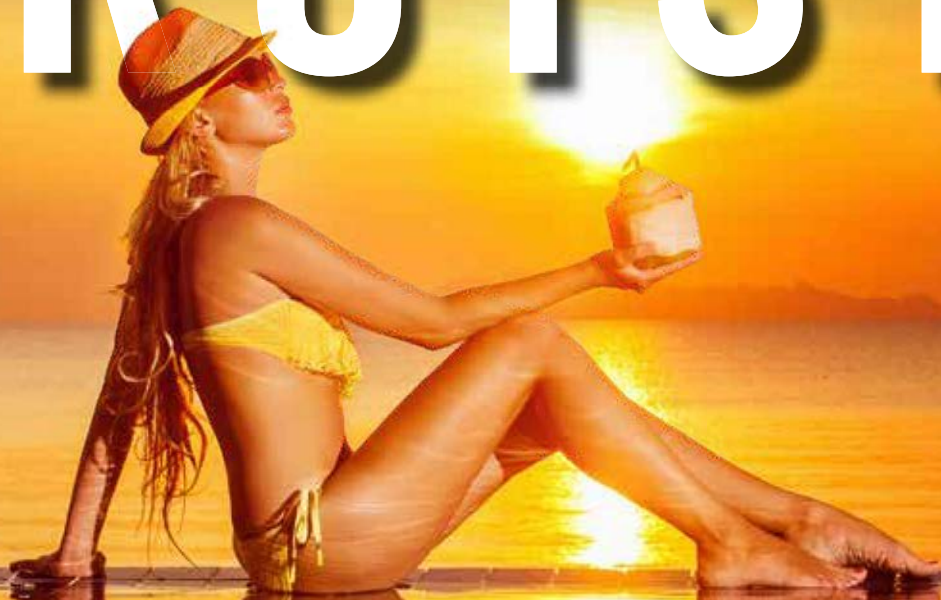


'T GOOI 

AUGUSTUS 2024 [WWW.TGOOIBRUIST.NL](http://WWW.TGOOIBRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST



**Vakantie in eigen land**  
best een goed idee

Lees het interview  
met *Annick Boer*

# KLINIEK

# HEIHOF

KLINIEK  
HEIHOF  
NATUURLIJK MOOIER

**Al tien jaar een gevestigde naam in regio het Gooi: Kliniek Heihof, dé plek voor botox, fillers en draadlifts met een natuurlijk resultaat. Eerlijke prijzen en esthetisch verantwoorde behandelingen voor een breed publiek.**

Wat begon als een bescheiden kliniek, is inmiddels in 10 jaar tijd uitgegroeid tot een gerenommeerde kliniek die alom bekend is in het Gooi en daarbuiten. Inmiddels is de kliniek 6 dagen per week open en staat het team van vijf artsen, allemaal BIG-geregistreerd en toegewijd aan het leveren van de beste behandelresultaten, voor u klaar!

Bij ons staat goed advies voorop. We streven naar een natuurlijk look en hanteren eerlijke prijzen.

Ons doel is om zelfvertrouwen te vergroten zonder 'plastic fantastic' resultaten.

Onze cosmetische behandelingen zijn gericht op een uitstraling die bij u past en niet onnatuurlijk overkomt. Uit ervaring weten we dat cliënten meestal niet willen lijken alsof ze 20-30 jaar jonger zijn, omdat dit niet overeenkomt met hun lichaam en geest. Daarom bespreken we graag met u wat uw doelen zijn. Over het algemeen is de wens en het streven naar een uitgeruste en frisse uitstraling met een subtiele verjonging die natuurlijk oogt en bij u past. Het gevoel van jezelf mooi en comfortabel voelen is van onschatbare waarde. Na een behandeling ziet u er niet alleen jonger en opgefrist uit, maar heeft het ook een positief effect op uw stemming.

DRS. MELISSA



DR. VEERANDER



DRS. TIBA TOSSIJN



DRS. HAJ



DR. MARIAN SANDER



Bij Kliniek Heihof staat professionaliteit hoog in het vaandel. Onze behandelingen worden uitsluitend uitgevoerd door zeer ervaren, bekwame artsen als uw premium behandelaar.

Kliniek Heihof is gevestigd in het bekende Dudok pompgebouw te Hilversum. Vanaf de snelweg bent u slechts twee straten verwijderd en vanaf het treinstation bereikt u ons binnen twee minuten. Parkeren is bovendien gratis.

We heten u van harte welkom in onze kliniek die van maandag tot en met zaterdag geopend is, inclusief vier avonden.

*Ons motto:*  
**"VEILIGE COSMETISCHE INGEGREPEN MOETEN WAT ONS BETREFT VOOR IEDEREEN BEREIKBAAR ZIJN".**

Voor natuurlijke  
schoonheid  
&  
eerlijke prijzen

2 zones € 160,-  
3 zones € 230,-

FILLER  
€ 195,-

BOTOX  
€ 89,-

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)



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

Wij regelen het graag voor u!

# Betrouwbaar transport

van en naar **Spanje!**

Bent u op zoek naar betrouwbaar transport voor uw boedel, 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 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 betrouwbare en flexibele service met jarenlange ervaring. Contacteer ons vandaag voor een vrijblijvende offerte!**



## COSTA SPRINTER

### Transport van en naar Spanje

Vraag naar de mogelijkheden en onze tarieven, bel of whatsapp (+31) 6 27 23 27 26



8



16



14



23

# COLOFON

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

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**SALES SUPPORT** NL Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** NL Bruist - Ramon Heeren  
**THEMATEKSTEN** NL Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** NL Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** NL Bruist  
**EINDREDACTIE** Anouk Jacobs

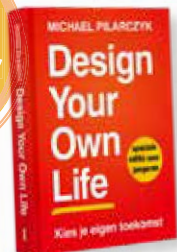
f Like ons op Facebook.com/tgooiBruistNL

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl  
bel Marcel Bossers 06-34590975 | 076-7115340

Copyright NL Bruist B.V. ©2024. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. 't Gooi Bruist is een merknaam en 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. **NL Bruist B.V. is een uitgeverij van glossy magazines die 33 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



12



28

# Inhoud



Foto: Ron Eskens sooppictures.nl

## *Bruisende lezer,*

Na een toch wel erg regenachtige maand juli, hopen we in augustus op extra mooi weer ter compensatie. Weer waardoor je het liefst zoveel mogelijk eropuit trekt. En daarvoor hoef je echt niet de grens over. Ook Nederland zelf heeft namelijk ontzettend veel te bieden, zoals je verderop in deze nieuwste editie van Bruist kunt lezen.

Dat mooie weer gunnen we trouwens niet alleen onszelf, maar iedereen. Zeker ook de ondernemers die van het zomerseizoen en het mooie weer afhankelijk zijn, zoals de ijsverkopers en uitbaters van terrassen. Maar, weer of geen weer, onze bruisende ondernemers gaan hoe dan ook vol enthousiasme door met hun harde werk, zoals wel blijkt uit hun inspirerende verhalen. Wat eveneens inspirerend is? Het interview dat we hadden met multitalent Annick Boer. We kunnen haast niet wachten tot ze volgend jaar weer het land ingaat met haar derde cabaretvoorstelling *Vol Erin!*

Weer genoeg te lezen dus deze maand. Perfect voor een relaxed dagje in je eigen tuin, aan het water of tijdens een vakantie (in eigen land?!). Geniet van het magazine, geniet van de zomer en laat je inspireren!

**Lea en Marcel Bossers**



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

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

VRIJWEL  
ALLES IS MOGELIJK  
IN EIGEN LAND

## *Vakantie in eigen land* is best een goed idee

Er zijn wereldwijd zoveel prachtige bestemmingen die je het liefst allemaal zou willen bezoeken, mits je van reizen houdt natuurlijk. Maar één land ontbreekt vaak op de lijst: Nederland. Zonde, want ook ons eigen land heeft ontzettend veel te bieden. Bovendien is een vakantie in eigen land ook nog eens vriendelijker voor je portemonnee.

Of je nu houdt van een strandvakantie, kamperen, een luxe hotelverblijf, een actieve vakantie of een stedentrip, in Nederland kan het allemaal. Vooral kortere vakanties in eigen land winnen aan populariteit. Een van de grote voordelen is dat je nauwelijks reistijd hebt, waardoor zelfs een weekendje weg al de moeite loont.

Maar waar moet je dan zijn? Dat hangt natuurlijk af van het type vakantie dat je zoekt. Voor watersport ga je naar Friesland, voor strandvakanties zijn Zeeland, het westen van het land en de Waddeneilanden perfect. Fietsliefhebbers kunnen hun hart ophalen op de Veluwe, in het Limburgse heuvellandschap en in tal van andere prachtige fietsgebieden. En wat stedentrips betreft, heeft

Nederland een overvloed aan mooie en interessante steden die zeker een bezoek waard zijn.

Natuurlijk kun je deze uitjes ook als dagtrip plannen, maar dat voelt niet echt als vakantie. Gelukkig zijn er in Nederland talloze overnachtingsmogelijkheden voor elk budget. Of je nu kiest voor een chic hotel, een budgetvriendelijk hostel, een vakantie woning of een plekje op de camping, er is voor ieder wat wils.

Dus waarom niet genieten van al het moois dat Nederland te bieden heeft? Het is dichtbij, betaalbaar en gevarieerd. Nederland als vakantie land: een idee dat het overwegen meer dan waard is. En heb je Nederland eenmaal ontdekt als vakantiebestemming, dan zal het niet bij die ene vakantie blijven...

**Ga jij op vakantie in eigen land?**

Op [www.nlbruist.nl](http://www.nlbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

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

**€ 1399,-**



## 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  
4.845 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

# LEKKER OP DE FIETS!



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**

## M EEN MOMENT VOOR JEZELF MET HANDDOEKEN!

Handdoeken kun je bij wijze van spreken op elke hoek van de straat kopen. Maar écht goede handdoeken, die ook nog eens extra zacht zijn voor een gevoelige huid én er mooi uitzien, zijn lastiger te vinden.

Ismenia heb je de keuze uit vijf verschillende luxe handdoekensets. Een set van Maison Ismenia is niet alleen een mooie aankoop voor jezelf, maar ook een bijzonder geschenk voor iemand anders.



[www.maisonismenia.com](http://www.maisonismenia.com)

Scan de QR-code

## 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.



## 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](http://www.rituals.com)

## ULTIMATE PROVENCE ROSÉ

Het zonnetje schijnt volop, wat betekent dat het roséseizoen in volle gang is. De vraag naar kwalitatief hoogwaardige roséwijnen uit de Franse Provence groeit elk jaar. Ultimate Provence speelt in op deze vraag met hun prestigieuze Ultimate Provence Rosé. Deze biedt zowel een verfijnd smaakpalet als een luxueuze verpakking. Met deze mooie roséwijnen kan de zomer niet meer stuk! [www.deltawines.eu/nl](http://www.deltawines.eu/nl)



## IDEAAL VOOR OP VAKANTIE!

In je luie stoel, wijntje erbij en dan dit heerlijke boek om bij weg te dromen... Een fijn verhaal waarin doodgewoon realisme, humor en spanning elkaar afwisselen en de Portugese hitte als zinderend element fungeert. [esthervanypere.com](http://esthervanypere.com)  
**VERKRIJGBAAR BIJ BOL.COM**



# Summer Vibes

## Geniet van elk moment

### INTUITION QUATTRO

Dit rosé gouden scheermes is geschikt voor het ontharen van alle zones, met een fluweelzacht en super glad resultaat. Zelfs de moeilijk bereikbare plekjes worden moeiteloos meegenomen, waardoor je verzekerd bent van een perfecte scheerbeurt. Daarnaast is dit mesje een prachtige eyecatcher in de badkamer dankzij zijn elegante en stijlvolle ontwerp. De comfortabele grip zorgt ervoor dat het scheermes goed in de hand ligt en eenvoudig te gebruiken is. Het scheermesje bevat aloë vera en vitamine E en biedt daardoor zowel tijdens als na het scheren verzorging. [www.wilkinsonsworld.com/pages/womens](http://www.wilkinsonsworld.com/pages/womens)

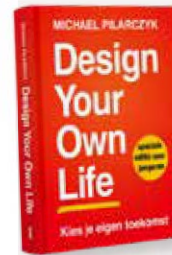


### HAWAIIAN MINERAL SUNMILK LOTION

De Hawaiian Tropic Mineral Sunmilk Lotion SPF 30 biedt de perfecte zonbescherming voor mensen met een gevoelige huid. Deze minerale zonbescherming is volledig vegan, grotendeels gemaakt van natuurlijke ingrediënten en bevat geen chemische filters. Wat deze zonbescherming echt uniek maakt, is de heerlijke geur van kokos en kukuinoot. De Mineral Sunmilk Lotion biedt je huid optimale bescherming en verzorging. [www.hawaiiantropic.eu](http://www.hawaiiantropic.eu)



### LEZERSACTIE\* Design Your Own Life t.w.v. € 23,<sup>95</sup>



Vol praktische tips en oefeningen om jongeren te helpen hun koers te bepalen. Ontwikkel een positieve mindset, ga om met stress, boost je zelfvertrouwen en creëer je ideale leven. Geschreven door Michael Pilarczyk, auteur van Master Your Mindset en oprichter van de Mastermind Academy.

[www.michaelpilarczyk.nl/boeken](http://www.michaelpilarczyk.nl/boeken)



### 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)



**SKIN & SOUL**  
HOLISTISCH HUIDSPECIALIST

### ONS AANBOD

Holistic facials

Face sculpting

Skin Ceremonies

Microneedling

**Buccalmassage**

Dieptissuemasage

Cupping

Guasha

Acne behandelingen

Bloedanalyse, intolerantie-  
allergietesten

Henna Brows

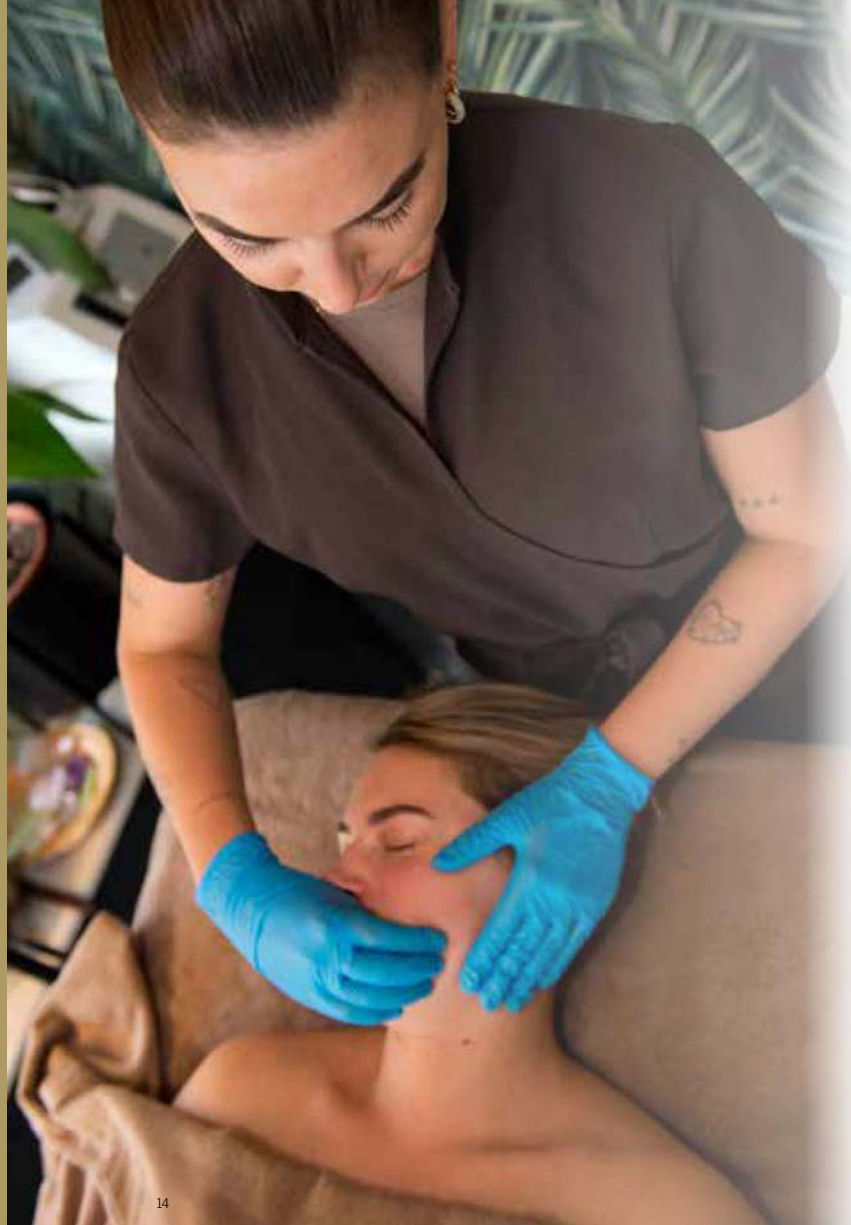
📍 Driehoekslaan 56, Maarssen

☎ 06-15897627

✉ info@skinand soul.nl

🌐 [www.skinandsoul.nl](http://www.skinandsoul.nl)

Volg ons ook op instagram  
@skinandsoul.nl



# Ontdek de Luxe van Buccalmassage

## bij Skin & Soul

Ervaar de unieke en verjongende Buccalmassage bij Skin & Soul. Deze techniek, vaak omschreven als een natuurlijke facelift, ontspant en versterkt de gezichtsspieren van binnenuit, wat resulteert in een stralendere en stevigere huid.

### Waarom kiezen voor Buccalmassage?

- Verbeterde bloedcirculatie: Meer zuurstof en voedingsstoffen voor je huid.
- Stimulatie van collageen: voor een jeugdige, elastische huid.
- Vermindering van rimpels: gladdere en stevigere huidtextuur.
- Ontspanning van kaakspieren: verlichting van spanning en pijn.
- Natuurlijke lift: verbeterde gelaatscontouren.

### Sculpting Glow Facial

Probeer ook onze Sculpting Glow Facial, een uitgebreide gezichtsbehandeling die buccale en bindweefselmassagetechnieken combineert. Dit bevordert de doorbloeding, stimuleert collageenproductie en geeft je een stralende, vernieuwde huid.

### Speciale Aanbieding: 3 + 1 Gratis

Tot eind augustus: bij aankoop van 3 Sculpting Glow Facials, ontvang je de 4e gratis!

### Ervaar het Zelf

Boek vandaag nog en ontdek de verjongende effecten van onze exclusieve behandelingen. Laat je huid stralen met Skin & Soul!



### Afspraak maken?

Ga naar [www.skinandsoul.nl](http://www.skinandsoul.nl) of bereik ons via Whatsapp op 0615897627 of mail via [info@skinandsoul.nl](mailto:info@skinandsoul.nl)



## Onze behandelingen

PERMANENTE MAKE-UP (PMU)

TATOEAGE REMOVER / PMU (LASER)

PRX-T33 PEELING

MICRONEEDLING

KRUIDEN PEELING

FRUITZUUR PEELING

CARBON PEELING

GEZICHTSBEHANDELING

BINDWEEFSELMASSAGE GEZICHT

PIGMENTVLEK VERWIJDERING

LITTEKENVERBETERING

HUIDONEFFENHEDEN

# Klaar voor verandering?

## Tatoeage remover



Ontdek de kracht van de ND YAG-laser bij onze skin expert, een geavanceerd middel tegen ongewenste tatoeages en pigmentaties. We hebben gekozen voor de betrouwbare YAG-laser, bekend om zijn veiligheid en effectiviteit.

De YAG-laser is perfect voor effect voor het verwijderen van permanente make-up, permanente wenkbrauw make-up, tatoeages, ouderdomsvlekken en pigmentvlekken, zonder littekens achter te laten. Elke laserpuls breekt pigment af en vermindert zorgen, terwijl het je huid vernieuwt. Bezoek ons voor een behandeling met de ND YAG-laser en ervaar een helderdere, mooiere huid. Vertrouw op onze expertise om jouw verleden uit te wissen en jouw toekomst op te helderen.

Laat jouw transformatie hier beginnen,  
Sylvia

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



Met meer dan 35.000 km aan fietspaden is Nederland een ideaal land om per **fiets** te verkennen. Probeer bijvoorbeeld eens een leuke route door de Veluwe.

De **Deltawerken** worden beschouwd als één van de zeven wonderen van de moderne wereld.

De **Waddenzee** is UNESCO Werelderfgoed en biedt unieke natuurervaringen zoals **wadlopen**.

Nederland heeft één van de hoogste museadichtheden ter wereld. Bekende **musea** zoals het

Rijksmuseum, maar ook kleinere en gespecialiseerde musea zijn **overal** in het land te vinden. Ons land staat bekend om zijn innovatieve en **moderne architectuur**. Steden zoals Rotterdam zijn een walhalla voor architectuurliefhebbers.



Wil je een afspraak maken?  
Scan de QR-code!

### Bloomiing Skin Boutique

Oud-loosdrechtsedijk 188-6

Loosdrecht

064 620 40 94

info@bloomiing.nl

@bloomiing.skin.boutique

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

**Bloomiing**  
SKIN BOUTIQUE

# Dé betrouwbare oplossing voor al uw evenementen



Afspraak is afspraak, daar draait het bij ons om!

Wanneer u een kwalitatieve stretchtent wilt huren van een specialist in Noord-Holland, gaat u naar stretchtentverhuur Van Ekeris Tenten in Hilversum. De broers Mike en Ben van Ekeris zijn samen goed voor meer dan vijftien jaar ervaring in de professionele tentenbouw- en festivalwereld. Tijdens deze periode (in dienstverband) hebben we ruimschoots ervaring opgedaan met bijna alle soorten tenten. Het is tijd geworden voor de volgende stap en daarom zijn we de uitdaging aangegaan met een eigen stretchtentverhuur in Noord-Holland: Van Ekeris Tenten!



WIJ VERZORGEN OVERAL ONZE STRETCHTENTVERHUUR

BEKIJK ONSS  
ASSORTIMENT



Geef je een feest of organiseer je een festival en heb je een stretchtent nodig? Zoek dan niet verder! Ben en Mike van Ekeris, eigenaren van Van Ekeris Tenten, hebben ongetwijfeld een oplossing op maat voor je. "We leveren altijd de stretchtent – en eventueel vlondervloer – die het best aansluit op jouw wensen."

De broers hebben meer dan 20 jaar ervaring in stretchtenten, bieden kwaliteit tegen scherpe tarieven en streven naar tevredenheid van klanten met een toegewijd team.



**VAN EKERIS  
TENTEN**

Van Ekeris Tenten | 06 44 16 78 18 | [www.vanekeristenten.nl](http://www.vanekeristenten.nl)



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

# HÉT HOTEL\*\*\*\*

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, aan 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!

# OP ZOEK NAAR DE PERFECTE VLOER?

KOM NAAR ELST!



-WEBSHOP-  
Booijsparket-  
webshop.nl

ZOEKT U EEN NIEUWE VLOER of  
VLOERVERWARMING EN PARKET?  
Bij ons bent u aan het goede adres!

**BOOIJS PARKET**  
WONEN MET LEF



ONDERHOUD · SCHUURVLOER · LAMINAAT · PVC · VLOERVERWARMING  
INTENSIEVE REINIGING · RENOVATIE · ONDERHOUDSPRODUCTEN · PARKET  
Ook voor leuke woonaccessoires zoals lampen, kussens, glaswerk en geurdiffusers

Booijs Parket, voor de beste kwaliteit vloeren!

Industrieweg Oost 5b,  
Elst (GLD)

0481 745 296  
06 303 60 855

info@booijsparket.nl  
www.booijsparket.nl



# DAGJE UIT HUNTENPOP



Op 16 en 17 augustus is het weer tijd voor de 33e editie van Huntenpop, een jaarlijks terugkerend tweedaags muziekfestival. Het festival staat al jaren bekend om de gevarieerde programmering; van opkomend regionaal talent tot (inter)nationaal bekende artiesten en van gevoelige popliedjes en snoeiharde rock tot aan happy hardcore en hiphop. Verspreid over diverse podia is het allemaal te vinden op het gezelligste festival van de Achterhoek, met dit jaar optredens van onder andere Suzan & Freek, Raccoon, Wende, Davina Michelle, De Jeugd Van Tegenwoordig, Rondé, La Fuente, Antoon, Rudeboy en Johan. **Kijk voor meer info en tickets op [www.huntenpop.nl](http://www.huntenpop.nl).**

# FILMPJE KIJKEN IT ENDS WITH US

BINNEN/BUITEN



Na een traumatische jeugd wil Lily Bloom opnieuw beginnen in Boston, waar ze hoopt haar droom van een eigen bloemenzaak waar te maken. Ze ontmoet de charmante neurochirurg Ryle Kincaid en ze vallen als een blok voor elkaar. Na een tijdje krijgt Lily echter een kant van Ryle te zien die haar aan de relatie van haar ouders doet denken. Als Lily's eerste grote liefde Atlas Corrigan ineens weer opduikt in haar leven, komt haar relatie met Ryle onder grote druk te staan en moet ze een onmogelijke keuze maken die bepalend is voor haar toekomst. **IT ENDS WITH US is vanaf 8 augustus te zien in de bioscoop.**

# BOEKJE LEZEN DE BLOEMENDOCHTERS



Voor Dalia is Blooming Hall, het landgoed van haar grootouders in Cornwall, haar thuis. Hier heeft ze samen met haar vier nichtjes alle zomers tussen de bloemenvelden doorgebracht. Na de plotselinge dood van hun grootmoeder komen de vrouwen samen op het landgoed. Daar doen ze een schokkende vondst: een brief van Dalia's vader. Zijn identiteit was jarenlang een raadsel, omdat haar moeder al vroeg overleed en haar grootmoeder niets over hem wilde vertellen. De zoektocht naar haar vader leidt Dalia naar Mexico, waar ze erachter komt hoe haar ouders elkaar leerden kennen, maar waar ze ook op een groot familiegeheim stuit. **DE BLOEMENDOCHTERS van Tessa Collins is vanaf 6 augustus verkrijgbaar.**

DE OPRUIMING IS BEGONNEN  
20 tot 70 procent korting op  
damesmode

**Brinkers**  
Mode & lingerie



Dammerweg | Nederhorst Den Berg | 0294 251 274 | [www.brinkersmode.nl](http://www.brinkersmode.nl)

## Word een kringloopheld!

Doe mee aan ons duurzame  
avontuur! Wij zoeken  
enthousiaste vrijwilligers!

**KLEURRIJK**

100% kringloop



Help je mee?

**Eemnes**

Zuidersingel 4  
3755 AZ Eemnes

[www.kringloopkleurrijk.nl](http://www.kringloopkleurrijk.nl)  
035-5380808

**Huizen**

Machineweg 2a  
1271 EE Huizen

**JOY'S**  
CADEAUS & WOONACCESSOIRES

VOOR KADOOTJES GROOT EN  
KLEIN, MOET JE BIJ **JOY'S IN**  
**LOOSDRECHT** ZIJN

📍 Nootweg 43C, Loosdrecht  
📍 JOY'S CADEAUS & WOONACCESSOIRES

verkoop punt  
Leonidas bonbons



Dierenwelzijn.  
Wereldwijd.

**ADOPTEEER KAYA**



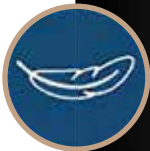
SCAN DE QR-CODE



Heb je een té druk leven? Voel je je soms uitgeblust en overbelast na een lange werkdag? Bij Ervaarrust.nl begrijpen we dat. Onze missie is namelijk om burn-outs de wereld uit te helpen!



MASSAGEPROGRAMMA'S  
MASSAGETECHNIKEN



GEWICHTLOOSHEID



WARMTE &  
LICHTTHERAPIE



BLUETOOTH  
SPEAKERS



KNIE, VOET, DIJ  
EN KUIT MASSAGE

Prins Hendrikstraat 17A, Zevenbergen | 0765083415 | info@ervaarrust.nl | www.ervaarrust.nl

# Ontsnap even aan de drukte

## Totale ontspanning

Met een massagestoel van Ervaarrust.nl kun je elke dag ontsnappen aan de dagelijkse sleur. Stel je voor: 20 minuten per dag **totale ontspanning** in je eigen huis. Onze massagestoelen zijn niet zomaar stoelen, ze zijn een **investering in je gezondheid en welzijn**. Ze bieden een moment van rust, waardoor je lichaam en geest kunnen **herstellen van de dagelijkse stress**. Dit is niet alleen een luxe, maar een noodzaak in de hedendaagse hectische wereld.

## Massage technieken met AI

Onze massagestoelen zijn uitgerust met geavanceerde technologieën. **De nieuwste massagetechnieken**, Zero-Gravity en sommige modellen zelfs met AI. Deze technologieën zorgen voor een **ongeveer evenaarde massage-ervaring** die zich aanpast aan jouw lichaam.

Ons topmerk OGAWA biedt niet alleen ultiem comfort, maar ook gezondheidsvoordelen zoals **stressvermindering**, **pijnverlichting** bij rugklachten en artrose. Voor degenen die lijden aan chronische pijn of dagelijkse spanningen, kan een massagestoel een wereld van verschil maken. De **warmtefunctie** en de mogelijkheid om specifieke massageprogramma's te kiezen, zorgen voor een **op maat gemaakte ontspanningssessie**.

## Krijg hernieuwde energie!

Bezoek onze website Ervaarrust.nl en ontdek hoe onze massagestoelen jou kunnen helpen om met hernieuwde energie je dag weer aan te kunnen. Maak een afspraak voor een persoonlijke demonstratie in onze showroom en ervaar zelf het verschil. **Bij ons krijg je eerlijk advies, transparante prijzen en een optimale klantbeleving!**



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



Ervaarrust.nl  
Chiropraktische Louw

## *Annick Boer sleutelt hard aan nieuwe cabaretvoorstelling*

# ‘Ik merkte dat ik ook in het dagelijks leven mensen aan het lachen kon maken’

Annick Boer is niet voor één gat te vangen. Ze speelt typetjes in tv-programma's, acteert in films, staat op de planken met toneelgroepen, is stemactrice, was deelnemer aan *Wie is de mol?* én schittert in haar eigen cabaretvoorstellingen. Vanaf april 2025 kunnen we haar nieuwste soloshow verwachten: *Vol Erin!*

“Ik ben al lekker bezig met het schrijven van conferenties en liedjes”, vertelt Annick. “Ik vind dat heel erg leuk. In het begin schrijf ik iets heel slechts en dan ga ik er elke dag aan sleutelen tot het beter wordt. Maar cabaret maak je eigenlijk samen met het publiek, het is een wisselwerking. Het kan nu nog alle kanten opgaan, maar dat ik mensen een leuke, warme en liefdevolle avond wil brengen, staat vast.”

**KOMISCH TALENT** Wat ook vaststaat, is dat Annick een kei is in mensen aan het lachen maken. Ze persifleert erop los in tv-programma's als *Kopspijkers*, *De TV Kantine* en *LOL: Last One Laughing*. Maar op een bepaald moment doet de cabaretière een ontdekking. “Ik merkte dat ik ook in het dagelijks leven mensen aan het lachen kon maken, gewoon als

mezelf”, vertelt Annick. “Grappen die ik bedacht in voorstellingen mochten er altijd inblijven. Dus toen dacht ik: volgens mij kan ik zelf ook schrijven.”

**LIEFDE VOOR THEATER** Ook al heeft ze veel succes met haar televisieoptredens, haar hart ligt bij theater. “Theater is absoluut mijn favoriet”, zegt Annick resoluut. Of solo op het toneel staan dan ook haar voorkeur heeft, vindt ze moeilijk kiezen. “Ik ben zeker trots op mijn eigen voorstellingen, maar ik speelde dit jaar ook in de cabaretmusical *Ver van je bed*. We hebben daar veel succes mee gehad. En dat vond ik ook zó gezellig!”

Vanaf 3 april 2025 gaat Annick Boer het land in met haar derde cabaretvoorstelling *Vol Erin!*

**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

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

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



Op zoek naar een eyecatcher, unieke woonaccessoires of inspiratie opdoen voor uw nieuwe interieur?



Scan de QR-code!

# Bezoek de webshop en creëer een nieuwe sfeer in huis!



Je kunt natuurlijk ook bij ons op bezoek komen:

Uilenwaard 16-18,  
's-Hertogenbosch  
06-19792452

Je bent van harte welkom!



WWW.PAUW-INTERIEUR.NL

**BRUIST Deal** 10% korting met promotiecode BRUIST op producten in de webshop

## Mindfulness en ademwerk zweverig? Ervaar het zelf tijdens *een kennismakingssessie!*

Met mindfulness trainen we onze aandacht. Wanneer je dit vaker doet, zul je merken dat je je aandacht beter kunt sturen. Dit brengt meer rust en maakt dat je je gemakkelijker kunt concentreren. En dit effect beperkt zich niet alleen tot de oefening, ook in het dagelijks leven profiteer je hiervan. Je geniet intenser van het moment, piekert minder, slaapt beter en voelt je lekkerder in je vel. Dat klinkt goed, toch?

Ademwerk omvat een breed scala aan ademhalingsoefeningen. Al duizenden jaren worden deze oefeningen beoefend in diverse culturen en tradities. De oude yogi's en boeddhisten waren zich al bewust van de kracht van de ademhaling en gebruikten deze als een tool om hun geest tot rust te brengen en hun bewustzijn te vergroten.

**Ben jij nieuwsgierig wat mindfulness en ademwerk voor jou kunnen doen?**

**In het najaar geef ik een paar ontspannen 'kennismakingssessies'.**

Deze sessies zijn praktisch en zeker niet zweverig. Je wordt je onder andere bewust van jouw unieke ademhaling, ontdekt wat je met je adem kunt bereiken en gaat naar huis met waardevolle oefeningen. Daarnaast is het een heerlijk ontspannen moment voor jezelf!

En een mooie kans om kennis te maken met mij en mijn manier van werken.



Check mijn agenda via [www.gentleyogi.nl/agenda](http://www.gentleyogi.nl/agenda)

Voor meer info en voor het opnemen van contact ga naar: [www.gentleyogi.nl](http://www.gentleyogi.nl)



Marieke Som de Cerff | 06-30387548 | [info@gentleyogi.nl](mailto:info@gentleyogi.nl)



EEN AFDRUK  
MET INDRUK  
EEN AANRAKING  
OP JE MUUR



Iris Rovers  
+31 (0)6-26965604  
www.eigenlijns.nl

EEN GESCHENK VOOR EEN ANDER OF EEN  
HERINNERING VOOR JEZELF.



Fysiotherapie Wijburg

## Snel en effectief van je klachten af met **Dry Needling**

Mijn praktijk voor orthopedische manuele fysiotherapie is gespecialiseerd in dry needling. Gemiddeld zijn mensen binnen 4 behandelingen van hun spiergerelateerde pijn af en kunnen gewoon weer pijnvrij bewegen. De behandeling wordt vergoed door uw aanvullende verzekering.



Bij de handeling prik ik met een hele dunne acupunctuurnaald in een zogenaamde spierknoop, op de plek waar de klachten zitten. Zodra die knoop eruit is, komt de doorbloeding in het spierweefsel weer op gang en worden afvalstoffen afgevoerd. De spier ontspannt zich en kan weer normaal functioneren. Daarmee verdwijnen de pijn en de bewegingsbeperking.

Je kunt je voorstellen dat het ontzettend veel voldoening geeft om mensen zo snel te kunnen helpen. Dry Needling is helaas nog niet zo wijdverspreid. Dat terwijl de oorsprong van de klachten van maar liefst 90% van de mensen die behandeld worden met fysio- en/of manuele therapie, terug te voeren is op pijnlijke spierknopen. De potentie is dus groot.

Dry Needling is overigens slechts een van de vele andere behandelmethoden die ik als fysiotherapeut en manueel therapeut toepast. Ook andersoortige klachten kan ik dus onder handen nemen.



Vincent Wijburg



Fysiotherapie Wijburg | Parklaan 4, Kortenhoeft | 035-6550735  
info@fysiotherapiewijburg.nl | [www.fysiotherapiewijburg.nl](http://www.fysiotherapiewijburg.nl)

# Ambachtelijk handwerk VAN TOPKWALITEIT!



Welkom bij Xylo Wood Design. Mijn naam is Dean Bigley en ik heb een passie voor hout. Bij Xylo Wood Design maken we van dit prachtige materiaal alles wat u als klant verlangt, eventueel in combinatie met glas en/of staal.

Van tafels tot kasten, van overkappingen tot (buiten)keukens en van badkamermeubelen tot deuren... echt alles is mogelijk.

## MAATWERK EN SERVICE

Xylo Wood Design komt graag bij u thuis om uw idee door te spreken en samen te komen tot een mooi ontwerp. We leveren echt maatwerk en bieden nog die hoogwaardige, ouderwetse service. Voor ambachtelijk handwerk van topkwaliteit moet u dus bij Xylo Wood Design zijn!



## NIEUWSGIERIG GEWORDEN?

Breng eens een bezoekje aan de showroom! Xylo Wood Design werkt zowel voor particulieren als voor bedrijven.

### ALLEEN OP AFSpraak GEOPEND

Tongerlose Hoefstraat 102, Tilburg  
06 - 365 378 76 | deanbigley@icloud.com  
📷 xylowooddesign | [www.xylo-wood.nl](http://www.xylo-wood.nl)



# NIETS IS TE GEK OM IN TE LIJSTEN



Marcel Out is al meer dan 35 jaar lijstenmaker. Eerst bij kunsthands en lijstenmakerijen, nu alweer ruim zes jaar als De Gooische Lijstenmaker.

## Waarvoor kunnen we bij jou terecht?

"Het inlijsten van schilderijen, foto's, litho's, reproducties, maar ook t-shirts, handwerken en objecten. Eigenlijk is niets te gek. Zo heb ik zelfs eens een complete bruidsjurk ingelijst! Ik adviseer en laat de verschillende mogelijkheden zien. Zo krijg je een inlijstadvies wat bijvoorbeeld past bij je interieur." **Voor alles heeft Marcel een mooie passende lijst. Loop gewoon eens binnen!**

*De Gooische Lijstenmaker*

Deltazijde 14P Blaricum (Blaricummermeent) | 06-29560387  
outmarcel@gmail.com | [www.degooischelijstenmaker.nl](http://www.degooischelijstenmaker.nl)

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

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

### Openingstijden

Woensdag t/m vrijdag 10.00 - 18.00 uur  
Zaterdag van 10.00 - 17.00 uur

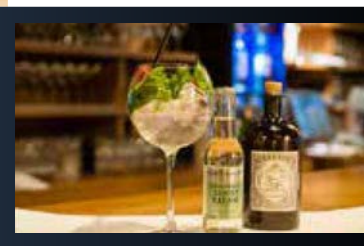
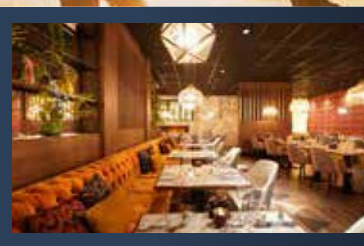
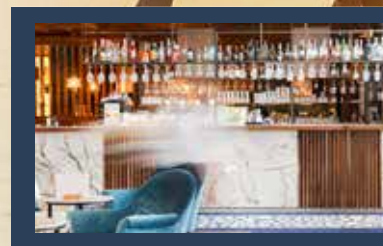
# De ultieme ontspanning aan de Zeeuwse kust

Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied de Zeepeduinen en het strand van Westerschouwen, vind je **Grand Hotel ter Duin**. De perfecte plek om te genieten van alles wat de Zeeuwse kust te bieden heeft!



Grand Hotel ter Duin is van alle gemakken voorzien. Wil je Zeeland op twee wielen verkennen? Geen probleem, het hotel kan de fietsen voor je regelen. Daarnaast beschikt het hotel over een prachtige lobby met bar waar je heerlijk kunt zitten om te genieten van een hapje en een drankje. Ook voor een smakelijk diner ben je hier aan het juiste adres. Grand Hotel ter Duin is niet alleen open voor hotelgasten, want iedereen is hier welkom om even te relaxen.

Met een uitgebreide wellness, fitnessruimte en het strand op loopafstand ontbreekt het je nergens aan!



Grand Hotel ter Duin Hogeweg 55, Burgh-Haamstede | Tel. 0111 655 200 | [www.sheetz.nl/grandhotelterduin](http://www.sheetz.nl/grandhotelterduin)



*Echt tijd voor elkaar!*

## Lekker uitwaaien!

Grand Hotel Ter Duin ligt op loopafstand van het strand. Leg je deze afstand liever niet te voet af, dan verhuren wij ook fietsen.

Het luxe hotel met **133 kamers** en vier appartementen kent verschillende faciliteiten waarvan je onbepert kunt genieten: twee sauna's, een Turks stoombad, verwarmd zwembad en twee luxe zonnebanken. De kamers zijn sfeervol ingericht en hebben een warme uitstraling.



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

## NOOD VS. EUSTRESS:

### HOE JE JE POSITIEVE STRESS KUNT VERHOGEN

Stress wordt vaak als negatief gezien, maar kan ook positieve kanten hebben, zoals motivatie en betrokkenheid bij een workout of nieuw project. Eustress en distress zijn de termen voor positieve en negatieve stress, afhankelijk van persoonlijke perceptie. Deze blogpost bespreekt de verschillen en hoe de Wim Hof Methode positieve stress kan verhogen.

#### Wat is eustress?

Eustress, of positieve stress is afkomstig van uitdagingen zoals een zware workout, nieuwe avonturen en nieuwe banen. Deze uitdagingen bieden kansen voor zelfverbetering en zijn essentieel voor succes en groei.

#### Wat is distress?

Distress is stress die je lichaam slecht verwerkt en een sterke reactie en lange hersteltijd vereist. Langdurige distress kan mentale en fysieke problemen veroorzaken, dus het is belangrijk om distress om te zetten in eustress.

#### Effecten van distress vs. eustress

De effecten van distress versus eustress verschillen. Distress kan hopeloosheid, piekeren, hoofdpijn en een beklemmend gevoel op de borst veroorzaken. Eustress verhoogt energie, concentratie en prestaties.

#### Hoe de Wim Hof Methode positieve stress kan verhogen

De Wim Hof Methode helpt distress om te zetten in eustress via koudetherapie. Regelmatige koude douches of ijsbaden leren je kalm te blijven onder ongemak, wat leidt tot positieve stress.



### 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 u de technieken oefent. Oefen nooit in of nabij watermassa's, terwijl u een voertuig bestuurt of in een andere situatie waarin bewustzijnsverlies u of anderen schade kan toebrengen.



Scan de QR-code voor meer uitleg en oefeningen.

# BRUIST

# HART VOOR DIEREN in hartje Hilversum

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

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

## Team

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

## Alle zorg onder één dak

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



Meer weten?  
Scan de QR

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



## Ingrediënten

- 1 grote burrata
- 4 rijpe nectarines in schijfjes gesneden
- 2 el goede olijfolie
- 1 el goede Balsamico-azijn uit Modena (bijv. Due Vittorie)
- Zout en peper
- Verse basilicum

# Salade met burrata en nectarine

Met warm weer is deze salade alles wat je wilt! De lekker romige burrata past perfect bij de fris sappige nectarines. Echt een fijne combinatie van zoet en hartig. Ideaal ook voor zomerse dagen als hoofdgerecht of als bijgerecht bij vlees- of vis of als onderdeel van een buffet bijvoorbeeld. Eenvoudig, maar overheerlijk. Koop alles wel van goede kwaliteit, dan is deze salade een delicatessen. Wij hebben uiteraard de heerlijkste olijfolie en balsamico-azijn.

## Bereiding

Verdeel de schijfjes nectarine in een schaal en 'breek' hier de burrata bovenop. Besprenkel met de olijfolie en druppel de balsamico er overheen.

Breng op smaak met zeezout en grove zwarte peper en garneer rijkelijk met fijngesneden basilicum. Lekker bij de barbecue of met een vers gebakken stokbrood.



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

## BALTHAZAR

KOOKKADO'S • TAFELN • DELICATESSEN

**Balthazar Kookwinkel**

Gijsbrecht van Amstelstraat 154, Hilversum | 035 3030909

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

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

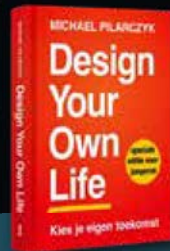


**MICHAEL PILARCZYK**

Als je weet wat je  
**bestemming** is,  
vind je altijd de  
**weg ernaartoe.**



Bestel hier mijn  
nieuwe boek



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



foto Arjaan Hamel



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

Schapenkamp 2, Hilversum  
**06-10103892**  
[www.dutchhempstore.eu](http://www.dutchhempstore.eu)

# Eindelijk heerlijk geslapen



## NIEUW: CBN

CBN-olie (Cannabinol), is de nieuwe variant CBD-olie welke vooral populair is ter ondersteuning van een goede slaapcyclus. Lees meer over dit product op onze website of kom gezellig langs natuurlijk.



Bestel  
eenvoudig  
in onze  
webshop

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



### DE HILVERSUMSE SJAM maandelijks Theatercafé Muze

Doe je mee met de Hilversumse Sjam? Een gezellige jamsessie bij theatercafé Muze. Speel je een instrument of wil je meezingen? Kom dan op de eerste zaterdag van mei langs bij Muze. Gewoon gezellig

komen kijken mag natuurlijk ook!

#### Wanneer:

Elke maand op de 1e zaterdag van de maand  
21.00 - 23.00 uur

#### Prijzen:

Gratis

### ZOMERSE CABARETAVONDEN

vrijdag 9 augustus  
Theatercafé Muze

Tijdens de zomer kan je genieten van de cabaretavonden bij Muze. Er is geen zomerstop maar een kortere show. Heb je na afloop nog lekker de tijd om op het terras te zitten!

Twee getalenteerde cabaretiers zorgen elk 20 minuten voor een avond vol lachen en vermaak. Geniet van hun unieke stijlen en aanstekelijke humor in een sfeervolle setting. Reserveer nu je tickets voor een avond vol dubbele dosis cabaretplezier! Deze editie: Tomesh Beukmen en Aren Scholte.

Tip: Geniet van een heerlijk diner van kleine gerechtjes op planken vooraf!

#### Wanneer:

Vrijdag 9 augustus 2024  
21.00 - 22.15 uur

**Prijzen:** € 15,00

### ZWALUWEN | THEMAMIDDAG

25 augustus  
Schaapskooi Goois Natuurreservaat

Elke laatste zondag van de maand is er een speciale themamiddag bij de schaapskooi in Blaricum.

In juli staat deze zondagmiddag in het teken van het thema 'Zwaluwen'. De natuurgidsen van IVN vertellen je graag meer over deze prachtige vogels in relatie tot de Gooise natuur. Bovendien is er voor kinderen een activiteit.

#### Wanneer:

Zondag 25 augustus 2024  
14.00 - 16.00 uur



### DE NIEUWE HOLLANDSE WATERLINIE | FIETSTOCHT zondag 25 augustus

De Nieuwe Hollandse Waterlinie uit 1871 is een belangrijke verdedigingslinie uit de Nederlandse geschiedenis. De linie bestaat voornamelijk uit gebieden die onder water te zetten zijn. De totale lengte van de linie bedraagt 85 km. Met het Fietsgilde ontdek je een zestal forten in het Zuidelijk Vechtgebied: Ruigenhoek, De Gagel, Werk bij Maarsseveen, Tienhoven, Fort Nieuwersluis en Fort Spion in Loosdrecht.

Over het Fietsgilde:  
Het Fietsgilde bestaat uit vrijwilligers die in de maanden mei tot en met september

wekelijks bijzondere fietstochten begeleiden door het Gooi. Tijdens de tocht wordt een aantal keren gestopt en vertelt de gids verhalen over de geschiedenis van het gebied, de cultuur en de natuur.

De fietstochten zijn circa 40/45 km lang. In alle tochten is een koffiepauze/sanitaire stop ingelast. Vergeet niet om een eigen lunchpakket mee te nemen!

#### Wanneer:

Zondag 25 augustus 2024  
10.00 - 15.30 uur

#### Prijs:

€ 3,00

# Gestoomde mosselen met knoflook en peterselie

Dit is absoluut de eenvoudigste manier om mosselen te bereiden en misschien wel de meest bevredigende. Een grote pot gestoomde mosselen zorgt voor eenvoudig maar feestelijk diner op elke avond van de week.

4 PORTIES • 30 MIN.

## INGREDIËNTEN

2 kilo mosselen  
25 gram boter  
1 gesnipperde ui  
4 teentjes knoflook  
200 ml witte wijn  
1 handje fijngesneden peterselie  
eventueel stokbrood of friet

## BEREIDING

Spoel de mosselen grondig af in een vergiet. Zijn er mosselen die openstaan? Controleer deze door ze voorzichtig op het aanrecht te tikken. Als ze sluiten, zijn ze nog goed. Blijven ze openstaan? Verwijder deze dan.

Verwarm de boter in een grote pan op middelhoog vuur en fruit hierin de fijngesneden ui en knoflook aan. Voeg de witte wijn toe en roer alles goed door.

Voeg de mosselen en fijngehakte peterselie toe aan de pan en sluit af met een deksel. Laat de mosselen 10 minuten stoven totdat ze open zijn. Schud de pan tijdens het stoven twee keer om. Verwijder de mosselen die niet zijn geopend.

Serveer de knoflookmosselen met vers stokbrood of knapperige friet.







# PUZZELPAGINA

Geniet van je welverdiende rust aan het zwembad, het strand of in de natuur tijdens je vakantie, eventueel in eigen land, en dompel jezelf onder in een wereld van puzzelplezier. Door mee te doen aan onze puzzelactiviteiten maak je bovendien kans op fantastische prijzen, waardoor je vakantie nog onvergetelijker wordt.

	4	6						
9		2		6				8
		8	4			2	5	<span style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 2px;">6</span>
			8				7	
5			7		2			3
<span style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 2px;">1</span>	1				6			
	6	4			3	9		
3				8		1		2
			<span style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 2px;">6</span>			7	3	

### Los de sudoku op

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **3-8-2**.

### Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

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

### Zoek de zes verborgen letters

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

Maak kans op:

## Hoogwaardige zonbescherming

Los de puzzel op en maak kans op topkwaliteit zonbeschermingsproducten van Dermasence! Bescherm je huid en geniet zorgeloos van de zon. Ontdek nog meer fantastische huidverzorgingsproducten online bij Huidzonderlijk.

**Doe nu mee en win!**

**huidzonderlijk.**  
Getest door huidprofessionals



Wil je het volledige assortiment bekijken, scan de QR-code of kijk op [www.huidzonderlijk.nl](http://www.huidzonderlijk.nl)



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

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

## Maak kans op een Tupperware Verrassingspakket

t.w.v. **€ 50,-**



[www.emiellas-tupperware.nl](http://www.emiellas-tupperware.nl)

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

Streep 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 september 2024 via [www.nederlandbruist.nl/gooi/puzzelen](http://www.nederlandbruist.nl/gooi/puzzelen) of scan de QR-code.**





**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

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](https://vanmossel.nl/mg)

\*Prijswijzigingen voorbehouden  
\*\*CO<sub>2</sub>-uitstoot: 100g/km. CO<sub>2</sub>-Klasse: C

# Van Mossel