

BRUIST

***Nandi van Beurden
speelt Maria***

*'Ik heb ontzettend veel
over mezelf geleerd'*

Huidverzorging

*ook onder mannen
steeds populairder*



KLINIEK HEIHOF BIEDT NATUURLIJKE SCHOOINHEID

Lachrimpeltjes, kraaienpootjes of een wenkbrauwfrons

Bij het verstrijken van de jaren ontcom je er niet aan. Wie er toch jong en fris uit wil blijven zien, kan voor een goede en betaalbare behandeling terecht bij Kliniek Heihof in Hilversum. Voor je het weet, stap je weer stralend naar buiten. "Wij staan voor natuurlijke schoonheid", benadrukt Wilma Schoutens-Buijsmann.

Breed publiek

Huidspecialist Schoutens-Buijsmann is al zeven jaar eigenaar van de kliniek. Met een klantenkring van ruim 1500 mensen spreekt zij een breed publiek aan. Het klantenbestand bestaat vooral uit dames - maar ook heren - met name in de leeftijd van 35 tot 65 jaar.

Liquid facelift

Een vertrouwd gezicht bij Kliniek Heihof is Veerander Ghotra. De cosmetisch arts werkt van 10.00 - 21.00 uur op maandag, dinsdag en donderdag en heeft veel expertise op het gebied van de liquid facelift. Dit is een betaalbare facelift met fillers die de natuurlijke opbouw van het gezicht herstelt. Wilma: "Als je ouder wordt, worden de weke delen in je gezicht

minder. De structuur slinkt en valt weg. Dokter Ghotra kan dat heel mooi terugbrengen."

Draadliften

Drs. Melissa Gomez heeft net als dr. Veerander een masteropleiding esthetische geneeskunde (ECAM) gevolgd en ook zij is zeer ervaren en bekwaam in het verrichten van cosmetische ingrepen zoals o.a. de behandelingen met botox en fillers. Ook draadliften is een van haar expertises.

Veilige middelen

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

Hele week open

Drs. Gomez werkt op woensdag tot 21.00 uur, op vrijdag tot 18.00 uur en een enkele zaterdag. Zo is Kliniek Heihof de hele week open. "Dat is erg fijn", merkt Wilma op. "Mensen kunnen op een dag of avond naar keuze komen."



Drs. Melissa



Dr. Veerander



Wilma

KLINIEK HEIHOF



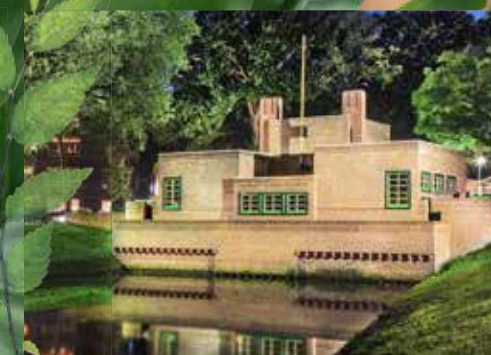
BOTOX € 79,- FILLER € 185,-

GEVESTIGD IN HET
OUDE DUDOK POMPGEMAAL
LAAPERSVELD 1, HILVERSUM
GRATIS PARKEREN
STATION SPORTPARK 1 MIN.

035 - 77 24 8 24

WWW.KLINIEKHEIHOF.NL

INFO@KLINIEKHEIHOF.NL



matrabike

AL 30 JAAR DE VOORDELIGSTE IN FIETSPLEZIER!



€2.699,-
1.799,-

Fongers Livorno Heren 522 Wh



€1.999,-
1.399,-

Fongers E-Transporter N8 522 Wh



Fongers E-Folding N3 324 Wh

€1.799,-
1.149,-



€1.999,-
1.399,-

Fongers Supreme Disc 522 Wh



€2.699,-
1.799,-

Fongers Livorno Dames 522 Wh



🌐 www.matrabike.nl

☎ 0416-342012

📍 Showroom: Gompstraat 21 Waalwijk



FONGERS

Mooie en betaalbare fietsen van het oudste fietsenmerk van Nederland sinds 1884. Verkrijgbaar bij Matrabike!



8



42



45



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Annemiek Jansen
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Astrid Berkhout
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Jan van Aalzum
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. ©2021. 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 grootste zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



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



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Je merkt het aan alles: de zomer staat weer voor de deur. De zon schijnt meer en meer en eindelijk lijkt het licht aan het eind van de tunnel in zicht te komen. Terrassen zijn weer (deels) open, winkels kunnen weer makkelijker klanten ontvangen en het zogenaamde 'normale leven' komt weer stukje bij beetje op gang. En, ligt het aan ons of worden de mensen steeds vrolijker? Hier bij Bruist is dat in ieder geval wel zo!

Bruisende lezer,

Wat ons betreft een mooi moment om uit te spreken hoe trots we zijn op al onze bruisende ondernemers. Het merendeel heeft een extreem zware tijd achter de rug. Maar in plaats van bij de pakken neer te gaan zitten, hebben zij juist doorgezet. Gezocht naar creatieve oplossingen om toch hun klanten zo goed mogelijk van dienst te kunnen zijn. Voor de ene branche ging dat natuurlijk wat makkelijker dan voor de andere. Maar allemaal bruisen ze net zo hard als voorheen. Misschien zelfs nog wel harder nu er weer steeds meer kan en mag. We zijn er nog niet, maar samen – dus ook met jullie hulp – komen we er vast wel.

Veel leesplezier,
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.



win

12



28

Inhoud

De beste huidverzorging *voor mannen*

Huidverzorging voor mannen wordt steeds populairder. Er staan steeds meer flesjes en potjes naast de vertrouwde deo en zeep op zijn deel van het plankje. En met een verzorgingstijd van twintig minuten vertoeft een man 's morgens maar vijf minuten minder in de badkamer dan een vrouw. Hoog tijd voor een aantal bruisende tips speciaal voor de echte man.

Douchen

Een goede verzorging begint al bij het douchen. Gebruik in plaats van zeep een milde, reinigende douchegel. En al kost het je misschien moeite, begin eens met een wisseldouche. Hiermee krijg je de perfecte oppepper doordat de bloedsomloop wordt gestimuleerd. Heb je weinig tijd, gebruik dan een douchegel en shampoo in één. Huid en haren worden dan gereinigd met een milde substantie. Gebruik na het douchen een lekkere bodylotion.

Scheren

Een probleemgebied bij mannen is de baardgroei; elke scheerbeurt irriteert de huid! Kies daarom voor een scheerschuim, scheergel of aftershave die bij jouw huidtype past. De huid die door het scheren geïrriteerd raakt, is niet bestand tegen agressieve producten. Gebruik daarom snel absorberende, vochtinbrengende crèmes om de huid te kalmeren en een rode, droge huid te voorkomen.

Hydrateren

Het hydrateren van het gezicht doe je natuurlijk met een crème voor mannen. Deze zorgt ervoor dat je huid voldoende vocht krijgt, zijn elasticiteit behoudt en dat huidveroudering zo lang mogelijk wordt uitgesteld. Heb je een droge huid? Neem dan ook een product dat 's nachts voor je werkt. Een nachtcrème is vetter dan een dagcrème en weet het vochtgehalte van je huid uitstekend vast te houden.

Geurtje

Niets is zo belangrijk als de juiste geur. Om ook in stresssituaties cool te blijven, helpt een anti-transpirant. Een deodorant moet altijd een neutrale geur hebben of aansluiten bij de geur van de eau de toilette. Waar echter elke vrouw op afknapt, is een geur die je kilometers vooruit snelt.

Tip: spray een eau de toilette altijd rechtstreeks op de huid, dat voorkomt vlekken op je kleding.

Wil je jouw vader of man verwennen met een huidverzorgingsproduct? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

VADERDAGTIP:
VERRAS DE
LIEFSTE PAPA
MET EEN
VERZORGEND
CADEAU



Kringloop winkelen

Zesentwintig jaar geleden opende Kringloopcentrum Eemnes de deuren. Ontstaan als pure vrijwilligersorganisatie, opgericht door een aantal milieubewuste inwoners, heeft het kringloopcentrum zich in de loop der jaren geprofessionaliseerd. Vijf jaar geleden kwam er zelfs een vestiging in Huizen, met een winkel van 1.200 m², bij. Een team van circa 130-140 mensen, waaronder 25 betaalde krachten, zet zich in om de winkels draaiende te houden.

De vrijwilligers vormen nog steeds het hart van beide kringloopcentra. “Dat zijn gepensioneerden die hier een zinvolle tijdbesteding vinden maar ook mensen met uiteenlopende achtergronden – van een ex-verslaafde tot iemand met autisme – die een leer-/werktraject bij ons volgen”, vertelt

Caroline van den Broek. “Als stichting zijn we 100% afhankelijk van de inkomsten die we krijgen uit de winkels, we ontvangen geen subsidie.”

Uitgebreid assortiment

“Het is een uitdaging om met elkaar een topwinkel neer te zetten. We hebben het geluk dat velen hun tweedehands goederen aan ons toevertrouwen dus het aanbod is enorm. Alle spullen die binnenkomen - van meubelen, snuisterijen en speelgoed tot kleding

op hoog niveau

BRUISENDE/ZAKEN

en boeken - worden netjes gesorteerd. We willen onze klanten het beste van het beste bieden dus we zijn streng: alles moet schoon en heel zijn. Wat na een maand niet verkocht is, kan nog een week voor 50% gekocht worden en gaat daarna echt de winkel uit. Daardoor is er iedere dag is er wel iets nieuws. De winkels zijn mooi en overzichtelijk, het moet een plezier zijn om hier rond te snuffelen.”

Een belevenis

“Er is ook altijd tijd voor een praatje. Het streven is er elke dag weer een belevenis van te maken voor de klanten. Mensen van alle rangen en standen komen hier binnen, op zoek naar iets bijzonders. Dat is ook de charme van een kringloopwinkel, het is steeds weer een verrassing wat je deze keer vindt!”

TIP: Beide kringloopcentra zijn zes dagen per week (ma t/m za) geopend, ook voor inbreng. Er is tevens een gratis ophaalservice.



‘WE WILLEN
MET ELKAAR
EEN TOPWINKEL
NEERZETTEN’



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



MOOI EN MAKKELIJK

Summer is coming, dus kunnen jouw oksels, benen en bikinilijn wel wat extra aandacht gebruiken. Maar sommige plekjes, zoals je intieme delen, zijn voor een scheerbeurt vaak moeilijk te bereiken. De Intuition Complete van Wilkinson is speciaal ontworpen om het scheren van die lastige plekjes een stuk gemakkelijker te maken. Het mooie design en roségouden kleurtje van de Intuition Complete maken van elke scheerbeurt een fijne beauty treatment!

www.wilkinsonsword.nl



VOOR DE GEVOELIGE MAN

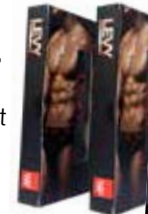
BULLDOG ondersteunt mannen bij hun dagelijkse verzorging. Deze vochtinbrengende gezichtscrème voor de gevoelige huid met groene thee, groene algen en vitamine E zorgt voor een snel herstel van je huid. Alle producten zijn vrij van kunstmatige kleurstoffen en synthetische geurstoffen en bevatten natuurlijke ingrediënten.

www.bulldogskincare.com

LEZERSACTIE

Maak kans op een echte Levy.

Eén van Nederlands grootste online content creators - Levy van Wilgen - lanceerde onlangs zijn eigen underwear label: LevyUnderwear. De collectie bestaat uit briefs en boxers in de kleuren wit, zwart en groen met veel leuke details. www.levy-store.com



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

win

Yes, de zomer komt eraan!

LEZERSACTIE

Maak kans op een baardverzorgingspakket van Bulldog.

Bulldog begrijpt mannen! Of je nu een normale, droge, gevoelige, vette of rijpe huid hebt, Bulldog is er om je te helpen er op je best uit te zien en je goed te laten voelen.



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

SPAANSE ROSÉ

Rosé by ¡Hola! komt niet uit een massaproductieketen, maar wordt met liefde gemaakt door een ondernemersstel uit Antwerpen dat meer dan tien jaar geleden vertrok naar Barcelona. Ze droomden ervan om zelf de beste organische cava ter wereld te telen, oogsten en bottelen. Tien jaar later produceren ze van cava tot brut en van witte wijn tot rosé.

www.holacava.com/nl



BRUIST Deals



Ook 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.

VERFRISSEND ANDERS

Mocht je deze zomer toe zijn aan iets anders dan een koud biertje of glas wijn, denk dan eens aan witte port. Graham's Blend N° 5 is medium droog en is de allereerste witte port die speciaal gemaakt is om te mixen met tonic. Ben je dus toe aan iets feestelijker, dan is de witte port-tonic (portonic) de ideale zomercocktail! www.wijnkring.nl



Waar u van droomt



...maken wij!

**RMR Interieurbouw maakt mogelijk
waar u van droomt.**

Wij laten onze klanten graag over hun dromen vertellen. Over hun interieur, 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

RMR[®]
interieurbouw



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

De pedicure bij u thuis!

Pedicure
Medisch pedicure
Sport pedicure

Aangesloten bij

ProVOET



Jannie Veltman

PEDICURE JANNIE

06-46377059

pedicurejannie@gmail.com

We gaan weer naar buiten!

Hierbij wat tips van uw Medisch Pedicure Jannie. Gebruik bij wandelingen en sporten de producten van Wandelwol. Deze zijn bij mij te verkrijgen en/of te bestellen.



- Wandelhout ter voorkoming van dikke handen.

- Wandelolie voor de verzorging van uw voeten.



- Tekenkaart, voor als u door een teek gebeten wordt.



- Op deze manier kun je de wol gebruiken.

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

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

Rimpels zijn de landkaart van je leven.

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.

Het ronde raampje in de wasmachine is er voor de veiligheid: voor als per ongeluk je kat erin is gesprongen.

Mensen die al op hun 20ste beginnen met een goede **dagcrème** zien er jaren later aanmerkelijk jonger uit dan mensen die nooit smeren.

Een **juni-kind** is **nieuwsgierig** en ontmoet graag nieuwe kinderen. Je zult dan ook veel vriendjes over de vloer krijgen.

In Scandinavische landen wordt op 24 juni het **Midzomerfeest** gevierd.



Varen in Gooi & Vecht

De lente is losgebarsten en het vaarseizoen is officieel begonnen. En waar kun je beter op en langs het water genieten dan in Gooi & Vecht? Ga voor sportief in het uitgestrekte Plassengebied, kies het ruime sop van het Gooimeer, of ga voor een tocht vol historie en schoonheid op de rivier de Vecht.

Ga je op pad in Gooi & Vecht? Deel je ervaring! #visitgooivecht

[visitgooivecht.nl](https://www.visitgooivecht.nl)



*Door corona kan het zijn dat de informatie in dit artikel na publicatie niet volledig up to date is. De regelgeving van het RIVM is te allen tijde leidend.



Sloepennetwerk Gooi & Vecht

Zorgeloos sloepvaren in Gooi & Vecht doe je met de knooppunten van het Sloepennetwerk. Plan zelf de mooiste routes aan de hand van de genummerde knooppuntborden en informatiepanelen langs het water, of laat je inspireren door onze routetips!

OP & LANGS HET WATER Routetip 1 | Sloepenroute Vecht & Loosdrechtse Plassen (21km)

Ervaar de schoonheid en veelzijdigheid van de Vecht en het Loosdrechts Plassengebied. Vaar langs historische buitenplaatsen en kastelen, pittoreske dorpjes Loenen a/d Vecht en Breukelen en tal van mooie zwemplekken.

Startpunt: Oud-Loosdrechtsedijk, Loosdrecht, of bij een bootverhuurder langs de route
Knooppunten: [75](#) [74](#) [36](#) [07](#) [24](#) [05](#) [04](#) [02](#) [01](#) [37](#) [74](#) [75](#)

OP & LANGS HET WATER

Routetip 2 | Sloepenroute Vecht Zuid naar Noord (38km)

Volg de kronkelende Vecht van Oud Zuilen in het Zuiden naar vestingstad Muiden in het Noorden. Onderweg vaar je door natuurgebieden en vergezichten gevuld met molens, historische boerderijen en oevers vol eeuwenoude buitenplaatsen, forten en kastelen.

Startpunt: TOP Slot Zuilen, Oud Zuilen, of bij een bootverhuurder langs de route
Knooppunten: [33](#) [03](#) [04](#) [05](#) [24](#) [08](#) [46](#) [51](#) [49](#) [52](#)



Kijk voor de uitgebreide routebeschrijvingen op [routesingooivecht.nl](https://www.routesingooivecht.nl)

Meer vaarinformatie en inspiratie? Bestel de Waterkaart Gooi & Vecht (€2,50) via [webshopvisitgooivecht.nl](https://www.webshopvisitgooivecht.nl).

Fotografie:
Martin van Lokven

Comfortabel en perfect voor de dag komen



Bij De Ambassade - Gelegenhedskleding vindt u de juiste outfit om perfect voor de dag te komen. In vrijwel alle maten vindt u wat leuks, want de kleding in de winkel gaat t/m maat 52 voor dames en voor heren t/m maat 64.



Joseph Ribkoff



Havenstraat 162, Bussum | 035-5337239 | www.ambassade-gelegenhedskleding.nl



SPORTHART
'T GOOI
BUITENGEWOON BEWEGEN

- Bootcamp
- Trailrunning
- Hardlopen
- CrossFit
- Boksen
- Sportief Wandelen
- blackRoll
- Yoga

www.sporthartgooi.nl

info@sporthartgooi.nl | 06-15383576

Je lichaam shapen door vetcellen te verwijderen

Met trots kan ik jullie vertellen dat M-Tropical de eerste studio in Hilversum is die werkt met dit geweldige revolutionaire MedCos apparaat. Vet bevroren met de Body-Wizard duo. Cryolipolyse maakt het mogelijk om pijnloos permanent vet te verwijderen.

Tijdens de behandeling wordt het vet plaatselijk bevroren, wat vervolgens op een natuurlijke manier uit het lichaam wordt afgevoerd. Geen naalden, geen speciaal dieet, geen operatie en bovenal geen hersteltijd. Deze techniek met afwisselende koude en warmtetherapie, maakt het mogelijk vet permanent te verwijderen zonder weefsel te beschadigen.

Belangrijk om te weten: het is zeker 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.

Het gaat echt om het shapen van je lichaam door vet te verwijderen op bepaalde plekken. Maar dan wel op een natuurlijke manier. Je lichaam doet namelijk echt zelf het werk.

Stuur een e-mail om een afspraak te maken voor een GRATIS intakegesprek!

INTRODUCTIE
PRIJS
1 plaatsing
nu € 98,-
i.p.v. € 175,-



Welkom bij M-Tropical,
een professionele
huidverzorgingsstudio
waar kwaliteit, persoonlijke
aandacht en servicegerichtheid
vanzelfsprekend zijn.

M-TROPICAL
Waxing & Skincare Studio

Mozartlaan 27
06-39033616
info@m-tropical.nl
www.m-tropical.nl

DAGJE UIT HOLLAND FESTIVAL



Van 3 tot en met 27 juni vindt in en om Amsterdam de 74e editie van het Holland Festival plaats. Al sinds 1947 het nummer één festival voor podiumkunsten in Nederland dat podiumkunsten, theater, muziektheater, dans, opera, visuele kunst, literatuur en architectuur met elkaar combineert. De programmering is zo opgezet dat alle producties ook met kleine publieksaantallen kunnen plaatsvinden, rekening houdend met de coronamaatregelen van alle deelnemende locaties zoals die tijdens het festival zullen gelden. In totaal presenteert het Holland Festival 39 producties verdeeld over 25 dagen, waaronder tien wereldpremières en twaalf Nederlandse première. **Kijk voor meer informatie op www.hollandfestival.nl.**

FILMPJE KIJKEN BLACKBIRD

Lily (Susan Sarandon) is terminaal ziek. Na al haar opties goed te hebben overwogen, besluit zij dat ze haar leven wil beëindigen, met steun van haar echtgenoot Paul (Sam Neill). Ze vraagt haar geliefde familie om nog een keer met zijn allen bij elkaar te komen voor haar afscheid. Maar al snel komt een onopgelost conflict tussen haar twee dochters Jennifer (Kate Winslet) en Anna (Mia Wasikowska) bovendien... Het perfecte spel van de sublieme cast maakt van Blackbird een tot nadenken stemmend familiedrama over het leven gedurende momenten van afscheid en verlies. **BLACKBIRD is vanaf 10 juni te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN KONINKRIJK



Roy heeft het Noorse bergdorp waar hij opgroeide nooit verlaten, in tegenstelling tot zijn jongere broer Carl die hij altijd probeerde te beschermen tegen hun bikkelharde vader. Net als iedereen in het dorp dacht Roy dat zijn broer voorgoed was vertrokken naar Amerika. Tot Carl terugkeert, met een mysterieuze vrouw en het plan om een luxehotel bij het dorp te bouwen. Oude rivaliteiten steken de kop op en het dorp komt onder hoogspanning te staan, waarbij de broers het mikpunt worden van allerlei verdachtmakingen. Terwijl ze zich met hand en tand tegen de dorpingen moeten verdedigen, wordt Roy ook nog eens verliefd op Carls vrouw... **KONINKRIJK van Jo Nesbø is vanaf 1 juni verkrijgbaar.**

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 richting 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 voetproblemen 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 vrouwen maar ook zeker voor mannen 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

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 | www.facebook.com/Lijfitaal



BOEK ONLINE
OF BEL
06 - 12129710



Empowerment

Praten bij een therapeut over ingrijpende gebeurtenissen in je leven kan zo'n effect hebben, dat een cliënt bij mij het omschreef als 'bijna een wonder'.

Luisteren en praten in vertrouwen, een beetje sturing krijgen en ervaren dat er meegevoeld en meegedacht wordt. Het is als op avontuur gaan, met 'empowerment' tot gevolg.

Ben je benieuwd of ik iets voor jou kan betekenen?
Neem dan een kijkje op www.begeleiding.nu of maak een afspraak voor een kennismakingsgesprek.



Florien Linck



Praktijk voor Psychosociale Therapie Florien Linck
Roemer Visscherlaan 1, Bussum | 06-33241168 | www.begeleiding.nu

THEATER.NL EN BRUIST

SLAAN DE HANDEN INEEN!

Voor jouw complete theateruitje

Bruist vermeldt elke maand de leukste evenementen uit jouw regio in het glossy magazine. Reden genoeg om vanaf nu samen te werken met Theater.nl, het grootste theaterplatform van Nederland. We zijn bovendien óók actief in België! Zo blijf je perfect op de hoogte van het brede cultuuraanbod en maak je als echte theaterliefhebber kans op mooie prijzen!

Wil jij kans maken op mooie prijzen?
Registreer je dan via theater.nl/bruist en wie weet ben jij één van de gelukkigen!

COMPLEET THEATERUITJE

Theater.nl houdt je dagelijks op de hoogte van het laatste theaternieuws, recensies en natuurlijk de mooiste theatervoorstellingen die je direct kunt reserveren via de website. Daarnaast kun je bij ons terecht voor een compleet theateruitje. Wat denk je van een etentje vooraf of achteraf? Maak gemakkelijk via onze website een keuze uit de beste restaurants in de buurt van het theater, of boek zelfs een overnachting in de stad. Dankzij Theater.nl ligt een compleet dagje uit binnen handbereik!

MAAK KANS OP MOOIE PRIJZEN

Geniet elke maand in Bruist van een exclusief interview van Theater.nl met een bekende Nederlander of Vlaming. **Maar dat is nog niet alles: maandelijks geven we prachtige prijzen weg zoals voorstellingstickets of twee weken gratis streamen, want voor het bekijken van een theatervoorstelling hoef je tegenwoordig de deur niet meer uit.**

 **Theater.nl**
DE WERELD VAN THEATER

Nandi van Beurden is Maria in *The Sound of Music*: ‘Ik kan niet wachten!’

Na een zenuwslopende zoektocht won Nandi van Beurden *Op zoek naar Maria*. Daarmee gaat er voor de actrice een droom in vervulling: Maria spelen in de musical *The Sound of Music*.

‘IK GA VAN
HET MOMENT
GENIETEN’

“Ik mag weer repeteren, ik mag weer iets maken. Ik kan gewoon niet wachten het theater in te gaan”, verzucht Nandi. Tijdens de televisiezoektocht mocht ze alweer even proeven van het artiestenbestaan, maar dat voelde toch anders. “Ik mocht wel gewoon zingen, dansen en acteren in dat theater, maar er zat natuurlijk geen publiek. Er zat een jury en er stond een camera op je toeter. Dat is iets heel bizars.”

‘Ik ben ook gewoon ‘gewoon’

Tijdens corona heeft Nandi haar tijd goed besteed. “Ik heb voor de klas gestaan! Ik hoorde dat er een tekort was aan leraren in de noodopvang, dus voor die kinderen ben ik juf geweest.” Deze nieuwe ervaring neemt de actrice zeker mee naar *The Sound of Music*. “Ik heb ontzettend veel over mezelf en over werken met kinderen geleerd. Ik heb met de kinderregisseuse afgesproken dat ik bij de repetities kom

kijken als de kinderen aan het studeren zijn. Zo zien ze dat ik ook gewoon ‘gewoon’ ben en dat ze bij wijze van spreken ook aan mij kunnen vragen als ze naar de wc willen.”

Genieten van het moment

En heeft Nandi al een nieuwe droom klaarstaan? De actrice lacht: “Jeetje, nee. Ik moet mezelf wel even de kans gunnen om deze droom ten volle te beleven. Natuurlijk ben je in dit vak altijd bezig met ‘wat komt er hierna’, maar ik heb juist door deze tijd geleerd dat je van het moment moet genieten. Dat ga ik nu ook zeker doen.”

The Sound of Music is vanaf 16 juni te zien in het AFAS Circustheater Scheveningen. Vanaf augustus trekt de musical door het land. Meer informatie: www.soundofmusic.nl.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. Ga naar theater.nl/buurst



TUINTREND

WAALWIJK

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



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

 @tuintrendwaalwijk
 @tuintrendwaalwijk
www.tuintrend.nl
+31733032999
sales@tuintrend.nl

Guiño

OUTDOOR FURNITURE
BEACH
7



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

Afspraken via
www.dokterandre.nl
of telefonisch
035 8200426

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 wordt. De huid wordt weer mooier en strakker.

Behandeling

Bij de eerste behandeling wordt er op tien 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.





Voor *vader*

Of het nu Vaderdag is of niet, je man, vriend, vader of partner mag best af en toe in het zonnetje worden gezet. Daar wordt niet alleen hij, maar ook jij blij van!

1. Jaipur van Ignacio Figueras, € 271,- www.douglas.nl
 2. Plein Super Freshness van Philipp Plein, vanaf € 69,- www.iciparisxl.nl
 3. Solid Shower Bar Fresh to the Max van Skoon Cosmetics, € 7,95 www.skooncosmetics.com
 4. Facial Pure van Abysk Pure, € 29,95 www.abysk.nl
 5. HappySoaps Shaving Bar Kokos € 8,95 www.thehappysoaps.com
 6. Shaper van de Hema, € 2,10 www.hema.nl 7. Deodorant Rebel Care Zensai Power, € 7,99 www.loveli.care

8. After Shave Balsem van Eau Thermale Avène, € 16,50 www.eauthermaleavene.nl
 9. The Most Wanted Eau de Parfum Intense van Azarro, vanaf € 84,- www.iciparisxl.nl
 10. 3 In 1 Face Cream van The Grey Skincare, € 79,- www.skins.nl
 11. Invictus Victory Eau de Parfum Extrême van Paco Rabanne, vanaf € 80,65 www.douglas.nl
 12. L'Homme Idéal Eau de Toilette van Guerlain, vanaf € 70,- www.guerlain.nl
 13. Benamor Gordissimo fat body cream, € 19,- www.babassu.nl

VADERDAG CADEAUTIP

ACCA KAPPA

+ gratis 15ml Eau de Parfum*



*bij aankoop van een ACCA KAPPA parfum 100 ml naar keuze

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 uur en op afspraak

Bij veel verzekeraars zijn er nog oude polissen voor uitvaartverzekeringen en levensverzekeringen die nooit geïnd zijn.

Heeft u nog oude *uitvaart-*polissen?

Vroeger werd vaak bij de geboorte al een uitvaartverzekering afgesloten en dan kwam wekelijks de verzekeringsagent aan de deur om de premiegelden van enkele centen te innen. Dit waren nog papieren, handgeschreven polissen die mensen dan goed moesten bewaren.

Veel van deze polisbrieven zijn zoekgeraakt of verloren gegaan bij bijvoorbeeld een verhuizing. De verzekeraars van toen zijn inmiddels ook meerdere keren overgegaan in andere verzekeraar. Van veel polissen is dus niet meer bekend dat ze er zijn of bij welke verzekeraar ze zijn ondergebracht.

Dit maakt dat een aanzienlijke hoeveelheid polissen niet uitgekeerd worden omdat er geen uitkeringsverzoek gedaan wordt.

Om u te helpen is er inmiddels door het Verbond van Verzekeraars een zoekservice in het leven geroepen. Dit is zowel in te schakelen door uzelf alsook door nabestaanden van overledenen.

Dus heeft u het vermoeden dat er nog ergens een polis is van uzelf of van een dierbare die is overleden? Kijk dan op de website van het Verbond van Verzekeraars, wellicht kunnen zij u helpen.

zoekservice.vanatotzekerheid.nl



Vos Uitvaart

Valance Vos | 06-39550463 | vvos@vosuitvaart.nl | www.vosuitvaart.nl

Al een tijdje single en ben je het zat om langer alleen te zijn?
 Wil het maar niet lukken via datingapps? Geef je dan nu op als
 Bruisende Vrijgezel en wie weet vind je wel de liefde van je leven!
 Wij gunnen iedereen de liefde, daarom helpen wij graag een handje
 door samen met jou op zoek te gaan naar een match!

Word jij onze
***nieuwe bruisende
 vrijgezel?***

Meld je dan nu aan!



Durf jij net als deze vrijgezellen de stoute schoenen aan te trekken?

Mail dan naar contact@nederlandbruist.nl en je komt geheel kosteloos in de rubriek
 Bruisende Vrijgezel in onze magazines. Een kleine stap in de zoektocht naar jouw grote liefde!

BIKINI READY

De zomer staat voor de deur, dus de bikinistress komt er
 weer aan. In onze MKBMshop zien we een patroon in
 aankopen rond de zomermaanden. Slimming Powder
 en Cellulite Cups zijn dan onze hardlopers.

Hieruit maak ik op dat de meeste mensen acht maanden per jaar
 alles verwaarlozen en vier weken voor de zomer ineens alles uit de
 kast trekken om binnen een maand bikiniproof te zijn. Dit is een
 manier, maar als je het mij vraagt niet de juiste manier. Als je heel
 snel resultaat wenst, vervel je na het behalen van dit resultaat
 ook heel snel weer in oude patronen. Het heeft tijd nodig
 om ergens een lifestyle van te maken.

Als je kleine stapjes zet richting je doel doe je er langer over, maar
 is de kans dat je resultaat blijft veel groter. Vlak voor de zomer kun
 je altijd nog wat extra's doen, maar dan hoeft je niet vanaf nul te
 beginnen. Mijn advies: sport het hele jaar en eet het hele jaar
 gezond, gevarieerd en niet boven je caloriebehoefte.

Check gratis workout video's op
www.mykillerbodymotivation.com



MKBM
 MYKILLERBODYMOTIVATION

NEEM OOK EENS EEN KIJKJE OP WWW.MKBMSHOP.COM



juwelier
CHARM
goudsmederij



De goudsmid en diamantzetter met ruim 35 jaar ervaring in eigen atelier sinds 1982



Voor alle
superpapa's



voor
PAPAA

Tot 30% 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, 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 horloge-batterij voor € 5,-

LOOKING/GOOD

Een mooie en verzorgde baard

We kunnen er niet omheen: steeds meer mannen laten hun baard groeien. Het is stoer en super mannelijk, maar het laten groeien van een succesvolle baard vereist wel het een en ander aan verzorging.



Om je baard te laten groeien moet je doen wat je altijd doet... behalve scheren dus! Na verloop van een aantal dagen zul je last krijgen van jeuk. En niet zomaar jeuk, maar echt jeuk. Aan deze jeuk is niet veel te doen. Blijf de huid onder de baard goed verzorgen, misschien nog wel beter dan zonder baard. Smeer altijd - maar zeker wanneer je een baard net laat groeien - je huid en baard in met een goede baardolie. Door de baardolie wordt de huid onder de baard goed verzorgd en zal je echt minder last hebben van jeuk. De snelheid waarmee je baard groeit en hoe vol deze wordt, zijn erfelijk bepaald.

Wie dacht het makkelijk te krijgen doordat je je niet hoeft te scheren, komt bedrogen uit. Een baard vraagt om verzorging. Samen met je barbier kun je een stappenplan maken voor hoe je de baard gaat aanpakken en welk model baard jou het beste staat. Het is belangrijk dat je goed let op de vorm van je gezicht en de haargroei. Wil je je baard zelf bijhouden of onderhouden, koop dan goede spullen. Belangrijk is dus een goede baardolie, maar ook een scherpe schaar en/of tondeuse om je baard mee te trimmen mag niet ontbreken. Verder heb je een baardshampoo of eventueel conditioner nodig om je baard mee te wassen. Dit houdt de haren zachter dan gewone shampoo.

Lukt het je niet om zelf je baard goed bij te houden? Kijk dan op www.nederlandbruist.nl voor een barbershop in jouw regio.

HOTEL GARBI OPENT WEER OP 17 JUNI



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

BOEK
VOOR 17 JUNI
EN ONTVANG
10% KORTING EN
GENIET VAN
15% KORTING OP
BOEKINGEN VOOR
VOLGEND JAAR!

JE ZOMER BEGINT HIER...

We hebben keihard gewerkt om ons hotel beter dan ooit te maken! Van onlangs gerenoveerde hotelkamers tot een scala aan nieuwe activiteiten om van te genieten, deze zomer draait alles om het achterlaten van alle stress en het ervaren van de meest ontspannende zomer ooit, waar wij voor alles zorgen...

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een design viersterrenhotel aan het strand van Playa d'en Bossa, in het zuiden van het eiland, op slechts vier km van de stad Ibiza. Het heeft een breed scala aan vrijetijds- en ontspanningsmogelijkheden in de faciliteiten. Een spa-circuit met een Turks bad, een stoombad, een jacuzzi en, voor degenen die op zoek zijn naar ontspanning, een massageservice. Alle gasten hebben gratis toegang tot de spa. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**



Gratis yoga- en zumbalessen aan het strand - Gratis parkeren - Gratis wifi
Geldteruggarantie - Exclusieve capaciteit

UW CREMATIE DUURZAAM IN VERTROUWDE HANDEN

Cremaere

Damsluisweg 29 Almere
www.cremaere.nl

Cremeren
€ 445,-

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!

Bel ons
036 737 04 32

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



Grietje & Hans de Kluijver

Zomerse Dahl

Mijn favoriete kookboek van dit moment is **De Snelle Bakplaat**. **Makkelijk, snel en gezond en altijd met een verrassend lekker resultaat. Dit vegetarische gerecht voldoet aan al je verwachtingen.**

Voor 4 personen:

- 400 gr kerstomaatjes
- 140 gr rode linzen
- 500 ml kokend water
- 1 el nigellazaad (zwarte komijn)
- 1 tl zeezout
- 1 ui fijngesneden
- 2 tl gemalen komijn
- 1 tl gemalen koriander
- 1 el olijfolie
- sap van een citroen
- 1 bosje koriander fijngesneden
- platbrood of rijst

Bereiding:

Verwarm de oven voor op 200 graden. Gebruik een braadslede, gietijzeren pan of ovenschaal en leg hierin de tomaatjes. Voeg hier nu de linzen, het nigellazaad, zout en het water aan toe en roer doorelkaar. Maak nu een glad sausje van de ui, koriander, komijn en olie en verdeel dit over het linzen-tomaatmengsel. Dek af met een deksel of aluminiumfolie dat je strak om de schaal spanen in de oven en roer het mengsel dat dik is geworden, goed door. Voeg citroensap en peterselie toe en proef op smaak. Dien op met platbrood of rijst.



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 164 in Hilversum 035-7725166

Bel ons voor een winkelaafspraak: 035 77 251 66.

Kijk voor meer info op onze website: www.balthazarkookwinkel.nl

Shop 24/7 op www.balthazarkookwinkel.shop en

www.degijsbrechtwinkelen.nl

Ontvang *kaarten* uit de hele wereld

GEZELLIG, WEER
REGELMATIG
MOOIE KAARTEN
OP DE MAT

Keek je er ook altijd zo naar uit? Naar die mooie ansichtkaarten in de brievenbus als het zomer was. Met exotische postzegels, poëtische omschrijvingen van pittoreske dorpjes of gewoon een 'Dikke zoen uit La douce France'. Met een getekend thermometertje waarop te lezen was dat het daar toch echt minstens tien graden warmer was dan in Nederland.

Nu we elkaar gemakkelijk een sms of appje kunnen sturen, ontvangen we heel wat minder post. Toch is het kaarten schrijven niet helemaal verdwenen. Er zijn nog liefhebbers en die hebben zich verenigd op de website www.postcrossing.com. Iedereen kan zich hier inschrijven en als je geregistreerd bent, kun je kaarten versturen aan alle andere leden en het leuke is... je ontvangt er ook een heleboel terug vanuit de hele wereld!

1. Maak een account aan op www.postcrossing.com. Klik op Sign up en vul het formulier in.

2. Log in met je zojuist aangemaakte gebruikersnaam en wachtwoord. Klik op 'Send a postcard' (niet te verwarren met 'Sent postcards', dat is het overzicht van de kaarten die je zelf hebt verzonden, hier is nu nog niets te vinden). Lees door wat op deze pagina staat en klik op 'Request address'. Je ontvangt nu een willekeurig adres en een unieke code van iemand op de wereld die ook lid is van Postcrossing.

3. Schrijf nu een echte kaart. Als je wilt kun je eerst op het profiel van de persoon kijken. Daar kun je meer lezen over die persoon en misschien zelfs ontdekken wat voor soort kaarten deze persoon graag zou willen ontvangen. Het kan leuk zijn om kaarten te sturen van de stad waar je woont. Een bijzondere Nederlandse postzegel maakt jouw kaart helemaal af. Schrijf in het Engels of in een voor dat land toepasselijke taal. Lukt dat niet, dan kun je altijd nog iets leuks tekenen of een kort zinnetje op internet vertalen via Google Translate.

4. Schrijf de unieke code die je bij het adres hebt ontvangen op de kaart. Degene die jouw kaart ontvangt, gebruikt deze code namelijk om op de website aan te geven dat jouw kaart is aangekomen.

5. Verstuur de kaart! Nu doe je echt mee en wordt ook jouw adres aan andere leden verstrekt. Je kunt nu kaarten vanuit de hele wereld ontvangen. Hoe meer kaarten je stuurt, hoe meer kaarten je op de mat zult krijgen.

Kaart ontvangen? Vergeet dan niet om op de website bij 'Register a postcard' de code op jouw kaart te registreren. De persoon die hem heeft gestuurd weet zo dat jij de kaart ontvangen hebt.

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.



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

Ukkepek Spa & Wellness | Hilvertsweg 139, Hilversum | 06-53170151 | info@ukkepekspa.nl | www.ukkepekspa.nl

Summer!



Pitti Donna

Gijsbrecht van Amstelstraat 142 Hilversum 035 - 6284675. [f pittidonnahilversum](https://www.facebook.com/pittidonnahilversum) of www.pittidonna.nl

COLUMN/MICHAEL PILARCZYK

Momentje voor jezelf

'Wat vind jij ervan? Aan welke kant sta jij? Wat denk jij dat er gaat gebeuren?' En hoe ik omga met wat iedereen vindt en roept. Dit soort vragen ontvang ik dagelijks.

Het is overduidelijk dat er verdeeldheid is in de maatschappij. De wereld is in de war, er heerst chaos en onrust. En de grote vraag is: wat gaat er de komende jaren gebeuren? Ondanks dat we het niet allemaal met elkaar eens zijn en mogelijk anders kijken naar de situatie in de wereld, kunnen we nog steeds naar elkaar luisteren en naast elkaar leven zonder direct in conflict te gaan.

Mag ik een advies geven? Je hebt geen toestemming van anderen nodig om je blij en gelukkig te voelen. Leef met compassie, begrip en respect, maar zonder dat je heldere geest wordt volgekliederd door het lawaai en de rommel van anderen.

Ik heb van niemand toestemming nodig om mijn mooiste leven te leven. Dat bepaal ik zelf wel en als jou dat niet bevalt, heb ik daar geen last van. Je mag van alles vinden, maar vind eerst rust en vrede in jezelf. Doe dat door tweemaal per dag een momentje voor jezelf te nemen.

Hasta la proxima,

Michael Pilarczyk

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

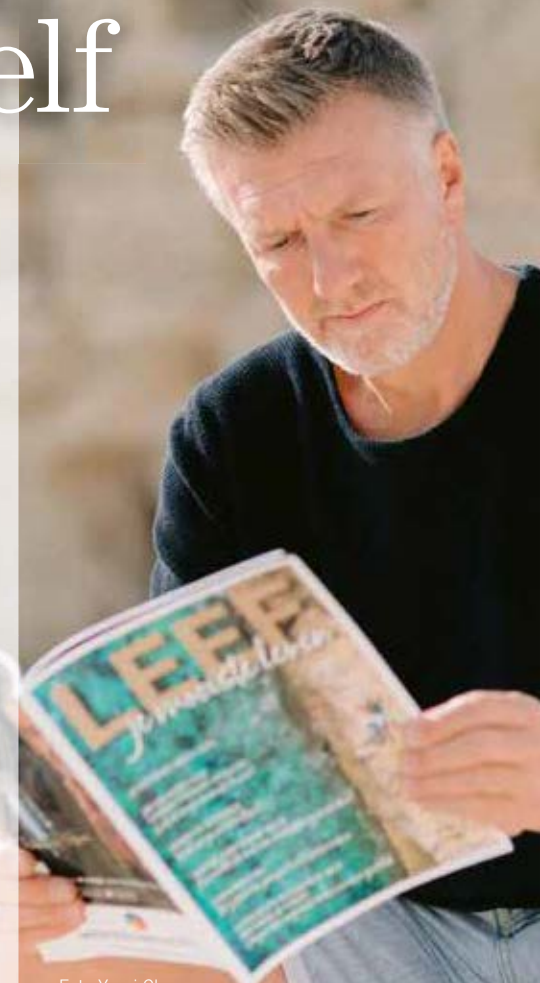


Foto Youri Claessens

Ruim **5.000 m²**
keuze, beleving
en aandacht



Slag maximaal op www.maxaro.nl óf in één van onze megashowrooms
aan de **Hertogswetering 175 te Utrecht** of aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal**.



**Bezoek onze megashowroom
in Utrecht of shop op maxaro.nl**

Bekijk de actuele openingstijden en
bereikbaarheid op onze website.

MAAK JE OP VOOR DE ZOMER

Brinkers
Mode & lingeerie

Dammerweg 1, Nederhorst Den Berg | 0294 251 274 | www.brinkersmode.nl

BRUIST

Wat de vraag ook is...
het antwoord
is altijd
chocolade

#HOUDVOL



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



Wilt u graag een eerste stap online zetten?

Met het gratis, laagdrempelige lesprogramma Welkom Online gaat er een wereld voor u open.

Meld u gratis aan via 088 344 2000 of
ga naar ouderenfonds.nl/welkom-online

Ken jij de gezondheidsvoordelen van hennepproducten al?

Het is onze missie om hennep te promoten en bewustwording te creëren. We hebben een grote verscheidenheid en diversiteit aan hennepproducten te bieden. We houden ervan om onze klanten te zien genieten van alle gezondheidsvoordelen en comfort die hennep te bieden heeft in voeding, supplementen, cosmetica, kleding en nog veel meer. In onze knusse winkel laten we iedereen graag persoonlijk kennis maken met de mooie hennep en CBD producten en geven we graag persoonlijk advies op maat.



PRODUCT VAN DE MAAND!

Boek "Gezond met CBD"
Het meest complete Nederlandse naslagwerk. Dit is hét boek dat antwoord biedt op alle vragen over cannabidiol.



DUTCH HEMP STORE
Est. 2013

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 hennepproducten waaronder huidverzorging, superfood, tassen en accessoires.

Ons verkooppunt op 'De Kwekerij' is weer geopend.

Stationsplein 27, Hilversum
06-10103892
www.dutchhempstore.eu



foto Arjaan Hamel



**Bestel
eenvoudig
in onze
webshop**

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

Juni, tijd om te schitteren



Tweelingen

Eindelijk kun
je het nu
rustig aan
gaan doen.

Ram 21-03/20-04

Je zal overlopen van verbeelding. Je huis decoreren of werken aan een project samen met je kinderen, kan helpen de relatie met hen te bevorderen.

Stier 21-04/20-05

Altijd al gefascineerd geweest door schilderen? Tijd om een les te gaan volgen om het zelf eens te proberen.

Tweelingen 21-05/20-06

Voelde het de laatste tijd alsof je op een emotionele schommel zat? Eindelijk kun je het nu rustig aan gaan doen.

Kreeft 21-06/22-07

Je zult het geweldig doen, dat is wellicht de reden dat je jaloerse mensen tegenkomt. Je moet sterk blijven en je niet door zulke mensen overstuur laten maken.

Leeuw 23-07/22-08

Juni staat er goed voor jou bij. Je zult succesvol zijn in nieuwe relaties. Je zult een echte vriend of zielsverwant vinden.

Maagd 23-08/22-09

Het is tijd om op eigen benen te staan. Je hebt een goede verstandhouding met je familie, maar het lijkt erop dat ze je de laatste tijd wat tegenhouden.

Weegschaal 23-09/22-10

Je bent slim en capabel, wees niet bang om het te laten zien. Je werkgever zal het op prijs stellen, dus besteed geen aandacht aan afgunstige collega's.

Schorpioen 23-10/22-11

Je hebt veel energie, probeer iets met sport voor je lichaam te doen. Je zult zien dat je je beter gaat voelen.

Boogschutter 23-11/21-12

Het is de hoogste tijd om met een slechte gewoonte te stoppen. De sterren staan momenteel goed voor jou.

Steenbok 22-12/20-01

Misschien heb je het gevoel dat je veel energie hebt. Maar dat is geen reden om volledig uitgeput te raken. Spaar een beetje voor de volgende dag.

Waterman 21-01/19-02

Je kunt een beloning of lof tegemoet zien. Er is een kans dat je baas in een goede stemming is.

Vissen 20-02/20-03

Probeer iets nieuws, exotisch en vreemds. Je zult ervaringen opdoen waar je over kunt praten en in het centrum van de belangstelling staan.

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!*



Draag *de juiste outfit* naar je werk

Volgens de trends in de modewereld mag en kan deze zomer alles en is er voor elk wat wils. Ondanks het grote aanbod stoort bijna de helft van de werknemers zich in de zomer aan 'ongepaste' kleding op de werkvloer. Daarom een aantal tips voor een update van je werk garderobe.

Kleding is er in alle soorten en maten. Voor de één is het een functioneel iets, voor de ander is het een manier om zich aan de buitenwereld te presenteren. Kleding zegt niet alleen iets over jou als persoon, maar draagt ook bij aan je professionaliteit en de manier waarop je op andere mensen overkomt. Zeker op je werk kan een goede outfit doorslaggevend zijn voor het succes dat je behaalt. Maar welk niveau is het meest geschikt voor jouw werkomgeving? De vuistregel is: hoe meer je omgaat met geld van een klant, hoe traditioneler en conservatiever je gekleed moet gaan. Maar wat doe je als het kwik op zomerse dagen boven de dertig graden stijgt?

Wat je draagt ben je zelf

Zodra de zomer zijn intrede doet, wordt het straatbeeld gevuld met slippers, korte broeken, minirokjes, spaghettiibandjes en luchtige jurkjes. Leuk voor een weekendje weg of een terrasje in de stad, maar zeker niet geschikt voor een dag op kantoor. Om irritaties en gênante outfits op de werkvloer te voorkomen hebben wij een paar belangrijke regels voor je op een rijtje gezet onder de kopjes to wear or not to wear.

To wear - vrouw

- een open schoentje, mits je voeten het toelaten
- jurkje en rokje tot net boven de knie
- blouse met een korte mouw
- shirtje dat niet doorschijnt
- lange (linnen) broek
- colbert (katoen of linnen)

Not to wear - vrouw

- slippers
- hemdje
- hoedje of pet
- shirtje met een diep decolleté
- zomers (strand)jurkje
- kort (mini) rokje
- te strakke broek (de witte broek is overigens ook niet voor iedereen geschikt)

To wear - man

- katoenen broek
- zomerkostuum
- overhemd met opgestroopte mouwen
- keurig T-shirt zonder drukke prints
- dichte schoenen
- zwarte sokken
- colbert
- spijkerbroek met een mooie wassing

Not to wear - man

- pet of ander hoofddeksel
- overhemd dat doorschijnt
- korte broek
- sandalen met sokken
- teen-slippers
- overhemden met prints van palmbomen en andere exotische afbeeldingen

Krijg je zin om voor een nieuwe zomerse outfit voor je werk te gaan shoppen? Op www.nederlandbruist.nl vind je heel wat ondernemers bij jou in de regio die je nog meer tips kunnen geven.

ZÓ 2021

ZWART-WIT,
ROMANTISCHE
MAXI-JURKEN,
WIJDE PIJPEN
EN STREEPJES

Broodje pulled pork met salademix

Wil jij je vader verrassen met een heerlijk broodje varkensvlees? Ervaar met dit recept hoe makkelijk dit Amerikaanse gerecht te bereiden is en hoe ongelooflijk lekker het smaakt! Je moet er wel even de tijd voor nemen.

4 PERSONEN - 1,5 UUR - 12 UUR MARINEREN

INGREDIËNTEN

500 gr procureur
1,5 el gerookte paprikapoeder
1,5 tl knoflookpoeder
1 tl mosterdpoeder
1 tl chilipoeder
1,5 el bruine suiker
1 el fijn zeezout
barbecuesaus
4 broodjes
salademix

BEREIDING

Meng in een schaal alle specerijen met de suiker en het zout en wrijf het vlees flink in met deze mix. Doe het vlees in een plastic zak en laat het een avond/nacht (circa 12 uur) marineren in de koelkast.

Haal het vlees minstens een uur voordat je het in de oven zet uit de koelkast. Verwarm de oven voor op 150 graden. Doe het vlees in een braadslede en giet er wat barbecuesaus over. Dek het losjes af met aluminiumfolie en steek door de folie heen een vlees-thermometer in het dikste deel van het vlees.

Laat het vlees circa 1,5 uur in het midden van de oven garen. De kerntemperatuur moet uiteindelijk rond de 75 graden zijn. Afhankelijk van je oven kan het korter of langer duren. Wil je een licht krokant korstje op het vlees, verwijder dan ongeveer 20 minuten voor de eindtijd de folie. Neem het vlees uit de oven en laat het 10 minuten rusten op een grote, platte schaal.

Trek dan het vlees met twee vorken in stukjes/draadjes uit elkaar. Optioneel kun je er weer wat barbecuesaus doorheen scheppen. Snijd de broodjes open, beleg met een flinke hoeveelheid pulled pork en garneer met de salademix naar keuze.

PUZZELPAGINA

Iedere maand weer gezellig puzzelen. Vul de oplossing van de twee prijspuzzels in op onze website en maak kans op leuke prijzen.



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

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.

<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 stoer. De oplossing van vorige maand was **moeder**.

Maak kans op dit bruisende

zomer-pakket



l+🐭r=a d+🌍-az

m+💡r=i+e

🌍b=z+🍺-bi m+🐵p=r

👤m=v ⭐e=a+t

🐔h=g

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 een

gezichts-verzorgings-pakket voor de man



De Bulldog producten zijn speciaal ontworpen door de man, voor de man, in simpele duidelijke taal. Het is een compacte lijn met eerlijke ingrediënten.

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

baard	stralen
creme	huid
scheren	verzorgen
gelaat	zacht

Streef 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

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.

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

Bij de Gooische lijstenmaker, Marcel Out, kun 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