt de werkingsduur langer, zodat een vervolgbehandeling na vier, vijf of zelfs zes maanden gedaan kan worden. Stop je helemaal met de behandeling, dan komt de spierspanning weer op zijn oude niveau terug.



STYLAGE

Veluwezoom 5, Almere | 035 8200426 | www.dokterandre.nl

Afspraken via
www.dokterandre.nl
of telefonisch
035 8200426



juwelier
CHARM
goudsmederij



LOOKING/GOOD






De diamantzetter en goudsmid met 40 jaar ervaring in eigen atelier sinds 1982




Voor alle
superpapa's



voor
PAPAA

Tot 50% korting op alle heren-sieraden en horloges

-  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, VNDX, Rolf Cremer, Claude Bernard, Lacoste, Davis, MelanO, Diamondfire, 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 horloge-batterij voor € 5,-

Tips tegen zonverbranding

Voorkomen is natuurlijk beter dan genezen, dus is het verstandig om je altijd goed in te smeren voordat je de zon in gaat. Maar wat doe je als je toch te veel zon op je huid hebt gehad?



NEEM EEN LAUWARME DOUCHE Hierdoor gaan de poriën van je huid openstaan en kan de warmte eruit. Gebruik vooral geen zeep, want dan droogt je huid nog meer uit.

ALOË VERA Smeer je verbrande huid in met een verkoelende aftersun of bodylotion, het liefst met aloë vera erin. Dit plantenextract heeft een kalmerende en herstellende werking op de huid.

KAMILLE Maak een pot kamillethee. Laat de thee afkoelen en zet deze in de koelkast. Drenk een paar watjes in de koude kamillethee en leg die op je verbrande huid.

YOGHURT, KARNEMELK, KOMKOMMER OF RAUWE AARDAPPEL kunnen ook helpen om je huid tijdelijk af te koelen.

BLIJF UIT DE ZON Als je de volgende dag toch weer in de zon gaat, bedek je beschadigde huid dan goed. Draag een grote hoed of een T-shirt en smeer je heel goed in, bij voorkeur minimaal met factor 30 of 50.



€ 7,- KORTING P.P.



ATTRACTIEPARK TOVERLAND

ONTDEK JE EIGEN MAGIE IN TOVERLAND

Ben jij een echte snelheidsduivel, houd je van klimmen en klauteren of ben je een echte waterrat? Met ruim 35 attracties en shows beleeft jong en oud in Attractiepark Toverland een dag om nooit te vergeten. Laat je onderdompelen in 6 betoverende werelden vol magie. Voor de echte waaghals zijn er maar liefst 5 achtbanen, waaronder wing coaster Fénix! Deze wing coaster gaat maar liefst 3 keer over de kop! Dol op waterpret? Leef je dan uit in wildwaterbaan Djengu River. Daarnaast kun je samen genieten van de bootjesattractie Merlin's Quest waarin je door de ruïnes onder het kasteel van tovenaars Merlijn vaart. In Port Laguna kun je met een toverstaf en de toverkaart Mapa Magica zelf écht toveren!



COMBITICKET € 13,- KORTING P.P.



EFTELING

EN TOEN... WAS IK IN EEN WERELD VOL WONDEREN

In de Efteling maak je samen de mooiste herinneringen. Luister naar de mooie verhalen van de pratende Sprookjesboom of naar de bijzondere muziek van de paddenstoelen in het Sprookjesbos. Zweef tussen trollen en elfjes in Droomvlucht of ga op wereldreis met Jokie in Carnival Festival. Vlieg op je kop in de Python of stort de diepte in met Baron 1898. Of beleef een doldwaze rit in de nieuwste familie-achtbaan Max & Moritz. Er is iedere dag genoeg te beleven. Welkom in de Efteling, Wereld vol Wonderen.

NU EEN UNIEK PRODUCT BESCHIKBAAR:
een combiticket voor de Efteling én Safaripark Beekse Bergen.



€ 4,50 KORTING P.P.



SAFARIPARK BEEKSE BERGEN

OOG IN OOG MET WILDE DIEREN

Waan je in Afrika, ontdek de uitgestrekte savannes en bosgebieden en sta oog in oog met de meest fascinerende Afrikaanse diersoorten!

Prikkel je zintuigen tijdens één van de indrukwekkende safari's. Ga op avontuur met je eigen auto, stap op de boot voor een prachtige tocht over het water en laat je verrassen door de dieren langs de oevers. Wie nog meer wil weten over wat er achter de dieren en de natuur schuilgaat, gaat mee op bussafari. Een ranger vertelt je alle ins en outs over de dieren in het park én in de natuur. Wandelen kan ook! Ontdek het prachtige Safaripark in je eigen tempo en geniet samen van het buitenleven.



Bestel hier je tickets



ZANSE SCHANS

MAAK JE BEZOEK AAN DE ZANSE SCHANS LEUKER

Op de Zaanse Schans demonstreert het Zaanse Museum Oud Hollandse ambachten. Ga je mee naar een beroemd stukje Nederland? Het Nederland van de molens, groene houten huizen, industrieën en eendloze vergezichten. Stap terug in de tijd op de Zaanse Schans. Dé plek waar de 18e en 19e eeuw kleurrijk tot leven komen. Hoewel de Zaanse Schans gratis toegankelijk is, maakt de Zaanse Schans Card je bezoek veel leuker. Zo krijg je gratis toegang tot alle zeven musea, waaronder ambachtshuisjes, het Zaanse Museum en de koekjes- en chocoladefabriek de Verkade Experience – en waan je je Willy Wonka. Kom meer te weten over de Wereld van Windmolens en bezoek verfmolen De Kat en houtzaagmolen 't Jonge Schaaap.



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 werkt graag samen met gerenommeerde interieurarchitecten.

U bent op afspraak altijd welkom.

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



Weg met de stress, *relaxmodus aan!*

Kom je 's ochtends moeilijk uit bed, leef je van weekend naar weekend en kun je je het moment waarop je honderd procent ontspannen was niet meer herinneren? Dan is het hoog tijd voor een welverdiende vakantie. Eens even helemaal niets doen en moeten.

Iedereen krijgt er vroeg of laat mee te maken: stress. De een kan er goed mee omgaan, bij de ander kan het leiden tot disfunctioneren, uitslag of zelfs psychische klachten. Stress kan allerlei oorzaken hebben. Een nieuwe baan waarin je moet bewijzen wat je waard bent, is een goed voorbeeld. Maar ook massaontslagen en een toenemende werkdruk kunnen ertoe leiden dat mensen door de bomen het bos niet meer zien. Waar de stress ook door veroorzaakt wordt, de gevolgen zijn (bijna) altijd duidelijk zichtbaar.

KWAALTJES Heb je vaak last van hoofdpijn, een vastzittende nek of maag- en darmklachten en ben je chagrijnig en emotioneel uitgeput? Dan is het hoog tijd om even pas op de plaats te maken. Als de situatie op je werk onhoudbaar is, kan een vakantie nieuwe inzichten brengen. Niets moet, alles mag. Pas als jij van een stresskip verandert in iemand die zich kiplekker voelt, kunnen problemen worden opgelost.

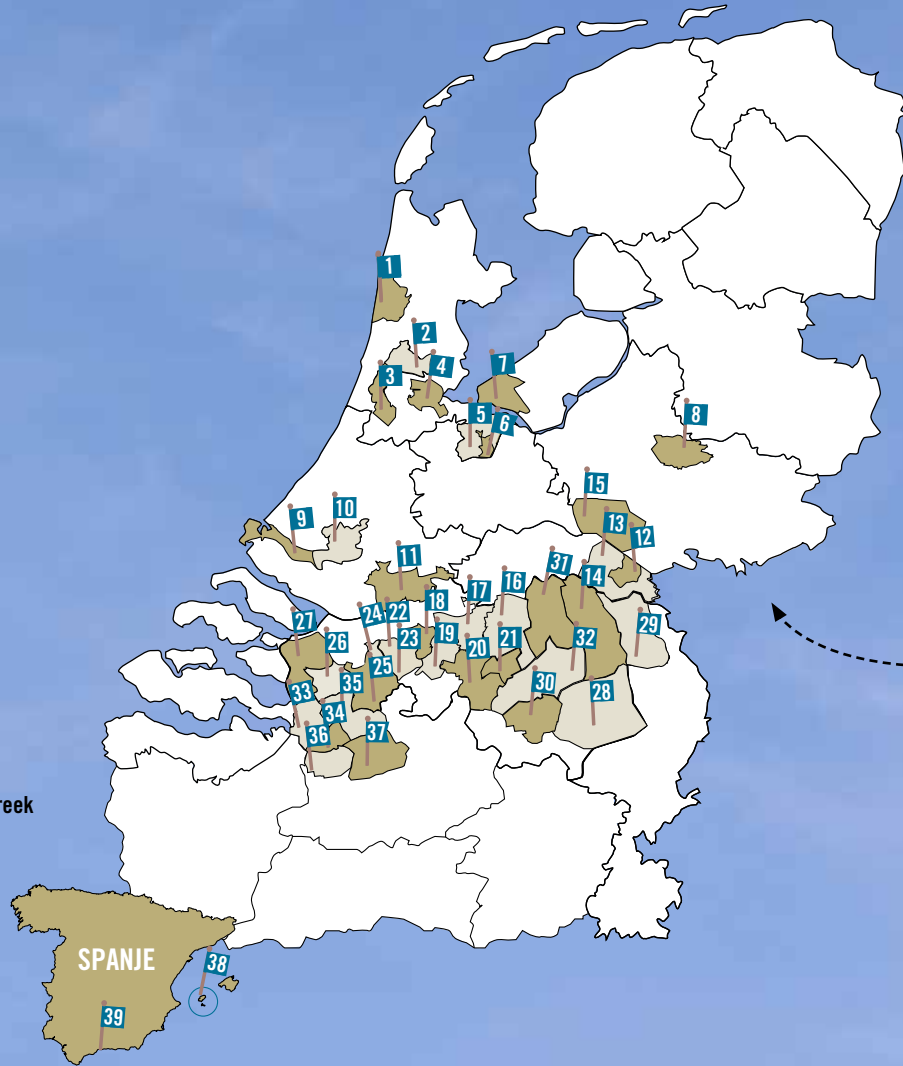
RELAX Het is niet gek dat je na een jaar hard werken even helemaal op bent. Het is wel belangrijk om daar iets aan te doen. Neem op tijd rust en zorg goed voor jezelf. Zowel privé als op je werk is het belangrijk om je grenzen aan te geven. Het is niet erg om af en toe te zeggen dat je iets niet aankunt. We blijven per slot van rekening ook maar mensen. Je zult zien dat je na een paar dagen rust al een ander mens bent, mits je dat ontspannen gevoel natuurlijk toelaat.

ONTSTRESS Hoe doe je dat nu eigenlijk, ontstressen? Iedereen doet dit op haar manier. De een komt bijvoorbeeld helemaal tot rust van een weekje in de zon op het strand, de ander gaat drie keer per week sporten en ligt 's avonds het liefst met een goed boek op de bank, weer een ander is na een dagje badderen in een wellness-centrum weer helemaal de oude. Kortom: de manier waarop we ontstressen is zeer persoonlijk. Feit blijft wel dat rust iedereen goed doet.

Hulp nodig om je relaxmodus aan te zetten? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

GA ER MINIMAAL
TWEWEEKEN
TUSSENUIT!

1. Alkmaar
2. De Zaanstreek
3. Haarlem
4. Amsterdam
5. 't Gooi
6. Hilversum
7. Almere
8. Zutphen
9. Waterweg
10. Rotterdam
11. Drechtsteden
12. Nijmegen
13. Rijk van Nijmegen
14. De Maashorst
15. Overbetuwe
16. Den Bosch
17. De Langstraat
18. Oosterhout
19. Reeshof
20. Tilburg
21. Oisterwijk
22. Breda
23. Ginneken
24. Prinsenbeek
25. Etten-leur
26. Roosendaal
27. Bergen Op Zoom
28. De Peel
29. Land van Cuijk
30. Eindhoven
31. Rosmalen
32. Oirschot-Best
33. Kapellen
34. Brasschaat
35. Belgische Grensstreek
36. Schilde, Schoten
's-Gravenwezel
37. De Kempen
38. Ibiza
39. Costa del Sol



BRUIST

JOUW PARTNER IN WEL
39 *Bruisende* regio's



Brinkers
Mode & lingerie

LET THE SUMMER BEGIN

Esqualo
HV Polo
C.R.O.
Another Women
Myrna
Zerres
Wonderjeans
Top secret
Fellows
Marco Manzini

Dammerweg | Nederhorst Den Berg | 0294 251 274 | www.brinkersmode.nl

ringloopCentrum
Eemnes - Huizen

Heb je spullen over?
Schenk ze aan ons en je krijgt 10% korting* op je volgende aankopen in onze winkels!
*Geldt niet in combinatie met andere kortingsacties.

Bezoek onze webshop!

EEMNES Zuidersingel 4 | info@kceemnes.nl | **HUIZEN** Machineweg 2A | info@kchuizen.nl
www.kceemnes.nl | **WEBSHOP** www.kceemnes.nl/webshop | 035-5380808



NIETS IS TE GEK OM IN TE LIJSTEN

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

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

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!**

- **Schilderijen, aquarellen en etsen**
- **Schilderijen restaureren**
- **Print op doek**
- **Diverse glassoorten**
- **Kraamcadeaus**
- **3D-lijsten voor bijvoorbeeld trouwjurken en t-shirts**

De Gooische Lijstenmaker

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

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

Welke vloer *past bij jou?*

Wie op zoek is naar een nieuwe vloer, zal het waarschijnlijk al hebben gemerkt: er is ontzettend veel keuze. Niet alleen qua kleur en uitstraling, maar zeker ook qua materiaal. Maar welke vloer past nu bij jou?

Dat hangt af van een aantal factoren. Om te beginnen natuurlijk van wat je mooi vindt, maar ook van wat voor eisen je aan een vloer stelt. Makkelijk schoon te maken, onderhoudsvrij, geschikt voor kids, et cetera.

LAMINAAT De meest gekozen vloer is waarschijnlijk toch wel de laminaatvloer. Onderhoudsvriendelijk, relatief goedkoop en in vele uitvoeringen verkrijgbaar. Daarnaast is laminaat ook vrij eenvoudig (zelf) te leggen. Laminaat heeft als nadeel dat het gevoelig is voor krassen. En doordat het geluid niet wordt gedempt, kan een laminaatvloer zorgen voor geluidsoverlast.

HOUTEN VLOER Al jaren onverminderd populair is de houten vloer. Door de natuurlijke en karakteristieke uitstraling past deze in de meeste interieurs en beschadigingen zijn eenvoudig te herstellen. Nadelen van een houten vloer zijn echter dat het onderhoud zorgvuldig moet gebeuren en dat de vloer niet watervast is. Daardoor is hij niet geschikt voor elke ruimte.

PVC De pvc-vloer is tegenwoordig ook een steeds vaker gekozen optie. Groot voordeel van dit type vloer is dat deze vrijwel niet slijt, zeer gemakkelijk te onderhouden is en geluid dempt. De goede prijs-kwaliteitverhouding is ook niet onbelangrijk. Kies je voor de 'klikvariant', dan is deze net als laminaat makkelijk te leggen. Bij pvc-vloeren die gelijmd moeten worden komt echter wat meer werk kijken. Een van de weinige nadelen van een pvc-vloer is dat ook deze krasgevoelig is.

EN MEER En zo zijn er nog veel meer opties in vloerenland: tapijt of tapijttegels, gietvloeren, vinyl, linoleum, plavuizen, natuursteen, parket, kurk, steentapijt en waarschijnlijk vergeten we er dan nog een paar. Ga niet over één nacht ijs bij de aanschaf, maar bedenk goed aan wat voor eisen een vloer voor jou moet voldoen. Laat je eventueel adviseren door een expert, dan heb je het langste plezier van de vloer die jij kiest.

**ELK TYPE VLOER
HEEFT ZIJN
EIGEN VOOR-
EN NADELEN**

Ook op zoek naar een passende vloer? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Ibiza

terug naar de stilte

Acht weken stilte. Geen stemmen, geen voetstappen, geen vliegtuigen, geen boten, geen auto's, geen muziek, alleen maar stilte.

Laatst vroeg ik me af hoe Ibiza ooit moet zijn geweest, toen er nog stilte was. Het antwoord werd gegeven. In het begin wennen, daarna ook wel lekker, die heerlijke rust. Het zeewater werd met de dag helderder. Het eiland glimlachte. Een mooi moment voor overdenking.

Hoe lekker zou het zijn als we grotendeels groente en fruit van het eiland zouden kunnen eten? Als we het eiland niet overladen met te veel mensen, te veel auto's? Als we de stranden en de natuur schoonhouden? Als we respectvol omgaan met dit mooie eiland in de zee, met af en toe muziek en feest, waar we dansen en drinken, maar dan vanuit een liefdevol bewustzijn?

Op 'ons eigen' Neverland, waar niemand ooit écht opgroeit en waar iedereen zijn eigen droom mag leven. Viva la vida!

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

www.meditationmoments.nl

Foto Youri Claessens

Juni zal je warm laten voelen



TWEELINGEN

Verlangen en het vermogen om nieuwe dingen te leren.

Ram 21-03/20-04

Door onvoltooid werk zul je lichte vermoeidheid voelen. Dit zal een sterk verlangen brengen om te reizen en nieuwe mensen te ontmoeten.

Stier 21-04/20-05

Dit is voor jou de beste tijd om het verleden los te laten, te ontspannen en met een schone lei te beginnen.

Tweelingen 21-05/20-06

Juni zal het vermogen en verlangen brengen om nieuwe dingen te leren die je veel succes op het werk zullen brengen.

Kreeft 21-06/22-07

Tijdens deze periode zul je je zeer zelfverzekerd en aantrekkelijk voelen, wat voor anderen als een lust zal werken. Ze zullen hun ogen niet van je afhouden.

Leeuw 23-07/22-08

Juni zal je steunen in het aangedane gedrag. Je zult in situaties terecht komen die je woedend maken. Dit zal zeer sterke emoties opwekken waar je niet mee om kunt gaan.

Maagd 23-08/22-09

Dit zal een erg ongelukkige maand zijn. Je zult depressief zijn omdat je nergens komt in je leven, probeer dit van je af te zetten.

Weegschaal 23-09/22-10

Je zult je onzeker voelen deze maand, je begint aan jezelf te twifelen. Wees niet bang om een liefdevolle knuffel te vragen aan je familie of partner.

Schorpioen 23-10/22-11

Alle emotionele ervaringen zullen verdubbelen in kracht, concentreer je op dingen die je vreugde brengen.

Boogschutter 23-11/21-12

Deze maand zul je je verleden loslaten en aan een nieuwe levensfase beginnen die zich alleen richt op het huidige moment.

Steenbok 22-12/20-01

Je zult geluk hebben deze maand en je zult veel mogelijkheden hebben om jouw zielsverwant en partner te ontmoeten. Wees hierbij bedachtzaam en voorzichtig.

Waterman 21-01/19-02

Je zult je vrij voelen, eindelijk zul je je kunnen ontdoen van jouw verleden en gewoon kunnen stromen in het huidige moment.

Vissen 20-02/20-03

Deze maand zal veel veranderingen brengen in het leven van Vissen. Die veranderingen kunnen zowel ten goede als ten kwade zijn.

HVD AQUA



- Zwembaden
- Zwembijvers

BENT U OP ZOEK NAAR EEN SPECIALIST?

Voor uw eigen exclusieve ontwerp?
Iemand die met u meedenkt en
de nieuwste technieken
gebruikt?

Wij pakken het bouwkundig aan en
ontzorgen u van A tot Z. En natuurlijk
denken we mee met uw budget.

HVD POOLS

voor uw zwembaden en zwembijvers

HVD KOI

voor uw koivijvers en natuurvijvers

HVD AQUA

voor de technische ruimte,
producten en onderhoud

Wist u dat wij u ook kunnen
adviseren over natuurlijke
wateroplossingen?

+31 613836001 | info@hvdaqua.nl
WWW.HVDAQUA.NL



EEN ZWEMBAD, DE PAREL IN UW TUIN!

KOM TOT RUST IN UW EIGEN TUIN



Profiteer van hoge korting!

Vemeld de code **BRUIST
2022** bij de aanvraag van
informatie en bespaar
zo op een fantastisch
zwembad in úw tuin.





HOU VAN JE BIKINI BODY

De zomer staat alweer voor de deur. Zodra het zonnetje schijnt willen we er beter uitzien. We voelen ons verplicht om dagelijks te trainen en geen suiker of brood te eten. De focus ligt dan vaak op wat we niet mooi vinden, in plaats van wat er wel mooi is. De ander ziet bijvoorbeeld jouw prachtige platte buik, terwijl jij alleen de cellulitis op je billen ziet. Ik heb wat tips voor je om vanuit een goed gevoel over jezelf, er beter uit te gaan zien.

Start met het benoemen van drie dingen die je prachtig vindt aan jezelf. Kom daarna in beweging maar doe dit zonder oordeel. Het feit dat je begint is al goed genoeg. Je kunt starten met 15 minuten wandelen om je hoofd leeg te maken en de aanmaak van gelukshormonen te stimuleren.

Ook is gezond eten belangrijk. Mijn advies: eet je basismaaltijden gezond en kies voor fruit of een gekookt ei als tussendoortje. Eet je wel iets ongezonds? Wees lief en vergeef jezelf. Elke dag is weer een nieuwe dag.

Liefs, Fajah

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

BRUIST

Met trots kan ik jullie vertellen dat M-Tropical de eerste studio in Hilversum is die werkt met een geweldig en vernieuwend MedCos apparaat, de Body Wizard Duo. Je lichaam corrigeren door op specifiek plekken op het lichaam vet bevroren.

De cryolipolyse behandeling maakt het mogelijk om permanent vet te verwijderen.

Maak nu een afspraak!



Permanent die kilo's kwijt!

Cryolipolyse en vet bevroren



Tijdens de behandeling worden de vetcellen gekristalliseerd. Door de koeling, bevriezen de vetcellen en komen er kleine openingen in, hierdoor wordt het vloeibaar en kan het worden afgevoerd. Het verwijderen van de vetcellen gebeurt geleidelijk en op een natuurlijke manier door het lichaam zelf. Lymfevaten zorgen voor de afvoer van de dode vetcellen. Geen naalden, geen speciaal dieet, geen operatie en bovenal geen hersteltijd. Al na één behandeling raak je tot 20% onderhuids vetweefsel kwijt en gedurende de tweede en derde behandeling tot wel 30% tot 40%.

Deze techniek met afwisselende warm en koud therapie, maakt het mogelijk vet permanent te verwijderen zonder de huid, spieren, zenuwen of weefsel te beschadigen. Na de behandeling moet het lichaam de dode vetcellen opruimen. Het is belangrijk om veel water te drinken om de afvoer van dode vetcellen te stimuleren. Belangrijk om te weten het is geen methode om snel af te vallen. Gewichtsverlies en vetreductie worden vaak door elkaar gehaald. Het zijn alleen twee hele

verschillende dingen. Bij afvallen worden de vetcellen kleiner, het aantal vetcellen blijft echter gelijk. Wordt men weer zwaarder dan nemen de vetcellen weer in omvang toe. Bij cryolipolyse worden de vetcellen afgebroken en op natuurlijke manier uit het lichaam afgevoerd.

COSBEAU SLIMMING SERUM

Na de behandeling wordt een verstevigend en vet afdrijvend serum op de behandelde zone aangebracht. Het Cosbeau slimming serum is speciaal ontwikkeld voor deze unieke behandeling. Om een zo optimaal mogelijk resultaat te bereiken dient dit serum gedurende de gehele behandelcyclus ook thuis gebruikt te worden. Het serum heeft een vet afbrekende werking en kan tevens aangebracht worden op niet behandelde zones. Dus geschikt voor het gehele lichaam.



OP VAKANTIE met je huisdier?

Ga je lekker een aantal weken op vakantie of een weekendje weg? Dan is het verstandig om tijdig te bedenken wat je met je huisdieren doet. Niet alleen om teleurstellingen te voorkomen, maar ook in het belang van het welzijn.

Ga je naar het buitenland of blijf je in Nederland? Neem je de hond of kat mee of niet? En regel je dan een oppas of een pension? Vragen om van tevoren een antwoord op te hebben. Alleen dan ga je onbezorgd op reis. Om het je wat makkelijker te maken hebben wij een aantal zaken voor je op een rij gezet:

Voldoe je aan alle wettelijke eisen?

Ga je met je hond, kat of fret naar het buitenland? Informeer je dan tijdig (liefst enkele maanden van te voren) naar de specifieke invoereisen van het land. Je kunt hiervoor natuurlijk ook terecht bij ons, wij helpen je graag op weg!

Overall aan gedacht?

Of je je huisdier nu thuis laat of meeneemt met vakantie, ga goed voorbereid op reis. Wij hebben voor beide gevallen een handige checklist gemaakt op onze site.

Beschermd tegen vakantieziekten?

Zeker in warmere landen komen een aantal vervelende aandoeningen voor die door insecten kunnen worden overgebracht. Een goede preventie zorgt ervoor dat je huisdier weer gezond terugkomt. Wij kunnen je daar prima over adviseren!



Meer weten?
Scan de QR

DierenDokters Hilversum
Stationsstraat 6a, Hilversum
035-6244228
www.dierendokters.com



Dutch Hemp Store is een begrip op het gebied van hennep- en CBD-producten. We hebben het meest uitgebreide assortiment CBD-olie van hoge kwaliteit en nemen alle tijd om u advies en informatie te geven over het gebruik. Ook heeft u bij ons een ruime keuze uit henneproducten waaronder huidverzorging, superfood, tassen en accessoires.

Larenseweg 139, Hilversum
06-10103892
www.dutchhempstore.eu



foto Arjaan Hamel

Ken jij de voordelen van voeding met hennep?



Hennepzaden bevatten hoogwaardige voedingsstoffen en zijn daarom een echt superfood. Bovendien zijn ze ook nog eens lekker romig met een nootachtige smaak. De zaden worden geperst tot hennepzaadolie, rijk aan omega 3, of worden verwerkt tot proteïnepoeders en meel.

Heerlijke thee

Van de bloemen en bladeren waar de CBD olie van wordt gemaakt, die zijn uiteraard ook prima geschikt voor heerlijke thee. Een waardevolle aanvulling in iedere kruidentheekast. Steeds populairder zijn de dagelijkse lekkernijen waar cbd aan toe wordt gevoegd.



Bestel eenvoudig in onze webshop



Zoek jij naar meer innerlijke rust in deze tijd?

Heb je het gevoel de grip kwijt te raken nu de onzekerheid in de buitenwereld toeneemt? De voortdurende stroom van informatie is verwarrend waardoor het steeds lastiger wordt je eigen koers vast te houden en je eigen stem te laten horen. Maar wat is eigenlijk jouw eigen weg en waar hoor je je eigen stem?

Ik werk al 20 jaar met Astrologie als 'instrument' om je dichterbij jezelf te brengen en ik weet uit deze lange ervaring dat deze zelfkennis inzicht, zekerheid en rust geeft. Dit inzicht geef ik je door aan de hand van je geboortehoroscoop uit te leggen welke gedachten en gevoelens je in de greep van onrust houden en hoe je hierin kunt bijsturen.

Dit werkt als een routebeschrijving door het leven, laat zien waar je van je koers afgeweken bent en welke keuzes je kunt maken om op je eigen spoor terug te komen. Jouw eigen

route te volgen, jouw eigen stem en standpunten te kunnen uiten.

Deze Nieuwe Tijd vraagt niet meer om meelopers maar om zelfstandige individuen. Vanuit innerlijke rust voel je je zekerder om de juiste keuzes te maken in deze tijd.

Denk je dat dit iets voor je kan betekenen? Kijk op www.deopeningtot.nl of informeer meteen naar de mogelijkheden.



Scan de QR-code

Geraldine Pontenagel

Vermeerlaan 13N, Hilversum
035-5316379 / 06-54373416

Parmigiana di Melanzane

Dit van oorsprong Siciliaanse gerecht is echt een klassieker en in al z'n eenvoud gewoon heerlijk. Maak 'm als het kan een dag van tevoren want eigenlijk is ie de volgende dag nog lekkerder.



Ingrediënten:

- 2 aubergines, in lange plakken van 1 cm
- Bloem
- 2 eieren, geklutst
- Paneermeel
- 100 gr. Parmezaanse kaas, geraspt
- Een grote mozzarella
- Basilicum
- Oregano
- Zonnebloemolie
- Tomatensaus

Bereiding:

Haal de aubergines eerst door de bloem, dan door het ei en als laatste door het paneermeel. Verhit een goede laag zonnebloemolie in een pan tot heet. Voeg dan de gepaneerde aubergine toe in delen. Frituur totdat ze een mooi goudbruin korstje hebben. Laat uitlekken. Verwarm de oven voor op 200 graden. Schep wat tomatensaus in een ovenschaal. Verdeel hier een aantal plakken aubergine over, strooi

wat Parmezaan, oregano en scheur wat basilicum en mozzarella erover. Nu weer een schep tomatensaus, aubergine etc. En herhaal totdat alles op is. Eindig met mozzarella en wat Parmezaanse kaas. Zet 30 minuten in de oven of totdat de mozzarella gesmolten is en de saus pruttelt. Even 10 minuten laten rusten uit de oven en dan aansnijden. Lekker met stokbrood en een salade bijvoorbeeld.



Onze gezellige winkel staat boordevol perfect kookgerei, smakelijke ingrediënten en smaakvolle kookcadeaus. Net als een uitgebreid assortiment Italiaanse delicatessen, stoere borrelplanken en schitterende Portugese, Poolse en Tunesische serviezen. Uw messen of scharen bot? Lever ze bij ons in en de Hollandse Slijpservice slijpt ze vakkundig weer vlijmscherp.

BALTHAZAR

KOOKGEREI • KOOKKADO'S • KOFFIE & THEE

Balthazar Kookwinkel
Gijsbrecht van Amstelstraat 154, Hilversum
www.balthazarkookwinkel.nl
Shop 24/7: www.balthazarkookwinkel.shop



Sfeervolle ruimtes te huur

Voor presentaties, trainingen of vergaderingen tot 20 personen en voor een goed gesprek in een kleinere intiemere setting.

Zoekt u...

- Een sfeervolle locatie om een training te geven of met een grotere groep te vergaderen?
- Een ruimte voor een kleinere meeting, brainstormsessie of workshop?
- Een ruimte voor een coach sessie of een goed gesprek tot maximaal 4 personen?
- Een kamer met behandeltafel?

Dan bent u bij Gebouw De Koningin aan het juiste adres. Een fijne locatie gelegen op vijf minuten lopen van het station en centrum van Hilversum.

U bent hartelijk welkom om kennis te maken en u te laten inspireren. De deur staat open, de verse koffie en thee staan voor u klaar.

Kom langs aan de Koninginneweg 93a of neem alvast een kijkje op www.gebouwdekoningin.nl

HilFix Repaircenter

DE HOOGSTE KWALITEIT
EN SERVICE VOOR TELEFOON
EN COMPUTER / MAC
REPARATIE IN HILVERSUM



Eigenaar
Jan Daan de Wit

Zoek je een betrouwbaar adres om je telefoon (iPhone, Samsung), tablet of computer te laten repareren?

Dan ben je bij HilFix Repaircenter aan het juiste adres.



ook voor
Refurbished
iPhone en
iPad



Hilversum is een bruisende stad waar elke dag wat te beleven is. Vervelen is geen optie. Ontdek de leukste concerten, voorstellingen, evenementen en tentoonstellingen in Hilversum.

SNEL GELEERD- SLIM ONLINE

donderdag 2 juni
Bibliotheek Hilversum

De bekende onderzoeksjournaliste Maria Genova vertelt over de nieuwste trucs van hackers waar de meeste mensen in trappen. Vorig jaar werden meer dan drie miljoen Nederlanders slachtoffer van cybercrime. Hoe kun je voorkomen dat het jou overkomt? De presentatie is interactief, met veel recente voorbeelden uit de praktijk en volop gelegenheid voor vragen.

www.bibliotheekhilversum.nl

Wanneer: Donderdag 2 juni 2022 tussen 19.30 - 21.00 uur
Prijzen: € 7,50

ONTDEK DE ZON BIJ STERRENWACHT IN 'S-GRAVELAND

5 juni, 3 juli en nog 2 dagen
Sterrenwacht Gooi & Vechtstreek

Van mei tot september kun je op de eerste zondag van de maand door een telescoop



naar de zon kijken. Deze middagactiviteit voor kinderen en volwassenen vindt plaats bij Sterrenwacht Gooi en Vechtstreek achter het Bezoekerscentrum van Natuurmonumenten. Vooraf aanmelden is niet nodig; kom gewoon langs vanaf 13:00 uur tot ca. 15:30 uur.

De Sterrenwacht heeft verschillende telescopen met

speciale zonnefilters waardoor je veilig naar de zon kunt kijken. Wist jij dat er vaak zonnevlekken en soms zelfs uitbarstingen (zonnevlammen!) te zien zijn? Rond 14:00 uur wordt meestal een korte presentatie, demonstratie of zonnequiz gehouden.

www.sterrenwacht-gv.nl

Wanneer: Zondag 5 juni 2022 tussen 13.00 - 15.30 uur

AVONDVIERDAAGSE HILVERSUM

7 t/m 10 juni

Wandel 4 avonden achter elkaar 5 of 10 kilometer met je school, met je vrienden of gewoon met jezelf. Er is een nieuwe start locatie, dus ook nieuwe wandelroutes.

STARTTIJDEN:
10 km om 18.05 uur
5 km om 18.30 uur Défiléavond start om 18.30 uur Informatie bij slecht weer: 06-52462578
www.avond4daagsehilversum.nl



Wanneer: Elke dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag vanaf 7 juni 2022 t/m 10 juni 2022

BELLE EN HET BEEST, DE MUSICAL (4+)

zondag 12 juni
Theater Gooiland

Een nieuw sprookje komt tot leven in het theater: Belle en het Beest De Musical! Echte schoonheid zit diep vanbinnen; zo vertelt het bijzondere verhaal van de dertiende sprookjesvoorstelling van Van Hoorne Entertainment.

In één van de meest romantische volkssprookjes speelt Sita de rol van Belle: een slim, sprankelend meisje die verder leert kijken dan het woeste uiterlijk van het Beest. Natuurlijk komt ook in dit kleurrijke koninkrijk het altijd populaire, groene tovenaarsduo Titus & Fien tevoorschijn. Uiteraard zorgen zij weer voor een flinke dosis beestachtig goede humor voor jong én oud!

Zet het masker af, en toon je ware gezicht! Met de betoverende liedjes, prachtige meerstemmigheid, schitterende kostuums en hi-hilarische scènes is Belle en het Beest de mooiste, meeste magische voorstelling voor de hele familie!

Kom verkleed
Trek je allermooiste kostuum uit de kast, en kom verkleed naar het theater! Doe mee aan de Sprookjesverkleedwedstrijd en maak kans op een betoverend sprookjespakket. Na afloop van de voorstelling kun je met alle acteurs op de foto tijdens een uitgebreide meet & greet.
www.ntk.nl/voorstelling/belle-en-het-beest-de-musical-gooiland-theater

Wanneer: Zondag 12 juni 2022 om 13.30 uur

Spicy sticky *spareribs*

Dit is een recept waar je de hele zomer van kunt genieten. Deze spicy sticky spareribs van de barbecue zijn namelijk megalekker! Dat niet alleen, ze zijn namelijk ook, met enige voorbereiding, makkelijk te bereiden. Geniet van een heerlijke zomeravond!

2 STUKKEN - 165 MIN

INGREDIËNTEN

- 1 kg spareribs
- 4 stelen bleekselderij
- 2 wortels
- 10 kruidnagels
- 1 stokje kaneel
- 2 sinaasappels, gehalveerd
- 1 citroen, gehalveerd
- 2 laurierbladen
- 2 verse stukken gember
- zwarte peperkorrels

MARINADE

- 2 rode chilipepers, fijngehakt
- 8 eetlepels honing
- 6 teentjes knoflook, gepeld
- 4 eetlepels olijfolie
- 2 theelepels zout
- 2 theelepels peper
- 2 eetlepels citroensap
- 8 eetlepels abrikozenjam
- 4 eetlepels tomatenpuree

BEREIDING

Vul een pan met koud water en voeg alle ingrediënten (behalve de ingrediënten voor de marinade) toe inclusief de spareribs. Zorg ervoor dat het water ze net bedekt. Breng alles zachtjes aan de kook. Zet het vuur uit zodra het begint te koken (ongeveer 10-15 minuten). Houd de deksel erop en laat alles afkoelen.

Doe alle ingrediënten voor de marinade in een hersluitbare zak die groot genoeg is om ook de spareribs toe te voegen. Meng alles goed en doe vervolgens ook de spareribs in de zak. Sluit de zak en druk deze een beetje plat zodat alle marinade met de ribben is vermengd. Zet dit minimaal 2 uur in de koelkast, een hele nacht zal een nog sterkere smaak geven.

Als de ribben klaar zijn om te koken leg ze op de barbecue, ongeveer 15 minuten, afhankelijk van de dikte van de spareribs. Pak wat servetten en smullen maar!



PUZZELPAGINA



Puzzelen helpt niet alleen om je beter te voelen, maar ook om te ontspannen. Je stressniveau wordt stukken lager, omdat je hersenen in de alfa-staat gaan. Dus neem eens rustig de tijd en vul de oplossing van de twee mooie prijspuzzels in om kans te maken op geweldige prijzen.

	6			○		7	
5		8		2		1	3
		1	6	9	4		
		9	7	8	3		
	7		○				2
		4	3	2	9		
		6	5	4	2		
8		7		1		6	5
	4			○			3

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-5-2**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

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

Maak kans op deze bruisende

vaas in koraal
t.w.v. € 26,-



Pimp je interieur met deze vaas Dalyan - keramiek koraal. 30 cm hoog, diameter 15 cm. Aangeboden door Liv'in Room 121 in Antwerpen.
www.livinroom121.be



Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 juli de oplossing in op onze site: www.tgooibruist.nl

Maak kans op

Musk Extreme
parfum



Musk Extreme eau de parfum is één van de eerste geuren uit de Perris Monte Carlo Fragrance Collection en wordt ook wel geur van de verleiding genoemd. Dit parfum is warm, geraffineerd en zeer sensueel te noemen en verrijkt met o.a. muskmoleculen, bergamot, vanille, rozen en civet. Voor dames en heren.
www.perrismontecarlo.com

100 ml
t.w.v.
€145,-

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

parfum geur
zalig blij
zomer musk
heerlijk aroma

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 juli de oplossing in op onze site: www.tgooibruist.nl

MAXLUUK.COM



ORIGINAL DUTCH DESIGN SINCE 1977

BOREK

parasols | outdoor furniture



BOREK.EU

ENJOYING THE OUTDOORS

Showroom Borek | Bedrijfsweg 7 | Oisterwijk | T +31 (0)13 528 88 66 | E mail@borek.eu

YOI-FURNITURE.COM



ESSENTIALS



1. ACCA KAPPA KARITÉ BODY BUTTER €52.-
Voor de perfect verzorgde benen

2. ACCA KAPPA NATURAL
DEOSTICK €24.-
*Heerlijk verfrissende oksels zonder
onnodige toevoegingen.*



3. JEEWIN 100% MINERALE
ZONBESCHERMING SPF 50 €18.-
*Ook geschikt voor kinderen - zonder
nano-technologie en microplastics.
Koraal-safe*



4. ACCA KAPPA
SHOWERBRUSH €39.-
*Ideaal om het haar te ontwarren
na een zomers duik*



5. HECTOR SAXE TRAVEL
BACKGAMMON €370
Luxe & plezier

6. SANTI BURGAS
PRIMAL WATERS
€125.-
*Drie heerlijke
verfrissende geuren*



LABO-NOIR
YOUR LAB FOR LUXURY

Huizerweg 47A, Bussum • 085-876 98 46 • www.labo-noir.com
Openingstijden: donderdag t/m zaterdag 10.00 - 17.30 en op afspraak