

ALMERE 

JUNI 2026 [WWW.ALMEREBRUIST.NL](http://WWW.ALMEREBRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST

*20 jaar*  
**Bruist!**





# BOOTTRANSPORT

## VEILIG, SNEL EN ZORGELOOS NAAR SPANJE (EN TERUG)

Het botenseizoen begint; plannen voor uw bootvakantie in vakantiebestemming Spanje

Laat uw boot zorgeloos vervoeren tussen Nederland, België en Spanje. Wij verzorgen professioneel transport, zodat u zonder lange rit of stress kunt genieten van uw vakantie of overwintering.

- **NL/BE < > ES, heen en terug:**  
Efficiënte routes en wekelijkse transportmomenten tussen Nederland, België en Spanje.
- **Ideaal voor vakantie of overwinteren:**  
Uw boot ligt al klaar op uw bestemming terwijl u comfortabel reist.
- **Persoonlijk contact:**  
Eén vast aanspreekpunt en duidelijke communicatie gedurende het hele traject.
- **Goed verzekerd:**  
Uw boot wordt veilig en volledig verzekerd vervoerd, zodat u met een gerust hart reist.

Kies voor zekerheid, ervaring en een zorgeloze oplossing voor het vervoeren van uw boot tussen Nederland, België en Spanje.

*Neem contact op voor een vrijblijvende planning en een scherpe offerte.*



**MEER INFO?**

[RSTEUROPE.COM/BOOTTRANSPORT-SPANJE/](https://RSTEUROPE.COM/BOOTTRANSPORT-SPANJE/)

✓ Aantrekkelijke prijzen

✓ Snelle service

Spanje, Calle Segismundo Moret 14F, 29130 Alhaurin de la Torre | Málaga | +34 951 731 352



## BOOTTRANSPORT VAN EN NAAR SPANJE

✓ Optie voor gesloten transport

✓ Altijd goed verzekerd

✓ Nederlands sprekend team

Nederland, ABC Westland 295, 2685 DC Poeldijk | +31 174 288 021

ISOLEREND TIJDENS DE KOUDE WINTER



NOVI OMNES

Voor veiligheid leve  
**STERKE ROLLUIKEN**

BUITENZONWERING • ROLLUIKEN • HORREN • RAAMDECORATIE •

# MAANDEN

# eren wij OP MAAT

GEVELONDERHOUD

Novi Omnes is dé specialist in buitenzonwering, rolluiken, screens en raamdecoratie. Vanuit onze passie voor vakmanschap en service bieden wij een breed assortiment aan duurzame oplossingen, volledig op maat.

## PERSOONLIJK, VAKKUNDIG EN OP MAAT

In een tijd van haast en digitalisering kiezen wij bewust voor persoonlijke aandacht.

Wij komen graag bij u thuis om de situatie goed te bekijken en u een eerlijk en passend advies te geven. Want zonwering moet niet alleen functioneel zijn, maar ook écht bij uw woning en wensen passen.

**Bezoek onze website of neem  
direct contact op voor een  
vrijblijvend adviesgesprek.**



Vraag nu een offerte aan.  
Scan de QR-code.

Middenweg 60a,  
Nederhorst den Berg  
**06 - 147 43 277**  
info@novi-omnes.nl  
**www.novi-omnes.nl**





ORIGINAL DUTCH DESIGN SINCE 1977

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

**BOREK**  
parasols | outdoor furniture

**MAX&LUUK**  
PARASOLS | OUTDOOR FURNITURE

**yoi**  
OUTDOOR FURNITURE



[BOREK.EU](https://www.borek.eu)

# COLOFON

## UITGEVER

NL Bruist B.V.

## DIRECTIE

Marcel en Lea Bossers

## CONTACT

NL Bruist, Beneluxweg 45,  
4904 SJ Oosterhout (NL),  
+31 76 711 5340 bereikbaar  
van 08.30 - 17.30 uur.

Copyright NL Bruist B.V. ©2026. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van het auteursrecht is niet toegestaan. De Belgische Grensstreek 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 kan op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. NL Bruist B.V. is een uitgeverij van glossy magazines die 23 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.

**ADVERTEREN?** Mail [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl) of  
bel Marcel Bossers 06-34590975 | 076-7115340

## JE EIGEN MAGAZINE in Bruist formaat?

Mail [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl) of bel  
Marcel Bossers +31 6 34590975  
+31 76 7115340



Scan de QR-code  
voor een afspraak!



LIKE ONS OP  [nederlandbruist](#) &  [nederlandbruist](#)

## GRATIS INTERVIEW?

Vraag naar de  
mogelijkheden

Mail [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl) of bel  
Lorenzo Bossers +31 6 42720554  
+31 76 7115340 of scan de QR-code.



**BRUIST**  
ONLINE

*Ja, dat kunnen we!*



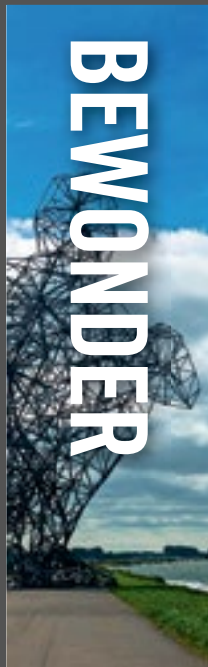
*Jopenkerk  
Haarlem*

20



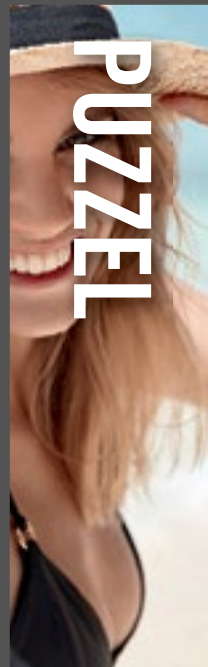
*Shop till  
you drop*

30



*Exposure  
Lelystad*

38



*Altijd wat  
te winnen*

50



# Ontdekken, beleven, samenzijn

Juni brengt Nederland in volle glorie, met lange dagen en een lucht die uitnodigt om naar buiten te trekken. Deze editie draait om ontdekken, samenzijn en bewust beleven.

Langs de Houtribdijk bij Lelystad staat Exposure, het indrukwekkende kunstwerk van de Britse kunstenaar Antony Gormley. Sinds 2010 zit deze reusachtige figuur, opgebouwd uit duizenden stalen lijnen, statig in het landschap en kijkt uit over het Markermeer. Een bijzondere plek die je even doet pauzeren en verwonderen.

Vaderdag krijgt deze maand ook een mooi podium. Een dag om samen te genieten, herinneringen te maken en stil te staan bij wat écht telt.

Verder delen ondernemers uit de regio opnieuw hun verhaal, waarin vakmanschap en gastvrijheid samenkomen. Stuk voor stuk parels die het ontdekken meer dan waard zijn.

Veel leesplezier toegewenst,

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





De zon laat zich weer vaker zien – dé perfecte tijd om je huid optimaal te beschermen. **Daarom profiteer je de hele maand juni van 20% korting op alle zonneproducten van Nimue, pH Formula en Forlle'd.**

### Waarom is zonbescherming zo belangrijk?

Dagelijks gebruik van een SPF beschermt je huid tegen schadelijke UV-stralen en helpt vroegtijdige huidveroudering te voorkomen. Tijdens onze schoonheidsbehandelingen is het zelfs een vereiste om dagelijks zonbescherming te gebruiken voor het beste resultaat.

De hele maand juni!

# 20% korting o

BEAU  
SKIN

Schoonheidssalon Beauskin  
Paulus Potterstraat 87, Almere-Stad  
036-5232529 / 06-55865178  
[www.schoonheidssalon-beauskin.nl](http://www.schoonheidssalon-beauskin.nl)



### Nimue SPF 40

Lichte, vetvrije emulsie met tweeledige werking bij bescherming van de huid tegen UV-A/UV-B stralen met anti-ageing voordelen. Voorkomt en vermindert tekenen van huidveroudering veroorzaakt door UV straling. Beschermt DNA in de huid en herstelt huidbeschadigingen.

Inhoud: 60 ml

€49,00

Bekijk alle  
zonne-  
producten op  
onze webshop  
waar je ze  
meteen  
kunt  
bestellen !



G E E F J E H U I D

## Onze zonneproducten bieden:

- Breedspectrum bescherming tegen UVA- en UVB-stralen
- Opties met een subtiele teint voor een mooie, egale uitstraling
- Formules geschikt voor dagelijks gebruik

### We hebben ook

- Daily Skincare & Make-up met SPF
- C.C. Cream SPF 30+
- Compact Foundation SPF 50+
- SUN Powder SPF 30

### Gebruikstips voor optimale bescherming:

- Breng dagelijks een gelijkmatige laag aan op gezicht, hals en decolleté
- Gebruik het product royaal, minimaal 30 minuten vóór blootstelling aan de zon
- Herhaal elke 2-3 uur
- Breng opnieuw aan na zwemmen, sporten of transpireren
- Vermijd de huid rondom de ogen
- Vermijd de zon tijdens piekuren

# p alle zonneproducten bij Schoonheidssalon Beauskin



### UV PROTECT SPF 30

Ontdek S.U.N powder SPF30: onze elegante SPF in poedervorm die de huid helpt beschermen en haar uitstraling een boost geeft. Dankzij de zijdezachte borstel breng je de powder snel en comfortabel aan, zelfs over make-up, de hele dag, elke dag.

**Inhoud: 50 ml**

€59,00

### COMPACT FOUNDATION SPF 50+ MEDIUM+



Compact Foundation SPF50+ Medium PLUS biedt hoge UVA/UVB-bescherming met natuurlijke dekking. De vegan, koraalrifvriendelijke formule hydrateert en verzacht. De romige textuur voelt comfortabel aan op droge huid en geeft een langdurige, frisse, stralende dewy finish.

€62,50

DE BESTE BESCHERMING

# BRUIST *20 jaar*



## KIES NU EEN JAARBOOSTPAKKET!

Laat je bedrijf een jaar lang schitteren **in print en op social media**. Bij NL Bruist zorgen we dat je gezien wordt!

Benieuwd naar deze unieke mogelijkheden?

**Maak dan nu een afspraak +31 6 345 909 75**

# Achter de schermen van een familiebedrijf

Twintig jaar geleden verscheen in Breda het eerste Bruist-magazine. Wat begon als een kleinschalig initiatief groeide uit tot een krachtig netwerk met edities in Nederland, België, Costa del Sol, Costa Blanca Noord en Costa Blanca Zuid. Achter deze groei staat een hecht team van 24 collega's dat voelt als familie. De passie en warmte binnen ons bedrijf vormen de basis van alles wat wij doen, en diezelfde energie willen wij laten voelen bij onze klanten en lezers.

Bruist wordt geleid door Marcel en Lea Bossers, die hun visie en betrokkenheid al jaren met toewijding vormgeven. Samen vormen zij een samengesteld gezin met vier kinderen, waarbij werk en privé op een natuurlijke manier samenkomen. Hun zoon Lorenzo is inmiddels een vertrouwd gezicht binnen het bedrijf en groeit mee in het dagelijks werk. Vader van Lea, inmiddels 88 jaar, is nog steeds actief in vaste dienst en verzorgt elke maand een bezorgronde, samen met nog vier gepensioneerden die met dezelfde betrokkenheid blijven bijdragen.

Binnen Bruist werken zeven afdelingen nauw samen: DTP, office, financieel, management, sales support, marketing en sales en bezorging. Achter de schermen wordt dagelijks gewerkt aan magazines die opvallen door kleur, vorm en uitstraling. Het glossy karakter en het vierkante formaat geven het magazine een luxe uitstraling, zorgen voor een hoog bewaargehalte en maken het tegelijkertijd praktisch om mee te nemen en steeds opnieuw door te bladeren.

Naast print groeit ook het digitale deel mee. Bedrijven worden ondersteund met social media beheer en social advertising, waarbij

wij een Jaarboostplan op maat ontwikkelen dat aansluit bij de doelen van de ondernemer. Er worden posts en reels ontwikkeld voor Instagram, Facebook en TikTok, aangevuld met websites die aansluiten bij de uitstraling van het magazine. In de toekomst blijven wij verder investeren in digitalisering, waarbij print en online elkaar versterken en samen zorgen voor maximale zichtbaarheid.

Ook buiten het werk wordt de verbondenheid zichtbaar. Samen koken, gerechten delen en momenten creëren hoort bij wie wij zijn. Van Indische gerechten tot pokébowls en saté van de barbecue, het zijn de kleine momenten die het team versterken. Tofu en Indy, onze twee Bruist-hondjes, zorgen daarbij voor extra gezelligheid op kantoor.

Twintig jaar Bruist betekent dankbaarheid en vertrouwen. Samen blijven wij bouwen aan zichtbaarheid, verbinding en groei, met oog voor detail en hart voor mensen.



# KLASSIEKE LOOKS MET EIGENTIJDS RIJGEMAK

## FONGERS MONZA

Vanaf

**€1599,-**

Adviesprijs fabrikant: €2399



FONGERS®

Distributed by Matrabike



## FONGERS MONZA

- In-frame accu
- Hydraulische schijfremmen
- 7 Shimano Nexus naafversnellingen
- MXUS voorwielmotor

# GRATIS

1 Jaar ophalen & brengen!



- Hoogste klantwaardering in de fietsenbranche in Nederland en België
- 2 Jaar garantie
- Garantie uit te breiden door middel van servicepakketten

★ Trustpilot



TrustScore 4.8  
5.904 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

AL 35 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

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

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

Welkom bij kindercoach  
Jolanda Hilbers. Ik bied  
verschillende diensten  
aan om kinderen te  
helpen emotionele  
uitdagingen te overwinnen  
en zelfvertrouwen op te  
bouwen:

**Kindercoaching**

**Bokstherapie**

**Jongerencoaching**

**Kindercoach  
Jolanda Hilbers**



Eucalyptastraat 35, Almere  
+31 6 16 14 05 34  
info@coachjolanda.com  
[www.coachjolanda.com](http://www.coachjolanda.com)

# Kleine



# stappen, groot verschil

Soms zit een kind vol gevoel, maar komen de woorden nog niet. Kindercoaching helpt om emoties, gedachten en gedrag weer onder controle te krijgen: speels, praktisch en dichtbij.

Bij Kindercoach Jolanda ontdekt je kind wat wél werkt. Met creatieve werkvormen, spel en korte gesprekken leert het gevoelens herkennen, stevig staan en zelfvertrouwen opbouwen. Thema's als (faal)angst, boze buien, gevoeligheid voor prikkels of struggles met andere kinderen krijgen heldere handvatten.

Ik werk doelgericht in een traject dat past bij jouw kind. Ouders worden betrokken met duidelijke handvatten voor thuis, zodat nieuwe vaardigheden geoefend kunnen worden thuis en buitenshuis.

Resultaat: meer rust, veerkracht en plezier. Klaar voor die kleine stappen die samen een groot verschil maken? Plan een kennismaking.



**Mijn doel is om elk kind goed in hun vel te laten zitten. Dat ze zichzelf kunnen zijn en ontdekken wie zij willen zijn.**

Scan de QR-code en plan je kennismaking!



In mijn kindercoach praktijk begeleid ik kinderen, jongeren en hun ouders om te groeien in meer zelfvertrouwen en ondersteun ik ze bij het overwinnen van uitdagingen.

*“Ik geloof dat verandering begint met vertrouwen. In mijn coaching combineer ik gesprek, spel, beweging en creativiteit. Zo ontdekken kinderen wat ze nodig hebben om stevig te staan en vol vertrouwen verder te gaan.”*

*Jolanda Hilbers*



**GENIET**  
VIER HET LEVEN!





# *Jopenkerk Haarlem: samen genieten op Vaderdag*

**De Jopenkerk in Haarlem is een plek waar historie en smaak samenkomen. In een voormalige kerk wordt hier bier gebrouwen, geserveerd en beleefd. De hoge plafonds, glas-in-loodramen en open ruimte geven het geheel een bijzondere sfeer, zonder afstandelijk te worden. Het is een locatie die rust uitstraalt en tegelijkertijd levendig blijft door de bedrijvigheid van brouwerij en restaurant.**

Tijdens een bezoek zie je waar het bier vandaan komt. De installaties zijn zichtbaar in de ruimte en geven een direct beeld van het brouwproces. Op de kaart staan verschillende speciaalbieren, zoals de Jopen Mooie Nel IPA en de Jopen Hoppenbier, elk met een eigen karakter. Proeven kan per glas of als selectie, waardoor je samen smaken kunt ontdekken en vergelijken.

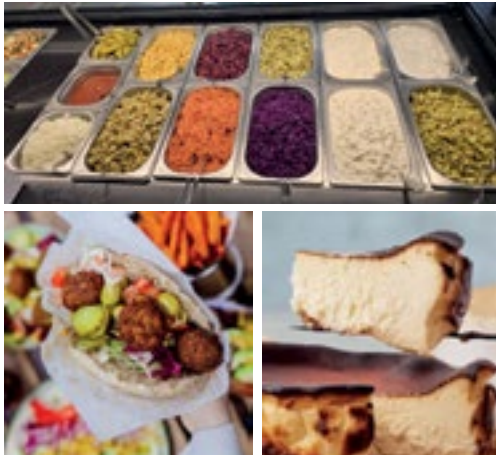
Voor Vaderdag is dit een toegankelijke manier om samen tijd door te brengen. Geen druk programma, maar een plek waar je rustig kunt zitten, praten en genieten van goed eten en drinken. De keuken biedt gerechten die aansluiten bij de bieren, zoals vleesgerechten, vis en vegetarische opties, zonder onnodige complexiteit.

Na het bezoek aan de Jopenkerk ligt de binnenstad van Haarlem op loopafstand. Wandel richting de Grote Markt, waar terrassen en historische gevels het beeld bepalen. Voor een lunch of koffie zijn er meerdere plekken, zoals Café Colette, waar Franse invloeden terugkomen op de kaart, of By Lima, dat bekendstaat om lichte en eigentijdse gerechten. Ook DeDAKKAS, iets verderop, biedt een plek met uitzicht over de stad en een ontspannen sfeer.

Wie de dag rustig wil afsluiten, kan nog een korte wandeling maken langs de grachten of het Spaarne. Zo ontstaat een dag die draait om samen zijn, goed eten en aandacht voor het moment.

# GENIET

VIER HET LEVEN!



**POTAE** Bij Potaé draait alles om vers, eerlijk en huisgemaakt. Van onze sauzen en dips tot de heerlijke gerechten op je bord: alles is met zorg en passie bereid. Je proeft het verschil in iedere hap. Geen standaard fastfood, maar écht eten met aandacht en smaak. Kom langs in Almere en ervaar zelf de warme sfeer en de kwaliteit van home made. Potaé – jouw nieuwe favoriet.

Korte Promenade 10A, Almere

036 209 3636

[www.potaé.nl](http://www.potaé.nl)



**BAGELS & BEANS** Bagels & Beans Almere is een lichte en knusse plek waar je je meteen welkom voelt. De sfeervolle inrichting met veel hout en groen zorgt voor een ontspannen en warme ambiance. Aan elke tafel geniet je van het uitzicht op het levendige winkelgebied en de rust die binnen heerst. De kaart biedt meer dan alleen bagels: verse salades, heerlijke sapjes, goede koffie en verrassende zoetigheden maken het compleet. Eigenaars en medewerkers hebben oog voor detail en gastvrijheid staat hier altijd voorop: persoonlijke aandacht, kwaliteit en een glimlach zijn vanzelfsprekend.

Bottelaarpassage 2, Almere | +31 36 760 0948 | [www.bagelsbeans.nl](http://www.bagelsbeans.nl)





**ROMEO'S PLACE** Romeo's Place in Almere brengt de authentieke Surinaams-Javaanse keuken bij je thuis of op locatie. Ideaal voor een snelle, vers bereide maaltijd én complete catering voor feesten, bruiloften en bedrijfsevenementen. Op het menu staan favorieten als kruidige roti, malse kip, bami, nasi en huisgemaakte snacks, altijd gemaakt met pure ingrediënten. Het team denkt mee over porties, allergiewensen en timing, zodat alles royaal, smaakvol en verzorgd wordt. Proef gastvrijheid bij elke hap.

Bezoek ons: **Bandastraat 78, Almere 036 202 25 32 | 06 45272026** (alleen voor catering-bestellingen) |

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



**CAFE MEN AT WORK** Café Men at Work in Almere is dé ontmoetingsplek voor iedereen die houdt van gezelligheid, een goede sfeer en een breed assortiment drankjes. Of je nu wilt bijkomen na een drukke werkdag, gezellig bijpraten met vrienden of gewoon zin hebt in een ontspannen avond: hier voel je je altijd welkom.

Grote Markt 141-145, Almere  
[info@cafemenatwork.nl](mailto:info@cafemenatwork.nl)  
Instagram: @cafemenatwork\_

## BRUIST

### Wil je ook op de GENIET-pagina staan?

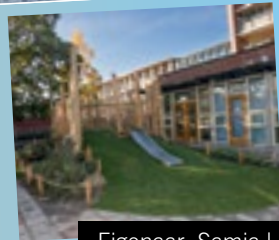
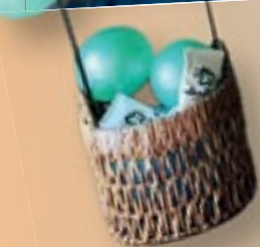
Vraag dan naar de mogelijkheden of maak een afspraak via de QR-code.

Mail naar [lorenzo.bossers@nederlandbruist.nl](mailto:lorenzo.bossers@nederlandbruist.nl) of bel Lorenzo Bossers + 31 6 42 72 05 54 of +31 76 711 53 40

Je kunt ook het contactformulier invullen op:

[www.nederlandbruist.nl/adverteren](http://www.nederlandbruist.nl/adverteren)





Eigenaar: Samia I A.

# Kom kijken, proef de rust en ontdek waar kinderen groeien

Bij De Vlinder staan kleine groepen, rust en aandacht centraal. Eigenaresse Samia wilde vanaf het begin samenwerken met ouders. Geen haast, maar tijd en betrokkenheid. In 2020 startte ze haar eigen opvang en kon ze haar visie volledig vormgeven.



Medewerkers houden korte lijnen, niet alleen wanneer er iets speelt, maar juist om samen de ontwikkeling van het kind te volgen. Via het ouderportaal worden dagritmes, voeding en foto's gedeeld. Een berichtje over het fruitmoment of een vrolijke foto maakt het verschil en versterkt de band.

## Ritme, rust en buiten spelen

De dag verloopt in een vast ritme: binnenkomen, fruit, spelen en ontdekken. Er wordt veel voorgelezen en er is ruimte voor vrij spel. Buiten zijn is belangrijk: in de tuin, door de wijk of spelend met bladeren, kastanjes en takken. Kinderen tellen, zoeken beestjes, springen over plassen en voeren opdrachten uit. Zo groeien plezier, motoriek en zelfvertrouwen tegelijk.



## Vers gekookt aan tafel

Elke dag is er een warme, verse lunch. De kok kookt op de hoofdlocatie; daarna gaat alles naar de groepen. Kinderen proeven wereldse smaken en denken mee over het menu. Aan tafel ontstaat aandacht voor

elkaar. Baby's en peuters eten volgens de Rapley-methode: zelf pakken, prikken en proberen.

## Leren door te doen

De Vlinder werkt thematisch met speelse doelen. Niet alles hoeft; meedoen mag. Op de BSO staan beleving en samenwerken centraal, met activiteiten als trampoline, voetbal, dans en sensomotorisch spel.

## Nieuwsgierig?

Maak een afspraak en ervaar de rust, het vele buiten-spelen en de warme maaltijden. Bij De Vlinder krijgen kleine stappen elke dag betekenis.

**Ben je geïnteresseerd?**

**Ga naar de website voor meer info!**



*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.

06-1988 44 19 kennismaken en whatsapp  
06-1881 80 80 bij overlijden  
joyce@uitvaartverzorging-almere.nl  
[www.uitvaartverzorging-almere.nl](http://www.uitvaartverzorging-almere.nl)



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

# Een afscheid uit het hart

Heel belangrijk, ook in een woonzorgcentrum!

Als je dierbare moet verhuizen naar een woonzorgcentrum, komen daar vaak veel emoties bij kijken. Zeker als er nog een partner is en mensen al jaren samen hebben gewoond. Soms gaat het thuis niet meer. Het enige wat je dan hoopt, is dat je dierbare op een goede plek terecht komt.

En eerlijk is eerlijk: als uitvaartverzorger heb ik er veel gezien. Mooie woonzorgcentra. Schrijnende situaties. En alles daartussenin. Je hoopt dat iemand de beste zorg krijgt. Tijdens het leven... maar eigenlijk ook daarna.

De manier waarop een woonzorgcentrum afscheid neemt, zegt mij veel. Elk woonzorgcentrum begeleidt een overledene naar buiten. Zelfs midden in de nacht, soms met maar één verpleegkundige. Maar hoe dat gebeurt, maakt een wereld van verschil. Ik geef je twee voorbeelden.

In het ene woonzorgcentrum wilden de nabestaanden graag nog een muziekstuk laten horen tijdens de uitgeleide. Dat heb ik gedaan. De uitgeleide was mooi. De dag erna werd ik gebeld. Hoe ik het in mijn hoofd haalde om daar tijd voor te nemen. Daar was toch helemaal geen ruimte voor? En dan het andere uiterste. De Herbergier in Schoonhoven. Deze noem ik bij naam want de medewerkers verdienen een absolute pluim. Voor mij een stuk uit de route, maar dat was het meer dan waard. We hadden meneer samen met zijn kinderen in de kist gelegd. In alle rust sloten zij de kist. Vaak lopen kinderen daarna mee naar beneden.

Hier niet. De verpleegkundigen hebben de kist zelf naar beneden begeleid, want zeiden ze: "we hebben ook bij leven voor hem gezorgd." Ik wachtte boven tot ik een seintje kreeg. Het duurde even. Pas later begreep ik waarom. Beneden hadden ze het hele huis verzameld. In de smalle gang stonden bewoners, in rolstoelen, met rollators, sommigen nog even rechtop. Iedereen met een oranjeleurende roos in de hand, die de bewoners en de verpleegkundigen later één voor één op de kist hebben gelegd. Toen we naar beneden kwamen, klonk er muziek.

Een verpleegkundige sprak. Geen gedicht, geen standaard tekst. Gewoon woorden recht uit het hart. Daarna weer muziek. Nog iemand die sprak. En nog een laatste lied - hetzelfde lied waarmee later ook de uitvaart werd afgesloten. Uiteindelijk begeleidden zij zelf de kist naar de rouwauto. Daar nam de familie het over en liep voor de rouwauto uit.






Zoveel liefde. Het was zó mooi, dat de familie het gevoel had dat de uitvaart eigenlijk al gehouden was. En die moest de volgende dag nog plaatsvinden.



Jouw  
laatste  
wensen  
achterlaten

Qualis biedt onafhankelijke en objectieve kwaliteitsmetingen voor de schoonmaakbranche. Met ons unieke meetstelsel en deskundige auditors krijgt u eerlijke en gedetailleerde rapporten, zonder commerciële belangen of vaste contracten.

Vertrouw op ons voor betrouwbare audits en directe verbeterinzichten.

-  Objectief
-  Onafhankelijk
-  Onpartijdig
-  Schoonmaakbedrijven
-  Opdrachtgevers
-  Intermediairs

# Ondernemen met *betrouwbaarheid*



Pieter Zeemanweg 47 B07, Dordrecht  
0852 - 08 06 56

[info@qualis-insight.com](mailto:info@qualis-insight.com)

[www.qualis-insight.com](http://www.qualis-insight.com)



Laat zien dat uw  
bedrijf verantwoord  
ondernemt en neem  
contact op!

# het hart: *Kwaliteit, én menselijkheid*

Bij Qualis Insight reikt ons werk verder dan kwaliteit, audits en certificering alleen. Teruggeven aan de maatschappij is voor ons geen verplichting, maar een bewuste keuze en een intrinsieke overtuiging. Wij geloven dat bedrijven een rol kunnen spelen om datgene zichtbaar te maken wat vaak onzichtbaar blijft.

## **Een persoonlijke missie**

Vanuit onze overtuiging zijn wij nauw betrokken bij **myotone dystrofie (MD)**, een veelvoorkomende, ingrijpende, maar nog relatief onbekende spierziekte. Voor ons is deze betrokkenheid geen abstract begrip; het komt voort uit onze eigen directe leefomgeving. De vrouw, kinderen en familie van de eigenaar leven dagelijks met de impact van MD. Dat maakt dit onderwerp voor ons persoonlijk, blijvend en een absolute opdracht.

## **Meer dan een MVO-verplichting**

Onze inzet is nadrukkelijk geen marketinginstrument. Waar het bij veel organisaties een verplicht onderdeel is van Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen (MVO), is het bij ons de drijfveer áchter ons MVO-beleid. Het draait om oprechte betrokkenheid en verantwoordelijkheid.

## **Samenwerking met Stichting MD Europe**

Om daadwerkelijk impact te maken, is Qualis Insight met trots partner geworden van Stichting MD Europe. Door deze samenwerking verbinden we onze organisatie aan

een doel dat raakt aan de kern van menselijkheid: begrip, ondersteuning en toekomstperspectief voor mensen die met MD leven.

De stichting en wij zetten ons gezamenlijk in om:

- **Kennis & bewustwording** over myotone dystrofie te vergroten;
- **Wetenschappelijk onderzoek** te stimuleren en te ondersteunen;
- **Patiënten, families & zorgprofessionals** te verbinden en te ondersteunen;
- **Belangen te behartigen** op (inter)nationaal niveau.



Scan de QR-code en ontdek onze diensten!

**SHOP**  
TILL YOU DROP!



Hallo  
**JUNI!**

Lange dagen, zon op je huid en tijd voor jezelf. Laat je inspireren en geniet van alle mooie momenten die deze zomer brengt!

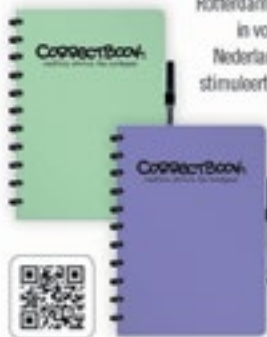
**BRUIST**  
*Deals*

Ook deze maand hebben we weer enkele BruiST Deals samengesteld voor onze lezers. Neem een kijkje op **onze Facebook-pagina** en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.



**WIE SCHRIJFT DIE BLIJFT**

Correctbook laat zien hoe krachtig schrijven nog altijd is. Vanuit Rotterdam zet deze sociale onderneming zich in voor betere geleletterdheid in Afrika én Nederland. Met uitwissbare schrijfmiddelen stimuleert Correctbook mensen om te blijven oefenen, fouten te durven maken en taalvaardigheid te versterken. Want schrijven vergroot zelfredzaamheid, kansen en ontwikkeling. Zo maakt Correctbook laaggeletterdheid zichtbaar én bespreekbaar.  
[www.correctbook.com](http://www.correctbook.com)



*Juni*  
vol in

**VAKMANSCHAP EN AUTHENTIEKE SMAKEN**

Laat je verleiden door de Mocca d'Or Auro — een toegankelijke en luxe blend met een zachte, romige afdruk en een vleug zoetheid. Deze populaire melange combineert de rijke tonen van rietsuiker en druif met een ronde, intensiteit. Een veelzijdige keuze die moeiteloos past bij elk moment van de dag, of je nu geniet van een espresso, lungo of cappuccino.  
<https://moccador.nl>



## JANZEN GIFT SET FOR MEN

Dit prachtige cadeau-pakket For Men is een perfect cadeau voor een vriend, familielid of gewoon lekker voor jezelf!

Een Gift Set samengesteld speciaal voor mannen. Deze gift set met fijne verzorgende producten zorgt dat jij je dag fris en vol zelfvertrouwen start. Met de heerlijke geur van bergamot en cedarhout, aangevuld met tonen van citrus, nootmuskaat en musk.

[www.janzen.com/nl](http://www.janzen.com/nl)



## DRY OIL SUN SPRAY VAN THAT'SO

That'so is ongeëvenaard als het om de zelf tan producten gaat, maar ook op het gebied van zonbescherming kun je niet om het merk heen. De Dry Oil Sun Sprays bevatten allemaal 3 SFP in 1 flesje. Spray je één keer ben je met factor 20 beschermd. Spray je kort daarna weer met factor 30 etc. Er is ook een sun spray die tevens anti insecten is en een spray voor mensen met tatoeages zodat deze niet verkleuren door de zon. 175 ml, € 28,-

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



# straalt spiratie!



## FESTIVAL HANDWAAIER

We gaan weer naar het festivalseizoen. De Ravelle HangFan is de nieuwste trend onder festivalgangers: een luxe handwaaiertje met nekkoord waarmee je hem handsfree kunt dragen. Zo heb je altijd snel verkoeling bij de hand. Stijlvol, praktisch en perfect voor feesten, festivals en warme dagen.

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



Handsfree  
koolto



## LEZERSACTIE Emotionele Gezondheid t.w.v. € 24,<sup>50</sup>



Eindelijk een boek dat jou leert hoe je jouw gezondheid drastisch versterkt op verschillende niveaus. Vaak richten we ons enkel op de voeding, maar dat vormt slechts een klein onderdeel van het grote plaatje.

[www.poweracademy.nl/4GEZONDHEID](http://www.poweracademy.nl/4GEZONDHEID)



## LEZERSACTIES

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist. 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)

**NIX18**  
MET ROOKEN - MET DRINKEN

*Voel je gehoord in j*



## **Uitvaart GoedeZorg**

Eigenaar: Diego Wijnruit  
Dwergkonijnstraat 16, Almere  
**085-0601862**  
info@uitvaartgoedezorg.nl  
[www.uitvaartgoedezorg.nl](http://www.uitvaartgoedezorg.nl)



Lees meer op  
[www.goedezorguitvaart.nl](http://www.goedezorguitvaart.nl)

# ie wensen voor een uitvaart

*Een verzorgd afscheid dat troost en betekenis geeft*

In 2024 werd Diego gebeld door een vriendin: haar opa Ger was ernstig ziek en wilde zijn eigen uitvaart zorgvuldig voorbereiden. Vanaf het allereerste gesprek ontstond er een bijzondere band. Ger voelde zich gehoord en begrepen, en vond in Diego iemand die met warmte, rust en deskundigheid alles stap voor stap kon begeleiden.

Samen spraken ze over de kist, de muziek, de kleding en zelfs de catering. Er vielen tranen, maar er was ook ruimte voor een glimlach. Diego wist telkens de juiste balans te vinden tussen luisteren, meedenken en ondersteunen. Dankzij zijn betrokkenheid durfde Ger zijn wensen volledig uit te spreken, tot in de kleinste details. Zo ontstond een uitvaart die precies zou passen bij wie hij was.

Wat Diego bijzonder maakt, is dat hij veel verder gaat dan het regelen van praktische zaken. Hij biedt nabijheid en rust in een emotioneel zware tijd. Hij hielp Ger bij het opnemen van een persoonlijke videoboodschap, dacht mee over de rouwkaart en begeleidde gesprekken met de familie. Alles met als doel: een afscheid dat niet alleen verzorgd is, maar ook troost en betekenis geeft.

Diego's aanpak is persoonlijk, warm en volledig afgestemd op de wensen van de familie. Wie met hem samenwerkt, ervaart hoe waardevol het is om iemand naast zich te hebben die écht luistert en meeleeft.

**Zoekt u een uitvaartbegeleider die meer biedt dan regelen alleen? Diego staat voor u klaar met hart, ziel en toewijding.**

Heb je een vraag, zit je met zorgen of wil je gewoon even met iemand praten?

We luisteren graag. Ook als je nog niets hoeft te regelen maar wel behoefte hebt aan informatie of geruststelling.

Neem vrijblijvend contact op met Diego of een van onze collega's. Samen kijken we wat bij jou past.

**Telefonisch bereikbaar op elk moment dat het nodig is.**

**Ook via WhatsApp, voor een laagdrempelig eerste contact.**



## Droge voeten vragen om betrouwbaar vakmanschap

### Modernisering en verduurzaming van kritische installaties.

Terwijl veel mensen genieten van het comfort van droge voeten in de polder, draait achter de schermen een wereld van techniek dag en nacht door. Gemalen, elektrotechnische installaties en besturingssystemen spelen daarin een cruciale rol. Ook voor dit soort specialistische projecten weten opdrachtgevers Manuputty Electrics BV steeds vaker te vinden.

Vanuit hun expertise in industriële elektrotechniek werkt Manuputty Electrics BV mee aan de modernisering en verduurzaming van zware installaties en aandrijfsystemen. Projecten waarbij betrouwbaarheid, veiligheid en continuïteit geen luxe zijn, maar absolute noodzaak.

“Wij houden van techniek waar je écht op moet kunnen vertrouwen. Installaties die jarenlang probleemloos moeten functioneren vragen om vakmanschap, ervaring en een praktische aanpak. Dat is precies waar wij als bedrijf voor staan.”

*Frank Manuputty*

De werkzaamheden bestaan onder andere uit het aanpassen, moderniseren en toekomstbestendig maken

van elektrotechnische installaties binnen industriële omgevingen. Hierbij wordt niet alleen gekeken naar prestaties, maar ook naar duurzaamheid, veiligheid en onderhoudsvriendelijkheid.

Wat Manuputty Electrics onderscheidt, is de combinatie van technische kennis en persoonlijke betrokkenheid. Geen lange lijnen of ingewikkelde structuren, maar korte communicatie, duidelijke afspraken en direct contact.

Hoewel het bedrijf recent een nieuwe fase is ingegaan als BV, blijft het karakter van het familiebedrijf behouden: praktisch, betrokken en gericht op kwaliteit.



### VAKMANSCHAP IN DE INDUSTRIE

Manuputty Electrics BV richt zich voornamelijk op:

- Industriële elektrotechnische installaties
- Bedrijfspanden en utiliteitsbouw
- Inspecties en onderhoud
- Storingsoplossingen
- Modernisering en verduurzaming van installaties
- Projectmatige ondersteuning

Met projecten binnen complexe technische omgevingen draagt het bedrijf dagelijks bij aan veilige, betrouwbare en toekomstbestendige installaties.

Actief in Flevoland & Groot Amsterdam

Nieuwsgierig? Scan de QR code en bezoek de website of neem contact op!





# OP ZOEK NAAR **DE BESTE KAPPER** **IN ALMERE STAD?**



Bij de Hizi Hair kapsalon in Almere Stad kun je zes dagen per week terecht voor het knippen, kleuren, verzorgen en stylen van je haar. We hebben ruime openingstijden en je kunt vooraf een afspraak maken of binnenlopen zonder afspraak, maar net wat jou goed uitkomt.

Onze haarstylisten en kleurexperts gaan met passie te werk en zijn op de hoogte van de laatste trends, technieken en haar behandelingen. Je krijgt altijd een persoonlijk advies over het kapsel dat het best bij je past. Wij vertrouwen al jaren op Kérastase, Olaplex en L'Oréal Professionnel voor de verzorging, kleur en styling van jouw haar. Voorafgaand maken we altijd een prijsafspraken, dus geen verrassingen achteraf. Bovendien geven wij mooi haar garantie en garantie op onze producten.

Een bezoek aan Hizi Hair Almere Stad is echt een momentje voor jezelf met de ontspannende wasmassage in een massagestoel. Ons team van kappers staat altijd voor je klaar om ervoor te zorgen dat je met mooi haar en een opgefrist gevoel onze kapsalon uitloopt.

Kwaliteit, service en persoonlijke aandacht staan bij ons altijd centraal. Samen met mijn loyale en deskundige team zorgen we ervoor dat jij straalt met prachtig haar én een goed gevoel.

Onze salon straalt niet alleen luxe uit, maar biedt ook ultieme ontspanning. Geniet van een vers kopje koffie en laat je verwennen in onze heerlijke massagestoelen. ***Maak je afspraak bij de Hizi Hair kapsalon in Almere Stad en ervaar zelf waarom wij zeggen: Iedere dag mooi.***



***Wil je meer info of  
een afspraak?  
Bezoek de website!***

# PARKINSON

## KARATE EDUCATIE



## KARATETRaining VOOR PARKINSON PATIËNTEN



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



**BUDO-SAN**  
— SPORTS —

Ben je nieuwsgierig?  
Bezoek de webiste  
voor meer info!



Siltwierde 2, Almere • 06-27012769 • budo-san@outlook.com • [www.budo-san.nl](http://www.budo-san.nl)

# & BEWONDER

STEEDS VERRASSEND AANBOD





# *Exposure Lelystad in stilte en schaal*

**Langs de Houtribdijk bij Lelystad staat een kunstwerk dat direct opvalt door zijn formaat en open structuur. Exposure, ontworpen door de Britse kunstenaar Antony Gormley, werd geplaatst in 2010 en is uitgegroeid tot een herkenbaar beeld in het landschap. Het kunstwerk bestaat uit een zittende menselijke figuur, opgebouwd uit duizenden stalen lijnen, en kijkt uit over het Markermeer.**

Met een hoogte van ruim 26 meter verbeeldt het werk de relatie tussen mens en omgeving. De open constructie laat licht, lucht en water door het beeld heen bewegen. Daardoor verandert de uitstraling voortdurend, afhankelijk van het moment van de dag en het weer. Gormley staat bekend om zijn onderzoek naar de plek van de mens in de ruimte, en Exposure sluit daar direct op aan.

De locatie is bewust gekozen. Lelystad ligt op ingepolderd land, waar de strijd tegen het water en de vormgeving van het landschap zichtbaar zijn. Het kunstwerk vormt hier een rustpunt, met uitzicht over een uitgestrekte horizon waarin water en lucht samenkomen.

De omgeving leent zich goed voor een wandeling langs de dijk, met weidse uitzichten en een gevoel van ruimte.

Fietsers gebruiken de Houtribdijk als route tussen Lelystad en Enkhuizen, waarbij het kunstwerk een herkenningspunt vormt.

Voor een pauze zijn er in Lelystad meerdere horecagelegenheden. Bij Restaurant Applaus aan de kust kun je terecht voor lunch en diner met uitzicht op het water. In de buurt van Batavia Stad ligt Grand Café De Rede van Bataviahaven, waar je zit met zicht op de haven. Ook Bar Bistro DuCo Lelystad Haven biedt een plek voor een uitgebreide maaltijd in een rustige setting.

Exposure nodigt uit om stil te staan en de omgeving in je op te nemen. Door de open vorm verandert het beeld met licht en weer. Het uitzicht over het water en de lange dijk versterken dat gevoel. Het kunstwerk leidt je blik naar de horizon.

# &BEWONDER

VIER HET LEVEN!



## DE GROENE KATHEDRAAL ALS VERSTILDE STRUCTUUR

In de buurt van Almere ligt De Groene Kathedraal, een landschapskunstwerk van Marinus Boezem dat speelt met vorm en tijd. Het werk bestaat uit populieren die zijn geplant in de plattegrond van de kathedraal van Reims. Net als bij Exposure draait het hier om de verhouding tussen mens, ruimte en omgeving. Door de groei van de bomen verandert het kunstwerk langzaam, waardoor het nooit hetzelfde oogt. De open structuur en natuurlijke materialen zorgen voor een rustige plek waar bezoekers kunnen wandelen en de stilte van het landschap ervaren. Zo ontstaat een bijzondere combinatie van architectuur, natuur en vergankelijkheid die blijft verrassen.

## OBSERVATORIUM EN DE CYCLUS VAN TIJD

Midden in het Flevolandse landschap ligt Observatorium van kunstenaar Robert Morris. Dit aarden kunstwerk bestaat uit een cirkelvormige structuur met openingen die aansluiten op de stand van de zon tijdens zonnewendes. Net als Exposure nodigt het werk uit tot kijken en stilstaan. De vorm en ligging maken bezoekers bewust van tijd, licht en richting. Wandelend door het werk verandert je perspectief voortdurend, doordat zichtlijnen steeds verschuiven en het landschap zich anders toont. De combinatie van eenvoud en schaal zorgt voor een plek waar landschap en kunst samenvallen. Het Observatorium bekijkt je niet alleen, maar je ervaart de ruimte en beweging, licht en stilte.





## **DELTAWERK // ALS LIJN DOOR HET LAND-**

**SCHAP** Bij Lelystad ligt het landschapskunstwerk Deltawerk// van RAAAF en Atelier de Lyon. Het bestaat uit grote betonnen vormen die als een open structuur in het water en langs de kust zijn geplaatst. De constructie verwijst naar waterbeheer en naar de maakbaarheid van Nederland. Je kijkt door en langs het werk heen, waardoor het landschap telkens anders in beeld komt. Terwijl je langs het kunstwerk beweegt, verandert ook de beleving door het spel van licht, schaduw en reflecties op het water. De combinatie van harde materialen en open ruimte zorgt voor een krachtig contrast met het omliggende landschap en maakt het tot een plek waar kunst en omgeving elkaar versterken.

## **BROKEN CIRCLE EN VERBORGEN VORMEN**

In de Noordoostpolder ligt Broken Circle/Spiral Hill van Robert Smithson, een indrukwekkend land art-werk dat alleen vanaf bepaalde punten volledig zichtbaar wordt. Het kunstwerk bestaat uit een cirkelvorm in het water en een spiraalvormige heuvel op het land. Net als Exposure verandert de beleving afhankelijk van je positie en het licht. De combinatie van water, aarde en vorm maakt het tot een plek waar kunst en landschap in elkaar overlopen en waar je als bezoeker steeds een nieuw perspectief ontdekt. Het werk nodigt uit tot rustig kijken, rondlopen en ervaren hoe natuur, ruimte en menselijke ingreep samen één bijzonder geheel vormen.



# Culinair genieten aan

Op een sfeervolle plek in Zeeland, op een steenworp afstand van de duinen en het strand van Westenschouwen, ligt Hotel Ter Zand. Een ideale uitvalsbasis voor wie wil ontspannen in de natuur, de frisse zeelucht wil opsnuiven of gewoon even wil ontsnappen aan de dagelijkse drukte.

Wandel direct vanuit het hotel het bos of de duinen in, of stap op de fiets om de omgeving te verkennen – het hotel helpt je daar graag bij. Na een actieve dag kom je tot rust in de uitnodigende lobby met bar, of schuif je aan bij Restaurant Le Poirier. Dit restaurant, bekroond met 12 punten in de Gault&Millau-gids, serveert creatieve gerechten met lokale ingrediënten en een verrassende twist.



Hotel Ter Zand

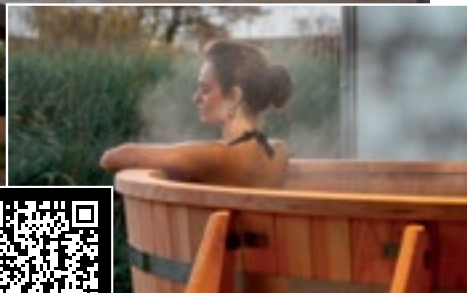
Handwritten  
COLLECTION

Gault & Millau  
— 12|20 —

# de kust

## *Ontdek de luxe garden actie*

Hotel Ter Zand is er niet alleen voor hotelgasten – ook als je gewoon zin hebt in een goed diner of een drankje in een relaxte sfeer, ben je van harte welkom. Hier draait het om comfort, kwaliteit en genieten op z'n Zeeuws.



### **En wil je jouw verblijf extra bijzonder maken?**

Kies dan voor één van onze luxe Gardensuites inclusief privé hot tub. Geniet in alle rust van je eigen terras, ontspan onder de sterren in warm bubbelend water en ervaar pure privacy midden in de natuur. Even helemaal niets moeten – alleen maar genieten, op jouw moment. **Scan & ontdek onze luxe Garden Actie**



[receptie.hotelterzand@sheetz.nl](mailto:receptie.hotelterzand@sheetz.nl)

+31(0)111 764 799 | Hogeweg 59C, 4328 PB Burgh-Haamstede | [www.sheetz.nl/hotelterzand](http://www.sheetz.nl/hotelterzand)

UW CREMATIE DUURZAAM IN VERTROUWDE HANDEN

  
Cremaere

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

Cremeren  
€ 555,-

**Uw crematie met zorg en medeleven,  
tegen een zeer redelijke prijs**

Wij behoren tot de goedkoopste en meest milieusparende crematoria van Nederland.

**Bel ons op 036 737 04 32**



# Sociale media beheer

*Wij helpen je zichtbaar te worden in het digitale doolhof.*

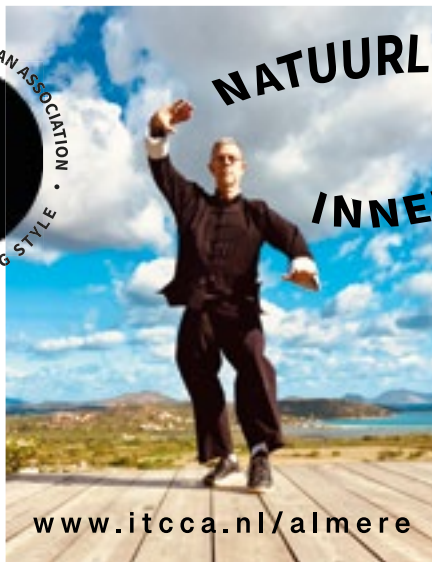
In het digitale doolhof is zichtbaar blijven een uitdaging.

Zonder plan verdwaalt jouw merk tussen de massa.

Dat kost klanten, tijd en energie. Wij wijzen je de weg met professioneel social media beheer. Zo maak jij impact en groei je online.

**Zichtbaar worden?  
Scan de QR code**





# NATUURLIJKE BEWEGING INNERLIJKE KRACHT

Taoïstische meditatie  
Taoïstische zelfmassage  
Chi Kung  
Tai Chi Chuan

gratis proeflessen



[www.itcca.nl/almere](http://www.itcca.nl/almere)

Healing

Events & Workshops

Holistic Life Coaching

## The Embodied Woman Experience

Voer de vrouw die altijd 'aan' staat. Die geeft, draagt en doorgaat.  
Maar diep vanbinnen voelt dat het tijd is om terug te keren naar zichzelf.

Op zondag 31 mei organiseert Ivory Tokromo (-soulpreneur+) samen met Dr. Seema Banaropansingh (Doctress Seema) een exclusieve 4-ur durende zelfielde experience waarin je uit je hoofd stapt en volledig terugkeert naar je lichaam en energy. Met Feminine Essence, Qi Gong, Facial Activation, aromatherapie en Sound Bath – in een cosy setting.

Dit is een zorgvuldig opgebouwde experience waarin je uit je hoofd stapt en volledig terugkeert naar je lichaam.  
Drie pijlers: mind, body & energy.

Je lichaam opent.  
Je zenuwstelsel komt tot rust.  
Je energie gaat weer stramen.  
En daar... ontmoet je jezelf opnieuw.

The only way out... is in.

31 mei 2006 - 13:00 – 17:00 uur  
De Kokos, De Held 26 – Almere



By

Seema Banasa & Ivory Tokromo



Liefs en tot snel,  
Ivory Tokromo | -soulpreneur+  
Noorderplassen-West, Almere

06 3396 3340

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



- soulpreneur +

# Ontdek de Kracht van de Soul Serenity Sessie!



Lianne van Klink

Om vanuit je hart en essentie te leven, is een innerlijke reis essentieel. Dit betekent dat je belemmerende patronen doorbreekt en ingrijpende ervaringen omzet in helende energie. De Soul Serenity Sessie biedt een unieke, intensieve ervaring die je op deze reis ondersteunt.

## Reis door je Onbewuste

Wist je dat 95% van ons gedrag uit ons onbewuste komt? Hier liggen veel belemmerende patronen en oude gebeurtenissen opgeslagen. Tijdens de Soul Serenity Sessie verkennen we samen de lagen van jouw onbewuste. Dit opschonen zorgt ervoor dat je je vrijer en lichter voelt, waardoor je keuzes kunt maken vanuit je gevoel.

## Herstel en Heelheid

In de sessie brengen we al jouw ontbrekende delen samen. Door je onderbewuste lagen en energiesysteem op te schonen, wordt het zelfhelend vermogen van je lichaam geactiveerd. Je zult een gevoel van heelheid ervaren en de verbinding met je hogere bewustzijn stroomt vrijer. Leven vanuit je gevoel leidt tot een serene rust en vertrouwen in wie je werkelijk bent. De effecten van de sessie blijven lang nawerken, waardoor je in harmonie en authenticiteit kunt leven.



*Trust the process and let it flow*

Neem de stap naar  
een leven vol bliss!





Bel of mail ons direct  
voor persoonlijk advies

06-21 81 61 75  
ruby@beautytrendz.nl  
[www.beautytrendz.nl](http://www.beautytrendz.nl)



Ruby Singh

## Geef je huid een frisse reset met biopeeling

Een **biopeeling** is een natuurlijke huidverbeterende behandeling die de huid stimuleert van binnenuit. Met krachtige plantaardige ingrediënten en microkruiden wordt de doorbloeding geactiveerd en de huidvernieuwing versneld. **De behandeling helpt bij onzuiverheden, fijne lijntjes, pigmentvlekjes en een dofte teint.**

In tegenstelling tot een chemische peeling wordt de huid niet verdund, maar juist sterker en gezonder. **Het resultaat? Een frisse, egalere huid met een natuurlijke glow en verbeterde structuur.** Bij Beauty Trendz Almere krijg je een biopeeling al voor

€ 75,00



Introductieactie voor  
nieuwe klanten

**EXTRA**  
20% korting

Boek online jouw afspraak  
voor een frisse, egale huid



**DE PIJNLIJKE REALITEIT  
VAN REUMA**

**JE MOET STEEDS  
JE VRIENDINNEN AFZEGGEN**

**ReumaNederland**



Steun nu

# Weg met pieken

## balans in gewicht én bloedsuiker

Obesitas en (pre)diabetes vragen meer dan pillen alleen. Medicatie kan nodig zijn, maar werkt het best wanneer je leefstijl meewerkt. Slimmer eten, beter slapen, stress verlagen en regelmatig bewegen verbeteren je insulinegevoeligheid, helpen bij gewichtsverlies en geven je meer energie.

Bij **Personal Growth Academy** kijken we verder dan cijfers. We onderzoeken wat jouw waarden beïnvloedt: slaapkwaliteit, stress en werkbelasting, eetpatroon (vezels, eiwitten, porties), beweeggedrag, alcohol, medicatietrouw en gewoontes. Op basis daarvan maken we een haalbaar plan met stap-voor-stap routines: maaltijdstructuur, ademhaling en stressregulatie, kracht- én duurtraining, én afstemming met je behandelaar/diëtist.

Doelen verschillen per persoon: minder glucosepieken, lagere doseringen (in overleg met je arts), minder bijwerkingen, gewichtsverlies of simpelweg meer dagelijkse energie. Met coaching, beweging en monitoring (gewicht, middelomtrek, glucose) bouw je aan stabiliteit, veilig, meetbaar en duurzaam.

VOOR WIE KLAAR IS  
OM TE VERANDEREN!

Eigenaar: Nigel Bruynder  
+31 651689457  
[facebook.com/  
Personal Growth Academy](https://www.facebook.com/PersonalGrowthAcademy)





**De zomer is begonnen!** Tijd om te genieten van zon, gezelligheid en lange dagen vol plezier. Doe mee aan onze zomerse prijspuzzels en maak kans op stralende prijzen. Het perfecte extraatje voor het begin van een heerlijke zomer!

# PUZZELPAGINA



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

### Los de sudoku op.

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was 9-1-1.

Vul de ontbrekende getallen in!

|    |    |    |   |   |    |
|----|----|----|---|---|----|
| ○  | +  | ○  | + | 7 | 21 |
| x  | ■  | x  | ■ | - |    |
| 4  | +  | ○  | - | 6 | 0  |
| +  | ■  | +  | ■ | - |    |
| ○  | -  | 1  | - | 3 | 4  |
| 44 | 11 | -2 |   |   |    |

### De ontbrekende getallen tussen 1 en 9.

Elk getal slechts één keer gebruiken. Elke kolom en rij is een wiskundige vergelijking. Onthoud dat vermenigvuldiging en deling vóór optelling en aftrekking gaan. De oplossing van vorige maand was 2-3-8-9.



Van Mossel

**voor mobiliteit  
voor iedereen.**

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

**Van Mossel**



# Jouw huis duurzaam maken?

Bij Woodstock Vloeren combineren we duurzaamheid met stijl, zodat je jarenlang kunt genieten van een prachtige vloer. Voor comfort en energiebesparing, en een eindvloer naar keuze. Wij verzorgen het hele proces met één vast aanspreekpunt en deskundig advies op maat. **Creëer de perfecte basis voor jouw interieur met Woodstock Vloeren!**

- Vloerrenovatie**
- Vloerisolatie**
- Vloerverwarming**
- PVC-vloeren**
- Een glimlach**

**WOOD** STOCK

Meiland 17, Obdam  
Tel. 0226-427785

[www.woodstock-vloeren.nl](http://www.woodstock-vloeren.nl)

