

AMSTERDAM  **SEPTEMBER 2024** WWW.AMSTERDAMBRUIST.NL **GRATIS MEENEMEN!**

BRUIST



**GENIET, ONTDEK,
STOP & BEWONDER**



Wilt u meer weten
over de behandelingen
bij Oran Aesthetics?
Scan dan de QR-code
of **kijk op:**
www.oranaesthetics.nl

Een gezonde, frisse en natuurlijke uitstraling

Ontdek de ultieme schoonheidservaring bij Oran Aesthetics, waar deskundigheid en innovatie samenkomen. Wij bieden op maat gemaakte oplossingen voor uw unieke schoonheidsdoelen. Ons toegewijde team van professionals staat klaar om u te begeleiden op uw reis naar tijdloze schoonheid, met een focus op huidverjonging, lichaamscontouren en meer. Bij Oran Aesthetics is elk detail belangrijk en uw welzijn staat centraal. Ontdek de kracht van uw eigen schoonheid in onze verfijnde esthetische wereld.

Met deze maand aandacht voor: SEFFILLER | REGENERATIEVE THERAPIE

Ervaar de ultieme huidverjonging met SEFFILLER, een baanbrekende behandeling bij Oran Aesthetics in Amsterdam. Deze geavanceerde regeneratieve therapie benut uw eigen vetweefsel om zowel de uitstraling als de gezondheid van uw huid te verbeteren. SEFFILLER biedt een natuurlijk en effectief alternatief voor traditionele fillers, zonder synthetische stoffen, wat het risico op allergische reacties minimaliseert. Door gebruik te maken van autologe vettransplantatie, versterkt de behandeling niet alleen uw huidkwaliteit, maar bevordert deze ook de veerkracht en integriteit van uw huid. Onze ervaren specialisten combineren uitgebreide medische

expertise met de nieuwste technologieën om een gepersonaliseerde behandeling te creëren die perfect aansluit bij uw unieke behoeften en wensen. Dit resulteert in langdurige, natuurlijke resultaten die uw schoonheid op een authentieke manier accentueren. **Ontdek hoe SEFFILLER de toekomst van gezichtsverjonging definieert en ervaar een vernieuwde, stralende huid.**

Scan de QR-code en
maak nu een afspraak



ORAN
A E S T H E T I C S



BOREK
parasols | outdoor furniture

ENJOYING THE OUTDOORS
WITH OUR THREE BRANDS

ORIGINAL DUTCH DESIGN SINCE 1977

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



MAX&LUUK
PARASOLS | OUTDOOR FURNITURE



yoi
INSPIRED BY
RELAXATION

Wij regelen het graag voor u!

Betrouwbaar transport

van en naar **Spanje!**

Bent u op zoek naar betrouwbaar transport voor uw inboedel, auto, motor of boot van en naar Spanje? Costa Sprinter staat voor u klaar! Wij verzorgen met plezier ook kleinere zendingen zoals huisraad, kleding of koffers. Onze uitgebreide dienstverlening omvat tevens opslagmogelijkheden in zowel Nederland als Spanje. Of u nu verhuist naar de zonovergoten Costa's of naar het Spaanse binnenland, wij regelen het graag voor u!

Complete Transportservice voor Spanje en Europa

Costa Sprinter biedt meer dan alleen transport naar Spanje. Wij rijden regelmatig naar Portugal, Frankrijk, België, Duitsland en door heel Nederland. Onze service is ontworpen om aan al uw transportbehoeften te voldoen, of het nu gaat om een enkele koffer of een complete inboedel. Dankzij onze ruime ervaring

en **betrouwbare dienstverlening** bent u verzekerd van een **zorgeloze verhuizing**.

Opslagmogelijkheden in Nederland en Spanje

Heeft u tijdelijke opslag nodig tijdens uw verhuizing? Geen probleem! Costa Sprinter biedt **veilige** en **flexibele opslagmogelijkheden** aan in zowel Nederland als Spanje. Of het nu gaat om korte of langdurige opslag, uw bezittingen zijn bij ons in goede handen.

Wij zorgen ervoor dat uw goederen veilig en beschermd worden opgeslagen tot u ze weer nodig heeft.

Kies voor onze betrouwbare en flexibele service en onze jarenlange ervaring. Contacteer ons vandaag nog voor een vrijblijvende offerte!



COSTA SPRINTER

Transport van en naar Spanje

Vraag naar de mogelijkheden en onze tarieven, bel of whatsapp (+31) 6 27 27 27 72

COLOFON

UITGEVER

NL Bruist B.V.

DIRECTIE

Marcel en Lea Bossers

SALES SUPPORT

NL Bruist 076 711 5340

TEKSTEN

Lea Bossers

EINDREDACTIE

Maaïke van Helmond

FOTOGRAFIE

Lea Bossers

VORMGEVING

Ron Schouwenaar

CONTACT

NL Bruist, Beneluxweg 45, 4904 SJ
Oosterhout, 076 711 5340 bereikbaar van
08.30 - 17.30 uur. Like ons op
[nederlandbruist](#) en [nederlandbruist](#).

Copyright NL Bruist B.V. ©2024.
Het overnemen van artikelen als bedoeld
in artikel 15 van het auteursrecht is niet
toegestaan. Merknaam 'BRUIST' is
eigendom van NL Bruist B.V..

Deze uitgave is met de grootst mogelijke
zorgvuldigheid samengesteld. NL 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.

ADVERTEREN?

Bel Rene Moes op 06-19629221

GOOGLE TRANSLATE TO TRANSLATE INSTANTLY



Instant Camera Translation: Instantly
translate text images by pointing your
camera at it.



The app translates up to 133 languages.
Support for features varies by languages:

- Translate text: type to translate languages
- Offline: translate without internet connection
- Photo's: Translate text into captured or imported photos

Declaration on rights:

- Microphone for translating spoken text
- Camera to translate text via camera
- Photos for importing photos from your library

OPVALLEN? Adverteer in Bruist

Mail nl@nederlandbruist.nl of bel
Marcel Bossers 06 34590975
076 7115340



Scan de QR-code
voor een afspraak!

WEBSITE NODIG?

Mail nl@nederlandbruist.nl of bel
Lorenzo Bossers 06 42720554
076 7115340 of scan de QR-code.



BRUIST
ONLINE

Ja, dat kunnen we!



*Romantische
uitjes*



*Juweeltjes
in de stad*



Campings



*Bekende
shopstraten*

20 32 38 44

Bruisende lezer,

September is de perfecte tijd om qualitytime met je partner door te brengen in Amsterdam. Na de zomervakantie is het ideaal om samen te genieten van de rust die de stad in deze periode biedt. Amsterdam is fascinerend, ongeacht hoe vaak je er al bent geweest.

Dankzij het diverse aanbod aan activiteiten, hotels, restaurants en bezienswaardigheden is er altijd iets nieuws te ontdekken. Bezoek een gezellig café voor een rustige lunch, verken de groene parken, of maak een romantische wandeling langs de grachten. De stad bruist nog steeds van het leven, met een ontspannen najaarsenergie die perfect is voor een dagje weg.

Blader voor meer tips en inspiratie door deze nieuwste editie van Amsterdam Bruist en laat je verrassen door de verhalen en perspectieven van lokale ondernemers. Zo maak je van je tijd samen in Amsterdam een onvergetelijke ervaring.

Lea en Marcel Bossers



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

Matrabike heeft al meer dan 30 jaar ervaring met het leveren van fietsen van fabrikant naar de klant. Het assortiment van Matrabike bestaat uit allerlei soorten fietsen van racefietsen, stadsfietsen, mountainbikes tot elektrische fietsen. Oftewel; Matrabike heeft voor elk wat wils!

HET IS WEER ZOMER!

Matrabike vindt het belangrijk dat de klant écht waarde krijgt voor haar geld. Dit ziet u ook terug in onze klantenreviews. Matrabike heeft de hoogste klantenwaardering in de fietsenbranche op Trustpilot.



STOKVIS E-Trento

- MXUS achterwielmotor
- 7 Shimano versnellingen
- V-brake remmen

Van €1499 voor

€ 899,- *Stokvis*



ROMET e-Modeco Urban 1.0

- Bafang G020 achterwielmotor
- 7 Shimano versnellingen
- Hydraulische schijfremmen

Van €1799 voor

€ 1299,-



LEKKER OP DE FIETS!



FONGERS E-Transporter N7

- MXUS voorwielmotor
- 7 Shimano versnellingen
- Rollerbrake remmen

Van €2149 voor

€ 1399,-



FONGERS Nuevo Plus

- Motinova Volans Plus middenmotor
- 7 of 8 Shimano versnellingen
- Hydraulische schijfremmen

Van €2999 voor

€ 2199,-



★ Trustpilot



TrustScore 4.7
4.902 reviews

Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

Gompenstraat 21, 5145 RM Waalwijk,
Nederland. Tel. 0416 34 20 12

Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

Kortrijksesteenweg 70, 9830 Sint Martens
Latem, België. Tel. 03 888 09 90

Matrabike Rumst (BE)

Antwerpsestraat 83, 2840 Reet
(gemeente Rumst), België.
Tel. 03 888 09 90



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

matrabike
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

Heeft u vragen of wilt u meer informatie?
Stuur dan een e-mail naar:
klantenservice@matrabike.nl

Kijk voor uw elektrische fiets op:
www.matrabike.nl



Windmolentours

Windmolentours vanuit Amsterdam bieden een unieke kans om de rijke geschiedenis en iconische landschappen van Nederland te ontdekken. Hoewel Amsterdam zelf geen windmolens heeft, vind je in de nabije regio's enkele van de beroemdste exemplaren. Deze tours zijn ideaal om de historische en culturele waarde van deze indrukwekkende bouwwerken te verkennen.

Een van de populairste bestemmingen voor een windmolentour vanuit Amsterdam is de **Zaanse Schans**. Dit openluchtmuseum, op korte afstand van de stad, biedt een indrukwekkende verzameling authentieke windmolens, waarvan sommige uit de zeventiende eeuw dateren. Bezoekers kunnen enkele van de oudste nog werkende windmolens van Nederland van dichtbij bekijken en zelfs betreden. Je ziet hoe deze molens vroeger werden gebruikt voor het malen van graan, het zagen van hout en het persen van olie. Naast de windmolens kun je ook traditionele ambachten zoals klompen maken en kaasmaken ervaren.

Een andere fascinerende stop is **Kinderdijk**, dat op de UNESCO Werelderfgoedlijst staat. Dit gebied, iets verder van Amsterdam, is beroemd om zijn negentien windmolens die in een uniek polderlandschap staan. De achttiende-eeuwse molens werden gebouwd om

het land droog te houden voordat moderne gemalen in gebruik kwamen. Een bezoek aan Kinderdijk biedt niet alleen een schilderachtig uitzicht, maar ook een diepgaand inzicht in de Nederlandse strijd tegen het water.

Voor een uitgebreidere ervaring combineren veel tours de Zaanse Schans met een bezoek aan het charmante vissersdorp **Volendam** en het eilanddorp **Marken**. Deze pittoreske locaties geven een blik op het traditionele Nederlandse leven, met kleurrijke houten huizen en oude vissersboten. Geniet van lokale delicatessen zoals vers gerookte paling en poffertjes terwijl je de sfeer van deze historische dorpjes opsnuift.

Windmolentours vanuit Amsterdam bieden de perfecte mix van cultuur, geschiedenis en natuurschoon, met een unieke kans om iconische Nederlandse symbolen te ervaren.

IMPRESSIE

AMSTERDAM IN VOGELVLUCHT



AMSTERDAM CITY SWIM Op 8 september maken de grachten van Amsterdam weer plaats voor maximaal 3.000 dappere zwemmers, waaronder 250 junioren, tijdens de Amsterdam City Swim. Vanaf 9:00 uur tot 19:30 uur zwemmen deelnemers door de iconische grachten om geld in te zamelen voor ALS-onderzoek, geïnspireerd door de actie die in 2011 begon toen 14 vrienden fondsen werven voor hun vriend Weert-Jan Weerts. Het evenement is sindsdien jaarlijks gegroeid, waarbij duizenden mensen deelnemen. De route begint bij het Scheepvaartmuseum voor de korte zwem en bij de Keizersgracht voor de klassieke zwem, met beide routes eindigend op het Marineterrein. **Marineterrein, Kattenburgerstraat 5, Amsterdam**
www.amsterdamcityswim.nl



UNSEEN AMSTERDAM Van 19-22 september kun je genieten van de hoogste standaarden en een intieme sfeer die galleries en verzamelaars van over de hele wereld aantrekt. Unseen Amsterdam, het fotografie-evenement dat vorig jaar meer dan 25.000 bezoekers trok, presenteert dit jaar opnieuw de nieuwste ontwikkelingen in de hedendaagse fotografie. Gelegen op het Westergasterrein in Amsterdam, biedt Unseen een unieke kans om baanbrekend werk van zowel opkomende als gevestigde fotografen te ontdekken. Mis deze bijzondere ervaring niet en beleef de innovatieve wereld van de hedendaagse fotografie bij Unseen Amsterdam. **Keizersgracht 241, Amsterdam**
020-2153715 | www.unseenamsterdam.com/

OUR HOUSE EXPERIENCE AMSTERDAM Kies voor een 75 minuten durende digitale verhalentocht en ontdek de evolutie van dansmuziek via interactieve installaties. De tentoonstelling Defining Moments beslaat 4 decennia elektronische muziek, van Kraftwerk tot superstar dj's. Dompel je onder in meeslepende audiovisuele ervaringen en leer de geschiedenis van iconische artiesten en pioniers kennen. Bezoek Our House en beleef hoe elektronische muziek de wereld heeft veranderd. Een must-see voor muzikliefhebbers en iedereen die de pulserende energie van dansmuziek wil ervaren. Ontdek, leer en laat je inspireren door de rijke geschiedenis van elektronische muziek. **Amstelstraat 24-26, Amsterdam | 020-820 2906**
www.our-house.com



NOORDERMARKT Bezoek de Noordermarkt in de Jordaan op maandagochtend (09:00 – 13:00 uur) en zaterdag (09:00 – 16:00 uur). Deze gezellige markt biedt een groot aanbod aan producten: antiek, boeken, sieraden, vintage kleding, schilderijen en nog veel meer. Perfect om heerlijk rond te snuffelen en unieke vondsten te scoren. Op zaterdag is er bovendien een biologische markt, waar je verse biologische groente, fruit, kruiden, bloemen en andere lekkernijen kunt kopen. Of je nu op zoek bent naar bijzondere schatten of gewoon wilt genieten van de sfeer, de Noordermarkt heeft voor ieder wat wils. Kom langs en beleef het zelf. **Noordermarkt, Amsterdam | www.noordermarkt-amsterdam.nl**

De kracht van naamsbekendheid *in ons magazine*

Als uitgeverij begrijpen wij dat adverteren in een magazine niet altijd direct nieuwe klanten oplevert. Het is een veelgehoorde misvatting dat een enkele advertentie meteen zorgt voor een verkoopstijging. Echter, de werkelijke waarde van adverteren in ons magazine ligt in iets veel fundamenteler en duurzamer: naamsbekendheid.

Naamsbekendheid is het vermogen van jouw merk om herkend en herinnerd te worden door potentiële klanten. In een markt waar consumenten dagelijks worden overspoeld met informatie, is het cruciaal dat jouw merk blijft hangen. Ons magazine biedt de perfecte omgeving om je merk op te laten vallen en consistent in beeld te blijven.

Elke keer dat een lezer door ons magazine bladert en jouw advertentie ziet of jouw column leest, wordt een zaadje geplant. Na verloop van tijd, wanneer deze lezers een product of dienst nodig hebben die jij aanbiedt, is het jouw naam die naar boven komt. Dit proces van geleidelijke herkenning en herinnering kan uiteindelijk leiden tot meer vertrouwen en loyaliteit van klanten.

Denk aan de grootste merken die je kent. Hun succes is zelden gebaseerd op één enkele advertentiecampagne, maar op een voortdurende aanwezigheid en herkenbaarheid in de media. Door te adverteren in ons magazine investeer je in deze langdurige zichtbaarheid en merkherkenning.

Jouw merk verdient het om gezien en onthouden te worden. Kies voor Bruist en leg de basis voor een langdurige en succesvolle relatie met je doelgroep. Naamsbekendheid is geen sprint, maar een marathon en wij lopen graag met je mee!

Neem vandaag nog contact met ons op en ontdek hoe Bruist jouw merk naar een hoger niveau kan tillen. Jouw succes begint hier!

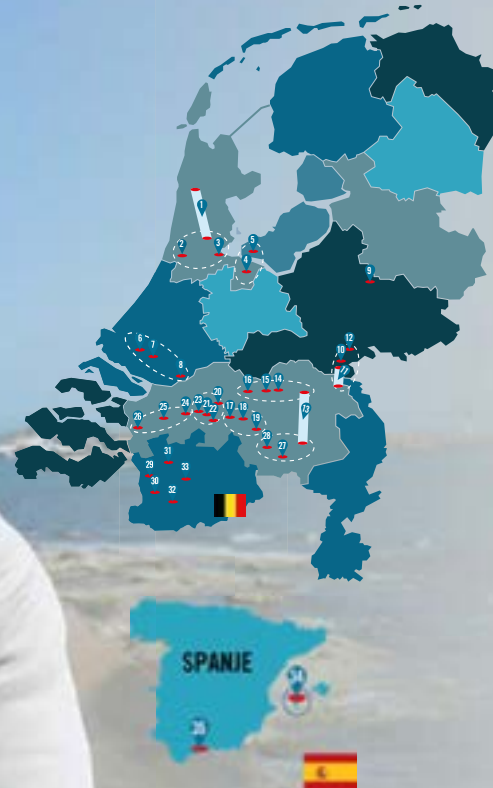
Met bruisende groet,

Lorenzo Bossers

Sales Manager
Nederland Bruist
+31 6 42 72 05 54



Benieuwd naar onze unieke mogelijkheden? **Maak dan nu een afspraak!**



Ontdek Bruist Online

Wist je dat wij naast Bruist ook Bruist Online hebben? Met Bruist Online kunnen wij jou als ondernemer ontzorgen op het gebied van social media beheer, het bouwen van een website en/of webshop en het creëren van een eigen brand identity.



Romantische uitjes

Op zoek naar een romantisch uitje? Of je nu kiest voor een serene boottocht door Giethoorn, een sprookjesachtig weekend in Brugge, een zonsopgang aan de Costa del Sol of een diner onder de sterren op Ibiza, deze bestemmingen bieden onvergetelijke ervaringen.

Nederland: boottocht door Giethoorn
Giethoorn, vaak het 'Venetië van het Noorden' genoemd, is een ideale plek voor een romantisch uitje. Huur een elektrisch bootje en verken de schilderachtige grachten die omringd zijn door rietgedekte huizen en bloeiende tuinen. Stop onderweg voor een picknick aan het water of geniet van een diner in een van de sfeervolle restaurants met uitzicht op de grachten. De serene omgeving creëert een intieme sfeer die perfect is voor stellen.

België: romantisch weekend in Brugge
Brugge is een sprookjesachtige stad die bekendstaat om zijn middeleeuwse charme. Maak een romantische wandeling langs de grachten en bewonder de historische gebouwen. Een boottocht is ook een aanrader, waarbij je samen kunt genieten van de pittoreske uitzichten. Eindig de dag met een diner in een gezellig restaurant met traditionele Belgische gerechten en heerlijke chocolade als dessert.

Costa del Sol: zonsopgang op het strand
Aan de Costa del Sol kun je samen genieten van een romantische ochtend op het strand. Begin de dag vroeg en loop hand in hand naar het strand om de spectaculaire zonsopgang te bewonderen. Neem een deken en een ontbijtpakket mee voor een ontbijt met uitzicht op de zee. Na het ontbijt kunnen jullie een wandeling langs de kust maken of een verfrissende duik nemen in de oceaan.

Ibiza: diner onder de sterren
Ibiza biedt tal van unieke eetervaringen. Kies voor een restaurant met uitzicht op de zee en geniet van een romantisch diner onder de sterren. Veel restaurants bieden ook beachclubs waar je kunt dineren met het geluid van de golven op de achtergrond. Sluit de avond af met een bezoek aan een van de gezellige bars of lounges, waar je samen kunt genieten van een cocktail en de relaxte sfeer van het eiland.

Met deze ideeën creëer je onvergetelijke momenten samen, waar je ook bent.

GENIET

GASTRONOMISCHE GENIETEN

KAIA AMSTERDAM Welkom bij Kaia, waar eten heilig wordt en iedere maaltijd een viering van het leven is. Dit eigentijdse Griekse restaurant biedt niet alleen heerlijke gerechten, maar creëert ook een sfeer waarin tijd met vrienden en familie verandert in bijeenkomsten van verwante zielen. Hier worden authentieke Griekse smaken gecombineerd met moderne flair, waardoor elk gerecht een culinaire reis is. Of je nu komt voor een intiem diner of een levendige avond uit, bij Kaia ervaar je de magie van Griekse gastvrijheid op zijn best. Ontdek de harmonie van smaak en samenzijn bij Kaia, waar iedere maaltijd een heilige beleving wordt. **Europaplein 21, Amsterdam | 020 7797708 | www.kaiaamsterdam.com**



CHUN CAFÉ Chun is inmiddels een ware sensatie in Amsterdam. Deze unieke bubbel tea zaak heeft niet alleen heerlijke drankjes, maar serveert ook vier soorten semi-Aziatische sandwiches. De absolute favoriet? De rib eye bulgogi toast. Dit boterige briochebroodje, gevuld met malse ribeye-stukjes, wordt door velen geprezen als het lekkerste broodje van de stad. Een bezoek aan Chun is een must voor liefhebbers van bijzondere smaakcombinaties en hoogwaardig comfortfood. Mis deze culinaire ervaring niet en ontdek zelf waarom Chun de harten van de Amsterdammers veroverd. **Berenstraat 8, Amsterdam | www.chun-amsterdam.com**

CONTRAST

RESTAURANT CONTRAST Ontdek Restaurant Contrast, waar lokaal geteelde, biologische groenten en duurzame vis uit de Noordzee centraal staan. Het chefsmenu wordt dagelijks samengesteld op basis van de oogst van lokale boeren en de vangst van vissers, voor maximale duurzaamheid. Geniet van pure smaken met biologische en natuurlijke wijnen en Nederlandse sterke dranken. Zelfs de koffie komt per zeilschip naar Amsterdam! Laat je verwennen met een zescursusmenu in een unieke setting, zowel boven als beneden op een schip. Bij Contrast bieden ze een culinaire ervaring die je niet wilt missen. Reserveer nu en proef het verschil. **Ms. van Riemsdijkweg 306, Amsterdam 020 2260249 | www.contrast.amsterdam**



RESTAURANT JANSZ Ontdek Jansz, het elegante all-day dining restaurant waar passie voor gastvrijheid en prachtig opgemaakte gerechten centraal staan. Laat je verrassen door de hedendaagse Nederlandse keuken, geïnspireerd door lokaal verkregen ingrediënten van de hoogste kwaliteit. Geniet vanaf het middaguur van heerlijke lunch- en dinermenu's, met gerechten die een gepassioneerde toewijding aan Nederlandse producten weerspiegelen. Of je nu komt voor een ontspannen lunch of een chic diner, bij Jansz. beleef je een culinaire ervaring die je niet wilt missen. Reserveer nu en proef de perfectie van Jansz. **Reestraat 8, Amsterdam 020 523 5282 | www.janszamsterdam.com**

Luxe vakantie appartementen te huur

Step into your dreams!



**Hacienda
el Sueño**

la cala de Mijas

Ontsnap aan regenachtig weer en geniet van een heerlijke zomer aan de prachtige Spaanse Costa! Speciaal voor jou hebben we nu een last minute actie met 20% korting op jouw verblijf. Gebruik de code **SpanjeBruist2024** en boek direct! Zien we je binnenkort?

Er zijn nog enkele appartementen te koop!

Maak vrijblijvend een afspraak met onze sales.

Sales

+31 621 128 189 • +34 604420449 Diana Mol

+31 263 034 261 Petra De Kleermaeker

www.dreamhomemarbella.com

Meer informatie en voor reserveringen:
www.haciendaelsueno.com
rentals@haciendaelsueno.com of bel met **+34 951 668 718**



SALES



HOTEL **GARBI**
IBIZA SPA ****

HÉT HOTEL ^{★★★★}

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel aan het strand van Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit viersterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**



SCAN DE QR-CODE
En laat jouw
vakantie beginnen!

Gezondheidsvoordelen van massagestoelen



Massages worden al eeuwenlang geprezen om de helende en therapeutische voordelen. Het is veel meer dan alleen een luxe of een manier om te ontspannen; massages hebben directe en meetbare voordelen voor lichaam en geest. Enkele van de meest erkende gezondheidsvoordelen van massage zijn:

- ✓ Verminderde spierspanning
- ✓ Verbeterde bloedcirculatie
- ✓ Bevordering van de lymfedrainage
- ✓ Betere slaapkwaliteit
- ✓ Stressverlichting
- ✓ Verhoogde mentale alertheid
- ✓ Pijnverlichting

Massagestoelen van Ervaarrust.nl bieden een breed scala aan gezondheidsvoordelen. Ze zijn ontworpen om diverse massages zoals **Thaise massage shiatsu en kloppende massage na te bootsen**, wat kan helpen bij het verlichten van rugklachten, doorbloedingsproblemen en stress.

Thaise massage in een massagestoel maakt gebruik van strekkingen en drukpunten om de energiebalans in het lichaam te herstellen, wat spierspanning vermindert en de bloedcirculatie stimuleert. Shiatsu massage richt zich op specifieke drukpunten om de energiestroom te bevorderen en stress te verminderen. Kloppende massage biedt ritmische bewegingen die spanning in de spieren verlichten.

Deze massages kunnen ook effectief zijn bij specifieke gezondheidsproblemen. Bij **fibromyalgie** kan de massagestoel helpen door pijn te verlichten en de slaapkwaliteit te verbeteren. Mensen met **rugklachten** ervaren vaak verlichting doordat de stoel de spieren ontspant en de doorbloeding in het getroffen gebied stimuleert. Ook bij **spijsverteringsproblemen** kan de stoel ondersteuning bieden door de spijsvertering te bevorderen en symptomen van een opgeblazen gevoel te verminderen.

Massagestoelen zijn ideaal voor wie op zoek is naar ontspanning en verlichting van stress in de eigen omgeving.



Meer info over onze
massagestoelen?
Scan de QR-code!



ErvaarRust^{nl}
Chiropraktische Louw

WIJ HOPEN U SNEL EENS TE
MOGEN BEGROETEN IN ONZE
STOFFENSPECIALZAAK IN
TILBURG.

Dé specialist in stoffen

Wij bieden u een zeer grote collectie modestoffen, exclusieve stoffen, zijden stoffen, designerstoffen, kinderstoffen, kinderkamerstoffen, bruidsstoffen, cocktailstoffen, feeststoffen, luxe stoffen, imitatiebont, biologische stoffen, interieurstoffen, furnituren en patronen.

Absoluut niet stoffig!

Van Gool Stoffen is een stoffenwinkel die al bestaat sinds 1970 en die sinds die tijd gevestigd is aan de Lovense Kanaaldijk 1B in Tilburg. In de loop der jaren is

Van Gool Stoffen uitgegroeid tot een stoffenzaak met een enorm assortiment. Onze verkoopoppervlakte van zo'n duizend vierkante meter zorgt ervoor dat u bij ons een grote kans van slagen heeft.



Eigenaren: Annet en Judith van Gool

Lovense Kanaaldijk 1B, Tilburg NL | +31 13-543 1574 | www.vangoolstoffen.nl



Scan de QR-code of kijk online:
www.vangoolstoffenonline.nl





Juweeltjes in de stad

Amsterdam is een paradijs voor liefhebbers van antiek en unieke accessoires, met zijn rijke aanbod aan vintage horloge- en sieradenwinkels. Of je nu op zoek bent naar zeldzame horloges van iconische merken zoals Rolex en Omega of verfijnde antieke sieraden, de stad biedt een scala aan schatkamers. Deze winkels combineren vakmanschap met een passie voor geschiedenis en kwaliteit.

Amsterdam staat bekend om zijn rijke geschiedenis, grachten en unieke winkels. Een van de juweeltjes van de stad zijn de vintage horloge- en sieradenwinkels, die de perfecte bestemming zijn voor liefhebbers van antiek en unieke accessoires.

Amsterdam Vintage Watches is een toonaangevende winkel in het hart van de stad, gelegen aan de Singel 416. Deze winkel is een waar paradijs voor verzamelaars en liefhebbers van hoogwaardige vintage horloges. Hier vind je zeldzame modellen van iconische merken zoals Rolex, Omega en Patek Philippe. De kennis en passie van het team maken het kopen van een horloge hier tot een bijzondere ervaring.

Gassan Diamonds is een naam die in heel Amsterdam synoniem is met luxe. Hoewel dit familiebedrijf vooral bekend is om zijn diamanten, heeft het ook een uitgebreide collectie vintage sieraden en

horloges. In hun historische pand in de Diamantbeurs kun je je vergapen aan een indrukwekkende selectie van antieke stukken, variërend van Edwardiaanse tot Art Deco stijlen.

Voor wie op zoek is naar exclusieve vintage sieraden, is **Van Wonderen** in de P.C. Hooftstraat een must-visit. Deze boutique staat bekend om zijn verfijnde en unieke collectie antieke sieraden. Elk stuk in de collectie is zorgvuldig geselecteerd, waardoor de winkel een reputatie heeft opgebouwd als dé plek voor zeldzame en unieke vondsten.

Amsterdams vintage horloge- en sieradenwinkels zijn ware schatkamers voor wie op zoek is naar unieke en tijdloze stukken. Deze winkels combineren een diep respect voor geschiedenis en vakmanschap met een scherp oog voor detail en kwaliteit.

Uw vastgoedexpert op Ibiza

SARA TORRALBO

Sales Advisor



Sara is de nieuwste aanwinst van KENSINGTON Ibiza en brengt een schat aan kennis mee, zowel in de vastgoedsector als over

het eiland zelf. Haar diepgaande kennis van het eiland en haar uitgebreide netwerk in onroerend goed maken haar een perfecte match en fantastische assistent voor al uw behoeften in de huizenmarkt.

JOE NEIRA

Sales Advisor



Joe Neira is geboren in New York, hij is een commerciële makelaar gespecialiseerd in het vinden van de ideale woning voor zijn klanten

op het eiland. Joe's uitgebreide kennis en persoonlijke aanpak maken hem de 'to-go-to' makelaar op Ibiza. Joe spreekt Spaans, Engels en Catalaans.

FENJA KLINGER

Sales Advisor



Fenja is geboren in Keulen in Duitsland. Ze maakt al meer dan zes jaar deel uit van het KENSINGTON Ibiza team. Fenja

spreekt vloeiend Duits, Engels en Spaans, wat haar bijzonder zelfverzekerd maakt in het werken met klanten van verschillende afkomst. Fenja is een van de topverkopers op Ibiza.

ALEXANDROS ROUTZOUNIS

Sales Advisor & Assessor



Alex is geboren in Griekenland, maar sinds zijn vijfde opgegroeid op Ibiza. Hij heeft Business Studies

gestudeerd in Madrid en heeft veel ervaring opgedaan bij een bekende multinational. Alex is een zeer positief, slim, attent en praktisch ingesteld persoon. Hij is ook API (Agente de la Propiedad Inmobiliaria) en taxateur, dus hij is de ideale persoon om de klant vanaf het eerste contactmoment te begeleiden. Alex is een polyglot, want hij spreekt Spaans, Engels, Nederlands, Duits en Catalaans.

Een grondige kennis van het eiland, een duidelijke internationale visie en dertig jaar ervaring maken van KENSINGTON Ibiza een betrouwbaar makelaarskantoor, zowel voor verkopers als voor kopers.

MAGDALENA PIRKLBAUER

Assistance & sales



Magdalena is geboren in Freistadt in Oostenrijk en kwam in 2015 naar het eiland. Ze houdt van de tolerante mensen op Ibiza. Ze geniet van de

administratieve taken en haar talenkennis in het Duits, Spaans en Engels. Ze helpt Noelle ook met de boekhouding en de verkoop.

SUSANNE ACHATZ

Rentals & Housekeeping



Susie woont sinds april 2019 permanent op het zonnige eiland. Ze komt al sinds ze klein was met haar familie naar het eiland. Susie

is geboren in de buurt van München in Duitsland en spreekt Duits, Engels en Spaans. Dankzij haar altijd aanwezige vriendelijkheid voelen.

TETYANA HAVRYLYUK

Housekeeping & Maintenance



Tania kwam in 2022 met haar twee dochters naar Ibiza als gevolg van de oorlog in Oekraïne. Tania zorgt dat de klanten van

KENSINGTON Ibiza de best mogelijke service op het gebied van housekeeping krijgen. Ze spreekt Oekraïens, Russisch, Italiaans en Spaans.

NOELLE POLITIEK

Noelle is de manager van het KENSINGTON Ibiza kantoor en woont sinds 1992 op het eiland. Ze komt oorspronkelijk uit Nederland, is geboren in Heerlen en vierde in 2021 haar 30-jarig jubileum op het eiland. Veel klanten kopen keer op keer bij Noelle. Ze spreekt Nederlands, Duits, Engels, Spaans, Grieks en Frans. Noelle is vooral gefascineerd door Ibiza's enorme verscheidenheid aan persoonlijkheden en de natuurlijke omgeving.



Ons team staat voor je klaar!

Wij helpen je graag!

PAPER WONDER WENSKAART

Met een persoonlijk kaartje maak je iedereen blij. De nieuwe kaarten van Hallmark maken wenskaarten nog een tikkeltje specialer. Of het nu een knipoog naar een gedeeld geheimje is of een hartverwarmende boodschap, een Paper Wonder kaart van Hallmark maakt van elke gelegenheid een onvergetelijk moment. www.hallmark.nl



REINIGINGSKOGELTJES VOOR KARAFFEN

Karaffen zijn mooi, maar lastig schoon te maken. Met deze reinigingskogeltjes wordt het eenvoudig: rol ze met wat water door de karaf om kalk- en tannineaanslag te verwijderen. Na gebruik kun je de kogeltjes in het bijgeleverde flesje opbergen en reinigen. Klaar voor de volgende schoonmaakbeurt. be.peugeot-saveurs.com/nl



ROTTERDAM URBAN WINERY

Rotterdam Urban Winery introduceert wijn van geredde tafeldruiven. Dit innovatieve wijnhuis in hartje Rotterdam transformeert druiven die anders verloren zouden gaan tot hoogwaardige wijnen. Met een duurzame aanpak en stedelijke ambiance biedt de winery een unieke ervaring. Geniet van exclusieve wijnen en proef het vakmanschap van Rotterdamse bodem. Rotterdam Urban Winery is een pionier in duurzame wijnproductie en een must voor wijnliefhebbers. www.rotterdamurbanwinery.nl



RITUALS GOODIE BAG

Koop deze tas en je levert meteen een positieve bijdrage aan een duurzame wereld. Elke tas is handgemaakt door vrouwen uit de sloppenwijken van Mumbai, India. Met de opbrengst hiervan brengt de Tiny Miracles Foundation een echte verandering teweeg. www.rituals.com



BRUIST Deals

Scan de QR-code

Nazomeren in september



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

INTUITION 2-IN-1 SENSITIVE CARE

Hét scheersysteem voor vrouwen die vooral snel en gemakkelijk willen ontharen zonder veel gedoe. De Intuition 2-in-1 Sensitive Care biedt schuimende verzorging en scheert tegelijkertijd. Zo sla je twee vliegen in één klap en gaat dit systeem makkelijk mee in de handbagage of backpack voor een lange reis. Dat bespaart tijd, terwijl nauwkeurig ontharen nog steeds heel eenvoudig is. Makkelijker dan met dit systeem wordt ontharen niet. www.wilkinsonsword.com



ZABRONI CASCARA IJSTHEE SIROOP

Ontdek Zabroni's Cascara IJsthee Siroop, een verfrissende drank gemaakt van gedroogde koffieboenschillen. Deze siroop heeft een perfecte balans tussen zoet en zuur met een subtiele koffiesmaak. Ideaal voor warme dagen: meng met koud water en ijsblokjes voor een verfrissend drankje. Bovendien helpt het gebruik van deze schillen koffieboeren in Colombia, die vaak onder het bestaansminimum leven. Probeer deze unieke cascara-smaak vandaag nog! www.zabroni.com



LEZERSACTIE* Permsal Magnesium kuurpakket t.w.v. € 23,-

Een intensieve magnesiumkuur voor je gezondheid. Bij klachten zoals vermoeidheid, stress, burn-out, slaapproblemen of reumatische pijn heeft je lichaam extra magnesium nodig.



www.permsal.nl/producten



Doe mee en win

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

STOP
EN KOM TOT RUST!



Campings

Amsterdam biedt naast zijn grachten en musea ook een verrassende variëteit aan campings. Hier kan je van de natuur genieten, terwijl je je toch dicht bij het bruisende leven in de stad bevindt.

Een van de populairste campings in Amsterdam is **Camping Zeeburg**. Gelegen op een eiland in het IJmeer, biedt deze camping een bijzondere ervaring met accommodaties variërend van kleurrijke eco-cabins tot safaritentent. Het is een milieuvriendelijke camping met een ontspannen sfeer, ideaal voor zowel gezinnen als individuele reizigers. De camping ligt op slechts een korte tramrit van het stadscentrum, waardoor het gemakkelijk is om de stad te verkennen.

Camping Vliegenbos, gelegen in Amsterdam Noord, is een andere uitstekende keuze. Dit bosrijke gebied biedt een rustige en groene omgeving, terwijl het centrum van Amsterdam binnen 15 minuten bereikbaar is met de veerboot en fiets. De camping biedt verschillende faciliteiten, zoals comfortabele hutten en ruime kampeerplekken voor tenten en caravans. De nabijheid van het Noorderpark en het bruisende NDSM-terrein maakt het een ideale locatie voor een veelzijdige vakantie.

Voor degenen die op zoek zijn naar een meer intieme en alternatieve kampeerervaring, is **Camping De Badhoeve** een goede optie. Deze kleinschalige camping ligt net buiten Amsterdam in het dorpje Durgerdam en biedt een prachtig uitzicht op het IJsselmeer. Het is een perfecte plek voor natuur- en watersportliefhebbers. Fietsen naar het centrum van Amsterdam is een plezierige tocht langs schilderachtige routes.

Camping Gaasperplas, gelegen in het zuidoosten van de stad, biedt een rustige uitvalsbasis met goede voorzieningen, waaronder moderne sanitaire faciliteiten en een campingwinkel. De nabijheid van het recreatiegebied Gaasperplas, waar je kunt zwemmen, zeilen en wandelen, maakt het een aantrekkelijke bestemming voor natuurliefhebbers.

Deze campings in en rond Amsterdam bieden een diversiteit aan ervaringen voor elke kampeerder.

STOP

EN KOM TOT RUST!



LINDEN HOTEL Het Lindens Hotel, op slechts 800 meter van het Anne Frank Huis en de Westerkerk, biedt een betaalbare en comfortabele uitvalsbasis voor jouw bezoek aan Amsterdam en is gevestigd in een charmant klein gebouw met veel karakter. Hier geniet je van de gezelligheid van de stad; ontdek de knusse cafés, winkels en restaurants in de buurt en kijk uit op de unieke huisboten en smalle grachten. De ruime kamers bieden alle comfort die je nodig hebt, ondanks het intieme karakter van het hotel. Boek je verblijf bij Lindens Hotel en ervaar het charmante Amsterdam op zijn best. **Lindengracht 251, Amsterdam | 020 6221460 |**

HOTEL2STAY Welkom bij Hotel2Stay, een sfeervol driesterrenhotel in Amsterdam waar urban lifestyle en comfort perfect samenkomen. De moderne studio's bieden een ideale mix van stijl en functionaliteit, perfect voor zowel korte als langere verblijven. Geniet van de verfijnde inrichting en de gemakken van thuis, terwijl je de dynamiek van de stad verkent. Of je nu komt voor een stedentrip of een langer verblijf, Hotel2Stay biedt de ideale uitvalsbasis om Amsterdam te ontdekken. Ervaar het beste van twee werelden in een hotel dat luxe en gemak naadloos combineert. Boek nu je verblijf en ervaar comfort in de stad. **Tempelhofstraat 2, Amsterdam 020 2296345 |**



HOTEL WASHINGTON Hotel Washington, gevestigd in een charmant pand uit het begin van de 20e eeuw, ligt op slechts 300 meter van het Museumplein. Dit warme en gastvrije familiehotel bevindt zich in het Museumkwartier, het culturele en toeristische hart van Amsterdam. Met zijn karakteristieke uitstraling biedt Hotel Washington een ideale uitvalsbasis om de nabijgelegen musea, galerieën en bezienswaardigheden te verkennen. Geniet van de gezellige sfeer en persoonlijke aandacht in een hotel waar comfort en charme centraal staan. Boek je verblijf bij Hotel Washington en ontdek het beste van Amsterdam vanuit een authentiek en sfeervol hotel. **Frans van Mierisstraat 10, Amsterdam | 020 6797453**

BOB W AMSTERDAM NOORD BOB W Amsterdam biedt een unieke verblijfservaring die het comfort van thuis combineert met hotelgemak. Gelegen in het hart van Amsterdam, bieden de volledig ingerichte appartementen een stijlvol Scandinavisch ontwerp met moderne voorzieningen zoals een keuken, comfortabele woonruimtes en luxe bedden. De centrale ligging geeft gasten direct toegang tot de beste bezienswaardigheden van de stad. BOB W streeft naar duurzaamheid met energiezuinige apparaten en milieuvriendelijke producten, waardoor het een bewuste keuze is voor de moderne reiziger die op zoek is naar flexibiliteit, stijl en een authentieke lokale ervaring. **Papaverhof 71, Amsterdam | 020 532 1921 | www.bobw.co**



Een culinaire ontdekking in een legendarisch onderkomen

In de voormalige gevangenis Schutterswei in Alkmaar vind je nu **The Fallon Hotel**. Een luxe hotel met 102 kamers, vele vergaderzalen, een fitnessruimte en een in-house restaurant: D'arrêt.



In het restaurant kun je genieten van een heerlijk diner of een goede lunch. Dit unieke hotel heeft een prachtige bar waar je een heel speciaal biertje kunt proberen! Het hotel heeft namelijk zijn eigen Boevenbier, gebaseerd op een succesvolle ontsnappingspoging in de gevangentijd.

Ben jij meer van de cocktails of de sterke drank? Dan is er nog de gloednieuwe Jail Gin die je kunt proberen. Bereid met lokale ingrediënten!

Een onvergetelijke ervaring



Een ontspannen verblijf!

Dankzij de uitstekende bereikbaarheid, een voortreffelijke verbinding en voorzieningen zoals een fitnessruimte, een uitgebreid ontbijtbuffet en de mogelijkheid tot fietsverhuur, garandeert The Fallon Hotel Alkmaar een ontspannen verblijf.

Ontdek deze mysterieuze plek zelf en laat je door ons vakkundige team adviseren over de beste drankjes, gerechten en bezienswaardigheden!



Scan de QR-code en ga naar de website voor meer info of om meteen te reserveren





Bekende shopstraten

Ontdek de beste winkelervaringen in Europa: van de historische Kalverstraat in Amsterdam en de luxe Meir in Antwerpen tot de trendy Calle Larios in Málaga en de bruisende Calle de la Virgen in Ibiza Stad.

Nederland: Kalverstraat, Amsterdam

De Kalverstraat is de bekendste winkelstraat van Nederland, gelegen in het hart van Amsterdam. Deze drukbezochte straat biedt een mix van internationale merken, warenhuizen en lokale winkels. Met zijn historische charme en levendige sfeer trekt de Kalverstraat jaarlijks miljoenen bezoekers. Naast modewinkels zijn er talloze restaurants en cafés, perfect voor een pauze na het winkelen. De combinatie van cultuur en shopping maakt het een must-visit voor zowel toeristen als Amsterdammers.

België: Meir, Antwerpen

De Meir is de populairste winkelstraat van België, gevestigd in Antwerpen. Deze straat staat bekend om zijn indrukwekkende mix van luxe merken, grote ketens en unieke boetieks. De architectuur van de gebouwen in de Meir is adembenemend, met een combinatie van moderne en historische elementen. Het is niet alleen een winkelbestemming, maar ook een plek voor kunst en cultuur, met diverse cafés en restaurants die de ervaring compleet maken.

Costa del Sol: Calle Larios, Málaga

Calle Larios is de belangrijkste winkelstraat in Málaga, gelegen aan de Costa del Sol. Deze straat is beroemd om zijn trendy winkels, designer boutiques en gezellige horecagelegenheden. Met zijn brede, voetgangersvriendelijke laan en elegante uitstraling is het een populaire bestemming voor zowel lokale bewoners als toeristen. Tijdens de zomermaanden worden er vaak evenementen en markten georganiseerd, waardoor de straat nog meer levendigheid en sfeer uitstraalt.

Ibiza: Calle de la Virgen, Ibiza Stad

Calle de la Virgen in Ibiza Stad is niet alleen een winkelstraat, maar ook een bruisende uitgaanslocatie. Deze gezellige straat staat vol met unieke boetieks, lokale ambachtswinkels en trendy eetgelegenheden. De sfeer is ontspannen en kleurrijk, met kunst en cultuur die er overal zichtbaar zijn. In de avond komt de straat tot leven met het bruisende nachtleven van Ibiza, wat het een veelzijdige bestemming maakt voor bezoekers.

& BEWONDER

STEEDS VERRASSEND AANBOD

CHAMPS-ÉLYSÉES – PARIJS, FRANKRIJK

Als een van de meest prestigieuze winkelbuurten ter wereld, biedt deze Parijse boulevard een perfecte mix van historische charme en moderne luxe. Van de Arc de Triomphe tot het Place de la Concorde vindt men iconische modehuizen zoals Louis Vuitton en Cartier, naast gezellige cafés en bioscopen. Tijdens de feestdagen verandert de straat in een betoverend tafereel met prachtige verlichting, waardoor het een populaire bestemming is voor zowel locals als toeristen die de Parijse flair willen ervaren.

Champs-Élysées, Parijs, Frankrijk



FIFTH AVENUE – NEW YORK CITY, VS

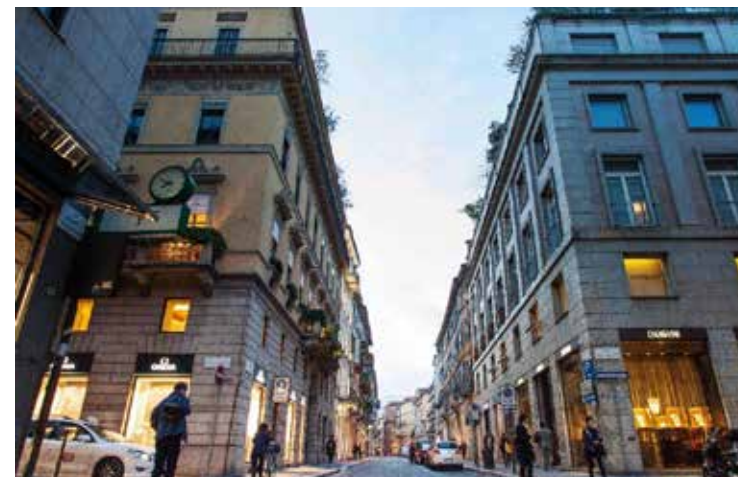
Gelegen in het hart van Manhattan, is deze wereldberoemde straat synoniem met luxe en mode. Bezoekers worden verwelkomd door een indrukwekkende verzameling flagship stores, van de iconische Saks Fifth Avenue tot high-end boetieks zoals Gucci en Prada. Met historische gebouwen en musea zoals het Metropolitan Museum of Art in de buurt, trekt Fifth Avenue jaarlijks miljoenen shoppers en toeristen die op zoek zijn naar exclusieve mode en een iconische New Yorkse ervaring. **Fifth Avenue, New York City, VS**

New York City, VS

OXFORD STREET – LONDEN, VK

Deze levendige winkelstrip staat bekend om zijn bruisende energie en brede aanbod van winkels. Meer dan 300 winkels bieden een mix van grote ketens, zoals Selfridges en Zara, en kleinere boetieks. Tijdens de feestdagen schittert Oxford Street met indrukwekkende kerstverlichting en een feestelijke sfeer, wat het een populaire bestemming maakt voor zowel locals als bezoekers die op zoek zijn naar mode, elektronica en accessoires.

Oxford Street, Londen, VK



VIA MONTENAPOLEONE – MILAAN, ITALIË

In het modecentrum van Milaan staat deze chique straat bekend om zijn luxe en verfijning. High-end modehuizen zoals Prada, Gucci en Versace bieden een exclusieve winkelervaring voor fashionista's. Deze straat maakt deel uit van de 'Quadrilatero della Moda', een wijk die wereldwijd erkend wordt voor mode en stijl. Bezoekers kunnen genieten van elegante etalages en de nieuwste trends volgen terwijl ze zich onderdompelen in de Italiaanse modecultuur.

Via Montenapoleone, Milaan, Italië

Genieten van het Zonovergoten Kreta

Een vakantie naar Kreta, met verblijf in het prachtige Lyttos Beach Resort in Chersonisos, is een ideale en veelzijdige keuze voor families die op zoek zijn naar een mix van ontspanning, avontuur en cultuur. Dit resort is perfect gelegen aan een prachtig zandstrand en biedt alles wat je nodig hebt voor een onvergetelijke gezinsvakantie.

Lyttos Beach Resort is een paradijs voor volwassenen en voor kinderen. Het resort beschikt over meerdere zwembaden, waterglijbanen en een uitgebreide kidsclub waar de kleintjes zich de hele dag kunnen vermaken. Terwijl de kinderen genieten van hun eigen avonturen in het geweldige waterpark, kunnen ouders ontspannen aan het strand of in de spa van het resort. Er zijn ook tal van sportfaciliteiten, zoals tennisbanen, een fitnesscentrum en zelfs een minigolfbaan, zodat er voor ieder gezinslid iets te doen is.

Chersonisos zelf is een levendige badplaats met een scala aan restaurants, winkels en uitgaansgelegenheden. Voor een avondje uit kunnen de oudere kinderen veilig op pad naar de gezellige boulevard, waar ze kunnen genieten van het bruisende nachtleven. Dit biedt

ouders de kans om even tot rust te komen, wetende dat de kinderen zich vermaken en je toch in de buurt bent.

Op slechts een korte afstand van Chersonisos ligt **Heraklion**, de hoofdstad van Kreta. Een bezoek aan deze stad is een must voor elke cultuurliefhebber. Bezoek het indrukwekkende **Knossos-paleis**, waar je meer te weten komt over de oude Minoïsche beschaving, of wandel door de sfeervolle straatjes van de oude stad en geniet van de authentieke Griekse keuken zoals bijvoorbeeld in restaurant Peskesi of een van de vele tavernes.

Tot binnenkort op het zonovergoten Kreta!

Wil je meer weten over Kreta?

Scan dan de QR-code en bekijk ons bruisend bezoek op YouTube.



Lyttos Beach Resort



Lyttos Beach Resort waterpark



Minas, Kathedraal, Heraklion

NIEUWE WEBSITE NODIG?

VRAAG NAAR DE MOGELIJKHEDEN

Lorenzo Bossers

**BRUIST
ONLINE**



Benieuwd naar onze unieke mogelijkheden? **Maak dan nu een afspraak** +31 6 42 72 05 54

Ontdek vitaliteit met Holistische Hydratatie

Veel mensen denken dat uitdroging alleen optreedt na dagen zonder water, maar chronische uitdroging is wijdverspreid. Velen drinken namelijk cafeïne- of alcoholhoudende dranken, wat leidt tot netto vochtverlies. Dit veroorzaakt diverse problemen zoals hoofdpijn, vermoeidheid en vroegtijdige veroudering.

Mijn missie is vrouwen te helpen een vrij leven te leiden, zonder tijd voor geld in te ruilen en een burn-out te voorkomen. Dit doe ik door een bewezen Freedom Business-model aan te bieden dat financiële veiligheid, gezondheid en innerlijke vrede bevordert. Dit omvat hoogwaardig waterstofrijk water en een bedrijfsstructuur met een hoog inkomen.

Ontvang een gratis e-boek met 63+ manieren om hydrogeenrijk water te gebruiken voor superieure hydratatie en het creëren van een niet-giftig huis.

Monika Zampa

Scan de QR-code voor meer informatie.



VOLG MIJ OP FACEBOOK EN INSTAGRAM

06-34334971 | monikazampa@gmail.com | monika.zampa | monikazampa

Het leven is een **avontuur** om te ondergaan, een **mysterie** om te ontdekken, een kans om te **benutten**, een **uitdaging** die we moeten aangaan. Het leven is zowel **de reis** als de **bestemming**.



Bestel hier mijn nieuwe boek



HET KALMERENDE EFFECT VAN DE WIM HOF METHODE

In onze snelle wereld met overvolle agenda's en technologische innovaties die de angst om iets te missen vergroten, zijn stress en angst steeds gebruikelijker. Dit zou echter niet de norm moeten zijn, gezien de negatieve impact op onze gezondheid. Het is daarom belangrijk om effectieve ontspanningstechnieken te vinden. De Wim Hof Methode biedt een krachtige aanpak voor stressmanagement via drie pijlers: ademhalingsoefeningen, blootstelling aan kou en mindset.

Hoe ademhaling je kalmeert

De Wim Hof ademhalingsoefening verschuift je zenuwstelsel van de 'vecht of vlucht' naar de 'rust en verteer' staat, wat leidt tot diepgaande ontspanning en stressvermindering.

Hoe de kou je kalmeert

Koude douches of onderdompeling in koud water stimuleren de afgifte van endorfines, wat angst en stress vermindert en bijdraagt aan een positieve levenshouding.

Hoe je mindset bijdraagt aan stressmanagement

Regelmatige beoefening versterkt je mindset, wat leidt tot betere stressbeheersing en algemeen welzijn.

Ervaar zelf het effect van de Wim Hof Methode

De Wim Hof Methode biedt krachtige tools voor kalme en welzijn. Wetenschappelijke studies en miljoenen gebruikers wereldwijd bevestigen de effectiviteit. Ontdek de voordelen door online videocursussen te volgen, zoals de gratis Mini Cursus of de 10-Weekse en Fundamentals-cursussen. Begin vandaag nog vanuit je eigen huis en verbeter je welzijn.



JE BENT STERKER DAN JE DENKT DAT JE BENT



Ademhaling



IJstherapie



Toewijding

LET OP: ademhaling volgens de Wim Hof-methode kan de motorische controle beïnvloeden en in zeldzame gevallen tot bewustzijnsverlies leiden. Ga altijd zitten of liggen als je de technieken oefent. Oefen nooit in of nabij watermassa's, terwijl je een voertuig bestuurt of in een andere situatie waarin bewustzijnsverlies je of anderen schade kan toebrengen.



Scan de QR-code voor meer uitleg en oefeningen.



HEALING PEOPLE

Holistisch gezondheidscentrum

In Amsterdam Noord en in de Jordaan bundelen de therapeuten van Healing People hun diverse disciplines in een holistisch gezondheidscentrum. Met decennia ervaring richten ze zich op de diepgaande verbinding tussen klachten en levenswijzen. Stress, onverwerkte emoties en gedachten kunnen zowel mentale als fysieke problemen veroorzaken.

Holistische healing journey is een ontdekkingstocht

De therapeuten streven naar herstel op zowel fysiek, emotioneel, spiritueel als mentaal vlak. Hierbij vullen reguliere en alternatieve therapieën elkaar aan. Healing People begeleidt je op deze holistische reis. Van massage tot regressietherapie, coaching en meer. De holistische healing journey biedt een complete aanpak.

Voel je dat dit resoneert? Je bent van harte welkom!

Maak vandaag de eerste stap richting een gezonde leefstijl!

Herken jij jezelf in een van onderstaande punten?

- Je begint steeds met een nieuw dieet
- Na het eten van bepaalde producten heb je een schuldgevoel
- Die paar kilo willen er niet af, ondanks meerdere pogingen
- Elke keer na een maaltijd heb je een opgeblazen buik

Start bij FoodRebel met de deskundige begeleiding van professionele diëtisten en creëer jouw gezonde leefstijl.

Wist jij dat diëtetiek standaard in jouw zorgverzekering zit?
Check jouw zorgverzekering en zie wat jij vergoed krijgt!

FoodRebel
020 21 577 37
www.food-rebel.nl
info@food-rebel.nl



Herken je dit?

Verstoorde balans

Het perfectioneren van de balans tussen werk en privé is voor iedereen een uitdaging. Werkroesters, gezin en relaties zijn slechts enkele van de factoren die bijdragen aan deze evenwichtsoefening. Als de balans zoek is, voelen de dingen gewoon niet goed aan op het werk of thuis.

Hoewel bij iedereen de balans tussen werk en privéleven verstoord kan zijn, zijn degenen die een eigen bedrijf runnen of een veeleisende baan hebben nog meer geneigd om werk te ver in hun persoonlijke leven te laten kruipen. Zonder de tijd en de focus om de orde te herstellen kan die onbalans gemakkelijk leiden tot stress, disfunctioneren, relatieproblemen of een totale burn-out. Als je je overwerkt voelt, maar niet zeker weet of het de schuld is van je balans tussen werk en privé, zou

je je kunnen herkennen in het verhaal van Harm, die zich onbewust toch bleek af te vragen of dit bij hem mogelijk de reden was voor zijn lichamelijke klachten. Tijdens de paardencoaching sessie gaf het paard Harm een mooi inzicht in zijn proces. Het was mooi om te zien dat vervolgens de bewustwording zichtbaar, maar voor Harm ook voelbaar was.



Voor meer info
scan de QR-code!



FLORAdorp
RANCh

www.floradorpranchteamcoaching.nl
Vikingpad 28, Amsterdam | 06-41034843



UIT ELKAAR

Grensoverschrijdende vraagstukken bij het uit elkaar gaan

De toename van het aantal internationale relaties heeft een onvermijdelijke keerzijde, namelijk een toename in het aantal internationale scheidingen. In zo'n situatie kunnen ingewikkelde problemen ontstaan ten aanzien van de kinderen.

Eén van de ouders kan bijvoorbeeld zonder overleg met de andere ouder besluiten met de kinderen vanuit de gewone verblijfplaats naar een ander land te verhuizen. Het kan ook zijn dat een ouder met vakantie gaat naar een ander land en vervolgens besluit daar te blijven met de kinderen, terwijl de achterblijvende ouder weliswaar toestemming heeft gegeven voor de vakantie, maar niet voor verder verblijf van de kinderen in het betreffende land. De andere ouder heeft in veel gevallen (ook) het recht de verblijfplaats van het kind te bepalen.

Ook komt het voor dat een ouder niet mee wil werken aan een internationale omgangsregeling tussen de kinderen en de andere ouder, of geen verhuistoestemming geeft aan een ouder die na de scheiding graag met het kind naar zijn/haar thuisland wil terugkeren. Het oplossen van dergelijke zaken vereist grensoverschrijdende samenwerking en expertise. Zogenaamde cross border mediation kan vaak uitkomst bieden. BSS Familierecht heeft een uitgebreid netwerk op dit gebied en adviseert u graag over de diverse mogelijkheden om er in goed onderling overleg uit te komen met elkaar.

BSS Familierecht
voor een warme, persoonlijke benadering!



Scan de QR-code
of kijk op
bssfamilierecht.nl



AMSTERDAM Overtoom 538hs
020 618 76 43

NIJMEGEN Kerkenbos 1037
06 114 000 46

BOSHOUWERS
SCHELLEKENS
SPOORMANS
ADVOCATEN | FAMILIERECHT | MEDIATORS





'Ieder mens verdient medische zorg. In oorlogsgebied, tijdens een epidemie, na een natuurramp. Wie je ook bent. Daarom zet ik Artsen zonder Grenzen in mijn testament. U kunt dat ook doen. Met uw bijdrage blijven we mensen in crisissituaties helpen. Nu en in de toekomst.'

Jacques de Milliano
Mede-oprichter Artsen zonder Grenzen
Huisarts in Haarlem



Scan de QR Code en ontvang vrijblijvend de gratis eenmalige uitgave **Lifeline**. Of ga naar artsenzondergrenzen.nl/lifeline



TYPISCH Joris Shop
Ballonnen & Feestartikelen

Voor ballonnen, feestartikelen en meer kun je terecht in onze **webshop**

Of scan de QR-code

www.typischjorisshop.nl

Ballondecoraties • Entertainment • Verhuur van springkussens, Abraham & Sarah, geboortepoppen, spellen en overige verhuur

06-39816673 | typischjorisevents@outlook.com | www.typischjorisevents.nl

STICHTING **DierenLot**

DierenLot.nl



De beste hulp in professionele schoonmaak

NIEUW Glazen wassen!



Ontdek het gemak van glazen wassen. Streeploos schone ramen in een handomdraai. **Probeer het nu uit.**

Ga aan de slag met de schoonmaakdiensten van schoonmaakbedrijf DannyPro

DannyPro levert veel verschillende soorten diensten. Wij hebben ruime ervaring in het schoonmaken van kantoren, scholen en flats, maar zijn van alle markten thuis! Van kinderdagverblijven tot winkelcentra, Ook voor horecaschoonmaak, zoals restaurants, kunt u ons inschakelen.

DannyPro is een professioneel schoonmaakbedrijf gevestigd in Amsterdam. Met jarenlange ervaring is DannyPro van alle markten thuis!

Bent u als bedrijf op zoek naar een betrouwbaar schoonmaakbedrijf? DannyPro doet al een flink aantal jaren schoonmaakwerkzaamheden door heel Nederland.

Door onze uitgebreide ervaring en expertise kunt u voor de meest uiteenlopende schoonmaak- en onderhoudsklussen tegen een scherp tarief bij ons terecht.



Scan de QR-code en kijk op de website voor meer info www.dannypro.nl

Yordanka hanteert voor bedrijven een tarief tussen de € 20,- en € 25,- (excl. btw). Voor particulieren is het tarief in overleg. **Neem vooral contact op via 06-85122406 om te kijken wat zij voor u kan betekenen!**



Schoonmaakbedrijf DannyPro | 06-85122406

Quiche Lorraine met kaas en spekjes

Deze klassieke Quiche Lorraine is een perfecte combinatie van romige kaas, knapperige spekjes en een boterige korst. Ideaal voor een verfijnd ontbijt, brunch of een elegant diner!

6-8 PORTIES • 70 MIN.

INGREDIËNTEN BODEM

200 g bloem
1 snufje zout
100 g boter (koud en in blokjes)
1 ei

BEREIDING

Maak de bodem: Verwarm de oven voor op 180°C. Meng de bloem met een snufje zout. Voeg de koude boter toe en wrijf deze door de bloem tot een kruimelige textuur. Klop het ei en voeg het toe aan het mengsel, meng het tot een deegbal. Verpak deze in een plasticfolie en koel 30 minuten.

INGREDIËNTEN BODEM

200 g spekblokjes
1 ui (fijngehakt)
3 eieren
200 ml slagroom
200 ml melk
200 g geraspte kaas
peper en zout
1/2 theelepel nootmuskaat

Bereid de vulling: Bak de spekblokjes krokant en laat het uitlekken op keukenpapier. Bak de fijngehakte ui in het spekvet tot het glazig is en laat het afkoelen. Klop de eieren met de slagroom en melk, voeg de geraspte kaas toe en breng het op smaak met peper, zout en eventueel nootmuskaat.

Stel de quiche samen: Rol het gekoelde deeg uit op een met bloem bestrooide ondergrond en bekleed een taartvorm (23 cm). Snijd het overtollige deeg af en prik gaatjes in de bodem. Bedek het met bakpapier en vul met bakbonen of rijst. Bak 10-15 minuten blind in de voorverwarnde oven, verwijder de bakbonen en bak nog 5 minuten.

Vul de quiche: Verdeel de spekblokjes en de ui over de bodem. Giet het eimengsel erover. Bak 30-40 minuten tot de vulling stevig en goudbruin is. Laat een paar minuten afkoelen voordat je de quiche uit de vorm haalt en warm of op kamertemperatuur serveert.



Transformeer je kledingstijl en verken je modepotentieel terwijl je geniet van onze spannende puzzelactiviteiten. Doe mee en maak kans op geweldige prijzen die je een goed gevoel geven. Niet alleen je kledingstijl, maar ook jijzelf of je interieurstijl. Dus waag je kans en wie weet...

PUZZELPAGINA

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

Los de sudoku op

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **6-4-6**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

Zoek de zes verborgen letters

Vind de letters en maak er een woord van. Wordthema deze maand is 'Winkelen'. De oplossing van vorige maand was **Camper**.

Maak kans op een:

HOTEL VOUCHER

t.w.v.

€ 250,-



Hotels by Sheetz is een Nederlandse hotelcollectie op unieke locaties, met centraal ondersteunde, zelfstandig beheerde hotels en een eigen identiteit. www.sheetz.nl



f g u v o s l p s q z	Alkmaar
s e p t e b t m p e z	Almelo
t c j w s w b r e q y	Bos
d b h o t e l l a g i	Enschede
o l e m l a a s b n b	Hotel
r d q w e n i p o p d	Sheetz
g a q g d g m k s x h	Strand
e n s c h e d e y j f	Zeeland
w l n g w h s h k y l	
w a d a z j h x u e v	
r a a m k l a h k m i	

Streek 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing.

Maak kans op een:

Cadeaubon

t.w.v.

€ 100,-



Welkom bij De WOONWINKEL de gezellige boetiek voor stijlvolle, duurzame producten. Ontdek het uitgebreide aanbod in een warme sfeer, met persoonlijke service en deskundig advies. Kom langs en vind precies wat je zoekt!

www.woonwinkelkampen.be



k y b a r b e c u e o	Barbecue
i a g n e p c c e n t	Bestek
p v m s e l a x y e a	Cadeaubon
k z t p c a d f n z y	Glazen
e e u u e n e n n a p	Kampen
k c v p e n a d x l r	Pannens
h v i o d s u e n g j	Service
a s c v u c b r l t u	Woonwinkel
b o d o r n o c n q j	
j g k d f e n s v x a	
n w c e x q s n k r w	

Streek 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing.

Wil jij kans maken op deze leuke prijzen? Vul de oplossing in voor 1 oktober 2024 via www.nederlandbruist.nl/amsterdam/puzzelen of via de QR-code



Recharge yourself



MG3 Hybrid+

Ontdek de nieuwe MG3 met Hybrid+ technologie. Ervaar de kracht van elektriciteit en het vertrouwd gevoel van benzine.

Vanaf

€ 22.769*



143kW/195PK
Vermogen

4,4 L/100km
Verbruik (WLTP)**

7 JAAR
GARANTIE

vanmossel.nl/mg

*Prijswijzigingen voorbehouden
**CO₂-uitstoot: 100g/km. CO₂-Klasse: C

Van Mossel