

'T GOOI 

FEBRUARI 2022 [WWW.TGOOIBRUIST.NL](http://WWW.TGOOIBRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST



Hoe houd je de *passie*  
in je *relatie*?

***Kasper van Kooten:***

'We delen alleen nog  
maar om te krijgen!'

# NATUURLIJK MOOIER

KLINIEK  
HEIHOF  
NATUURLIJK MOOIER

*Gestigd in het oude  
Dudok pompgemaal*

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  kliniekheihofhilversum

## Lachrimpeltjes, kraaienpootjes of een wenkbrauwfrons.

Bij het verstrijken van de jaren ontomk 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

Gothra, 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 Gothra 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"**

Daarom tot 1 maart 2022 loopt onze actie van **10 euro korting op alle behandelingen**. Dat betekent al een botoxbehandeling voor € 79,- en een filler voor € 185,-.

## 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 Pompgemaal 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 parkeermogelijkheid.

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

# KLINIEK HEIHOF



**BOTOX  
€ 79,-**

**FILLER  
€ 185,-**



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 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 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* **Baarn**



**Wil je kans  
maken om jouw foto  
in 't Gooi Bruist  
terug te zien?**  
Stuur deze dan naar  
[ontwerp@nederlandbruist.nl](mailto:ontwerp@nederlandbruist.nl)  
o.v.v. Foto Gooi



10



12



14



32



23

# COLOFON

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

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**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 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



## Bruisende lezer,

Zeg eens eerlijk, hoeveel van jouw goede voornemens zijn er al gesneuveld? Een groot deel? Of zelfs allemaal al? Dat is niets om je voor te schamen, want uit onderzoek blijkt dat 25 procent van de goede voornemens al faalt binnen twee weken en dat op de lange termijn nog geen tien procent van de mensen hun goede voornemens weet vol te houden. Je bent dus niet de enige!

Ook wij hebben al heel wat van onze goede voornemens laten varen. Maar in eentje gaan we zeker weer slagen: jou elke maand voorzien van een mooi magazine vol inspirerende verhalen van bruisende ondernemers. En meer natuurlijk... Zo lees je in deze nieuwste editie van Bruist onder andere meer over hoe je passie in jouw relatie houdt, óók op de lange termijn. Daarnaast vertelt Kasper van Kooten je meer over één van zijn passies, het theater, en hoe hij daar in zijn nieuwste voorstelling in de huid van politicus Hugo de Jonge kruipt. Benieuwd naar de rest? Blader dan snel verder en ontdek zelf of wij ons goede voornemen inderdaad waarmaken.

Vier het leven en vier de liefde!  
**René Moes**

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

# Inhoud

# Breng de *passie* terug!

Valentijn is natuurlijk vooral een dag voor nieuwe liefdes. Elkaar een anoniem kaartje sturen in de hoop dat er iets uit voortkomt. Maar juist als je al langer bij elkaar bent, is het vieren van de liefde voor elkaar iets wat je in ere moet houden. Op Valentijnsdag, maar eigenlijk iedere dag. Hoe houd je die passie in je relatie?

## DE GROOTSTE VIJAND VAN PASSIE

**IS GEMAKZUCHT.** Je vindt het steeds vanzelfsprekender dat de ander er is en neemt elkaar voor lief. Wat je eerst bijzonder vond aan de ander, zie je misschien niet eens meer. Zie elkaar weer staan. Probeer je bewust te zijn van de ander en de dingen die hij of zij doet. Geef een extra lange zoen als je elkaar weer ziet na een lange werkdag. Bedank voor het heerlijke eten dat hij of zij gekookt heeft. Geef elkaar complimenten. Zorg dat deze kleine momenten van aandacht extra belangrijk blijven en niet wegvallen na verloop van tijd.

## WANEER JE RELATIE NIET LEKKER LOOPT, DENK JE AAN DE DINGEN DIE JE PARTNER VERKEERD DOET.

Vaak verwijt je elkaar van alles, zonder te kijken naar wat je zelf misschien verkeerd doet. De passie is dan ver te zoeken. Kijk eens kritisch naar je eigen gedrag in de

relatie. Ben je wel liefdevol genoeg? Luister je wel naar je partner? Het mooie is dat het veel makkelijker is om je eigen gedrag te veranderen, dan dat van een ander. Stop met het maken van verwijten en ga zelf aan de slag. Doe moeite voor je partner en je zult zien dat er een wisselwerking op gang komt.

## ALS JE LANG SAMEN BENT, KAN DE SLEUR IN JE RELATIE SLUIPEN.

De ene dag lijkt op de andere dag, je weet al wat je partner gaat zeggen voor hij of zij het zegt. Niets is meer verrassend of nieuw en die sleur is dodelijk voor passie. Het is goed voor je relatie om samen iets spannends te beleven. Dat hoeft heus niet meteen een cursus afbeilen te zijn. Zorg voor kleine verrassingen. Dat hoeven echt geen dure cadeaus te zijn. Schrijf een lief briefje of geef de ander een schoudermassage na een drukke dag. Doe de dingen eens anders dan verwacht.

WAARDEER  
ELKAAR ELKE  
DAG WEER!



Ook op zoek naar de passie? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.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 variaties, is absoluut uniek. Deze reistas wil je gewoon hebben.



BodabagsFashion | @bodaszilvia

[www.bodabagsfashion.myshopify.com](http://www.bodabagsfashion.myshopify.com)



# Vier de *liefde!*

## BRUIST Deals

Ook deze maand hebben we weer enkele Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Neem een kijkje op [www.nederlandbruist.nl/lezersacties](http://www.nederlandbruist.nl/lezersacties) en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.

### I-DID - LINDA SHOPPER

I-did maakt designproducten van textielafval en zorgt voor sociale inclusie door middel van werk. Gebruikt textiel krijgt bij i-did een tweede leven, zoals bij de veelzijdige Linda shopper. Een handige, ruime tas voor elke dag. Bij elk product in de webshop wordt ook inzichtelijk gemaakt hoeveel water is bespaard doordat de levensduur van het materiaal een stuk langer is geworden. [shop.i-did.nl](http://shop.i-did.nl)



### MANUKA SNAPPAKS

De handige, kleine Snappaks zijn met 5 gram Manuka honing ideaal om voor, tijdens of na het sporten een energieboost te geven en om te hydrateren. In de afgelopen jaren is Manuka honing veelvuldig onderzocht op haar unieke wetenschappelijk onderbouwde kwaliteiten door vele wetenschappers wereldwijd. De Manuka honing zorgt ervoor dat water sneller wordt opgenomen in het lichaam. [www.manukanewzeeland.eu/nl](http://www.manukanewzeeland.eu/nl)



### LIBBEY'S VALENTINE

Verwacht je voor Valentijn een date of geef je een romantisch etentje thuis? Een mooi gedekte tafel maakt écht het verschil. Schitterende glazen zijn daarbij natuurlijk onmisbaar. Goed nieuws: al het mooie glaswerk van LIBBEY kan je supersnel in huis halen dankzij een eigen webshop, rechtstreeks bij de glasproducent. Daarmee geef je iedere gelegenheid een feestelijk tintje. Want ook als je geen gasten op bezoek krijgt, kun je genieten van het mooie design en hoogwaardige glaswerk. [www.libbey.eu](http://www.libbey.eu)



### UNION E-LANE

Maak kennis met de nieuwste e-bike van het oer-Hollandse merk Union: de E-Lane. Iedereen kan op pad met deze bijzondere fiets, waaraan je meteen ziet dat elektrische fietsen helemaal niet saai zijn. De E-Lane ziet eruit als een stadsfiets en de accu is onopvallend in het frame weggewerkt. [www.union.nl](http://www.union.nl)



## SHOPPING/NEWS

### LOWLANDER LOVE ALE (5%)

De flirterige Love Ale van Lowlander is gebrouwen met de natuurlijke afrodisiaca aardbei, geurige roos en damiana, met haar dromerige, gelukzalige werking. Het resulteert in een onweerstaanbaar flirterig en fruitig bier met een bloemige afdrank. [www.lowlander-beer.com](http://www.lowlander-beer.com)



### LEZERSACTIE \* Self Tan 125ml van That'so t.w.v. € 27,-

De vegan self tan spray van That'so is ongekend goed en geeft direct een prachtige egale en echt bruine kleur die zich 2-3 uur na het aanbrengen doorontwikkelt. Geen vlekken, geen oranje/gele kleur of zwarte puntjes in je poriën. Ook verzorgt en hydrateert dit product je huid door toevoeging van onder andere aloë vera. Het perfecte product voor een verantwoorde bruine tint.



[www.thatso.nl](http://www.thatso.nl) TAG #SELFTAN

### 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](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)

PERSOONLIJK EN  
BETROKKEN

# Dé kliniek op het gebied VAN HUID EN HAAR

Het was dermatoloog Dr. E. Navadeh die in 2009 samen met een collega Nationaal Huidcentrum oprichtte. Oorspronkelijk richtte Nationaal Huidcentrum zich op dermatologie en huidtherapie. In de loop der tijd is de reguliere dermatologiepoot echter losgelaten en is de focus komen te liggen op cosmetische behandelingen. Tegenwoordig biedt de kliniek een enorme diversiteit aan behandelingen op het gebied van huid en haar.

Ons team bestaat uit twaalf gerenommeerde cosmetisch artsen, dermatologen en huidtherapeuten met elk hun eigen specialisme.

Het is ondoenlijk om een compleet beeld te schetsen van wat er allemaal mogelijk is. Het aanbod loopt uiteen van bovenooglidcorrectie, fillers en botox tot haartransplantatie, tatoeageverwijdering, laserontharing en huidverbeterende en huidverjongende behandelingen.

Wij zijn tevens gespecialiseerd in labiacorrecties, liposucties en in de behandeling van lipoedeem. Hetgeen een pijnlijke chronische aandoening is, waarbij vetweefsel ongelijkmatig over het lichaam is verdeeld.

Voordat je ergens een beslissing over neemt, nemen we de tijd om je tijdens een vrijblijvend en kosteloos intakegesprek alles te vertellen over een specifieke behandeling.



Naarderpoort 2A, Naarden  
**088-4251000**  
info@nationaalhuidcentrum.nl  
[www.nationaalhuidcentrum.nl](http://www.nationaalhuidcentrum.nl)



#### Wil je meer informatie?

Plan dan een afspraak in voor een gratis, vrijblijvend intakegesprek via [www.nationaalhuidcentrum.nl](http://www.nationaalhuidcentrum.nl) of bel met 088-4251000.



PRAKTIJK AGNES  
HOOGENDOORN

## Wil jij meer rust in je hoofd?

Pas de 5 simpele oefeningen toe en voel hoe de stress vermindert.

Wat een heftige tijd leven wij in. Zit jij er ook af en toe even helemaal doorheen en zie je het niet meer zitten? Weet dat het er allemaal mag zijn en dat het deel uitmaakt van deze tijd van grote transformatie.

Ik geloof dat vrouwen veel innerlijke kracht en doorzettingsvermogen in zich hebben. Ze zijn als geen ander in staat om veel bordjes in de lucht te houden. Toch gaan ze soms te lang door en trekken niet op tijd aan de bel. En dat is jammer, want daardoor doen ze zichzelf te kort.

Bij inlevering van deze pagina ontvang je een **korting van 22%** op de eerste sessie.

Wordt het jou allemaal te veel, maakt je mind overuren en loop je vast? Verlang je naar rust in je hoofd? Probeer dan eens een sessie bij mij om na afloop met een stil hoofd en ontspannen lichaam weer naar huis te gaan.



Neem vandaag de eerste stap naar meer rust in je hoofd en start met de simpele oefeningen uit mijn e-boek 'Naar meer rust in je hoofd'.



Scan QR-code of download gratis op [www.agneshoogendoorn.nl](http://www.agneshoogendoorn.nl)

*Als sensitieve rustgever, stress-releaser, rebalancer en burn-out ervaringsdeskundige begeleid ik jou om meer rust en harmonie te vinden in je hoofd, lijf en leven.*



*Hartelijke groet,  
Agnes Hoogendoorn*



Praktijk Agnes Hoogendoorn | Isadora Duncanweg 87, Almere | [www.agneshoogendoorn.nl](http://www.agneshoogendoorn.nl)  
06-2927 8229 <acquisitie wordt niet op prijs gesteld>

**Mannen** denken nog altijd dat een openingszin werkt. **Mensen die tevreden** zijn in een relatie leven gemiddeld vier jaar langer dan een vrijgezel. **31%** van de **VROUWEN** doet research op internet om gegevens te vinden over de persoon van wie ze houden. Een gezamenlijke **parachutesprong** is een manier om **je relatie nieuw leven in te blazen**, want het gevoel van verliefdheid ontstaat voornamelijk tijdens 'spannende' situaties. **Maar liefst 76%** van de cadeaus die op Valentijnsdag worden gegeven, zijn gekocht door mannen. Elk jaar worden er wereldwijd meer dan **50 miljoen rozen** gegeven voor Valentijnsdag. De oudste valentijnskaart dateert uit **1415**.

# HVD AQUA



- Zwembaden  
- Zwemvijvers

## 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 zwemvijvers

### HVD KOI

voor uw koi vijvers en natuurvijvers

### HVD AQUA

voor de technische ruimte,  
producten en onderhoud

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

+31 613836001 | info@hvdaqua.nl  
[WWW.HVDAQUA.NL](http://WWW.HVDAQUA.NL)



# EEN ZWEMVIJVER, DE PAREL IN JE TUIN!

KOM TOT RUST IN UW EIGEN TUIN



# Wil je meer balans in je figuur?

## Een liposuctie kan hier een oplossing voor bieden

De vakkundige en gepassioneerde plastisch chirurgen van Kliniek Heyendael zorgen er met een liposuctie voor dat jouw lichaam zijn natuurlijke balans terugkrijgt. De liposuctie - oftewel overtollige vetverwijdering - wordt in onze kliniek vaak uitgevoerd op de buik, billen, heupen, bovenbenen of dijbenen. Daarnaast is het op andere plekken mogelijk, zoals onderkin, schouderbladen, bovenarmen en rug.

Een liposuctie is een specialistische behandeling die onder plaatselijke verdoving of narcose wordt uitgevoerd. De eerste stap op weg naar een liposuctie is een oriënterend gesprek met een van onze plastisch chirurgen. In een vertrouwde setting kun je al je vragen en verwachtingen

uitspreken. Onze plastisch chirurg beoordeelt of je in aanmerking komt voor een liposuctie en geeft heldere informatie over de behandeling, de nazorg, het te verwachten resultaat en de risico's. Daarna zal een maatwerkofferte door de consulente met jou worden besproken. Op basis van deze kennis kun je een weloverwogen beslissing nemen.

**Heb jij vragen of wens jij meer informatie over de kliniek of over een liposuctie? Neem gerust contact met ons op of vraag een gratis en vrijblijvend consult met een van onze plastisch chirurgen aan.**



**Betrouwbare en betaalbare plastische chirurgie.**  
Voor meer info  
+3124 - 845 05 06



**'We hopen je binnenkort te mogen verwelkomen!'**



**Kliniek  
Heyendael**

Cosmetische Plastische Chirurgie





### Wie zijn wij?

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk, dat is Kliniek Heyendael. Al sinds 2011 zijn we een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie. Onze privékliniek bevindt zich in Nijmegen. Bij Kliniek Heyendael staan jouw wensen centraal. Deze worden tijdens een uitgebreid consult met de plastisch chirurg besproken om zo een realistisch beeld te krijgen van de mogelijkheden.

### Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Liposuctie
- Lipofilling
- Ooglidcorrectie
- Neuscorrectie
- Oorcorrectie
- Facelift (MACS-lift)
- Schaamlipcorrectie
- Injectables

### Volg ons op Facebook en Instagram!

 @kliniekheyendael |  Kliniek Heyendael

Parklaan 70, Groesbeek ( nabij Nijmegen NL)  
info@kliniekheyendael.nl  
+3124 - 845 05 06 | www.kliniekheyendael.nl

### Klantervaring

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

# BEWEGEN IN DE LOCKDOWN

Het nieuwe jaar is weer begonnen, maar wel met beperkte sportmogelijkheden. Wat nu met je goede voornemens? Gelukkig hangt je gewicht en gezondheid voor 80% af van je voeding. Wil je afvallen of je gewoon wat fitter voelen? Dan kun je veel doen met behulp van voeding.

Begin eens met op te schrijven wat je allemaal naar binnen werkt. Zo word je bewust van je voeding. Misschien eet je bijvoorbeeld veel te veel suiker of krijg je te weinig eiwitten binnen. In mijn boeken vind je meer informatie over de verschillende lichaamstypen, welke voeding en hoeveelheid calorieën past bij jouw lichaam. Wat voor de een werkt, werkt namelijk niet altijd bij de ander.

## Hoe blijf je in beweging tijdens deze lockdown?

- Pak de trap in plaats van de lift.
- Maak buiten een wandeling van minstens 30 minuten per dag.
- Gebruik wat vaker de fiets.
- Schrijf je in voor een leuke bootcamp in het park.

Met deze tips blijf je toch lekker in beweging. Blijf je liever binnen? Op de website van mykillerbodymotivation.com vind je voldoende inspiratie voor trainingen in huis, zonder benodigde sportattributen. Geen energie om te sporten? Dan raad ik je toch echt aan om in beweging te komen! Door te sporten krijg je juist de energie die je nodig hebt. Als het je niet lukt om je ertoe te zetten, dan biedt een scoopje MKBM Slimming Powder een helpende hand. Dit poedertje zit boordevol cafeïne en guarana voor extra energie, terwijl het groene thee extract ondersteunt bij de vetverbranding.

*Succes!*

**Liefs, Fajah Lourens**

BLOG/FAJAHLOURENS

**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION



# DAGJE UIT

## FRIDA IN ASSEN CITY EXPERIENCE



De Frida in Assen city experience is een extra expositie, niet in het Drents Museum, maar overal in de stad Assen. Tot en met 27 maart 2022 loop je als bezoeker een wandelroute die je tegelijkertijd door de prachtige stad met versierde straten en langs bijzondere kunstwerken van lokaal talent leidt. Het gaat om levensgrote muurschilderingen en kunstobjecten van Frida Kahlo op gebouwen en in de openbare ruimte. Bezoek het museum, wandel de route en ontdek Frida in Assen. De wandelroute is bij het Drents Museum of de VVV Assen verkrijgbaar.

Check [www.ditisassen.nl](http://www.ditisassen.nl) voor meer info.

# FILMPJE KIJKEN

## THE DUKE

In 1961 stal Kempton Bunton, een zestigjarige taxichauffeur, Goya's portret van de hertog van Wellington uit de National Gallery in Londen. Het was de eerste (en nog steeds de enige) diefstal uit de geschiedenis van het museum. In zijn losgeldbrieven schreef Bunton dat hij het schilderij zou teruggeven op voorwaarde dat de overheid ermee in zou stemmen om gratis televisie te verstrekken aan ouderen. Pas vijftig jaar later zou de volledige geschiedenis achter de diefstal bekend worden.

**THE DUKE is vanaf 24 februari te zien in de bioscoop.**



# BOEKJE LEZEN FONS DELLEN



Amsterdam, 1982. Tegen het decor van de alternatieve scene volgen we als lezer Tom Derckx, een verslaggever van het muziekblad Modern. Zijn boezemvriend Mink – met wie hij voortdurend op zoek is naar nieuwe bands en spraakmakende kunstenaars – krijgt op een gegeven moment een relatie met kunstenaar Jessa XX die wereldwijd roem vergaart met haar installaties van dode dieren. Tom Derckx ziet hoe zijn vriend steeds verder wegzakt in deze toxische relatie met de kunstenaar en de drugshandel. Het leidt uiteindelijk tot Sid & Nancy-achtige taferelen met fatale afloop... **DE KUNST, HET MEISJE, DE STAD** van Fons Dellen is vanaf 1 februari verkrijgbaar.

GEVOEL VOOR HUMOR  
IS ECHT EEN MUST



LENGTE  
183 CM

LEEFTIJD  
47 JAAR

OGEN  
GRIJS-  
BLAUW

*Jij reageert  
toch ook?*

Wil jij ook in deze rubriek op zoek naar jouw grote liefde? Mail dan naar [contact@nederlandbruist.nl](mailto:contact@nederlandbruist.nl) en je komt geheel kosteloos in Bruist.

BRUISENDE/VRIJGEZEL

## Vrijgezel Jurjen stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Vandaar dat we in deze rubriek graag aandacht besteden aan onze Bruisende Vrijgezellen. In februari hebben we speciale aandacht voor: Jurjen Bakker, woonachtig in het prachtige Grave. "Toen ik de rubriek zag, heb ik me meteen aangemeld. Al komt er maar één reactie binnen, dan is het al geslaagd."

Het is tekenend voor de positieve instelling van de 47-jarige Jurjen, vader van een 17-jarige zoon die bij zijn ex woont. "Ik zeg altijd: ik ben een 37-jarige met tien jaar levenservaring. Ik voel me jong van lijf en geest." In het dagelijks leven is hij ondersteunend administratief medewerker bij chipfabriek NXP. "Het is leuk en uitdagend werk en ik heb fijne collega's. Het enige wat in mijn leven nog ontbreekt, is een nieuwe liefde."

**Jurjen zoekt  
de liefde van  
zijn leven!**

Van onenightstands houdt hij niet, hij is op zoek naar een langdurige relatie. "Ik ben zo trouw als een hond en dat verwacht ik ook van een toekomstige partner." Zijn hobby's zijn onder andere lezen, USB-sticks en dvd's verzamelen, televisiekijken, muziek luisteren

(van Frank Boeijen tot Sarah Brightman), hardlopen en fietsen. "En natuurlijk mijn driejarige kater Joris bezighouden. Die houdt gelukkig wel van een knuffel."

Attent, sportief, eerlijk, betrouwbaar, opgewekt, optimistisch, creatief en een natuurmens, dat zijn de woorden die Jurjen het beste omschrijven. "Ik zoek een vriendelijke, gezellige dame met, net als ik, een goed gevoel voor humor. Met wie ik kan lachen en huilen en met wie ik samen leuke dingen kan ondernemen: een terrasje pakken, uit eten gaan, een avondje bankhangen. Maar ook iemand die mij in mijn waarde laat en me accepteert zoals ik ben. En nu maar hopen dat de bliksem inslaat tijdens onze eerste ontmoeting!"

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar [jurjenbruist@gmail.com](mailto:jurjenbruist@gmail.com).



## DOKTER ANDRÉ BEAUTYWORLD

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

### BEHANDELINGEN

RIMPELS

FILLERS

BOTOX

PROFHILO

LIPPEN



Bekend van Goosische Passie en  
Life is Beautiful



Kijk uit. Jezelf mooier maken kan telijk 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](http://www.dokterandre.nl)

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



*Kasper van Kooten:*

## 'We delen alleen nog maar om te krijgen'

Wie naar Kasper van Kootens nieuwste voorstelling *Deeltijd* gaat, komt oog in oog te staan met Hugo de Jonge. Zoals een goede politicus betaamt, heeft hij namens Kasper een belangrijke boodschap voor zijn publiek: wees open en deel!

Hugo staat er niet écht natuurlijk, het is Kasper zelf die in de huid van de politicus kruipt. Compleet met het juiste kapsel, een strak pak en uiteraard de blitse schoenen. Door middel van een ingelaste persconferentie biecht hij zijn liefde voor theater op. "Wanneer Hugo in het theater staat, is hij zo blij dat hij daar alles kan zeggen, kan schelden of van zich af kan zingen. Ik vond dat een heel leuk idee voor mijn voorstelling", vertelt Kasper lachend.

**TWEE GEZICHTEN** Krijgen we Kasper ook zelf te zien? "Jazeker! Het is niet de hele voorstelling Hugo. Ik stap er soms ook uit. Als er bijvoorbeeld iemand reageert op de eerste rij, dan antwoord ik gewoon als Kasper. Maar ik kan op elk willekeurig moment weer Hugo zijn. Zo kan ik steeds op twee manieren reageren, dat is heel leuk."

**EERLIJKHEID** De titel *Deeltijd* staat niet op zichzelf, het is het thema van de voorstelling. "We delen alleen nog maar om te krijgen", zo spreekt Hugo op het toneel. "Zoals dat je op Instagram alleen maar iets plaatst om likes te verzamelen. Ik vind dat iedereen eerlijker en meer open over zichzelf mag zijn", duidt Kasper.

De theatermaker stelt zichzelf in ieder geval op het podium graag open op. "In de kern is dat wat ik het allerliefste doe: het beste van jezelf delen om iemand een mooie avond te bezorgen."

*Kasper van Kooten trekt tot mei 2022 met zijn voorstelling *Deeltijd door het land*. Kijk op *Theater.nl* voor de speellijst.*

**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

**Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.**

**Ga naar [theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist)**

# Ooracupunctuur:

## Wat kan dat juist NU voor u betekenen?

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 dat de oorlel het hoofd is, de rand van de schelp 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. Door corona ervaren we veel stress. Vijf naaldjes in je oor kunnen helpen dit te reduceren en je beter te laten slapen.

**Ook is het eerdaags weer pollenseizoen. Ooracupunctuur is zeer effectief bij hooikoorts.** Daarnaast kan ooracupunctuur worden ingezet voor een breed scala aan klachten en is bijzonder effectief gebleken bij het reduceren van pijnklachten.

Een kleine greep uit behandelbare klachten:

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

Ik ben geaccrediteerd voor de aanvullende zorgverzekering.

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



BEL EN MAAK  
EEN AFSPRAAK  
06 - 12129710



# 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*



# Wij gaan uitbreiden!

Vos Uitvaart verzorgt al vele jaren uitvaarten in 't Gooi als bedrijf met Blaricumse roots. Wij merken dat in 't Gooi er een groeiende behoefte is naar rouwsuites waar uw dierbare opgebaard kan worden tot de dag van de uitvaart. Een gastvrije, servicegerichte plek waar u in alle rust afscheid kunt nemen op een moment dat voor u past.

Daarnaast zijn wij het kantoor aan huis, in 't oude dorp van Blaricum, ontgroeid en we hebben besloten om onze dienstverlening uit te breiden en een nieuwe locatie te zoeken.

## Vos Uitvaart krijgt een zusje

Hier is de mogelijkheid om, in Blaricum, de opbaring van de overledene te verzorgen. Wij hebben twee rouwsuites waar u, naar eigen behoefte, tijd kunt doorbrengen met uw overleden dierbare. Bij de rouwsuites krijgt u uiteraard dezelfde service, rust en oog voor detail zoals u gewend bent van Vos Uitvaart. U kunt kiezen voor een 24-uurs suite waarbij u een eigen sleutel krijgt.

Naast aandacht voor uw overleden dierbare, hebben wij een gastvrij

welkom voor nabestaanden en bieden wij verschillende horeca-services. Wij blijven gevestigd in Blaricum, echter verhuizen we nu naar de Blaricummermeent.

Vos Rouwsuites is onafhankelijk, dus wanneer de uitvaart wordt verzorgd door een collega uitvaartondernemer, dan kunt u nog steeds gebruik maken van onze dienstverlening en services

voor de opbaring. In de loop van het eerste kwartaal zullen wij onze deuren openen. We beginnen met een aantal open dagen zodat u een kijkje kunt nemen en kunt zien wat de mogelijkheden zijn.

Houd onze instagrampagina in de gaten voor de updates @vosrouwsuites. Alsook de lokale media.

*Valance Vos*



06-39550463 | vos@vosuitvaart.nl | [www.vosuitvaart.nl](http://www.vosuitvaart.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](mailto:info@kceemnes.nl) | **HUIZEN** Machineweg 2A | [info@kchuizen.nl](mailto:info@kchuizen.nl)  
[www.kceemnes.nl](http://www.kceemnes.nl) | **WEBSHOP** [www.kceemnes.nl/webshop](http://www.kceemnes.nl/webshop) | 035-5380808

# Luxe en riant chalet te koop

**Zeer sfeervolle, vrijstaande houten recreatiewoning op Parc de Kievit te Baarle-Nassau NL**

Details vindt u op [www.parcdekievitverkoop.nl/properties/kievit-12b-481-koekoeklaan-12](http://www.parcdekievitverkoop.nl/properties/kievit-12b-481-koekoeklaan-12)

Erfpacht: overname van bestaand recht van eeuwigdurende erfpacht. Inschrijving is helaas niet mogelijk, maar je mag er het hele jaar door verblijven. Ook interessant als belegging voor verhuur. Verhuur kan via het park of zelfstandig.

**Parc De Kievit heeft veel faciliteiten zoals een restaurant, een speeltuin, een tennisbaan en een zwembad.**

**PER DIRECT TE KOOP: € 132.000,- met eigen grond of € 99.000,- met gepachte grond**

**Voor informatie:** 06-34590975. Of stuur een bericht via WhatsApp onder vermelding van: interesse chalet 481

UW CREMATIE DUURZAAM IN VERTROUWDE HANDEN

Cremaere

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

Cremeren  
€ 465,-

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

LOOKING/GOOD

# Verleid jouw Valentijn!

14 februari, Valentijnsdag. De dag waarop we de liefde vieren. Heb je misschien een spannende date? Of ga je met jouw grote liefde lekker uiteten? Op deze dag wil jij er sowieso op je allermooist uitzien. Bruist geeft make-up ideeën voor Valentijnsdag om verliefd op te worden!



Denk jij bij Valentijnsdag ook automatisch aan rode lippen? Dat is niet zo gek, want rood is dé kleur van liefde en passie. Rode lippen zijn sexy en stralen zelfverzekerdheid uit. En mannen kunnen daar behoorlijk van onder de indruk raken. Combineer jouw opvallende lippen met rode nagels om het effect nog meer te versterken. Wedden dat de man tegenover je naar je blijft staren?

Je kunt ook kiezen voor een natuurlijke basis met lange verleidelijke wimpers. Dan hoeft je bijna niet meer te flirten want je wimpers doen al het werk voor je. Een lichte smokey eye (de perfecte 'slaapkamer ogen') is altijd verleidelijk voor op een date. Kleur zowel de oogleden als de waterlijn in met oogpotlood en dep een klein beetje bruine oogschaduw boven én onder de ogen. Krijg jij geen indrukwekkende wimpers met alleen mascara? Voeg dan enkele nepwimpers toe voor een dramatische oogopslag.

Heb je deze Valentijnsdag geen romantische date in je agenda staan? Vier de liefde dan met je vriendinnen, want waar zouden we zijn zonder hen? Zoek je als verrassing nog een leuk cadeautje? Ga dan voor een mooie rode lippenstift, gecombineerd met dezelfde opvallende nagellak. Want die romantische date gaat er vast ooit van komen en dan zijn jullie mooi voorbereid!

# PERFECTE VALENTIJN GIFT GUIDE

## Liefde!

Geef je geliefde een extra knuffel - wat extra aandacht of geef hem/haar een prachtig cadeau! Of maak de avond extra romantisch met de geurkaars van Republic of Fragrances!



1.



2.



3.



4.



5.

1. BAD GIRLS GO TO HEAVEN Lipstick met 3D-effect en hoge concentratie pigmenten (Kleur: 205 Provocation - €25.-) 2. Paramour van OMAN LUXURY, een rijke gourmand met noten van Leer en Roos. Perfect voor heren en dames (100ml - €160.-) 3. PROFUMI DEL FORTE by Night White (voor dames) en by Night Black (voor heren) (75ml - €145.-) 4. TIZIANA TERENZI Luxe showergel (250ml - €60.-) 5. Geurkaars van REPUBLIC OF FRAGRANCES voor een romantische avond - Cedo Amour staat voor Geef mij jouw liefde (45 branduren - €29.-)

**LABO-NOIR**  
YOUR LAB FOR LUXURY

Huizerweg 47A, Bussum • 085-876 98 46 • [www.labo-noir.com](http://www.labo-noir.com)  
Openingstijden: donderdag t/m zaterdag 10.00 - 17.30 en op afspraak  
Check onze website voor extra openingstijden tijdens de feestdagen.

# 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!

### Beyuna proteïne mix

Een gezond en voedingsrijk tussen-doortje. Ook lekker in de yoghurt of een smoothie. Combinatie van natuurlijke, plantaardige eiwitten met een heerlijke vanillesmaak. Eiwitten zijn ter ondersteuning van de spieropbouw. Ideaal voor vegetariërs en veganisten.



**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 is open dinsdag en vrijdag van 11.00 - 17.00 uur.**

Larenseweg 139, Hilversum  
**06-10103892**  
[www.dutchhempstore.eu](http://www.dutchhempstore.eu)



foto Arjaan Hamel

Bestel eenvoudig in onze webshop



# UKKEPUK, DÉ BABY SPA IN 'T GOOI



HET ALLERLEUKSTE  
KRAAMCADEAU OM TE GEVEN  
EN TE ONTVANGEN.  
DOE EEN BON CADEAU!



De eerste en nummer één baby spa in Het Gooi! Mooi gelegen in Hilversum-Zuid. Kleinschalig en professioneel. Kom samen ontspannen en genieten in de baby spa. Dé spa exclusief voor baby's vanaf 2 weken tot 1 jaar oud.

OOK SUPER LEUK ALS KRAAMCADEAU!

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



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

## Jouw diëtist in Wijk bij Duurstede

Of je nu komt voor tips over voeding of dat je het hoog tijd vindt om iets aan je gewicht te doen... Iedereen ontvangt een warm welkom bij diëtistenpraktijk stay2balance.



06-18168602  
Frankenweg 67, Wijk bij Duurstede  
info@stay2balance.nl  
[www.stay2balance.nl](http://www.stay2balance.nl)  
Facebook: Diëtistenpraktijk Stay2Balance

## BRUIST

F♥ck  
*Valentijnsdag*

Ik hou iedere dag  
van jou ;-)



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

# HILVERSUM

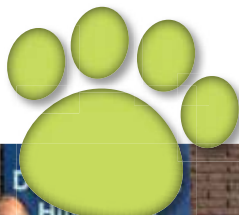


FEBRUARI 2022 [WWW.NEDERLANDBRUIST.NL](http://WWW.NEDERLANDBRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST



# Hart voor dieren in hartje Hilversum



DierenDokters Hilversum is een moderne dierenkliniek in hartje Hilversum. Met een eigen laboratorium, een operatiekamer met gasnarcose en bewaking, digitale röntgenfoto's, gescheiden honden- en kattenopnames zijn wij prima uitgerust om uw huisdier met de best mogelijke zorg te omringen.

Naast de bekende gezelschapsdieren zoals honden, katten, konijnen, knaagdieren en fretten, kunt u bij ons ook uitstekend terecht voor de uitgebreide behandeling van meer bijzondere dieren zoals vogels en reptielen.

## Team

Dierenarts Erik Heylen en zijn deskundig team van paraveterinair ontvangt u en uw huisdier op klant- en diervriendelijke wijze.

## Alle zorg onder één dak

Van een eigen laboratorium tot een operatiekamer met gasnarcose en bewaking en van de mogelijkheid tot het maken van digitale röntgenfoto's tot gescheiden honden- en kattenopnames. Hierdoor kunnen we vrijwel alle behandelingen en operaties zelf uitvoeren in onze kliniek. Operaties als laparoscopische sterilisaties en orthopedische ingrepen.



*Uw huisdier is bij ons in goede handen.  
Wij staan voor u klaar!*



**DierenDokters**  
De dierenarts met passie voor zorg

**DierenDokters Hilversum**  
Stationsstraat 6a, Hilversum | 035-6244228  
[www.dierendokters.com](http://www.dierendokters.com)



## Verstop je voeten niet!

## De pedicure bij u thuis!

Pedicure  
Medisch pedicure  
Sport pedicure

Aangesloten bij



*Jannie Veltman*

Zijn jouw nagels ook zo blij om de zon te zien? Of hebben ze last van een schimmeltje? Laat ze deskundig behandelen door de pedicure en bespreek de mogelijkheden om ze mooier te maken. Dit kan echt! Je zult versteld staan van de resultaten.

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

**PEDICURE JANNIE**

06-46377059

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

# 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

HilFix Repaircenter Gijsbrecht van Amstelstraat 263, Hilversum  
035-2031578 | info@hilfix.nl | [www.hilfixrepaircenter.nl](http://www.hilfixrepaircenter.nl)



## Blondies met dadels, pecannoten en bruine boter

Een brownie kent natuurlijk iedereen, maar probeer eens een blondie!  
Rijk gevuld en ook nog eens superleuk om te maken.



### Bereiding

Verwarm de oven voor op 180 graden en bekleed een vierkante bakvorm van 20 cm met boter en bakpapier. Maak de bruine boter door hem in de pan gedurende 5 minuten te laten bruinen. Houd het vuur middelhoog, het moet niet verbranden. Je wilt de vaste stoffen in de boter roosteren, dus kook tot ze goudbruin zijn en nootachtig gaan ruiken (de bubbels zullen ook minder worden). Haal van het vuur en giet in een grote kom. Klop de eieren met de suiker tot een luchtig geheel en giet langzaam de bruine boter beetje bij beetje erbij. Meng de bloem, bakpoeder, zout en kardemom door het boter-eimengsel. Spatel uiteindelijk de dadels, chocolade en noten door het beslag. Giet het in de bakvorm en bak 25-35 minuten tot het geheel mooi gerezen is, en het midden nog licht ongaar is. Laat een beetje afkoelen voordat je aanvalt.

- 180 gram boter
- 180 gram lichtbruine basterdsuiker
- 2 eieren
- 220 gram bloem
- 1 theelepel bakpoeder
- Een snuf zout
- 1/2 theelepel gemalen kardemom, of de zaadjes uit 3 kardemom peulen, verwijderd en gemalen
- 180 gram dadels zonder pit, grof gehakt
- 75 gram melkchocolade
- 75 gram witte chocolade
- 100 gram pecannoten, gehakt



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, Hilversum  
[www.balthazarkookwinkel.nl](http://www.balthazarkookwinkel.nl)  
Shop 24/7: [www.balthazarkookwinkel.shop](http://www.balthazarkookwinkel.shop)

  
**Angels**<sup>®</sup>  
THE WOMEN'S JEANS

**BRAX**  
FEEL GOOD

**CAMBIO**

Atelier  
**GARDEUR**

**MAC**

**MICHÈLE**  
Luxury Pants

RENE FRERES

 TONI

**ZERRES**



*al 18 jaar uw  
damesbroekenspecialist*

**PUUR**  
**BROEKEN**  
*damesbroekenspecialist*

*pasvormen  
&  
lengtematen*

PUURBROEKEN | Kerkstraat 85 | HILVERSUM | 035-6214229 | [www.puurbroeken.nl](http://www.puurbroeken.nl)



  
**Angels**<sup>®</sup>  
THE WOMEN'S JEANS

**BRAX**  
FEEL GOOD

**CAMBIO**

Atelier  
**GARDEUR**

**MAC**

**MICHÈLE**  
Luxury Pants

RENE FRERES

 TONI

**ZERRES**

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.

### **SUPER SNUFFELMARKT**

**Dudok Arena**

*Zondag 6 februari*

*09.00 - 16.30 uur*

Heerlijk rondwandelen op een gezellige snuffelmarkt, ondertussen neuzen tussen allerlei leuke spulletjes en misschien wel die ene vondst doen waar je al jaren naar op zoek was. Het kan op de Snuffel Markt in Hilversum. Het is de grootste markt van het Gooi. Maar liefst 170 kramen liggen vol met spullen uit grootmoeders tijd. Je vindt er brocante, curiosa, verzamelobjecten en allerlei andere tweedehands spulletjes. Bij de ene kraam zijn het items die vroeger zelf gebruikt werden of waarvan de verkoper de

zolder heeft leeggehaald, bij de andere kraam worden leuke oude verzamelingen aangeboden.

### **CHARMPLAY**

**Podium de Vorstin**

*Vrijdag 11 februari*

*20.30 - 23.00 uur*

Hou jij van bands als The 1975, Bastille en The Killers?

Geïnspireerd door bands als Bastille, The Killers en The 1975, voegt de Nederlandse indie/dance-pop band CHARMPLAY sinds 2017 sexiness toe aan playlists, energie aan zalen en hormoonpieken aan mannen en vrouwen. te moeilijk om te negeren. De feelgood en opzweepende popsongs worden uitgevoerd door zanger en multi-



instrumentalist Robert Been, drummer Sergei Christian, bassist Kaj van Hooijdonk en gitarist Gio Sliwa.

### **CORALINE GROEN & RIK KUPPEN | TALENTVOL EN VERRASSEND**

**Muziekcentrum van de Omroep**

*Zondag 13 februari 2022*

*om 16.00 uur*

Met een welverdiende eerste prijs en publieksprijs verliet violiste Coraline Groen het Oskar Back Concours 2020. In datzelfde jaar trad zij met de 2de- en 3de-

prijswinnaars op in het MCO. Een opmerkelijk optreden vanwege haar adembenemende spel én haar bijzondere repertoirekeuze. Nu verrast zij met haar keuze voor sonates van Maurice Ravel, Nikolaj Medtner en Sergej Prokofjev. Zij treedt op met haar vaste duopartner, pianist Rik Kuppen. Winnaar van het Prinses Christina Concours en de Grote Kamermuziekprijs, finalist van het YPF-pianoconcours en geprezen als 'kleurenvirtuoos', staat hij samen met Coraline borg voor een intens muzikale uitvoering van dit schitterende programma.

Ravel Sonate voor viool en piano nr.

1 'Posthume'

Medtner Sonate nr. 1 op. 21

Prokofjev Sonate nr. 1 op. 80

### **EXPOSITIE | DE ZILVEREN CAMERA**

**Museum Hilversum**

*Dagelijks vanaf 13 februari 2022*

*t/m 3 april 2022*

De start van De Zilveren Camera, de grote jaarlijkse persfotowedstrijd, is weer in Museum Hilversum.

Alle bekroonde beelden van de winnaars in de tien verschillende categorieën zijn te zien.

De expositie omvat foto's uit tien verschillende categorieën als Nieuws Nationaal, Sport, Portret en Natuur en Wetenschap. Behalve foto's van de Zilveren Camera, kunnen bezoekers ook de winnende foto's van de Paul Peters Fotoprijs voor sociale fotografie, de Prijs voor Storytelling en de NSP/ Zilveren Camera Sportfoto van het Jaar komen bekijken.

### **TINEKE SCHOUTEN - DUBBEL**

**Theater Gooiland**

*Woensdag 16 februari 2022*

*om 20.15 uur*

Is het leven nu makkelijk of moeilijk? Is het leven nu mooi of lelijk? Dat vraagt Tineke zich al heel lang af. Natuurlijk, in dit prachtige Nederland met onze vrijheden en verworvenheden is het leven meestal mooi en is het perfect uit te houden, maar als je alle ellende van de wereld tot je door laat dringen kun je de boel behoorlijk somber inzien. Voelt best dubbel,

toch? Voor Tineke is dit gegeven al bijna 40 jaar een grote bron van inspiratie.

Voor deze 25ste jubileumshow kan ze niet wachten om jullie weer hartelijk te laten lachen om splinternieuwe types met hun menselijke tekortkomingen. En natuurlijk ontbreken de mooie gevoelige liedjes niet. Tijd voor een feestje, hoe moeilijk kan dat zijn? Vanavond is het leven mooi.





# Wentelteefrolletjes met aardbeien

Deze opgerolde wentelteefjes zijn niet alleen heerlijk, maar ook leuk en makkelijk te maken. Om je geliefde te verrassen bij het ontbijt op bed of een zoete versnapering tijdens een romantische avond.

8 PERSONEN - 25 MIN.

## INGREDIËNTEN

- 1/2 kopje melk
- 1 eetlepel bloem
- 1/2 eetlepel edelgistvlokken
- 1/4 theelepel gemalen kaneel
- 2 theelepels pure ahornsiroop
- 1/2 theelepel vanille-extract
- snuffje zout
- 8 sneetjes wit sandwichbrood
- 1 eetlepel boter
- poedersuiker
- gesmolten chocolade
- fruit naar keuze

## BEREIDING

Klop in een ondiepe schaal de melk, bloem, edelgistvlokken, kaneel, ahornsiroop, vanille-extract en zout door elkaar.

Rol elk sneetje brood met een deegroller iets plat. Beleg elk sneetje met vulling naar keuze langs de onderkant van het sneetje brood en rol het vervolgens stevig op.

Smelt de boter in een grote pan op middelhoog vuur. Dompel elke rol in het melkmengsel en zorg ervoor dat elke kant volledig bedekt is. Druppel het overtollige water eraf en leg het in de pan, met de naad naar beneden. Bak ze rondom goudbruin (ongeveer 5 minuten).

Om te serveren, stapel de roll-ups op elk bord op een stapel en bedek ze met vers fruit. Bestrooi met poedersuiker en besprenkel met gesmolten chocolade of ahornsiroop.

Je kan de wentelteefjes ook vullen met roomkaas, ijs, chocoladepasta of een ander soort fruit.

# PUZZELPAGINA

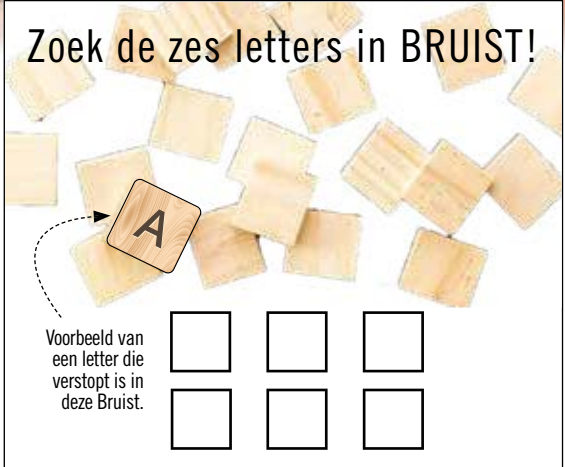


Wat is er fijner dan zo af en toe samen met je partner op de bank weg te kruipen met een magazine? Pak de kaarsjes uit de kast en zet heerlijk warme chocolademelk klaar. Samen lekker knus op de bank blader je (online) door deze editie van Bruist en maak je kans op mooie prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-7-8**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.


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

Maak kans op

**Good4fun  
giftcard  
t.w.v. € 25,-**

Deze Good4Fun giftcard is fun om te geven en krijgen! Circuit rijden, eten, unieke overnachtingen, fashion en alle fun die er is. Online shoppen en te besteden bij fun mogelijkheden. Heel simpel, veilig en origineel. [www.good4fun.nl](http://www.good4fun.nl)



w+🐵p=r

g+🐵-ap

🍳e=j+j

h+🍳i=m

🐔-h

🔔-l+★r=d+📺-y+?

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

Maak kans op een

**Men care set  
van Mysterybox**

Nieuw in Nederland: een box met premium verzorgingsproducten voor mannen, inclusief how-to-use informatie.



[www.mysterybox.nl](http://www.mysterybox.nl)

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

verzorging      kwaliteit  
mannen          parfum  
merken          shampoo  
box                body

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



**PUUR**  
**BROEKEN**  
*damesbroekenspecialist*

  
**Angels®**  
THE WOMEN'S JEANS

**BRAX**  
FEEL GOOD

**CAMBIO**

*Atelier*  
**GARDEUR**

**MAC**

**MICHÈLE**  
Luxury Pants

**RENE FRERES**

 **TONI**

**ZERRES**

PUURBROEKEN | Kerksstraat 85 | HILVERSUM | 035-6214229 | [www.puurbroeken.nl](http://www.puurbroeken.nl)