

ALMERE



DECEMBER 2022 [WWW.ALMERE-BRUIST.NL](http://WWW.ALMERE-BRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST

Fijne  
*feestdagen!*

*Tim Akkerman:*

'Bruce Springsteen  
is mijn inspirator'



# NATUURLIJK MOOIER

KLINIEK  
HEIHOF  
NATUURLIJK MOOIER



Laapersveld 1, Hilversum

**Gratis parkeren**

vanaf Station Sportpark 1 min. lopen

035 - 77 24 8 24

[kliniekheihof.nl](http://kliniekheihof.nl) | [info@kliniekheihof.nl](mailto:info@kliniekheihof.nl)

*Volg ons op social media*

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

## Lachrimpeltjes, kraaienpootjes of een wenkbrauwfrons.

Bij het verstrijken van de jaren ontkom je er niet aan. Wie er jong en fris uit wil blijven zien, kan voor een goede en betaalbare behandeling terecht bij Klinik 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 Klinik 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

Klinik 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 Klinik Heihof een breed publiek aan. Mensen die iets aan hun rimpels, lijnen, kuiltjes of schaduwen willen doen.

## Liquid facelift

De vertrouwde gezichten bij Klinik Heihof zijn dr. Veerander Ghotra

en drs. Melissa Gomez. 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 Klinik 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.

DRS. MELISSA



DR. VEERANDER



## BIG geregistreerde artsen

Drs. Melissa Gomez en Dr. Veerander Ghotra zijn werkzaam binnen Klinik Heihof. Beide werken zij dagelijks als

cosmetisch specialist. Zowel Melissa als Veerander hebben een extra masteropleiding esthetische geneeskunde (ECAM) in Ierland gevolgd.

## 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 loopt tot januari 2023 onze actie van **10 euro korting op alle behandelingen**. Dat betekent al een botoxbehandeling voor € 79,- en een filler voor € 185,-.

## Hele week open

Klinik 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](http://www.kliniekheihof.nl) voor meer informatie.**

# KLINIEK HEIHOF



**BOTOX  
€ 79,-**

**FILLER  
€ 185,-**

**HERFSTDEAL! € 10,- KORTING  
OP ALLE BEHANDELINGEN**



Kijk uit jezelf mooier maken kan telijk uitpakken.  
Een geslaagde ingreep begint bij een geschikte arts.

Wilt U een huis kopen op IBIZA?

Do you want to buy a property? • Deseas comprar una propiedad?



Ibiza Finest Real Estate S L. · Franchisee of KENSINGTON Finest Propertles International AG  
c//Joan Tur Tur 9B, bajos Edificio Punta d' en Mayol 07840 Santa Eulalia · Ibiza · Spain

[www.kensington-international.com](http://www.kensington-international.com)  
[www.kensington-ibiza.com](http://www.kensington-ibiza.com)

[noelle.politiek@kensington-international.com](mailto:noelle.politiek@kensington-international.com)  
0034 971 863 943 /// 0034 660 301 454

OBJECT/**VAN DE MAAND**

## Villa in de heuvels van Es Cubells met prachtig uitzicht op de natuur en de zee

Deze uitzonderlijke en eigentijdse villa is gebouwd volgens de hoogste normen op een rustiek perceel in een verhoogde positie om privacy te garanderen in een rustige en vredige omgeving.

De villa biedt een goed doordachte kamerindeling en strekt zich uit over twee niveaus met verschillende terrassen. Op de begane grond is er een ruime woonkamer met open haard en een open volledig ingerichte keuken met houten en marmere elementen. Verder is er een eethoek voor tien personen. Vanuit de woonkamer is er oegang tot een groot terras waar zich nog een eethoek en een buitenkeuken bevinden.

Een trap leidt naar de enorme infinity-pool, dat zich uitstrekt over twee niveaus en waar we ook een groot zonneterras vinden, perfect voor warme zomerdagen.

De ruime master slaapkamer met eigen badkamer en privéterras bevindt zich op de begane grond, terwijl de andere drie tweepersoonsslaapkamers met twee badkamers zich op de benedenverdieping bevinden.

Evenals een suite met badkamer en kitchenette die geheel onafhankelijk is van de rest van het huis.

De hele villa heeft centrale airconditioning. Bovendien is er een grote was- en bijkeuken achter de keuken. Naast de villa is er een onafhankelijk gastenverblijf met twee grote slaapkamers,



|                             |                       |
|-----------------------------|-----------------------|
| REFERENTIE                  | KPI800                |
| TYPE OBJECT                 | Villa                 |
| WOONOPPERVLAKTE             | 665 m <sup>2</sup>    |
| OPPERVLAKTE VAN HET PERCEEL | 24.509 m <sup>2</sup> |
| SLAAPKAMERS                 | 7                     |
| BADKAMERS                   | 6                     |
| ZWEMBAD                     | 1                     |

**PRIJS  
OP  
AANVRAAG**



# Maak je artistieke droom waar

## Teken en schilderlessen bij u in de buurt!

### Van echte beginners tot gevorderden, net zoals u

Alle cursussen zijn zo ontworpen dat iedereen, van beginners, die nog nooit een penseel in hun handen hebben gehad, tot en met gevorderden, er plezier aan zullen beleven. BuitenGewoon Nederland is een perfecte manier om nieuwe technieken te leren, waar u uw hele leven plezier van gaat hebben.

Het is ook een geweldige manier om nieuwe mensen te ontmoeten en het wordt beslist een leuke ervaring die u nooit zult vergeten en altijd zal koesteren! Alle volwassenen, jong en oud, zijn welkom.

Wij proberen tijdens onze lessen een gezellige, relaxte sfeer te creëren, niet alleen om te zorgen dat potentiële kunstenaars zich kunnen ontwikkelen, maar ook om te zorgen voor een levendige sociale bijeenkomst waar al onze cursisten iedere keer naar uitkijken.

Prijs per les € 23,50 excl. BTW. Totaal 14 lessen.



Verras iemand met een creatieve cadeau!

Bekend van BuitenGewoon Nederland op



the Seasons Art Class

De Steiger 74M Almere | 036-5252847  
www.schilderlessen-almere.nl

# Budo-San Sports



Gevestigd in Almere Haven.



Wij, Frans en Sandra, nodigen iedereen uit om samen met ons sportief in beweging te komen.

## Vechtsport voor kinderen

Okinawa shorin ryu karate

Shorinkai sportkarate

Kickboxing / full contact karate

Fit-Circuit / conditietraining

Vechtsporten voor kinderen (4 jaar tot 12 jaar).

Karate voor kinderen is gericht op de drie onderwerpen: weerbaarheid, samenwerken en discipline.

Kinderen leren grenzen te stellen en op te komen voor zichzelf. Karate train je individueel, maar beoefen je ook samen. Karate is discipline waar regels voor iedereen geldt, tonen we respect voor elkaar en heeft de les een vast structuur en is herkenbaar. Karate is goed voor de fysieke en motorische ontwikkeling en reflexen.

In een sport-pedagogische omgeving (dojo) biedt Budo-San Sports kinderen een veilige sportplek. Proefles: 06-27012769



Vraag GRATIS proefles aan of scan de QR-code voor meer info



Leemwierde 132 1e etage, Almere • 06-27012769 • budo-san@outlook.com • www.budo-san.nl



12

# COLOFON



31

**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 - Nesia Mamengko  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Anouk Jacobs

f Like ons op Facebook.com/almerebruist



32

**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. Almere 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 39 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



## Bruisende lezer,

Wat is december elk jaar toch weer een heerlijke maand. Warmte, sfeer, gezellig samenzijn met familie en vrienden, lekker eten en drinken, maar ook af en toe even heerlijk cocoonen onder een dekentje. Even helemaal niets om bij te tanken van de drukte van al die feestdagen.

Zo zou het in ieder geval moeten zijn, maar helaas ligt ook stress deze dagen op de loer. Er moet immers zo veel worden gedaan en geregeld en al die verplichtingen... Je zou er bij voorbaat al van in de stress schieten. Gelukkig is dat nergens voor nodig. Verderop in deze nieuwste editie van Bruist lees je namelijk hoe je stressvrij de feestdagen doorkomt.

Net als jou, gunnen we ook onze bruisende ondernemers een stressvrije decembermaand. Ze zullen uiteraard ontzettend hard moeten werken deze maand, zoals elk jaar rond de feestdagen, maar met zijn allen kunnen we het ook hen een stukje makkelijker maken. Niet alleen door hun inspirerende verhalen te lezen, maar ook door daadwerkelijk zo veel mogelijk lokaal te shoppen. Zo heeft iedereen een mooie decembermaand.

Fijne feestdagen!  
**René Moes**

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

**Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook 't Gooi Bruist en De Zaanstreek Bruist.**



14



28



23

# Inhoud

# WINTER-QUEEN BEAUTY-ROUTINE

GEZOND HAAR BEGINT BIJ EEN GEZONDE HOOFDHUID

We reinigen regelmatig ons gezicht met peelings en scrubs terwijl de hoofdhuid die dagelijks blootgesteld wordt aan diverse stressfactoren vaak vergeten wordt. Net als een plant in vruchtbare grond groeit, groeit gezond haar vanuit een gezonde hoofdhuid. Chifame biedt Head Spa treatments die specifiek zijn ontworpen om de gezondheid van je hoofdhuid en haar te bevorderen.

**Tricho-analyzer** Een hoofdhuid die niet in balans is kan diverse klachten veroorzaken zoals: Overgevoeligheid / Roos / Overtollig talg / Zwak en beschadigd haar / Haarverlies. Via de videotecnologie van detricho-analyzer van Oway stellen wij in een analyse vast wat de gezondheid van de hoofdhuid en het haar is. Het is mogelijk om via een video mee te kijken naar de conditie van de hoofdhuid.

**Biodynamic Plantpower** Afhankelijk van de analyse worden de juiste producten gekozen voor de behandeling van de hoofdhuid. We maken hierbij gebruik van biodynamisch gemicroniseerde planten van Oway die speciaal op dat moment gemengd worden voor optimale plantpower. Denk hierbij aan de zuiverende kracht van tijm of de ontgiftende werking van witte klei uit de Amazone. De peeling wordt met aandacht in gemasseerd terwijl jij heel ontspannen achteroverleunt.

**Spa Mist** Tijdens onze Head Spa treatments maken we ook gebruik van de ultra moderne Spa Mist behandelingsmachine. In tegenstelling tot stoom creëert Spa Mist kleinere waterdeeltjes die gemakkelijker worden opgenomen door haar en hoofdhuid. Daarnaast is het een ultiem moment van genieten en dit terwijl je hoofdhuid gehydrateerd wordt en een dieptereiniging krijgt.

CHIFAME  
BIO SKIN & CURLS

Hongarijeplaats 4, Almere | 0365246352 | [www.chifame.nl](http://www.chifame.nl)

10

*De bloemenspecialist van Almere*

*Voor iedere gelegenheid,  
ook met de feestdagen!*

**Bloemen of kerststuk bestellen** Bestellen bij uw favoriete bloemist is snel, zeer eenvoudig en u krijgt altijd verse bloemen. Er is dagelijks verse aanvoer van de veilingen in Aalsmeer, Naaldwijk en Rijnsburg. Onze boeketten voldoen aan de standaard van 80% gelijk aan de foto.

**Maar ook voor bruidsbloemen of rouwbloemwerk bestellen kunt u bij ons terecht.**

*Fijne  
feestdagen!*



**Bloemen in het Gooi.nl**  
*De bloemist op de begraafplaats van Almere*

**Kwaliteitsbloemen tegen een zeer scherpe prijs, dat vind je bij Bloemen in het Gooi in Almere. Een unieke bloemenwinkel op een unieke plaats in Almere.**

Kruidentweg 3 Almere  
**036-5304638**

Meerstraat 56, Almere-Haven  
**036-7853175**

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

Bloemen en persoonlijke aandacht zijn onze passie, kwaliteit en service ons visitekaartje. U bent van harte welkom!



11



# Stressvrije *feestdagen*

Sinterklaas is in het land, de kerstdagen komen eraan en de voorbereidingen voor een knallende jaarwisseling zijn in volle gang. Cadeautjes moeten worden gekocht, een overheerlijk kerstdiner moet worden voorbereid en het huis voorzien van feestelijke versieringen. Het lijkt bijna onmogelijk om stressvrij de feestdagen in te gaan.

**Begin op tijd!** Zoek aan het begin van de maand alvast een lekker kerstdiner uit. Alles wat je nu doet, hoef je straks niet meer te doen. Bespreek je gedachten en ideeën met de mensen waar je de feestdagen mee doorbrengt. Als je anderen bij het proces betreft, ligt de verantwoordelijkheid niet alleen bij jou. Dat voelt een stuk fijner.

**STEL NIET TE HOGE EISEN AAN JEZELF** De verantwoordelijkheid om anderen fijne feestdagen te bezorgen, ligt niet bij jou. Uiteindelijk gaat het om de sfeer en niet zozeer om wat jij allemaal geregeld hebt. Dat is het prettige van samenzijn. Laat je niet leiden door alle verplichtingen. Als je geen zin hebt om een kerstboom neer te zetten, doe je dat niet. Volg je eigen plan.

**DURF NEE TE ZEGGEN** Als je schoonouders je uitnodigen om de jaarwisseling met hen door te brengen en je hebt daar eigenlijk helemaal geen zin in, is het niet erg je eigen plan te trekken. Het gaat er niet om wát je zegt, maar hóé je het zegt. Zoek een momentje voor jezelf waarop je niets moet. Een momentje waarop jij kunt doen wat je leuk vindt, zonder dat de verplichtingen in je gedachten blijven.

En als je écht geen zin hebt in de feestdrukte: boek een paar dagen weg en zeg dat je er niet bent. Geen cadeautjes kopen, geen kerstdiner bedenken en geen andere verplichtingen.



**Wil jij ook stressvrij de feestdagen in gaan?** Tussen alle ondernemers op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je ongetwijfeld iemand die jou daarbij kan helpen.

ZOEK EEN  
MOMENTJE VOOR  
JEZELF **WAAROP**  
**JE NIETS MOET**

K

## 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 | @bodasilvia

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



## DE KRACHT VAN DE ONDERNEMERS- DOCHTERS

Marcella Bos en Heidi Los besloten een boek te schrijven over de impact van opgroeien in een ondernemersgezin. Met dank aan de ervaringen en verhalen van meer dan 100 ondernemersdochters is het een bijzondere bundeling van familiewijsheden, uitspraken, verhalen en voorbeelden geworden.



# Voor onvergetelijke

# feestdagen!



## UNION – E-FLOW

Het nieuwe jaar fris ingaan met een elektrische fiets, wie wil dat nou niet? Union laat met de E-Flow zien dat elektrisch fietsen helemaal niet saai hoeft te zijn. De retro look past hij perfect bij de stijlbewuste fietser. Ook is de E-Flow super praktisch; je zoekt andere fietsers



zonder enige moeite voorbij en bent veel sneller op plaats van bestemming. Het perfecte cadeau voor iedereen die jij een elektrisch windje in de rug gunt.  
[www.union.nl](http://www.union.nl)

## HALLMARK WENSKAARTEN

Op de klassieke toer of juist een warme kerstwens voor iemand die het moeilijk heeft. Wens jouw geliefden fijne feestdagen met een mooie wenskaart. Hallmark heeft deze kerst een campagne. Namelijk: dicht de kaartkloof. Met de feestdagen in aantocht willen ze jongeren weer aansporen om een ouderwets kaartje te sturen.  
[www.hallmark.nl](http://www.hallmark.nl)



## 2125, DE WINTERSLAPER

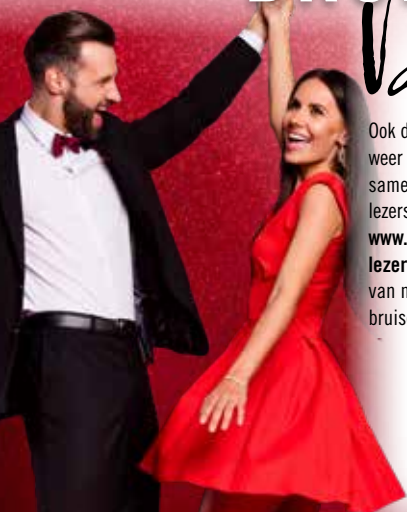
Schrijver Fons Burger is al zijn hele leven activist en op zoek naar oplossingen voor de grootste twee wereldproblemen: de uitputting van de aarde en sociale ongelijkheid. In zijn nieuwe roman ontwaakt hoofdpersoon Max Bloemendaal in het jaar 2125 in een toekomst die niemand zich had kunnen voorstellen. Een perfect cadeau voor iedereen die met een andere blik naar de toekomst wil kijken.  
[www.fonsburger.com](http://www.fonsburger.com)



J

## 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.



## DIY KERSTBOOMJE

Dit originele cadeau is gemaakt van echte dennentakken. Voorzien van lichtjes, slingers en papieren sterretjes. Maak jouw brievenbus kerstboomje extra bijzonder door een lieve kerstkaart toe te voegen. Dit geschenk maakt een kerstgroot super speciaal! Wie verdient dit jaar een originele kerstwens?  
[www.bloompost.nl](http://www.bloompost.nl)



A

## LEZERSACTIE\* MISTERYBOX - MEN CARE SET

Deze box is geschikt voor iedere man die zichzelf wast/scheert/verzorgt op zijn manier. De box is gevuld met premium verzorgingsproducten voor mannen, inclusief how-to-use informatie die je als man een handje bij helpt.



[www.mysterybox.nl](http://www.mysterybox.nl) TAG #CARE



## 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)





**WIJ ZOEKEN**

**FULTIMERS!**

**JUNIOR VERKOPER**

Di t/m za

**MAGAZIJN BEHEER/  
INKOPER**

Di t/m za

**WERKPLAATS RECEPTIE**

Di t/m za

Kijk op [www.scooterspot.nl/vacatures](http://www.scooterspot.nl/vacatures) en solliciteer!

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

## UW CREMATIE DUURZAAM IN VERTROUWDE HANDEN

**Cremaere**

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

Cremeren  
€ 468,-

Uw crematie met zorg en medeleven tegen een zeer redelijke prijs

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

Vraag het ons of uw uitvaartondernemer.

**Cremaere, voor een duurzame crematie!**



Grietje & Hans de Kluijver

Bel ons  
036 737 04 32

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

**December** is de maand van feestjes, gezelligheid en huwelijksaanzoeken!

De **meeste** aanzoeken worden in deze maand gedaan. De koudste

**temperatuur** ooit gemeten in Nederland was -27,4 graden Celsius.

Dat was in **1942**. Brrr! **Sinds 1901** hebben we acht keer een

**witte Kerst** gehad: sneeuw op Eerste én Tweede Kerstdag.

Het geven van **kerstcadeaus**

verwijst naar de **cadeaus** die de drie wijzen op kerstochtend aan

**kindeke Jezus** hebben gegeven.

Een **oliebol** bevat minder calorieën dan een **krentenbol**.

De duurste **kerstboom** kost 9,3 miljoen euro.



**DOKTER ANDRÉ**  
**BEAUTYWORLD**

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

#### BEHANDELINGEN

RIMPELS

FILLERS

BOTOX

PROFILO

LIPPEN



Bekend van Gooische Passie en  
Life is Beautiful



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



**NIEUW**  
IN ALMERE

# GÉÉN BOTOX, GÉÉN FILLER, MAAR JE EIGEN WEEFSEL

Met een speciale techniek wordt onder plaatselijke verdoving weefsel verwijderd uit de oppervlakkige buikhuid. De in dit weefsel aanwezige cellen zoals vetcellen, stamcellen en aanwezige groeifactoren worden dan na behandeling aangebracht op de gewenste plaatsen.

**Ter introductie geldt tot en met december een aanzienlijke KORTING van € 350,-.**

Maak daarom snel een afspraak voor een  
GRATIS EN VRIJBLIJVEND CONSULT.

Deze behandeling kan niet in aansluiting op het consult verricht worden.

**Afspraak maken: tijdens kantooruren telefonisch 035 8200426  
of via de website [www.dokterandrebeautyworld.nl](http://www.dokterandrebeautyworld.nl)**



STYLAGE

BOCOUTURE®

Veluwezoom 5, Almere | 035 8200426



PRAKTIJK AGNES  
HOOGENDOORN

## Jij wilt verandering

Herken je dat? Je loopt ergens tegenaan in je leven, je raakt snel uit balans, je ontploft, of sluit je af. Daar wil je verandering in, maar het lukt je niet om dat te doen.

Tijdens een sessie gaan we samen op ontdekkingsreis en 'luisteren' naar wat je lichaam te vertellen heeft. Je krijgt inzicht wat er aan de hand is en ruimt zo trauma's op celniveau op. Dit wordt ook wel systemisch coachen via het lichaam genoemd.

Door bewust te worden wat er gespeeld heeft bij jou en je familie, kun je jouw rol daarin zien. Je kunt uit de patronen stappen en je eigen pad lopen. En dat werkt helend, zowel voor jou als ook voor de generaties voor en na je.

*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



Scan de QR-code  
voor meer  
informatie

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

## DAGJE UIT KERSTSTAD VALKENBURG



Van 18 november tot en met 8 januari is het Geulstadje Valkenburg weer van onder tot boven in kerststeden gehuld. Kerststad Valkenburg is dé plek waar de kerstmarkten een echte beleving zijn, waar je eindeloos kunt wandelen in unieke en wonder-schone winterlandschappen, waar de kerstliefde door de maag gaat, waar duizenden kerstlichtjes fonkelen en waar heel veel leuke te beleven valt. Laat je meevoeren door de ondergrondse betovering in de kerstgrotten van Valkenburg, met de gezelligste kraampjes, sfeervolle lichtjes, het kerstverhaal en meterslange miniatuurdorpjes. In Valkenburg strijk je neer voor een kerst in magische sfeer!

Kijk voor meer info op  
[www.kerststadvalkenburg.nl](http://www.kerststadvalkenburg.nl)



## FILMPJE KIJKEN CALL JANE

Joy, een huisvrouw in het Amerika van de jaren zestig, kijkt uit naar het krijgen van haar tweede kind. Maar haar roze wolk wordt overschaduwd door het nieuws dat deze zwangerschap haar eigen leven in gevaar brengt. Omdat de reguliere artsen haar niet willen helpen, wendt ze zich tot 'The Janes', een geheime groep vrouwen die onder leiding van de charismatische Virginia alles riskeert om vrouwen hun eigen keus te kunnen laten maken. De vrouwen redden hiermee Joys leven. Deze ingrijpende gebeurtenis wakkert bij haar de ambitie aan om zelf ook andere vrouwen te helpen hun eigen lot te bepalen. **CALL JANE is vanaf 8 december te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN DE KLEINDOCHTER



Niet lang nadat hij in de jaren zestig Birgit ontmoet in Oost-Berlijn, vraagt Kaspar haar ten huwelijk. Ze stemt toe onder één voorwaarde: hij moet haar helpen vluchten uit de DDR. De vlucht slaagt. Als Birgit overlijdt, ontdekt de zeventigjarige Kaspar in haar dagboeken dat ze al die jaren iets voor hem verzweeg: bij de vlucht liet ze haar dochtertje Svenja achter, met wie ze nooit meer contact heeft opgenomen. Kaspar besluit Svenja te zoeken en vindt haar in een kleine dorpsgemeenschap in Oost-Duitsland. Hun ontmoeting verloopt moeizaam, voornamelijk vanwege haar rechts-radicaliteit echtgenoot. Alleen met hun dochter Sigrun – zijn kleindochter – bouwt Kaspar een aarzelende relatie op. **DE KLEINDOCHTER van Bernhard Schlink is vanaf 1 december verkrijgbaar.**

# HE-LE-MAAL LOS...

## Helemaal ontspannen

### HOE ONTSPANNEN BEN JIJ EIGENLIJK AAN HET EIND VAN HET JAAR?

Dit is wat jouw haar je vertelt over je gezondheid. Regelmatig krijgen wij de volgende vragen.

- Krijg ik haaruitval van vaccinaties?
- Hebben medicijnen en hormonen invloed op mijn haar?
- Hoe voorkom ik "gestrest" haar?
- Wat kan ik doen om mooi, gezond en glanzend haar te krijgen en houden?

### Gezond en mooi haar

Het begint met het verzorgen van binnenuit. Eet gezond en drink veel water. Het klinkt cliché maar het is waar.

### Een gezonde hoofdhuid is gezond haar...

### Weet je dat...

Je haar alleen (lang) goed blijft zitten bij de juiste basis aan verzorging en een perfect geknipte coupe?

### Wij helpen je daar bij.

We adviseren je hoe jij je haar het beste kan verzorgen en stylen.

### Ben je toe aan wat ontspanning?

Maak een afspraak en ontvang bij je behandeling in december een gratis hoofdmassage van 5 min. Voor iedere klant een gratis kerstgeschenkje.

### Wil je er verzorgd uit zien?

Reserveer nu je afspraak  
**0627243209**  
[www.jafemyhairstudio.nl](http://www.jafemyhairstudio.nl)



 **JAFEMY**  
HAIR STUDIO

### PIJNLIJKE SPIEREN?

Je laat je auto ieder jaar APK keuren. Waarom zorgen we dan zo slecht voor ons lichaam? We vergeten wel eens hoe belangrijk ons lichaam is. We belasten het dagelijks. Het begint vaak met vermoeidheid en lichte verkramping her en der door het lichaam heen.

### KENNISMAKINGS AANBIEDING

Boek nu je afspraak en ontvang de hele maand december

**10% KORTING**  
op je behandeling.

### Even opladen in deze hectische drukke tijden?

Een ontspanningsmassage helpt je hier bij. Liever een stoelmassage? Ook dit is mogelijk en zeker zeer effectief voor de spieren.

**NIEUWSGIERIG GEWORDEN? Voor info en reserveringen:**  
Studio Enersjiek | 06-30401581 | [enersjiek@gmail.com](mailto:enersjiek@gmail.com)



Tonya van der Klooster

### LAGE RUGPIJN, NEKPIJN, HOOFDPIJN OF SCHOUDERPIJN?

Iedereen heeft wel eens pijn en hoe frustrerend is het als de pijn niet weg wil en niets lijkt te helpen.

### Waarom Acupunctuur?

De Chinese geneeskunde heeft een hele andere kijk op het menselijk lichaam dan de westerse geneeskunde. Ik heb zelf mogen ondervinden dat acupunctuur snelle resultaten kan geven

Laat middels acupunctuur de pijn verlichten en/of doen verdwijnen. Ben je aanvullend verzekerd, dan kom je in aanmerking voor vergoeding. Maak nu een afspraak.

**Acupunctuurpraktijk Vera | 06-30583675**  
[info@acupunctuurpraktijkvera.nl](mailto:info@acupunctuurpraktijkvera.nl) | [www.acupunctuurpraktijkvera.nl](http://www.acupunctuurpraktijkvera.nl)



Vera



Ben je een perfectionist, geen zorgen wij zijn dat ook!

Klanten een stukje eigen identiteit geven, dat is het doel van Extended Skin. Natuurlijkheid staat centraal bij ons. Zo werken wij met schone, botanische en dierproefvrije skincare producten.

Ook staat Permanente make-up, afgekort PMU, centraal bij ons. De oplossing voor iedere vrouw (en enkele mannen) die er gedurende de hele dag verzorgd uit willen zien. Voor alle behandelingen kunt u een vrijblijvend consult inboeken voor meer informatie.

**PERMANENTE MAKE-UP**

PEELINGS

MICRODERMABRASIE

KORTE BEHANDELINGEN

DEFINITIEF ONTHAREN

LUXUEUZE FACIALS

BOTOX EN FILLERS

Voor meer informatie over onze behandelingen kijk dan op [www.extendedskin.nl](http://www.extendedskin.nl)

# SOFT LIPS

Permanente make-up van de lippen wordt door velen een liptatoeage of liptattoo genoemd. Toch is er een verschil tussen permanente lippenmake-up en het tatoeëren van de lippen.

Bij lippen tatoeëren gaan de pigmenten dieper de huid binnen en blijven daardoor levenslang zitten.

Bij permanente make-up worden de pigmenten op minimale diepte ingebracht. Hierdoor zal de semi-permanente make-up van de lippen na ongeveer twee tot vijf jaar langzaam vervagen, waardoor lelijke verkleuring van het pigment voorkomen wordt.

MAAK NU EEN AFSpraak ONLINE!



Onze specialisten

**BEHANDELINGEN** kunnen worden vergoed door uw zorgverzekeraar

*“Goed advies gekregen, na een lekker kopje koffie vakkundig tot volle tevredenheid behandeld! Kom zeker terug!”*

Mw G.M.



Vlierweg 12A, Houten  
030-2745350  
[www.extendedskin.nl](http://www.extendedskin.nl)

# OMBRÉ POWDER BROW

Ombre powder brows is de nieuwste trend op het gebied van permanente make-up voor wenkbrauwen. Bij ombre powder brows worden de wenkbrauwen niet volledig donker in geschaduw. Zo wordt bij de aanzet met een lichte tint begonnen, waarna deze naar de punten toe in een donkerdere tint overloopt. Dit zorgt voor een zacht en natuurlijk effect. Deze techniek is aanpasbaar op een vette huid.



*Tim Akkerman:*

# ‘Bruce Springsteen is mijn inspirator’

Tim Akkerman draait al ruim twintig jaar mee in de Nederlandse muziekwereld en trekt dit jaar met zijn show Tim Akkerman & The Ivy League langs de theaters. De voormalig zanger van DI-RECT blikt in zijn voorstelling onder meer terug op zijn allereerste zelfgeschreven nummer en zijn idolatrie voor Bruce Springsteen. “Bruce is mijn inspirator en voorbeeld.”

Tims voorliefde voor de Amerikaanse rockzanger ontstond al op jonge leeftijd en is sindsdien nooit meer gedoofd. In 2018 bracht de zanger in de Nederlandse theaters zelfs een speciaal eerbetoon aan The Boss. “Zijn muziek, persoonlijkheid en de energie die hij uitstraalt tijdens optredens, daar herken ik mijzelf in. Fans in binnen- en buitenland linken sinds deze tournee mijn muziek aan zijn muziek. Die vergelijking is onbeschrijfelijk”, vertelt Tim vol trots.

**MTV UNPLUGGED** In zijn nieuwste theatershow dompelt hij samen met zijn band The Ivy League de bezoekers onder in de sfeer van MTV Unplugged. Tim: “De show is heel divers. Zo kom ik met mijn eerste zelfgeschreven liedje het podium

op, zing ik de mooiste nummers van de voorbije jaren en spelen de bandleiden allemaal een ander instrument. Het is een mix van akoestische muzikaliteit, anekdotes en ontroerende verhalen.”

**THE IVY LEAGUE** Sinds 2014 staat de band als Tim Akkerman & The Ivy League op de affiches, maar geheel uniek bleek die naam niet te zijn. “Ik kwam een paar jaar geleden tot de ontdekking dat er al een band bestond met de naam The Ivy League. Een Engelse groep uit Londen uit de jaren zestig. Maar we hebben de bandnaam niet veranderd hoor”, sluit Tim met een knipoog af.

Tim Akkerman & The Ivy League is tot en met 17 december in de theaters te zien.

**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

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

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



E

# Er gaat een (digitale) wereld voor je open

Wat voor de een heel simpel is, is voor de ander compleet nieuw. Om mensen kennis te laten maken met zaken als videobellen en dergelijke en ze te leren om dit ook daadwerkelijk zelf te doen, organiseert Senior-Live diverse (groeps)cursussen en trainingen, zoals een iPad-cursus en een cursus Windows. "Hierin leren de mensen in hun eigen tempo en op begrijpelijke wijze hoe alles werkt en hoe ze er zelf mee aan de slag kunnen gaan."



COMPUTERHULP



COMPUTERCURSSUSEN

## Activiteiten & diensten voor senioren in Almere



### Cursussen, trainingen en meer

Het organiseren van cursussen en trainingen is niet het enige dat ze bij Senior-Live doen. "We hebben bijvoorbeeld ook nog elke vrijdag van 10.00 tot 12.30 uur een inloopspreekuur voor computergerelateerde vragen en we bieden indien gewenst ook persoonlijke en deskundige computerhulp aan huis. Senioren die het leuk lijkt om hier ook aan deel te nemen, zijn meer dan welkom om zich bij ons aan te sluiten. Aanmelden kan via de website of door ons te bellen."



TAALMAATJES ONLINE



# Jarig jubileum Queens Hairstyling

**1** Wanneer is "Queens Hairstyling" opgericht?  
Dat kan ik mij als de dag van gisteren voor me halen, 13 december 2003, na jaren van hard werken en sparen was het zover!

**2** Terugkijkend op de afgelopen jaren, is het geworden wat jij voor ogen had? Ha,ha,ha, mijn drive was toen ik voor mezelf begon alleen gefocust op de salon, eerlijk in de loop der jaren ontdekte ik meer waar mijn hart sneller van gaat kloppen. Ik kan met zoveel liefde zeggen dat ik meer heb gerealiseerd dan ik voor ogen had.

**3** Ik begrijp dat vanaf 13 december 2022 tot 13 december 2023 "Queens" in feest stemming is? Ja, dat klopt een jaar lang leuke acties en stilstaan bij deze mijlpaal die wij vervolgens 13 december 2023 met een feest afsluiten!



Ismahan Obenali





# Als je iedereen ziet stralen,

*dat is toch geweldig!*

Even leek het erop dat Trudy Lekkerkerker (72) uit Woerden niet mee kon naar het stranduutje in Petten, waar ze zich zo op had verheugd. Ze liet het er niet bij zitten en zorgde ervoor dat ze alsnog kon gaan. En ze nam nog zes andere mensen mee!

## Hartverwarmend

“Het was een heel bijzondere dag, voor mezelf maar ook voor de andere aanwezigen. De uitjes van het Ouderenfonds zijn altijd zo goed verzorgd. Met koffie en een heerlijke lunch. De locaties zijn altijd prettig en de ontvangst is steeds hartverwarmend. Niets anders dan lof! In Petten was er ook muziek en hebben we gezongen, zo leuk. Mensen werden in speciale strandrolstoelen naar zee gereden, dat zorgde voor grote hilariteit. Als je iedereen ziet stralen, dat is toch geweldig!”

## Toch nog mee

Trudy had zich via de BoodschappenPlusBus in Woerden aangemeld voor het stranduutje. “Helaas waren er meer aanmeldingen dan plekken en werd ik uitgeloot. Op de website van het Ouderenfonds zag ik dat je je ook rechtstreeks voor het uitje kon aanmelden, zelfs met meer mensen. Ik kon alleen niet autorijden, omdat ik aan mijn voet was geopereerd. Gelukkig kende ik iemand die wel wilde chauffeurs. Ik heb een aantal anderen gevraagd of ze ook meewilden. Samen hebben we de benzinekosten en het uitje voor onze chauffeur betaald. Zo konden we alsnog mee.”

## ‘In je eentje ga je niet, met het Ouderenfonds wel!’

Ook Marry van 't Hoog (82) genoot van het stranduutje in Petten. “Ik ben slecht ter been en ga steeds verder achteruit. In huis red ik me met een rollator en ik heb een scootmobiel. Ik woon zeven hoog en moet bij de lift uitstappen, maar dat weerhoudt me er niet van om er toch op uit te gaan. Wel heb ik soms wat hulp nodig. Zo kan ik niet alleen naar het strand. Ik heb geen vervoer en kan met mijn scootmobiel niet over het zand rijden. Dankzij de BoodschappenPlusBus kan ik vanuit Woerden wel mee op stap, dat is ideaal.”

Het Ouderenfonds had bij het uitje naar Petten voor speciale rolstoelen gezorgd, met dikke banden. Een van de andere deelnemers heeft me daarmee naar de zee gereden. Ik kreeg een enorme golf over me heen en was tot mijn borst toe nat, maar heb enorm van het uitje genoten. Ik vind het leuk om onder de mensen te zijn. In je eentje ga je niet, met het Ouderenfonds wel.”

 **nationaal  
ouderenfonds**

**Help het Ouderenfonds in de strijd  
tegen eenzaamheid onder ouderen.**



Scan de QR-code en  
**doneer nu**



Met 39 uitgaven is **BRUIST** een succesvolle formule in Nederland, België, Ibiza en Costa del Sol.

# NederlandBruist *zoekt* franchisenemers

Bruist heeft met 16,5 jaar ervaring een vernieuwd franchise-concept opgezet. We zijn op zoek naar **succesvolle fulltime topverkopers met ervaring**, die er al jaren van dromen om een **eigen onderneming op te zetten**.

Voor een aantal **bestaande regio's**, maar ook voor **nieuwe regio's**, zoeken wij **franchisenemers** die aan de slag willen gaan om een eigen magazine in print en online uit te geven. Wij willen dolgraag in België, Nederland en Spanje uitbreiden en samen die regio's nog meer laten bruisen.

**Ben jij op zoek naar een nieuwe uitdaging of wil je meer informatie?**

**Aarzel dan niet en stuur je motivatie, cv en pasfoto** naar [franchise@nederlandbruist.nl](mailto:franchise@nederlandbruist.nl).

Met bruisende groet,

**Marcel en Lea Bossers**

VAN BOEKENUITLEENFABRIEK  
**TOT HUISKAMER  
VAN DE STAD**



Iedereen is welkom hier. En dus niet alleen om boeken te lenen, maar ook om van alles te beleven.

Bibliotheek  
Filmhuis  
Cursussen en workshops  
Lezingen

Loop gewoon eens binnen,  
**er is altijd wat te doen!**

Je bent al lid  
voor € 16,50,-  
per jaar

denieuwebibliotheek

De Nieuwe Bibliotheek - Vestigingen:  
Almere Stad, Almere Buiten, Almere Haven en  
Almere Poort [www.denieuwebibliotheek.nl](http://www.denieuwebibliotheek.nl)

**Thermen**  
DAYSPA  
WELLNESS **Lamer**

Kom helemaal tot rust



SCOUTINGPAD 3 | ALMERE HAVEN | 036-5386888  
[WWW.THERMENLAMER.NL](http://WWW.THERMENLAMER.NL)

Paulina's werk  
is te zien in  
**Atelier Odelein**

*Vormgeven  
in steen*

## PAULINA LEERT U DE FIJNE KNEEPJES VAN HET VAK



Paulina Martin de Kreij is beeldhouwster met passie voor het vak. Ze zit vol creatieve ideeën en maakt bronzen en natuurstenen (vooral marmeren) beelden. De werkplek van Paulina Martin vind je tegenover de kerk in Almere Haven.

In haar atelier maakt ze haar werken in brons en natuursteen. Paulina werkt vaak in opdracht en na een paar gesprekken met de opdrachtgever probeert zij aan alle wensen te voldoen.

Paulina geeft cursussen in beeldhouwen. Men leert met diverse soorten natuursteen werken, techniek en vormgeving. Ook wordt aandacht besteed aan anatomie. Er zijn vele soorten steen beschikbaar waaruit een keuze gemaakt kan worden, om uw eigen creatie onder begeleiding te vervaardigen. De beeldhouwster werkt en exposeert al bijna 35 jaar op de Kerkgracht 129. Ook vervaardigt zij beelden in opdracht waarbij de opdrachtgever eigen inbreng heeft in het produceren van de opdracht. Hieronder vallen ook gedenksculpturen voor mensen die op een bijzondere manier hun dierbaren willen herdenken. Momenteel zijn er nog enkele plekken vrij voor cursisten die creatief bezig willen zijn.



**Atelier Odelein** | Kerkgracht 129, Almere  
036-5311319 | 0618492523 | [www.odelein.com](http://www.odelein.com)

# PUZZELPAGINA

December heeft veel donkere dagen. Maar ook veel lichtjes. De mensen maken hun huis gezellig. Ze hangen kerstverlichting aan de muren, de kaarsen staan weer elke avond op tafel te branden. Los gezellig samen rond de tafel op de achtergrond en maak 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 **8-1-7**.

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 'feestdagen'. De oplossing van vorige maand was **denken**.

Maak kans op  
*het nieuwe  
boek van  
Michael  
Pilarczyk*



Master Your Mindset Leef Je Mooiste Leven gaat over persoonlijke en spirituele groei, maar ook over zakelijk succes. Die combinatie maakt dit boek uniek. Michael Pilarczyk schreef een persoonlijk verhaal over inzicht, bewustzijn en de kracht van gedachten.

my=b Qe=j+j

k+ -s v+

j+ s=u+w

m+ r=i -r

l+Q-i+ my=v+?



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

Maak kans op  
*Cheerful  
Merlot*



YES! Lekkere wijn die ook nog eens bijdraagt aan wat belangrijk is: een eerlijke wereld voor iedereen. Per verkochte fles wordt er 750 liter schoon drinkwater aan communities in Afrika geschonken. Bovendien is de wijn 100% biologisch, vegan en hartstikke lekker.

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

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

wijn  
rood  
merlot  
lekker  
cheerful  
biologisch  
vegan  
fles

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



# BRUIST

zoekt jou!

Scan de QR-code voor alle vacatures. Tevens franchisenemers gezocht.

