

ALMERE 

JULI 2024 [WWW.NEDERLANDBRUIST.NL](http://WWW.NEDERLANDBRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST

We gaan het maken  
in Parijs!

Lees het interview met  
***Totally Spice***



# Een uitgeruste *en stralende blik*



Heb je last van een vermoeide blik door hangende oogleden en zou je graag weer willen genieten van een frisse, mooie oogopslag? Dan zou een bovenooglidcorrectie (ooglift) iets voor jou kunnen zijn.

Hangende oogleden laten je ouder en vermoeider lijken dan je bent. Ook kunnen ze druk op je ogen geven. Om deze druk te compenseren, kun je de spieren van je voorhoofd veel aanspannen. Dit kan leiden tot vermoeidheid, hoofdpijn en voorhoofdsrimpels. Een ooglift kan uitkomst bieden.

Voor het laten corrigeren van je oogleden ben je bij ons in goede handen. Een ooglift uitgevoerd door onze gespecialiseerde cosmetisch arts KNMG is een vrij kleine en kortdurende ingreep. Tijdens een bovenooglidcorrectie in onze kliniek hoeven je oogleden alleen plaatselijk te worden verdoofd en na de behandeling mag je direct weer naar huis.

Bij Nationaal Huidcentrum begrijpen we hoe belangrijk jouw uiterlijk is voor hoe jij je voelt. Al meer dan 15 jaar helpen we mensen met veilige en effectieve medisch-cosmetische ingrepen aan meer zelfvertrouwen. We bieden niet alleen de beste cosmetische zorg, maar ook een warme en vriendelijke omgeving waarin jij je op je gemak voelt.

**Wil jij weten wat een ooglift voor jou kan betekenen?** Kom dan eens langs voor een gratis en vrijblijvend gesprek en laat je persoonlijk adviseren door onze arts.

Maak nu een afspraak op  
[www.nationaalhuidcentrum.nl](http://www.nationaalhuidcentrum.nl)  
of scan de QR-code





## Waarom kiezen voor een ooglift bij Nationaal Huidcentrum?

- ✓ **Zeer ervaren arts.** Onze deskundige cosmetisch arts KNMG heeft jarenlange ervaring in het uitvoeren van bovenooglidcorrecties. Hij zal zijn expertise gebruiken om het allerbeste resultaat te realiseren dat bij jou mogelijk is.
- ✓ **Persoonlijke benadering.** Jouw behoeften en wensen staan centraal. We nemen alle tijd om met aandacht al jouw vragen te beantwoorden en je kunt vertrouwen op een eerlijk en betrouwbaar advies op maat.
- ✓ **Snel herstel.** Door de operatietechniek die onze arts hanteert, is er minder kans op zwelling en/of blauwe plekken dan bij een traditionele ooglidcorrectie.

## Waar we gespecialiseerd in zijn:

- Liposculptuur (liposuctie) voor contourverbetering & lipoeedeem
- Borstverkleining door liposculptuur
- Liposuctie onderkin
- **Bovenooglidcorrectie**
- Schaamlipcorrectie
- Injectables (fillers, botuline toxine, Profilllo)
- Huidtherapie (behandelen huidveroudering, pigmentvlekken, littekens, acne, vaatjes, verwijderen tatoeages & permanente make-up)
- Haartransplantatie

## Volg ons op social media!

 [nationaalhuidcentrum](https://www.instagram.com/nationaalhuidcentrum)  
 [nationaalhuidcentrum.nl](https://www.facebook.com/nationaalhuidcentrum.nl)

Naarderpoort 2A, Naarden  
088 425 10 00

[info@nationaalhuidcentrum.nl](mailto:info@nationaalhuidcentrum.nl)

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

# Op zoek naar transport van en naar **Spanje?**

Wij regelen het graag voor u!

Transport van boedel, auto, motor of boot van en naar Spanje. Ook voor kleinere zendingen zoals huisraad, kleding of koffers en dergelijke bent u bij ons aan het juiste adres. Tevens bieden wij opslagmogelijkheden aan in zowel Nederland als Spanje.

Wij rijden naar Spanje (zowel binnenland als de Costa's), Portugal, Frankrijk, België, Duitsland en Nederland.

Ook voor opslagmogelijkheden!



## COSTA SPRINTER

### Transport van en naar Spanje

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







**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





14



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

f Like ons op Facebook.com/almerebruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl  
of bel René Moes 06-19629221 | 076-7115340

Copyright NL Bruist B.V. ©2024. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Almere 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.**



Foto: Ron Eskens soopictures.nl

De zomer is begonnen! Laten we hopen dat het er eentje wordt vol zon en mooi weer, want dat hebben we wel verdiend na de afgelopen maanden. Wat het in ieder geval wordt, is een zomer vol sport. Het EK is inmiddels in volle gang en ook de Tour de France en de Olympische Spelen maken van deze maand een feestje voor alle sportliefhebbers. Uiteraard vertellen we je daar dan ook wat meer over in deze nieuwste editie van Bruist.

## Bruisende lezer,

Ben jij niet zo'n sportliefhebber en zoek je iets anders leuks om te doen terwijl een groot deel van Nederland aan de buis gekluisterd zit? Ook dan hebben we een tip voor je: koop kaartjes voor de theatertour van Totally Spice en zing mee met alle bekende hits van de Spice Girls. Verderop in dit magazine kun je hier meer over lezen.

Wat natuurlijk altijd leuk blijft in de zomer: shoppen, een terrasje pakken, lekker uit eten, jezelf verwennen... En daar komen onze bruisende ondernemers om de hoek kijken. Ook zij hebben de zomer in hun bol en willen er samen met jou weer een geweldig seizoen van gaan maken!

Geniet van de zomer!

**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 't Gooi Bruist en Alkmaar / De Zaanstreek Bruist.**

# Inhoud

WE GAAN HET  
MAKEN IN PARIJS!

# *Sportieve hoogtepunten* tijdens deze zomer!

Nieuwe ronde, nieuwe kansen! De zomer van 2024 belooft weer een ware sportzomer te worden, met als absolute hoogtepunt de Olympische Spelen in Parijs. Dit iconische sportevenement zal van 26 juli tot 11 augustus de wereld in zijn greep houden en mogelijk de boeken ingaan als een van de meest memorabele ooit.

Parijs verwelkomt de Spelen met een unieke mix van traditionele en nieuwe sporten. Van atletiek in het historische Stade de France tot surfen aan de Atlantische kust; de diversiteit en de spectaculaire locaties maken deze editie bijzonder. Voor het eerst in de geschiedenis worden de openings- en sluitingsceremonies gehouden buiten een stadion, namelijk in het hart van Parijs, op en rond de iconische Eiffeltoren.

## **TOUR DE FRANCE**

De 111e editie van de Tour de France zal naadloos aansluiten op de Olympische Spelen. De Tour start op 29 juni in Florence en finisht traditiegetrouw op de Champs-Élysées op 21 juli. Dit jaar staat de Tour garant voor adembenemende etappes door de Alpen en Pyreneeën, waarbij de renners zich voorbereiden op hun ultieme uitdaging: de finish in de lichtstad Parijs.

## **OLYMPISCHE SPELEN: EEN FEEST VOOR IEDEREEN**

Het IOC heeft uitgebreide veiligheidsmaatregelen getroffen om de Spelen op een verantwoorde manier te laten verlopen. Bezoekers kunnen zich verheugen op een 'Olympic Park' aan de Seine, waar fans van over de hele wereld samenkomen om hun helden aan te moedigen. Daarnaast zullen er door de stad heen verschillende fanzones zijn, waar men de wedstrijden op grote schermen kan volgen en de Olympische sfeer kan proeven.

Voor de thuisblijvers biedt de NOS uitgebreide verslaggeving, met voor- en nabeschouwingen en boeiende achtergrondverhalen. Fans kunnen rekenen op een zomer vol sportieve hoogtepunten, waarbij iedere avond een feestje wordt voor de tv-kijker. Wij wensen alle sportliefhebbers een inspirerende en onvergetelijke zomer toe!

## **Wil je de sportzomer volgen op een nieuwe en extra grote televisie?**

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

# HET PARADEPAARDJE VAN MATRABIKE

KIEZELGRUIS



  
**FONGERS®**  
Distributed by Matrabike



MIDNIGHT  
BLUE



MINERAL  
GREEN

## FONGERS NUEVO

- FLUISTERSTILLE MOTINOVA  
VOLANS MIDDENMOTOR
- ACCU IN HET FRAME
- HYDRAULISCHE SCHIJFREMMEN
- 7 SHIMANO NEXUS VERSNELLINGEN
- ACTIERADIUS 150 TOT 180 KM

DE NUEVO IS  
VERKRIJGBAAR  
VANAF

**€1799,-**



MAT  
ZWART



Scan de code en  
bekijk de NUEVO  
op onze website

### Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

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

### Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

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

### Matrabike Rumst (BE)

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

★ Trustpilot



TrustScore 4.7  
4.723 reviews

Heeft u vragen of wilt u  
meer informatie?

Stuur dan een e-mail naar:

[klantenservice@matrabike.nl](mailto:klantenservice@matrabike.nl)

Kijk voor uw FONGERS fiets op:

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

**matrabike**  
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!



## FISSLER PHI-COLLECTIE

De Fissler Phi-collectie van Kookpunt is een must-have voor alle kookliefhebbers. De pannen uit deze collectie combineren functionaliteit en duurzaamheid met innovatieve eigenschappen zoals een downdraft-functie, een schenkfunctie en een energiezuinige Cookstar-bodem voor optimale warmteverdeling.

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



S



## PAPER WONDER WENSKAART

Met een persoonlijk kaartje maak je iedereen blij. De nieuwe kaarten van Hallmark maken het 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](http://www.hallmark.nl)

## SAUVIGNON BLANC EN CHARDONNAY

Het Sloveense wijnlabel Puklavec & Friends, dat bekendstaat om zijn verfrissende witte wijnen, introduceert nu een nieuwe blend die de perfecte metgezel is voor zomerse avonden. Of je nu met vrienden in de tuin zit, genietend van een prachtige zonsondergang, of een gezellige barbecue hebt georganiseerd, er is altijd een goede reden om een heerlijke fles wijn open te trekken. [www.puklavecandfriends.com](http://www.puklavecandfriends.com)



## ZORG WEER VOOR GRIP OP JE EIGEN LEVEN!

Het boek 'Laat de kaas niet van je brood eten' geeft je inzicht over hoe je staande kunt blijven en de kracht weet te vinden om door te gaan tijdens het hebben van schulden, stress vanwege persoonlijke geldproblemen of een faillissement.

**PRE-ORDER NOW!**  
via onderstaande mailadres

[Jolanda.Philipse@icloud.com](mailto:Jolanda.Philipse@icloud.com)



## BRUIST Deals

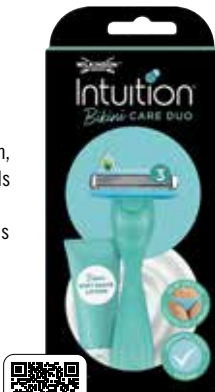
Ook deze maand hebben we weer enkele Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Neem een kijkje op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl)/lezersacties en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.

R

## INTUITION BIKINI CARE DUO

Het scheren van de bikinilijn kan voor vrouwen een hele klus zijn. Het is niet alleen moeilijk om alle plekjes te bereiken, maar het kan ook leiden tot irritaties zoals scheerbuultjes, jeuk en roodheid. Het Intuition Bikini Care Duo scheersysteem is speciaal ontworpen voor het scheren van de bikinilijn. Dit scheermesje, uitgerust met drie mesjes en een serum met aloë vera is geschikt voor de intieme zone en de gevoelige huid.

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



## HAWAIIAN TROPIC GLOWING OIL

Wil jij de perfecte summer glow? Hawaiian Tropic Glowing Oil geeft je een prachtige stralende huid deze zomer. Gebruik Hawaiian Tropic Glowing Oil in combinatie met een SPF-product voor optimale bescherming tegen de schadelijke UVA- en UVB-stralen van de zon. Zo kun je zorgeloos genieten van de zon terwijl je werkt aan een perfecte, goudbruine tan. De verleidelijke kokosgeur voert je mee naar een tropisch paradijs. [www.hawaiiantropic.eu](http://www.hawaiiantropic.eu)



In juli gaan we samen  
voor goud

Do  
mee en  
win

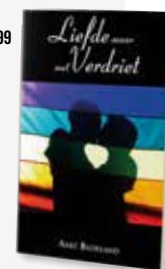
## LEZERSACTIE\*

Liefde maar met Verdriet t.w.v. € 19,99

Aart Blokland is naast ondernemer ook schrijver. Dit boek zijn de aantekeningen van een bewogen leven. Zijn jeugd, coming-out, de fijne en minder fijne herinneringen worden samengebracht in deze roman. Voor jong en oud een "must" om te lezen.

VERKRIJGBAAR IN DE BOEKHANDEL EN BIJ BOL.COM

[www.bol.com](http://www.bol.com) TAG #BOEK



## 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)



Paula's Life.Style:

## 1 mei bestaat Paula's Life.Style 1 jaar

En dat vieren we! Sluit nu een abonnement af en ontvang 1 maand GRATIS!

Klaar om gezond te leven en af te vallen? Sluit je aan bij Paula's Life.Style!

Ervaar de expertise van Paula van Kordelaar, een ervaren leefstijlcoach die je begeleidt naar blijvend succes. Leer gezonde gewoontes, versla emotie-eten en bereik je doelen zonder jojo-effect. Ontdek de kracht van een ondersteunende gemeenschap en flexibele abonnementsopties.

Stap elke week in voor een traject van 3, 6 of 12 maanden en transformeer je leven met Paula's Life.Style!

Aanbieding geldt van 1 mei 2024 t/m 31 augustus 2024.



Almere: maandagavond 18.30 - 19.30 uur  
Zeewolde: dinsdagavond 18.30 - 19.30 uur  
Harderwijk: woensdagochtend 10.00 uur - 11.00 uur  
Hierden: woensdagmiddag van 16.30 uur - 17.30 uur

Paula's Life.Style | coach@paulaslifestyle.nl | 06-14649288 | www.paulaslifestyle.nl



## 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



DITJES/DATJES

De eerste moderne Olympische Spelen werden in **1896** heropgericht door de Franse baron Pierre de Coubertin.

Deze vonden plaats in Athene.

De **vijf ringen** in het Olympische logo vertegenwoordigen de vijf continenten die deelnemen aan de Spelen:

Afrika, Amerika, Azië, Europa en Oceanië.

De **marathon** is geïnspireerd op de legende van de Griekse soldaat Pheidippides, die van de slag bij Marathon naar Athene rende om de overwinning op de **Perzen** aan te kondigen.

De afstand van de marathon is 42,195 km.

De Amerikaanse zwemmer **Michael Phelps** is **A** de meest gedecoreerde Olympiër aller tijden met in totaal 28 medailles, waarvan 23 **goud**.



# Op zoek naar een uniek sieraad?

*Neem een kijkje in het atelier van Suzanne!*

**Ik ontwerp en vervaardig een sieraad naar uw idee of keuze. Uiteraard kiest u het materiaal (goud, zilver, titanium etc.) en eventuele edelstenen zelf.**

Ook sieraden die niet meer gedragen worden (denk aan oude trouwringen) **verander ik in een nieuwe creatie.** In mijn atelier bespreken wij, onder het genot van een kopje koffie, wat de mogelijkheden zijn.

- Armbanden
- Broches
- Colliers
- Oorsieraden
- Ringen
- etc.



*Ook voor reparaties!*



# Gevoeligheid

Negentig procent van de mensen die ik ontvang tijdens mijn sessies voelt veel. Soms zelfs heel veel...

Of het nu kinderen, jongeren of volwassenen zijn, voor de meeste mensen is het een hele uitdaging. Onze maatschappij is nog steeds niet goed ingericht op gevoeligheid. En we hebben niet zo goed geleerd hoe je omgaat met je gevoelens. Wegduwen en blokkeren is soms makkelijk. "Zet je erover heen", "Stel je niet zo aan", "Even slikken en weer doorgaan" wordt snel gezegd, maar vaak lukt dat op enig moment niet meer. En als dat niet meer lukt...

Dan wordt het tijd... Tijd om die prachtige eigenschap, die een heel mooi en heel uitdagend is, te gaan omarmen en te gaan genieten. Dat je veel voelt, dat je intens beleeft. Tijd om ruimte te maken voor jezelf, voor jou, voor je creativiteit. En tijd om gelijkgestemden te ontmoeten die jou begrijpen en dit ook zo voelen.

Want gevoeligheid is nodig. Er is verandering nodig. Op zoveel vlakken, op zoveel manieren. Dat kan alleen maar als je helemaal bent wie je bent.

En als je daar hulp bij nodig hebt, dan ben ik er voor je.

Maak gratis een kennismakingsgesprek



Suzanne

**EchD**, Dat is "echt", maar dan geschreven met een D.

**EchD** is puur, eigen(wijs), uniek en misschien afwijkend van de meerderheid.

Het is een manier van leven, een levenshouding waarbij jouw unieke kern, jouw kracht en kwetsbaarheid op de voorgrond staat.

**EchD-zijn** is steeds in beweging zijn in het NU-moment met bewustzijn en nieuwsgierigheid naar jezelf.

**EchD** is er voor iedereen, maar speciaal voor mensen die zichzelf als (hoog)gevoelig ervaren en/of hun weg in de (reguliere) hulpverlening niet zo goed kunnen vinden.

 **EchD**

De Steiger 77, unit 19b, Almere  
**06-51745149**

info@echd.nl | echdsuzanne@gmail.com  
**www.echd.nl**



Ik kom zoals ik ben, dan kunnen jullie blijven wie jullie zijn, want dat is de mooiste manier samen een mooie uitvaart te maken, die recht doet aan het leven van jullie dierbare. Ieder vogeltje zingt zoals het gebekt is: tijdens de uitvaart ben ik gepast gekleed, maar ik ben geen “kokerrokje-en-hoge-hakjestyte.” Ik ben makkelijk in de omgang, een open boek, inspirerend, vriendelijk, maar zakelijk als het nodig is. Afscheid nemen doen we op jullie wijze en die bij het leven van jouw dierbare past. Een overlijden is nu eenmaal emotioneel, afscheid nemen en loslaten, we doen het liever niet. Maar als het je dan toch overkomt, dan zie ik niet in waarom je niet gewoon jezelf mag blijven.

Ik ben 24/7  
bereikbaar om u  
te helpen op  
06-18 81 80 80



Voor meer informatie  
bezoek dan onze website

Groenhof 32, Almere  
06-1988 44 19 kennismaken en whatsapp  
06-1881 80 80 bij overlijden  
joyce@uitvaartverzorging-almere.nl  
www.uitvaartverzorging-almere.nl

# Briefje aan een sterretje

Vrijdagochtend, iets voor tien. Ik ben onderweg naar crematorium Almere. Het gezin heeft de afgelopen week de muziek en de foto's uitgekozen. Iedereen heeft met liefde een steentje bijgedragen en vandaag is de uitvaart van Johan.

De eerste muziek klinkt: 'We skipped the light fandango.' De kleinzonen begeleiden opa naar voren, hij ligt in een mooie uitvaartmand van wilgentenen. Iedereen in de aula gaat staan. De kleindochters steken de kaarsjes aan en de achterkleinkinderen leggen een roze roos op de kist. Annie is de eerste spreekster. Ontzettend knap vertelt ze hoe ze Johan ontmoet heeft vlak na de oorlog in een moeilijke tijd. Maar samen konden ze de hele wereld aan. Johan was modern, want Annie werkte ook en samen moesten ze dus voor de kinderen zorgen en het huishouden runnen. Johan kon alles. 'Geen wonder dat je zo verliefd was, Annie,' zeg ik. 'Altijd gebleven,' roept Annie vanuit de zaal. 'Dat weet ik, jullie hebben de kinderen een stevige basis gegeven, maar dat horen we zo vast van jullie oudste dochter Evelyne. Evelyne, mag ik jou naar voren uitnodigen?'

Evelyne vertelt over haar vader, moet een paar keer een slokje water nemen tussendoor, maar heeft een mooie, lieve toespraak. Ik voel en zie dat het iedereen in de zaal raakt.

Als laatste sprekers zijn kleinzoon Han en zijn dochtertje van 7, Zoë. Als ik hen naar voren roep, komt alleen Han naar het spreekgedeelte. Zoë is te verdrietig. Nadat de muziek is afgelopen, kom ik naar voren om af te sluiten. 'Zoë, wat knap dat je een stukje voor opi gemaakt hebt,' zeg ik in de microfoon. 'Wil je het misschien alsnog voorlezen?' Zoë schudt haar hoofd. 'Zal ik het voor je lezen?' Zoë schudt wederom haar hoofd. 'Geef niet hoor, ik weet zeker dat opi trots op je is. Weet je wat, we leggen jouw briefje straks op de mand.' Dan neemt hij het mee als hij straks een sterretje is.'

Joyce van Helden   
UITVAARTVERZORGING ALMERE  
Een andere manier van vasthouden

# Moederschap is soms eenzaam, *maar je bent niet alleen!*

Omdat jij dit magazine leest en in Almere woont, wil ik je graag uitnodigen voor een superleuke verbindende cursus speciaal voor mama's van kinderen tussen 0 en 4 jaar. Dit programma is perfect voor jou als je op zoek bent naar balans en plezier in je drukke leven.

Stel je voor: persoonlijke coaching waarbij je anderhalf uur lang de volle aandacht krijgt om rust en balans te vinden. Samen met je kleintje ontspannen in het zwembad, plezier maken en de band versterken tijdens moeder-kind-zwemmen. Of misschien ben je meer in voor een speelse gymessie, waar beweging en communicatie centraal staan.

Daarnaast biedt het moeder-kind-atelier een creatieve uitlaatklep. Hier kun je knutselen en ervaringen delen met andere moeders in een ontspannen sfeer. En vergeet niet de mama-cirkel, een moment van zelfbewustzijn en emotionele verbinding zonder je kindje, waarin je jezelf weer echt kunt leren kennen.

Als je t leuk vind, kan je ook een kijkje op: [www.zuivereliefde.nl](http://www.zuivereliefde.nl)


Om je te ondersteunen, ontvang je wekelijks tips en opdrachten in een online leeromgeving. Dit helpt je om met vertrouwen en plezier je oude en nieuwe leven te combineren.

**Klinkt dit als iets voor jou?** Bel of stuur een berichtje voor meer informatie naar 0640995571. Doe mee en **ontdek hoe je weer echt kunt genieten van het moederschap!**

*Zuivere liefde van Mirte*

Verbinding met  
andere mama's  
Whatsappgroep



Zuivere Liefde  
Almere  
Tel. 06-40995571  
info@zuivereliefde.nl  
 zuivereliefde

# DAGJE UIT VIERDAAGSE- FEESTEN NIJMEGEN



De mooiste zeven dagen van het jaar vieren we dit jaar van 13 tot en met 19 juli: Vierdaagsefeesten Nijmegen! Op dit grootste vrij toegankelijke evenement van Nederland laat heel Nijmegen zien wat ze in huis heeft: kies uit ruim duizend optredens verdeeld over maar liefst veertig verschillende podia. Er is voor ieder wat wils, of je nu van pop, klassiek, rock, techno of jazz houdt. Een groot feest vier je samen met anderen. En reken maar dat dat tijdens de Vierdaagsefeesten goed komt: feest samen met anderhalf miljoen andere bezoekers die gedurende zeven dagen in Nijmegen te vinden zijn. **Kijk voor het volledige programma op [www.vierdaagsefeesten.nl](http://www.vierdaagsefeesten.nl).**

# FILMPJE KIJKEN DE MIDDAGVROUW

BINNEN/BUITEN

De Joodse zussen Helene en Martha begeven zich in de jaren twintig in het bruisende Berlijn. Terwijl Martha zich verliest in het uitgaansleven, wil Helene arts worden. Ze ontmoet Karl, de liefde van haar leven, maar terwijl ze dromen over een toekomst samen, rukt het naziregime op en komt Karl plotseling om. Gebroken van verdriet herpakt Helene zich en ontmoet Wilhelm die haar helpt wanneer hij haar afkomst ontdekt. Ze krijgen samen een zoon, die Helene grotendeels alleen opvoedt. Het moederschap valt zwaar, net als het verloochen van haar afkomst. Na de oorlog neemt ze dan ook een rigoureuze besluit. **DE MIDDAGVROUW is vanaf 25 juli te zien in de bioscoop.**



# BOEKJE LEZEN HUISGENOTEN



Heel Leiden is geschokt wanneer het levenloze lichaam van een jonge studente aan een vlaggenmast van de Leidse studentenvereniging Minerva hangt. De politie staat voor een raadsel, dus besluit het onderzoeksteam de net afgestudeerde criminoloog Jackie Laurijssen in te schakelen. De hoop is dat zij door haar jonge leeftijd makkelijker contact kan maken met potentiële getuigen binnen de vereniging. Terwijl Jackie de studenten ondervraagt, ontdekt ze dat de moordzaak terug te leiden is naar een vermissing uit 1993. Ze komt steeds meer details op het spoor... **HUISGENOTEN van Marit Vanström is vanaf 17 juli verkrijgbaar.**



# Finca Los Olivos • San Rafael

## Unieke en exclusieve Ranch met Spaanse paarden

Te koop

  
**KENSINGTON**<sup>®</sup>  
Finest Properties International



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

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

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



De finca 'Los Olivos' ligt in het centrum van het eiland Ibiza en dankt zijn naam aan de meer dan 200 honderd jaar oude olijfbomen die het landgoed bevolken. Het staat ook bekend om het fokken van Spaanse paarden en als het meest indrukwekkende landgoed met de enorme ijzeren poort bij de ingang van San Rafael.



Het landgoed is de thuisbasis van de bekroonde volbloed stoeterij, die dateert uit 1909 en werd verplaatst van Sevilla tussen 1999 en 2004. Het heeft momenteel meer dan 100 paarden, 55 stallen en een dressuurpiste van 800 m<sup>2</sup>. Deze stoeterij heeft de afgelopen decennia meer dan 100 onderscheidingen ontvangen.

Het land, met een oppervlakte van ongeveer 80.000 m<sup>2</sup> in een vijfhoekige vorm en rustieke vloer, heeft verschillende tuinen, momenteel bestaande uit een boomgaard en negen percelen voor het fokken van het zuivere Spaanse paard (PRE), evenals de hoofdvilla met een zwembad met waterval en verschillende personeelsverblijven.

De hoofdvilla, met een bebouwde oppervlakte van ongeveer 2100 meter, heeft drie verdiepingen, bestaande uit een kelder met wijnverkoop, een Franse bijtarkamer en een personeelsflat. Op de begane grond bevinden zich de keuken, een kleine woonkamer, de grote woon/eetkamer, de Engelse bibliotheek, twee tweepersoonsslaap-

kamers met badkamers, kleed-kamers en verschillende terrassen. Een weelderige trap leidt je naar de derde verdieping, waar je de ouderslaapkamer en nog twee tweepersoonsslaapkamers vindt, elk met een eigen badkamer en kleedkamer.

In dit pand is elk detail zorgvuldig uitgedacht en met de hand gemaakt door de beste ambachtslieden, met gebruik van materialen zoals honderdjarig brons uit Sevilla, Italiaans marmer, tegels uit Ronda, Portugees keramiek, Russisch Siberisch dennenhout en nog veel meer. De fontein geïnspireerd op de Reales Alcázares in Sevilla en het Alhambra in Granada springen er ook uit.

Dit is een uniek en uitzonderlijk landgoed, het meest exquise van het eiland, schitterend gelegen tussen Ibiza, San Antonio en San Rafael, van waaruit je kunt genieten van de bevoorrechte rust, het idyllische Ibizaanse landschap en een van de beroemdste stoeterijen van Spanje.

MEER INFORMATIE  
scan de QR-code



noelle.politiek@kensington-international.com  
0034 971 863 943 /// 0034 660 301 454

PRIJS  
€ 43.500.000,-



|                 |                       |
|-----------------|-----------------------|
| REFERENTIE      | KPI 1200              |
| TYPE OBJECT     | Ranch                 |
| WOONOPPERVLAKTE | 8.774 m <sup>2</sup>  |
| OPPERVLAKTE VAN |                       |
| HET PERCEEL     | 77.899 m <sup>2</sup> |
| SLAAPKAMERS     | 11                    |
| BADKAMERS       | 8                     |
| ZWEMBAD         | 1                     |

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

**KENSINGTON**  
Finest Properties International  
www.kensington-ibiza.com



## *Totally Spice gaat na The Tribute op theatertour:* ‘A dream come true!’

Totally Spice greep tijdens het SBS6-programma The Tribute net mis op een plek in de Ziggo Dome, maar ziet zichzelf toch als winnaar: “We zijn superblij met alle kansen die onze kant opkomen. Vóór The Tribute was een theatershow slechts een droom, nu staan er gewoon 21 shows gepland. Dat is mooier dan we hadden durven dromen!”

Hoewel Totally Spice groot durft te dromen, startte de tributeband klein. “We zijn gewoon begonnen in mijn woonkamer,” vertelt oprichtster Sanne de Jong. Inmiddels staan ze zelfs in het GelreDome, waar de Spice Girls in 1998 de eerste act ooit waren. “Dat wij nu letterlijk in hun voetsporen mogen treden en het GelreDome mogen gaan rocken is te gek!”

**LIEFDE VOOR SPICE GIRLS** De Jong was als klein meisje al fan van de Spice Girls. “Ze waren zo overweldigend en lieten zien dat het leuk én cool was om een meisje te zijn. Dat je goed bent zoals je bent is echt een belangrijke boodschap geweest om op die leeftijd mee te krijgen.”

De band is een waar passieproject. “Tijdens onze shows bouwen we een vriendschap op met het publiek.

Veel van onze herinneringen aan de Spice Girls heeft het publiek natuurlijk ook.”

**THEATERTOUR** Tijdens de theatertour is er genoeg ruimte voor die vriendschap. “We zijn zo dankbaar dat we de rust en ruimte van een theatertour kunnen inzetten om te vertellen wat de Spice Girls voor ons betekenen.” Natuurlijk is er ook genoeg plaats voor muziek: “De première van de theatertour was een van onze hoogtepunten. Ik vond het heel spannend, maar binnen tien minuten was het hele publiek aan het dansen in de gangpaden. Wat een cadeau!”

Totally Spice is t/m 15 november te zien in theaters door heel Nederland. Op 28 september staat de tributeband in het GelreDome in Arnhem.

**Theaternl**  
DE WERELD VAN THEATER

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

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



# Hulp nodig? Wij staan voor u klaar ■

Optimaliseer uw creditmanagement en zorg voor een betere cashflow.

Dien uw openstaande vordering(en) in en wij nemen deze binnen twee uur in behandeling!

Bij Debtt Group kunnen wij nog veel meer voor u betekenen dan alleen het incasseren van uw openstaande facturen.

Wij zijn een full-service dienstverlener op het gebied van creditmanagement.

Wij zorgen ervoor dat uw debiteurensaldo wordt verlaagd.

Onze diensten sluiten naadloos op elkaar aan. Zo kunt u in elke fase bij ons terecht met uw facturen; vanaf dat de betaaltermijn (nog) niet verstreken is tot het incasseren van uw factuur via de rechtbank. En het voordeel voor u is dat uw dossiers onder één dak blijven! Binnen al deze trajecten verdiepen wij ons altijd in uw situatie.

Wij begrijpen als geen ander dat uw relatie met uw klant enorm waardevol is. Met respect voor uw klanten incasseren wij de onbetaalde facturen voor u. Daarbij staan snelheid en innovatie altijd centraal in onze werkwijze. Wilt u inhoudelijk meer informatie over onze diensten en de verschillende bedrijven binnen Debtt Group?

Dit is waar we goed in zijn ■

Debiteurenbeheer

Incasso

Juridisch advies

Bekijk online wat wij voor u kunnen betekenen.



- Uitstekende reviews • Professionele communicatie met uw klant
- Eenvoudig vorderingen online indienen • 24/7 op de hoogte van uw case
- Incasseren via social media • Mogelijkheid met API-koppelingen
- Vandaag betaald, morgen op uw bankrekening



**BEL ONS!**  
085 047 9670



Wij scoren een **4,8** op basis van 250+ Google-reviews



**Debtt: Incasso 2.0**  
debtt.com

UW PARTNER IN CREDITMANAGEMENT

**Debtt.**  
Group



# 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!*

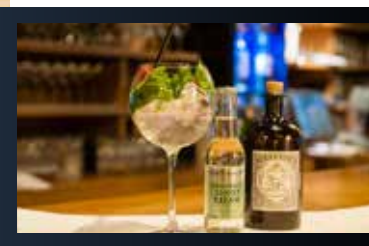
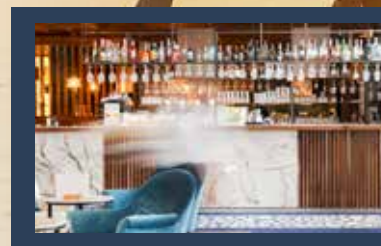
## Lekker uitwaaien!

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*



HOTELS BY SHEETZ



# 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!

**HOTEL GARBI**  
**IBIZA SPA ★★★★★**

Calle de La murtra 5, 07817 San Jordi, Ibiza | [info@garbi-hotel.com](mailto:info@garbi-hotel.com) | +34 971 300007 | [www.hotelgarbi-ibiza.com](http://www.hotelgarbi-ibiza.com)



# Heerlijk frisse *koolsla met wortel*

Vergeet de kant-en-klare varianten uit de winkel en maak je eigen koolsalade. Dit zelfgemaakte bijgerecht is perfect voor barbecues en past uitstekend bij burgers, salades, sandwiches en meer. Serveertip: op een tortilla met guacamole.

8 PORTIES • 15 MIN.

## INGREDIËNTEN

- 1 kleine witte kool
- 4 geschilde wortels
- 1 grote rode ui
- ½ klein bosje dille, bieslook, peterselie of koriander, fijngehakt (optioneel)
- 1 eetlepel mosterd
- 50 gram mayonaise
- 50 gram yoghurt
- 2 eetlepels witte wijnazijn
- een paar snufjes paprikapoeder

## BEREIDING

Verwijder de buitenste koolbladeren als deze gekneusd of beschadigd zijn. Halveer vervolgens de kool en snijd de stevige kern eruit met een scherp mes. Leg de kool met de snijkant naar beneden op een snijplank en snijd deze in dunne reepjes. Je kunt hiervoor ook een mandoline of een keukenmachine met een raspopzetstuk gebruiken. Doe de fijngesneden kool in een grote kom.

Rasp de wortels grof of snijd ze in dunne reepjes met een julienneschiller of de keukenmachine. Voeg deze toe aan de kom met de kool. Snijd de ui zo fijn mogelijk en voeg deze toe aan de kom met groenten. Voeg eventueel wat kruiden toe voor extra smaak.

Maak de dressing door in een kan de mosterd, mayonaise, yoghurt en azijn goed door elkaar te kloppen. Breng op smaak met zout en peper en proef of de dressing de juiste balans tussen scherpte en romigheid heeft. Voeg indien nodig meer azijn toe.

Giet de dressing over de groenten en meng alles goed door elkaar met een grote lepel, zodat de groenten lichtjes bedekt worden met de dressing. Bestrooi het geheel met een paar snufjes paprikapoeder en serveer direct. Deze salade kan maximaal drie dagen afgedekt in de koelkast bewaard worden. Roer goed door voordat je het opnieuw serveert.

# PUZZELPAGINA

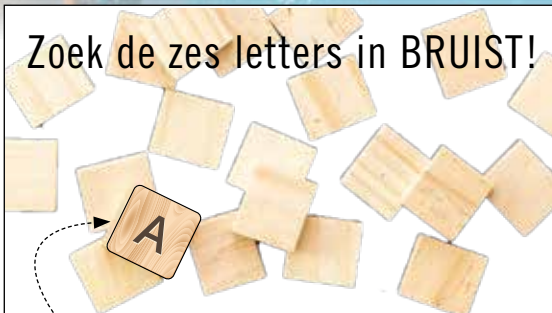
De Olympische Spelen gaan beginnen! Dompel je onder in de spectaculaire wedstrijden, de aanstekelijke vreugde van de fans en de bruisende sfeer in de stadions. Laat je volledig meeslepen door de opwindende sportenergie en maak kans op geweldige prijzen met onze uitdagende puzzels.

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

### Los de sudoku op

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

### 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. Woordthema deze maand is 'Olympische Spelen'. De oplossing van vorige maand was **speler**.

Maak kans op:

## Permsal Magnesium kuur pakket

#MAGNESIUM



t.w.v.  
€ 23,-

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

|       |        |          |         |           |      |
|-------|--------|----------|---------|-----------|------|
| et=si | -b s=m | -v       | e=aa    | v=z       | el=f |
| -p    | s=wa   | -ur      | p=l r=v | c=be n=ft | -i   |
| m=v   | -r     | s=li p=m |         |           |      |

Los de rebus op.

Maak kans op een fles:

#GIN

## FlowersNGin

De FLOWERSNGIN Summer Edition is een evenwichtig gebalanceerde gin, met een neus van weelderige tuinbloemen en pittige toetsen van rijp zomerfruit. Een gin boordevol warme vibes. Heerlijk wanneer de zon hoog aan de hemel staat en prima te drinken tijdens zwoele zomeravonden.



t.w.v.  
€ 55,-

|                       |          |
|-----------------------|----------|
| i u x b w c f z e j a | bloemen  |
| x k y r j p x o z x s | drinken  |
| t l l o q u b m g x f |          |
| b l o e m e n e f r n | zomer    |
| n z d n p j y r u v e | fruit    |
| i e k r l m j i e v d | heerlijk |
| r m t j i h t y o f i |          |
| v j u n y n u d j v u | gin      |
| s u m g a l k g o v r | planten  |
| o n i g j l i e b q k |          |
| v e z l s h p i n l p | kruiden  |

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 augustus 2024 via [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) of stuur de oplossing en je gegevens o.v.v. de TAG bij de puzzel naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).





KEURMERK  
PRIVATE  
LEASE



Van Mossel

# ZORGELOZE ZOMERDEALS

SUPERSCHERPE  
PRIVATE LEASE  
TARIEVEN

KOSTELOOS  
OPZEGBAAR

NA 12 MAANDEN

HOGЕ INRUIL  
HUIDIGE AUTO



CITROËN ë-C3  
€ 349 P/M\*



FORD PUMA  
€ 379 P/M\*



MG3  
€ 329 P/M\*



FIAT 500  
€ 249 P/M\*



KIA PICANTO  
€ 249 P/M\*

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

\*o.b.v. Van Mossel Privé Lease 72 maanden / 5.000 km per jaar.

# Van Mossel