

BREDA  SEPTEMBER 2018 WWW.BREDA-BRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST



Lezersacties
Like & Share

Heb jij het lef
om relaxed te *leven?*

Pure luxe en totale



Op Sani Resort in Kassandra kun je genieten van pure luxe en totale ontspanning. Het personeel is vriendelijk en staat garant voor persoonlijke topservice. Het resort bestaat uit vijf verschillende hotels met allemaal een eigen sfeer en uitstraling: Sani Beach Hotel, Sani Club, Porto Sani, Sani Dunes en Sani Asterias. Sani Asterias is een intiem boutique hotel met ruime suites en een hoog serviceniveau. Het hart van het resort is de haven Sani Marina. Hier vind je een boulevard, vele boetieks en 24 verschillende klassevolle restaurants en bars.



ontspanning bij SANI Resort

Met ons gezin verblijven wij de eerste dagen in het Sani Beach Hotel met prachtig uitzicht op de zee. Het is mogelijk om full-board of half-board te boeken. De ruimte en rust zijn zelfs bij volledige bezetting voelbaar. De kwaliteit en de service zijn bovendien uitstekend.



Na een paar dagen in het Sani Beach Hotel verhuizen we naar Porto Sani. We betrekken een geweldig luxe appartement met twee slaapkamers en de service is helemaal ongekend. Alles is tot in de puntjes geregeld, echt overweldigend. Alles klopt tot in de kleinste details. In

het appartement staat een flesje bubbels klaar met fruit en chocolade. De minibar is gevuld met luxe producten. Onze kamer wordt twee keer per dag opgeruimd en bij het zwembad kun je gebruikmaken van een handdoekenservice. Het 'dine around' concept op het resort is zeer leuk

om te doen. De beste maanden om het resort te bezoeken zijn april, mei en in het naseizoen september en oktober. Wat ons betreft is dit resort een van de beste plekken waar wij zijn geweest. Er zijn meer mensen die deze mening delen. Sani Resort is in 2017 uitgeroepen tot 'The best Europeaan hotel for families' en meermaals verkozen tot het beste hotel van Griekenland.

Hartelijk dank Sani Resort en tot de volgende keer. *Marcel, Lea, Lorenzo, Tessa en Lidjano Bossers*





6



10



46



62



40



23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.

MANAGER Marcel Bossers

OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers

TRAFFIC Nederland Bruist

VORMGEVING Nederland Bruist - Ron Schouwenaar

THEMA'S Annemiek Jansen - Maaïke van Helmond

TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Maaïke van Helmond

FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Margret Tielemans

EINDREDACTIE Maaïke van Helmond

ACQUISITIE Marcel Bossers, 06-34590975

CONTACT BREDA BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340

nl@nederlandbruist.nl

 Like ons op Facebook.com/bredabruist

CONTACT HOOFDKANTOOR

Nederland Bruist B.V.

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl

www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be

 Like ons op Facebook.com/nederlandbruist

ABONNEMENT Ontvang de Bruist uit jouw regio(s) iedere maand in je brievenbus voor € 1,49 p.m. **Meer weten?** Stuur een e-mail naar abonnement@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2018 Nederland Bruist B.V. Merksnaam Breda Bruist is een merksnaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. Nederland Bruist brengt magazines uit in: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Ibiz, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsengeb, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildep-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

Inhoud

ADVERTEREN?

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



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Het is alweer september, wat gaat de tijd toch snel. Na een aantal supermooie maanden waarin veel mensen genoten van een welverdiende vakantie, is inmiddels voor de meesten het 'gewone leven' weer aangebroken. En hoe... Soms lijkt het net of je helemaal geen vakantie hebt gehad als je weer wordt opgeslokt door de ratrace van alledag.

Bruisende lezer,

Hoe dat komt? In veel gevallen doordat je meteen weer veel te veel ballen hoog probeert te houden: je werk, je familie, je huis, je vrienden en alles wat daarbij komt kijken. En vaak levert dit alles tezamen niets anders op dan stress. Zonde, want je was juist zo ontspannen door die vakantie. Stop dus met het proberen om al die ballen hoog te houden. Hoe je dat doet, lees je verderop in dit magazine. Maar één ding mag duidelijk zijn: stel je prioriteiten niet verkeerd en bewaak je energie.

Rust, Routine en Regelmaat zijn wat dat betreft dan ook de belangrijkste drie rrr'en. Dus pak je moment van rust door de routine in te bouwen om regelmatig even door dit magazine te bladeren. Sla het magazine open en lees behalve het artikel over die 'jongleerkunsten' ook de inspirerende verhalen van bruisende ondernemers als Coiffure de Milano, Stof & Wol en Sven&Sophie die je vertellen waar zij hun prioriteiten leggen.

Veel leesplezier!

Lea en Marcel Bossers

Alle ballen

ZO DOE JE DAT

Hoe houd je deze ballen allemaal hoog? Het enige juiste antwoord hierop is **NIET**. Stop met het proberen om al die ballen hoog te houden. Dit is namelijk onmogelijk zonder eraan onderdoor te gaan. Dit is gemakkelijker gezegd dan gedaan. Ballen hooghouden kan iedereen best lang volhouden, maar ballen laten vallen is de kunst.

JE HEBT TWEE KEUZES. Je gaat op deze manier door en de kans is groot dat je een burn-out krijgt, waardoor je geen enkele bal meer hooghoudt. Of je laat een aantal ballen vallen om weer in balans te komen en te blijven. Bruist adviseert mogelijkheid twee.

DE KUNST ZIT HEM IN HET STELLEN VAN PRIORITEITEN. Werk alleen met de ballen die ertoe doen. Gooi de rest naar anderen, leg ze op tafel of laat ze gewoon vallen. Het is belangrijk om je af te vragen wat je doel is. Wanneer je dit weet, kun je een hoop ballen - taken - laten vallen, omdat ze niet bijdragen aan dat doel. Kijk ook eens kritisch naar je planning. Moet alles meteen gebeuren of zijn er taken die je uit kunt stellen? De ervaring is dat uitgestelde taken achteraf niet belangrijk blijken en alsnog afvallen.



Na een lange zomer met veel vrije dagen en weinig moeten, begint het 'gewone' leven weer. Je drukke baan, het huis, je partner, de familie en de grote vriendenkring vragen weer jouw aandacht. Je hebt meteen weer veel ballen hoog te houden. Weet je niet meer hoe je dit voor elkaar moet krijgen, geeft het stress en wil je hier graag iets aan doen? Bruist geeft tips.

hooghouden




Kom je na het schrappen van minder belangrijke dingen nog steeds tijd te kort, accepteer dan dat je niet alles zelf kunt doen. Je zult taken uit handen moeten geven, hoe moeilijk dit ook is. Geef een ander de kans om te laten zien dat hij of zij deze taak net zo goed (of misschien zelfs wel beter) kan als jijzelf.

STRESS WERKT VERSLAVEND. De adrenaline die ontstaat door stress geeft je een goed gevoel. Wanneer dit daalt, ga jij je rusteloos voelen en zoek je weer naar prikkels die je dat goede gevoel geven. Doordat je niet voldoende rust krijgt, zal dit je uiteindelijk opbreken. Kick af van deze verslaving door meer rust te creëren. In het begin zal dit moeilijk zijn en voel je je erg onrustig. Uiteindelijk went je lichaam aan de lagere adrenalinespiegel, waardoor je meer rust gaat vinden. Door altijd je doel voor ogen te houden, weet je welke taken belangrijk zijn en welke niet. Het afronden van een taak geeft een positief gevoel en energie die je vervolgens in een nieuw project weer kunt gebruiken.

HET LATEN VALLEN VAN BALLEN
VEREIST MOED. **HEB JIJ HET LEF** OM
EEN LEUK, RELAXED LEVEN TE LEIDEN?

Als je haar maar



VERSTAND VAN
HAARZAKEN

Coiffure de Milano

Of je nu een super trendy nieuwe coupe wilt of een wat traditioneler kapsel, bij Coiffure de Milano in Breda ben je gegarandeerd aan het juiste adres. “Wij doen er alles aan om onze klanten weer blij de deur uit te laten gaan”, aldus eigenaresse Anneke Damen.

goed zit...

Voor iedereen

“Een salon voor het hele gezin”, zo omschrijft Anneke haar salon aan het Mgr. Nolensplein. “Ons enthousiaste team is allround en kan iedereen helpen aan een passende coupe, dus jong, oud, man en vrouw, in welke stijl ze maar willen. En dat altijd tegen een zeer schappelijke prijs.”

Kwaliteit

Die scherpe prijs betekent overigens zeker niet dat je hier als klant inboet aan kwaliteit. “Integendeel zelfs, het leveren van kwaliteit staat bij ons altijd voorop. Daarom werken we ook met producten van het kwaliteitsmerk L’Oréal en blijven we ons continu bijscholen om ook op de hoogte te blijven van de laatste trends, technieken en ontwikkelingen.”

Passie

Anneke is trots op wat ze in de afgelopen tien jaar allemaal met Coiffure de Milano heeft bereikt. “Voor een groot deel komt dat natuurlijk door mijn vakbekwame en enthousiaste team. Stuk voor stuk kapsters met verstand van haarzaken en heel veel

passie voor hun vak. Neem bijvoorbeeld Eline, die werkt hier alweer bijna tien jaar, daar kan ik alleen maar ontzettend trots op zijn.”

Ervaar het zelf

Naast scherp geprijsd en kwaliteit zijn ook laagdrempelig, gezellig en een ontspannen sfeer termen die volgens Anneke haar salon omschrijven. “Klanten moeten zich hier volledig op hun gemak voelen en genieten van dit momentje voor zichzelf. En als ik de reacties mag geloven, slagen wij daar telkens weer in.”

Nieuwsgierig?

“Kom het gewoon zelf ervaren. We zijn zes dagen per week geopend, dus ook de maandag, en hebben zelfs twee koopavonden. Binnenlopen kan altijd, maar van tevoren even telefonisch of via de website reserveren is zeker aan te raden.”



*Wij voorzien
je van een
nieuwe coupe!*





WE WOULD LOVE TO SAY HELLO

WLOUD Design geeft met haar meubels en woonaccessoires een verfrissende Scandinavische look aan je inrichting. Het nieuwe Deense designmerk werkt samen met verschillende (opkomende) designers en creëert hiermee een unieke en brede collectie meubels, woonaccessoires en textiel.
www.woud.dk



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Maak kans op Les Georgettes Pink Gold Honeycomb Medium Cuff en een Pink Ibiza ring samen t.w.v. € 138,-

Les Georgettes van Altesse is een innovatief juwelenconcept met verwisselbare gekleurde banden.

www.lesgeorgettes.com/nl

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens** o.v.v. 'Lezersactie#1 september naar prijsvraag@nederlandbruist.nl



Afbeelding kan afwijken

Juweelt voor je

GO WILD

Creative Lab Amsterdam zorgt voor een jungle fever in huis. Het merk brengt happiness in het interieur met exclusieve kaarten, posters en wallpaper collecties. Het eigenzinnige, botanische en moderne behang is dé eyecatcher in huis.

Prijs vanaf € 27,50 per m²

www.creativelabamsterdam.com



TIJDLOZE ALLURE

De nieuwe badkamercollectie 'Antheus' van Villeroy & Boch ademt één en al Art Deco uit. Geïnspireerd door het Bauhaus Design laat designer Christian Haas zien hoe een strak en functioneel lijnenspel goed tot zijn recht komt. Uiteraard met het comfort van nu.

www.villeroy-boch.com



gjes
interieur



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#2

**Maak kans op een Princess
Wielerkoffer in de kleuren van
LottoNL-Jumbo wielerteam**
t.w.v. € 79,99

Lichtgewicht trolley systeem,
ABS met shark skin, dit helpt
beschadigingen aan uw koffer
te voorkomen.

**PRINCESS
TRAVELLER**

Verkrijgbaar bij **Blokker**
www.princesstraveller.com

Like de **Facebookpagina** van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens** o.v.v. 'Lezersactie#2 september' naar prijsvraag@nederlandbruist.nl



KLEUR OP DE MUUR

Geef dit najaar de muren wat extra aandacht door ze een andere kleur te geven. Kies voor een milieuvriendelijke en duurzame variant zoals de krijtverf van Amazona. De enige 100% biologische afbreekbare krijtverf in Nederland.

Prijs vanaf 0,75 L, € 28,50
www.amazona.nl



BESPAREN OP JE SANITAIR?

SPRING EENS BINNEN

BADMEUBELSET

Ideal Standard Tempo

Badmeubelset 180cm
Inclusief toilet met wc-bijl. en
inbouw afvoerpijp en inbouw
wastafel

ACTIE **WANAF**
€499



WIN PLAN PRODUCTS

ACTIE **WANAF**
€229

INLOOPDOUCHE

Vier RijnSTON Serie

Inloopdouche 1210 x 2000cm
8 mm veiligheidsruis. Inclusief glasbeveiliging
met thermovang 900 gram liter
in deuren en doucheglas



RADIATOR
Alterna Apollo

120x60cm
inbouw afvoerpijp
inbouw wastafel

ACTIE **WANAF**
€129



RAINSHOWER

Solid Jade 2.0

Eigebouwd douchesysteem
Eenmeter breedte douche 210 mm x

SOLID
Eigebouwd

ACTIE **NU SLECHTS**
€189



ACTIE **WANAF**
€449

BADMEUBELSET

Riho Ports

Badmeubelset 180cm
Inclusief toilet met wc-bijl. en
inbouw afvoerpijp en inbouw
wastafel

RIHO
Pure Beauty



TOILET ACTIE SET

- Villeroy & Boch wand-boort
- Compleet met zitting
- Gehele inbouwservice
- Gehele afvoerpijp

GROHE Villeroy & Boch
1718

ACTIE **NU SLECHTS**
€269



SANI-DUMP

A- merken sanitair & tegels tegen bodemprijzen

Huifakkerstraat 10, Breda | 076-5937100 | service@sanidumpbreda.nl

www.sanidumpbreda.nl

Optometrisch onderzoek

OPTOMETRIE
BIELARS
BRILLEN
CONTACTLENZEN



Optometrisch onderzoek

Wanneer er aanleiding voor is of wanneer u er op prijs stelt, kunnen onze optometristen ook een verdergaand optometrisch onderzoek doen. Zij beoordelen daarbij de gezondheid van uw ogen. Dankzij hun opleiding zijn zij in staat en bevoegd al in een zeer vroeg stadium eventuele afwijkingen of beginnende problemen te herkennen.



De optometristen van Bielars geven u graag advies en vertellen u welke mogelijkheden er allemaal zijn! **Kom langs in onze winkel in Breda en laat u ook adviseren!**

De Kogelvanger
eten & drinken



—ACTIEFMENU—

€ 22,50

Gerookt zalmartaartje met dyondressing
of

Soepje naar keuze

&

Mixed grill met knoflook tai-chilisaus
of

Gebakken koningsvis met kreeftensaus
of

Ierse biefstuk met pepersaus (€ 2,50 meerprijs)

&

Stracciatellaroomijs met gezouten karamelsaus en een kletskep
of

Perenbavaroïstaartje met kiwisorbetsaus

Dagelijks vanaf 9.00 uur geopend!



GALDERSEWEG 55 BREDA | 076-5653338 | WWW.DEKOGELVANGER.NL

Ook de financiële klant is Koning!

COLUMN/DÉSIRÉE WOLFHAGEN

Op zoek naar een advocaat die gespecialiseerd is in huurrecht, ondernemingsrecht of handelsrecht? Maak dan een afspraak bij Wolfhagen Advocatuur. Désirée Wolfhagen staat voor persoonlijk contact, eerlijk advies en natuurlijk verstand van zaken.



Onze verre voorouders konden zich prima redden met eenvoudige ruilhandel. Financiële dienstverleners, zoals banken, verzekeringsinstellingen en tussenpersonen, bestonden nog niet. Gaandeweg is onze maatschappij complex geworden, waarin consumenten en ondernemers afhankelijk zijn geworden van de financiële dienstverlening. Ter bescherming van met name consumenten, maar ook ondernemers, is regulering door de overheid van de financiële dienstverlening steeds belangrijker geworden.

Tot 2014 was voornamelijk artikel 7:401 van het Burgerlijk Wetboek (BW) van belang. In dat artikel is de algemene zorgplicht van een opdrachtnemer, zoals een financieel dienstverlener, vastgelegd. Een klant die van mening is dat een financieel dienstverlener in strijd met deze zorgplicht heeft gehandeld, kan via de civiele rechter afdwingen dat deze financiële

dienstverlener alsnog zijn zorgplicht nakomt of schadevergoeding betaalt. Rechters hebben zich hierover veelvuldig uitgelaten, bijvoorbeeld in de 'Dexia-zaken' en 'renteswap'-zaken. Let wel, daaruit blijkt dat de zorgplicht niet onbegrensd is. Op de klant rust ook een eigen onderzoeks- en informatieplicht!

De door rechters, met als hoogste rechter de Hoge Raad, ingevulde norm ten aanzien van de zorgplicht is sinds 1 januari 2014 ook vastgelegd in de Wet financiële markten (Wft). De Autoriteit Financiële Markten (AFM) kan daardoor ingrijpen indien zij constateert dat een financiële dienstverlener zich niet aan de zorgplicht houdt. Voor financiële dienstverleners een extra stok achter de deur om de belangen van hun klanten goed in acht te nemen!

Mocht u naar aanleiding van voorgaande vragen hebben of een geschil hebben met een financieel dienstverlener, bel of email mij! Ik help u graag!

Wacht niet langer en neem contact op
076-5227798

WOLFHAGEN
ADVOCATUUR

Heerbaan 161, Breda | 076-5227798
info@wolfhagenadvocatuur.nl | www.wolfhagenadvocatuur.nl



MOTORRIJLES **ACTIEPAKKET 2018**

- 14 motorrijlessen
- 1 x Voertuigbeheersing AVB
- 1 x Verkeersdeelname AVD
- Gratis proefles

Vraag proefles of informatie aan via onze website.

€ **925,-**

>> Inclusief gebruik motor,
helm en motorkleding

Alle **ballen** hooghouden lukt niet met slechts **2** handen!

Als je **100 keer** zegt dat je het druk hebt,
wordt het natuurlijk ook niet rustig.

Het 'altijd druk hebben' wordt gezien als **succesvol**.

Druk zijn is een krachtig statussymbool geworden.

Stel je **prioriteiten** niet verkeerd. Bewaak je energie,
tijd, humeur en gezondheid, want dat zijn belangrijke zaken.

Het is geen kunst om ballen te vinden om hoog te houden.

De kunst zit hem in het **laten vallen**.

Gun jezelf **20 minuten niks** op een dag.

Blader in Bruist, geniet van een theetje en staar uit het raam.

De belangrijkste drie rrr'en zijn **Rust, Routine en Regelmaat**.

Probeer eens letterlijk **5 ballen** in de lucht te houden.

Dan begrijp je ineens hoeveel energie dit kost!

Je hebt het niet druk omdat je zoveel te doen hebt,
maar omdat je de **verkeerde keuzes** maakt.

Eigen risico

A close-up portrait of a woman with blonde hair pulled back, smiling warmly. She is resting her chin on her right hand. She is wearing a white collared shirt. The background is softly blurred, showing what appears to be an office or professional setting.

**UITSTEL IS
NERGENS
VOOR NODIG!**

gespreid betalen

Veel mensen zijn ongelukkig met hun gebit, constante pijnklachten aan tanden en kiezen of een slecht passend kunstgebit. Nergens voor nodig, aldus tandprotheticus Inge van der Gaag. “In mijn tandprothetische praktijk kan ik een oplossing op maat bieden.”

15 jaar werkervaring

Een oplossing in de vorm van een implantaat, prothese, frame of gedeeltelijke prothese, want dat is waar Inge zich in heeft gespecialiseerd. En met vijftien jaar werkervaring weet ze precies waar ze het over heeft. “De oplossingen die ik bied zorgen niet alleen dat je pijnklachten verdwijnen, maar geven in veel gevallen je zelfvertrouwen ook een boost doordat je eindelijk weer een mooie glimlach kunt tonen.”

Gespreid betalen

In haar praktijk merkt Inge echter maar al te vaak dat mensen het aanmeten van een prothese uitstellen tot het eind van het jaar als ze zeker weten dat ze hun eigen risico op hebben gemaakt. “Tegen het eind van het jaar wordt het daardoor steeds drukker in mijn praktijk terwijl het voor mij natuurlijk veel fijner zou zijn als het werk wat meer over het hele jaar zou worden verspreid.” En niet alleen voor Inge zou dat fijn zijn, vooral ook voor de mensen die nu langer dan wenselijk met klachten rond blijven lopen. “Ook dat is nergens voor nodig. Wat veel mensen namelijk niet weten is dat ze hun eigen risico vooraf gespreid kunnen betalen zodat ze niet in één keer het complete bedrag op hoeven te hoesten. Ik informeer mijn patiënten hier maar al te graag over, maar ze kunnen natuurlijk ook even contact opnemen met hun zorgverzekeraar om te informeren naar de mogelijkheden. Wel zo fijn als je daardoor meteen je klachten kunt laten verhelpen.



2BLOOM

maak de zomer nog mooier!

De winkel voor verbodde vruchten,
 lokale en exotische planten,
 biologische producten, zaden,
 plantenschuifjes, stekjes en
 landbouwproducten.

2BLOOM BOSCHSTRAAT 94 4811 GK BREDA 06 - 16 22 22 77 INFO@2BLOOM-SOLUTIONS.NL WWW.2BLOOM-SOLUTIONS.NL

**HOUT
IJZERWAREN
GEREEDSCHAPPEN**

JAAK VAN WIJCK

Ginnekenweg 146
 BREDA
 www.jaakvanwijck.nl

**DUS WACHT
NIET LANGER**
 Bekijk onze zee aan
 mogelijkheden!

Een greep uit onze vernieuwde collectie

Graag begroeten we u in onze showroom en
 vertellen we u meer over de mogelijkheden.



RUG- OF NEKKLACHTEN?

Chiropractie kan u helpen!



Let op!
Wij zijn
verhuisd naar:
Ginnekenweg 261
in Breda

Bij ons in de praktijk behandelt chiropractor Kris Cambie patiënten met de meest uiteenlopende klachten. Lage rugpijn, herniaklachten, scoliose, artrose, allemaal klachten die uw dagelijkse bezigheden behoorlijk kunnen beïnvloeden. In veel gevallen is dit nergens voor nodig en kan de chiropractor u voor een groot deel of zelfs geheel van uw klachten af helpen.

Wilt u weten wat chiropractie voor u kan betekenen? Neem dan vrijblijvend contact met ons op. U kunt ons bereiken op telefoonnummer 076-3032816 of kijk op www.chiropractorcambie.nl

Ginnekenweg 261 | Breda | 076-3032816 | www.chiropractorcambie.nl



- ✓ Payroll
- ✓ Salarisadministratie
- ✓ Uitzenden
- ✓ Hrm dienstverlening

Al 12,5 jaar specialist in payroll

Repay HRM verzorgt sinds 2005 payroll voor ondernemers en is inmiddels een top-10 speler binnen de payrollbranche in Nederland. Naast payroll neemt Repay HRM ook de salarisadministratie uit handen en biedt ondersteuning op het gebied van hrm-dienstverlening. Met eigen bedrijfsadviseurs, verzuimconsultants, hrm-adviseurs en een centraal servicecenter hebben wij alles in huis om de ondernemer te ontzorgen.

- 1 Optimale flexibiliteit
- 2 All-in uurtarieven
- 3 Géén arbeidsrechtelijke risico's
- 4 Géén risico bij ziekte
- 5 Administratieve lastenverlichting
- 6 Deskundige helpdesk

DAGJE UIT

NEDERLANDS FILM FESTIVAL



VAN 27 SEPTEMBER TOT EN MET 5 OKTOBER vindt de 38e editie plaats van het Nederlands Film Festival. Tien dagen lang is Utrecht de filmhoofdstad van Nederland waar de Nederlandse film het eropodium krijgt dat het verdient. Films van kort tot lang, van arthouse tot mainstream, van analogoog tot digitaal. Speelfilms, documentaires, animaties, korte films en televisiedrama's voor jong en oud. Naast honderden films organiseert het festival ook talkshows, seminars en discussies. Hoogtepunt is de avond waarop de felbegeerde Gouden Kalveren worden uitgereikt.

Kijk voor meer informatie en het complete programma op www.filmfestival.nl

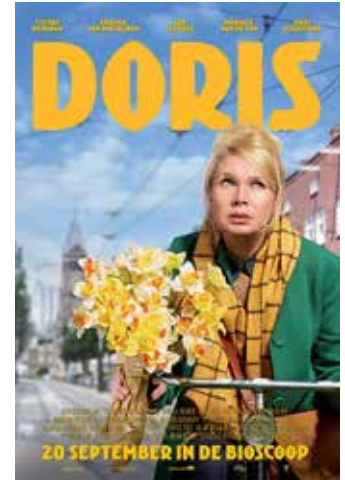
FILMPJE KIJKEN

DORIS

Aan de vooravond van haar vijfenveertigste verjaardag is Doris Doorenbos (Tijtske Reidinga), een gescheiden vrouw met twee kinderen, op een dood punt aanbeland. Terwijl de mensen om haar heen carrière maken en drukke, volwassen levens leiden, is er van Doris' eigen dromen maar weinig terechtgekomen...

Gemaakt onder de creatieve leiding van Will Koopman (Gooische Vrouwen en Divorce), scenarioschrijfster Roos Ouwehand en regisseur Albert Jan van Rees.

Doris is vanaf 20 september te zien in de bioscoop.



BOEKJE LEZEN OVER PUBERS



JE KRIJGT ER ZO VEEL VOOR TERUG - Openhartige verhalen van een moeder over haar gezin met pubers - van Esther Leijten-Kupers is nu te koop voor € 19,50 via bol.com en www.boekscout.nl

Een verfrissend boek met openhartige, komische en herkenbare verhalen over zowel het gepeuter als het plezier van het dagelijkse gezinsleven met kinderen en pubers. Geen adviesboek over opvoeden, maar gewoon een hart onder de riem voor ouders die het soms ook even niet meer weten. Inspiratie putte de auteur uit haar eigen ervaringen, waar ze openhartig over heeft geschreven. Over het gepeuter, maar ook over het geluk en het plezier. Ouders van kinderen in de tienerleeftijd vinden er ongetwijfeld herkenning in! Het boek wordt uitgegeven door Uitgeverij Boekscout.



BOGARDEN.NL

**BOREK • MAX&LUUK • SUNWOOD • RIZZ • DOME • BLACK BASTARD
OUTDOORCHEF • DOMANI • ATELIER VIERKANT • LUCA LIFESTYLE • KYMO**

VOOR HET ULTIEME BUITENGEVOEL

Bogarden is het adres waar u de zonnige kant van het leven proeft tussen onze uitgebreide en sfeervolle collectie buitenmeubilair, parasols en accessoires voor uw terras. Bekijk uw terras als een verlenging van uw huis, een expressie van uw persoonlijke stijl, waarbij elk stukje even belangrijk is, zoals elke andere kamer in uw huis en kleed het aan met prachtige producten.



BOGARDEN
buitenmeubilair

Zoek je een unieke, vitaliteitstraining

Tacoyo is de meest veelzijdige training van dit moment! Een unieke, leuke en afwisselende intervaltraining in groepsverband op wekelijks wisselende muziek, waarbij lichaam en geest worden aangesproken. We richten ons op het verbeteren van conditie, vitaliteit en gezondheid. Uniek is de wijze waarop inspanningsoefeningen zowel staand, zittend als liggend op buik en rug worden afgewisseld met rust- en herstelgevende ontspanningsoefeningen.



Door de intervallen wordt overbelasting voorkomen en kan in principe iedereen op zijn eigen niveau meedoen. De training is samengesteld uit de beste hedendaagse in- en ontspanningstechnieken. Aandacht wordt gegeven aan bewustwording en houding, maar ook aan spierversterking, lenigheid en het verbeteren van het uithoudingsvermogen. **Tacoyo** is in deze tijd een uniek antwoord op de hectiek

**De gezonde manier om te
bewegen en te ontstressen!**

Tacoyo FIT-club Breda/Oosterhout
Peter en Annette van Broekhuizen
076 - 541 15 52 | www.tacoyobreda.nl

leuke en afwisselende in groepsverband?

van alledag en de gezondheidsproblemen waarmee we geconfronteerd worden. Daarnaast werkt **Tacoyo** vooral ook preventief in het kader van 'zorg goed voor jezelf'.

WIST JE DAT TACOYO:

- een training is met preventieve werking op nek-, schouder- en rugklachten en burn-out
- een unieke combinatie is van inspanning en ontspanning
- een verantwoorde manier is om alle spiergroepen te trainen
- je houding en figuur verbetert
- je laat genieten van fantastische muziek
- zorgt voor optimale vetverbranding
- je vitaliteit verhoogt en een ontspannen gevoel geeft
- trainen is in 'gewone' sportkleding die lekker zit
- zorgt voor ontspannen nachtrust
- je beter leert omgaan met stressvolle situaties
- trainen is zonder apparaten



**Wacht
niet langer.
Meld je aan voor
een gratis
proefles!
076-5411552**

 **tacoyo**
Move your body, relax your mind



VIACOUSTIC
CEILINGS & WALLS



Heeft u een akoestisch probleem?

Dan hebben wij unieke oplossingen in
plafond- en wandbekledingen.

Met leuke print, gewoon egaal wit of een kleur die u mooi vindt.

Op natuurlijke wijze

Gelegen in de gezelligste straat van Breda vind je Brocks Homeopathie. Hét adres voor homeopathische en kruidengeneesmiddelen, vitamines en voedingssupplementen.

Wat is het verhaal achter Brocks Homeopathie?

“Mijn vader is dit bedrijf in 1978 begonnen. Zelf was ik werkzaam als receptioniste, tot ik dat werk steeds minder interessant vond. Op voorstel van mijn vader heb ik een dagje meegelopen in zijn zaak en daarna ben ik eigenlijk nooit meer vertrokken. Ik had mijn plekje gevonden en ben meteen mijn diploma's gaan halen.”

Waarvoor kunnen mensen bij Brocks Homeopathie terecht?

“Voor een heleboel: van geneeskrachtige kruiden (mengsels) tot huidverzorgingsproducten en van diverse theesoorten tot specerijen. Wat veel mensen niet weten, is dat wij ook zo'n vijftig verschillende keukenkruiden verkopen en natuurlijk homeopathische en fytotherapeutische geneesmiddelen en vitamines van verschillende topmerken, zoals Orthica, Solgar, NOW, Lamberts, AOV, Vitals, New Care, Metagenics, Trenker, Bonusan, HEEL, A. Vogel, VSM, CHI, Jacob Hooy, Alka Vitae, Weleda, Zarqa, Cattier etc. Het aanbod is dus zeer uitgebreid en veelzijdig.”

Richten jullie je op een specifieke doelgroep?

“Nee, iedereen kan hier binnenlopen, jong en oud. Ouders met jonge kinderen kiezen vaak eerst voor homeopathische middelen voor hun kids, aangezien die geen bijwerkingen hebben.”

Waarin onderscheiden jullie je van de rest?

“Behalve door ons ruime assortiment zeker ook door het goede advies dat elke klant hier mag verwachten. Iedereen die hier werkt, is gediplomeerd drogist en kan dus een passend advies op maat geven. Het liefst gaan we altijd even het gesprek aan met de klant om zo samen vast te stellen welke oplossing het best bij hem of haar past. Persoonlijke aandacht staat dus voorop.”

PERSOONLIJK ADVIES OP MAAT

BROCKS
HOMEOPATHIE

Ginnekenweg 28 Breda
076-5219313
Eigenaar: Sanne Brocks
www.brockshomeopathie.nl





PRODJEX

SALES

“WIJ MAKEN UW
IDEE WERKELIJKHEID”
PRODJEX, MAKERS VAN SFEERBELEVING

BRIELTJENSPOLDER 15
TEL. 085-4863290

4921 PK MADE
WWW.PRODJEX.NL

VERHUUR

VIDEO

LICHT

GELUID

VERKOOP



ARIOR - ANGELI DI BOSCA - BOCCIA - CASIO - CLAUDE BERNARD - DANISH DESIGN - DIVA
DUTCH BUTTON - ECLAT - FILIGRANA - FJORY - GIRLS ONLY - JOY & JULIA - MORELLATO
MY IMENSO - PICTO - PRISMA - ROSA DI LUCA - SEIKO - SWISS MILITARY HANOWA
TAMMI - TOMMY HILFIGER - VENDOUX BERNSTEIN ZILVERSTAD - ZINZI



Juwelier Goudsmid Rijken

Winkelcentrum De Burcht 38A • Breda • 076-5657157 • www.farijken.nl

Inwendige spataderen laseren (VNUS closure fast / Venefit)

Spataders laseren

Bij Ceulen Huidkliniek kunt u uw spataderen laten verwijderen door ze te laten laseren. Daarbij maken we gebruik van Venefit, voorheen VNUS closure fast genoemd. Dit is één van de nieuwste technieken op het gebied van endoveneuze spataderbehandeling. Endoveneus betekent letterlijk 'in de ader'. De laser brandt de spatader van binnenuit dicht door middel van hoogfrequente energie.

Venefit / VNUS closure fast

Deze behandeling is zeer geschikt voor grote, niet te kronkelig verlopende spataderen. Het is een patiëntvriendelijk alternatief voor endoveneuze laserbehandeling, met minder pijn en minder blauwe plekken tot gevolg. Het behandelen van spataderen vindt plaats in onze kliniek en duurt ongeveer 45 minuten. U wordt plaatselijk verdoofd waarna de arts een draadje (katheter) in de spatader schuift. Binnen de spatader wordt door middel van hoogfrequente radiogolven warmte geproduceerd. De vaatwand raakt hierdoor beschadigd, het vat trekt samen en in de periode erna zal het lekkende bloedvat volledig sluiten. De restanten van het dichtgemaakte bloedvat worden door het lichaam afgebroken en opgeruimd. Nadat de katheter is verwijderd verzorgt de arts het wondje met een pleister of onderhuidse hechting. Vervolgens wordt een elastische verbandkous aangebracht, die u 48 uur dient te dragen om het herstel te bevorderen.

Voordelen Venefit / VNUS closure fast

Voor een poliklinische Venefitbehandeling hoeft u niet te worden opgenomen in het ziekenhuis. Doordat er geen operatiewonden worden gemaakt, ontstaan er vrijwel geen zichtbare littekens. Bovendien ontstaan er geen grote bloedingstoringen en zult u snel weer hersteld zijn.

DERMATOLOGISCH
● CENTRUM

Zomergemstraat 2A, Breda

076-5780050

www.dermatologischcentrum.nl

EIGENTIJDSEZORG

www.eigentijdseorg.nl | Eigenaar: Dr. Roeland Ceulen, dermatoloog





Onvergetelijk

Lapland

• NOORDERLICHT IS
• EEN LICHTFENOMEEN
• DAT OPTREEDT
• BIJ HELDER WEER
• IN DE DONKERE NACHT

Lapland is de benaming voor een gebied in Noord-Scandinavië dat zich grotendeels boven de noordpoolcirkel bevindt. Deze regio strekt zich uit van Rusland, over Finland en Zweden, tot in Noorwegen.

Lapland is één van de weinige plaatsen op onze aarde waar de natuur nog oorspronkelijk en onaangetaast is. In deze ongetemde wildernis heersen een rust en stilte die we eigenlijk niet meer voor mogelijk houden. Een overvloed aan ruimte nodigt uit voor een avontuurlijke tocht in de eenzaamheid van dit wondermooie sneeuwlandschap. Winters Lapland betekent ook onvergetelijke witte vlaktes en met een beetje geluk het ervaren van het noorderlicht.

In Lapland wonen de Sámi, de enige inheemse bevolkingsgroep van Noord-Europa. De Sámi spreken hun eigen taal en hebben hun eigen kleurrijke cultuur. Ondanks hun moderne en eigentijdse levenswijze houden de Sámi hun tradities in ere, zoals de kleurrijke klederdracht, de rendierboerderijen en de 'joiku-zang'. Het absolute hoogtepunt van een Laplandreis is natuurlijk het ervaren van het noorderlicht; een uniek natuurfenomeen, een spectaculair lichtspel aan de hemel van het paradijs.

Deze streek heeft perfect zijn authenticiteit en charme weten te bewaren. Hier beleef je nog de echte natuur: de fauna en flora zijn indrukwekkend, de lucht puur en het water zuiver.

NOORDERLICHT

Het noorderlicht, of aurora borealis, is een lichtfenomeen dat optreedt bij helder weer in de donkere nacht. Het wordt veroorzaakt door uitbarstingen (plasmawolken) op de zon die met grote snelheid in contact komen met het magnetisch veld van de aarde. Het schijnsel van het noorderlicht kan soms heel flauw zijn en kort duren, maar kan evengoed heel fel zijn en meerdere uren duren. Statistisch gezien kun je het verschijnsel in Lapland waarnemen van eind september tot half april, maar een algemene regel en absolute garantie bestaan jammer genoeg niet. Moeder Natuur bepaalt waar, wanneer en hoelang!



20% KORTING OP RAAMDECORATIE



**COLORS
@HOME**

bij *Trudy*

Actie geldt van 27-08 t/m 08-09 2018.
Vraag naar de voorwaarden.

Schoolstraat 15 | 4841 XC Prinsenbeek | www.colorsathomebijtrudy.nl
Telefoon (076) 549 48 93 | E-mail bijtrudy@colorsathome.nl

BRUIST

Like ons op **facebook.**

www.facebook.com/BredaBruist

**MOEKE
ZIT IN HET
HART VAN
GINNEKEN**

ANNO  1893

MOEKE
GINNEKEN

Moeke Ginneken - Ginnekenmarkt 17 - 4835 JC Breda
076 5607020 - info@moekeginneken.nl

IK ZIT EVEN BIJ MOEKE

Mondzorg Tridenzo kreeg als eerste tandartspraktijk in de omgeving van Breda het keurmerk De Lieve Tandarts overhandigd.

De Lieve Tandarts

De Lieve Tandarts stimuleert het onderscheid dat tandartsen en/of mondhygiënisten maken door extra lief voor en geduldig met de patiënt te zijn. Tegelijkertijd verlaagt het platform voor lieve tandartsen de drempel om naar de tandarts te gaan of om over te stappen naar een lieve tandarts.



KEURMERK

Francine is blij met het keurmerk. "Fijn dat het werk van Tridenzo zo gewaardeerd wordt. Nu we als eerste praktijk in Breda aan de voorwaarden van de Lieve Tandarts voldoen, is dat een extra stimulans voor ons. En natuurlijk ook voor diegenen die niet meer bij de tandarts durven te komen. Ik vind het een leuk initiatief en heb al aangegeven dat ik mij er extra voor wil inzetten. Ik vind het ook van groot belang dat zoveel mogelijk mensen (weer) regelmatig naar de tandarts gaan. Velen weten niet dat de hedendaagse mondzorg bijna altijd pijnloos kan. We hebben specialisten in dienst die uitstekend om kunnen gaan met patiënten die angstig zijn.

We bieden iedereen de persoonlijke aandacht die onmisbaar is in ons werk. Angstige patiënten kunnen gebruikmaken van speciale begeleiding."

Wilt u meer informatie of wilt u zich inschrijven bij mondzorg TRIDENZO? Neem eens een kijkje op onze website. Het is ook mogelijk om u telefonisch in te schrijven.



**FRANCINE LAMERS, PRAKTIJKHOUDSTER EN
MONDHYGIËNIST**
VIJFHAGEN 43 - BREDA
T. 076-5324960
WWW.TRIDENZO.NL TRIDENZO MONDZORG  

E
P H
N D S
B E O F
C G H J I
T F O R L U
D X V W A K M

Praktijk Hoogmoed

Keuring voor rijbewijs A of B nodig?

Praktijk Hoogmoed in Ulvenhout is al ruim 15 jaar het vertrouwde adres voor uw rijbewijskeuring

De keuringskosten zijn € 30,-. Er is ruime parkeergelegenheid.

Bel mij nu!
voor een afspraak
076 56 12 888

WWW.BREDARIJBEWIJSKEURING.NL

Loodgieters en installatiebedrijven opgelet!

Loop geen opdrachten mis!

Loodgieters- en installatiebedrijven zitten vaak met de handen in het haar, er moeten begrotingen gemaakt en offertes opgesteld worden, maar daar is nauwelijks tijd voor. Hierdoor worden opdrachten gemist. **Calculatiebureau C.M. de Munnik neemt u deze zorg uit handen.**

Calculatiebureau C.M. de Munnik



**BEL VOOR MEER
INFORMATIE
06-22685252**

Thailandring 2, Drunen | (0416) 85 18 99 of 06-22685252 | info@cmdemunnik.nl | www.cmdemunnik.nl



KWALITEIT & VAKMANSCHAP

- Vakmanschap Gratis adviesgesprek
- Ruime ervaring Vele kleuren
- Familiebedrijf Topkwaliteit
- 12 jaar garantie CBW erkend



www.christan-traprenovatie.nl

Hoge Bremberg 23, Etten-Leur | 076 50 40 722 | sales@christan-timmerwerk.nl

Kooijman Hoortoestellen bestaat 10 jaar

Gratis hoortoestelbatterijen

Omdat wij ons 10-jarig jubileum samen met u willen vieren, hebben wij een cadeau voor u bij aanschaf van nieuwe hoortoestellen in 2018.

**Bij aanschaf
hoortoestel**

5 jaar lang gratis batterijen
(t.w.v. € 350,-) en service
Wacht niet langer.

Onze audiciens kunnen u meer vertellen over de andere aanbiedingen die wij voor u hebben in 2018. Volgens eigenaresse Ina Kooijman is kwaliteit en klantvriendelijkheid erg belangrijk bij Kooijman Hoortoestellen. Aandacht en tijd voor de klant, luisteren naar de problematiek van de klant en continuïteit van de audiciens zijn erg belangrijk gebleken. Wij zijn nog één van de weinige audiciensbedrijven in West-Brabant die nog echt zelfstandig zijn. Wij kunnen daardoor een keuze maken uit alle hoortoestelmerken die leverbaar zijn in Nederland.

Wij werken samen met alle zorgverzekeraars. Dit betekent dat er vaak geen eigen bijdrage voor de hoortoestellen betaald hoeft te worden. Dit is afhankelijk van de polisvoorwaarden van de zorgverzekeraar. Ina Kooijman kan u daarover inlichten. Ook kunnen bij ons de slechthorenden terecht die hoortoestellen bij een andere audicien aangeschaft hebben, maar niet tevreden zijn. Wij kunnen, tegen een kleine vergoeding, proberen een verbetering aan te brengen door een hoortest uit te voeren en het geluid van de hoortoestellen daarop aan te passen. Voor informatie mag u altijd contact met ons opnemen.

Tot ziens bij Kooijman Hoortoestellen



Brabantplein 4, Breda
076-5204264

www.kooijmanhoortoestellen.nl



Profiteer van contant vrij afrekenen

Bestel vandaag of bel Felix direct voor een gratis online demonstratie 06 - 53 754 752.

**Gemak bij afrekenen 'op rekening', PIN, iDEAL of contant.
€95,- afrekenabbonnement per afrekenpunt per mnd, BTW vrij**

Directe koppeling met landelijk Rekencentrum voor betalingsverwerking aan de kassa's en online via de cliëntpagina.

- Gratis beschikbaar gesteld complete Touch-kassa per afrekenpunt, geschikt voor uw kiosk, winkel, restaurant, kapper etc.

**Maandelijks verzamel facturen voor uw cliënten
€1,95 facturatieabbonnement per cliënt per mnd, BTW vrij**

- Eén verzamel factuur per cliënt per maand voor alle rekening-aankopen.
- Maandelijks incasseerservice van factuurbedragen geheel ontzorgd.
- Volautomatisch online administratie- en debiteurenbeheerservice.

Optie: koppeling met uw cliënten- en financiële administratie (o.a. Exact, Afas).

**Veel voordelen voor uw cliënten. Gratis touch-kassa(s)
voor maandelijks verzamel facturen geheel ontzorgd!**

Uitermate handig voor verzorgingshuizen, maar ook voor verenigingen ed.

Gemak bij afrekenen
op rekening en online
via de cliëntpagina!

iDEALnet.nl

REKENCENTRUM

**Stichting iDEALnet Rekencentrum voor btw vrije transactie-,
incasseer- en facturatieservices via online Rekencentrum**

Specialist in been-

Aandacht voor been- en ondermode is aandacht voor jezelf. Daar zijn ze zich bij Sven & Sophie maar al te goed van bewust. “Verwen dus jezelf en kom eens langs in een van onze winkels”, aldus Ad Gudde, eigenaar van vier Sven & Sophie vestigingen, waaronder die in Breda.

Het begin

“Het verhaal van Sven & Sophie begint officieel in 2015, maar speelt eigenlijk al veel langer. De formule is namelijk voortgekomen uit wat voorheen Jambelle was. De markt veranderde en de mannen die voorheen veelal buiten bleven wachten op hun vrouw of vriendin, gingen steeds vaker zelf de winkel in op zoek naar sokken en ondermode. Jambelle stond echter vooral bekend als vrouwenzaak, wat een viertal ondernemers, waaronder ikzelf, deed besluiten om het anders aan te gaan pakken met meer aandacht voor onze mannelijke klanten. Het begin van Sven & Sophie.”

Kwaliteit

“Waar wij voor staan? Voor kwaliteit en een ruim assortiment eersteklas been- en ondermode van toonaangevende merken. Van die merken bieden wij heel bewust alleen die selectie die wij binnen onze winkels vinden passen. We maken dus de beste keuze uit de beste merken. Daarnaast staan wij



en ondermode

voor persoonlijke aandacht, goed advies en een uitstekende service en dat weten onze klanten te waarderen. Dat blijkt wel uit de vele positieve reacties die wij krijgen. Onze medewerkers krijgen zelfs af en toe taart of een bloemetje van klanten als bedankje.”

Voor iedereen

“Of je nu op zoek bent naar comfortabele of modieuze been- of ondermode, in het dames- of herensegment, je kunt ervan uitgaan dat je bij ons slaagt. Vanaf deze maand starten we bovendien met de verkoop van bijpassende sjaals, mutsen en handschoenen van Barts (Alleen in Breda). Onze medewerkers staan uiteraard vol enthousiasme voor je klaar om je te voorzien van het best mogelijke advies. We zien je dus graag snel in een van onze winkels!”

Enige tijd geleden is de winkel van Sven & Sophie in Breda verhuisd. Sindsdien vind je ons aan de Ginnekenstraat 19.

OOK
KLEURRIJK
VOOR DE DAG
KOMEN?

Dat kan nu bij:

sven &
sophie

Ginnekenstraat 19 Breda, 076 5214427
(Schuin tegenover HEMA)

www.svensophie.com



Eigenlijk willen we er nog niet aan denken, maar helaas laat de herfst niet heel lang meer op zich wachten. Hoewel sommigen zich juist verheugen op dit jaargetijde met al zijn mooie kleuren en veranderingen in de natuur, houden de meeste mensen het liefst toch nog even vast aan het zomerse gevoel. En terecht! Maar dat betekent niet dat je nog geen voorbereidingen kunt treffen voor de naderende herfst...

Haal de

Een nieuw seizoen betekent in veel huishoudens ook dat er weer even een frisse wind door het huis waait. Tijd dus voor de grote najaars schoonmaak waarna je je huis weer in herfststerven onder kunt dompelen. Zolang het kan genieten we buiten namelijk nog volop van het zonnetje, maar zodra de herfst inzet, het buiten kouder wordt en de blaadjes van de bomen vallen, willen we eigenlijk weer niets liever dan gezellig binnen cocoonen. Daar kun je dan ook maar beter vast op voorbereid zijn.



stiefkussen.nl

NATUURLIJKE MATERIALEN EN WARME TINTEN

Haal de warme kleedjes en plaidjes weer van zolder of uit de kast, check hoe het gesteld is met je voorraad kaarsen en vul deze eventueel nu al aan en vervang alvast alle zomerse, kleurrijke accessoires door accessoires van natuurlijke materialen en in warme tinten. De lantaarns die je tijdens de zomer in je tuin had staan voor wat sfeerverlichting tijdens die lange, zwoele zomeravonden, kun je eventueel een poetsbeurt geven en ze vervolgens naar binnen halen voor wat meer sfeer in huis. Let er dan overigens wel goed op dat de onderkant hiervan niet te heet kan worden om brandgevaar te voorkomen.



Herfst in huis



ZODRA DE HERFST INZET, WILLEN WE NIETS LIEVER DAN GEZELLIG **BINNEN COCOONEN**

BEN JE EEN VAN DE GELUKKIGEN MET EEN OPEN HAARD IN HUIS? Leg dan de focus in je interieur hier weer wat meer op dan in de zomer waarschijnlijk het geval was. Wat kussens eromheen, een stapeltje hout ernaast en je komt vanzelf in de herfstmood. Geen echte open haard? Geen probleem! Ook een gashaard of bijvoorbeeld een elektrische haard kan voor heel wat sfeer in huis zorgen.

ZORG VOOR GOEDE VENTILATIE IN HUIS. Sowieso gezond, maar een woning die goed geventileerd wordt, warmt ook nog eens beter op. Wel zo handig dus als het buiten wat kouder wordt en de verwarming weer aangaat.

Help! Ik kan niet meer stoppen!

COLUMN/JOHANNA WAGNER

Nieuwsgierig
of meer info?

Bel:
06-48201582

Relax, enjoy & live.



Je hebt het gevoel in een achtbaan te zitten die, als de rit voorbij is en je karretje dreigt stil te staan, plotseling weer hetzelfde rondje doet. Je hebt geen controle over de rem en het lijkt alsof je geen andere keuze hebt dan alsmaar door te gaan. Je wordt steeds vermoeider, je gaat steeds minder vaak de deur uit, slapen gaat slechter en je hoofd staat niet meer stil.

Alles in je schreeuwt dat het niet meer gaat, maar je verstand zegt dat je door moet omdat je anders uit de bocht dreigt te vliegen. Dan plots ben je niet meer vooruit te branden; je lijf geeft aan dat het niet meer gaat. Je bent opgebrand, uitgeblust: je hebt last van ongezonde stress, je bent overspannen óf je hebt een burn-out.

Het goede nieuws is: er is iets aan te doen. Ik snap dat je op dit moment door de bomen het bos niet meer ziet, maar ik kan je een helpende hand bieden. Met Less Stress bied ik je de mogelijkheid om met jezelf aan de slag te gaan waardoor je niet langer vanzelfsprekend meegaat in de stroom van alledag. Ik werk volgens de uitgangspunten van de ACT (acceptance and commitment therapie) waarbij je leert de signalen van stress te herkennen en in een ander perspectief te plaatsen. Het doel is niet om stress te verwijderen uit

je leven, maar om er anders mee om te leren gaan. Op deze manier word je bewuster van je eigen emoties en gedachten en kun je beter binnen je eigen grenzen blijven.

Elke eerste donderdag van de maand start de cursus Less Stress. In 4 bijeenkomsten van 2,5 uur leer je hoe stress ontstaat, wat je kunt doen om stress te verminderen, op welke manier je ongezonde stress kunt voorkomen en hoe je met stress in het algemeen kunt omgaan. Je kunt ook kiezen voor een individueel traject.

LET'S ACT!

Johanna Wagner



LESS STRESS

Bastionstraat 13, Breda
06-48201582
www.lessstress.nu



Chocolade en meer!

Wacht niet langer en kom proeven!

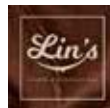
Bij Lin's Lounge & Chocolat Bar ben je aan het juiste adres voor luxe koffie van Bacchi, heerlijke thee van Or Tea, gebak van Teurlings Patisserie, warme Luikse wafels, luxe patisserie, ambachtelijk schepijs en diverse cadeauartikelen.

“En natuurlijk voor de chocolade van Leonidas die wij als enige in Breda verkopen in onze shop-in-shop. De lekkerste chocolade die er is!”



Luxe en warm De sfeervolle en luxe aankleding van Lin's Lounge & Chocolat Bar maakt het plaatje compleet. “Alles wat ik verkoop is van topkwaliteit en ik wilde dat de zaak een bijpassende topuitstraling zou hebben.” En dat is gelukt! Maar tegelijkertijd oogt Lin's Lounge & Chocolat Bar ook heel warm en toegankelijk. “Iedereen is welkom om hier in alle rust te komen genieten van al het lekkers dat wij te bieden hebben.”

Ferrari ijs Linda heet iedereen persoonlijk zes dagen per week welkom in haar mooie nieuwe zaak. “Ik vind het heerlijk om anderen te verzorgen.” Iets wat ze dan ook vol enthousiasme doet. Vanaf 1 april verkoopt Lin's ontzettend lekker ambachtelijk Italiaans schepijs van de familie Ferrari. Heeft u trek in een hooortje met een bolletje ijs of toch liever een luxe ijscoupe? Lin maakt het voor u! Een mooie aanwinst dus voor het bourgondisch centrum van Breda.



Eigenaar: Linda van Aalen
Halstraat 17, Breda | 076-8200912
www.chocolatbar.nl

Wat ooit begon als hobby, is voor Lilian Kuijstermans inmiddels uitgegroeid tot een professionele bezigheid. Vol passie houdt ze zich tegenwoordig in haar stoffenwinkel Stof & Wol bezig met stof in de breedste zin van het woord.

Stof &

De wat hipperre dingen

“Voorheen was ik puur als hobby veel met stof bezig. Net als vele anderen liep ik echter tegen het probleem aan dat er in Breda en omgeving helaas geen stoffenwinkel met echte leuke stoffen te vinden was. Een gat waar ik ruim drie jaar geleden ben ingesprongen door mijn eigen stoffenwinkel te openen met de wat hipperre dingen. Een keuze waar ik nog geen moment spijt van heb gehad, want hoe geweldig is het dat ik nu de hele dag mag werken met mensen die dezelfde passie hebben als ik?!”

Stoffen en meer

Bij Stof & Wol slaag je niet alleen voor de leukste stoffen, maar ook voor garens en fournituren in alle soorten en maten. “Daarnaast verzorgen we ook workshops zodat iedereen zelf kan ontdekken wat allemaal met stof mogelijk is. Echte beginnersworkshops, maar ook workshops voor de gevorderde creatievelingen, zoals een workshop over hoe je meer uit je lockmachine kunt halen.”

Brede doelgroep

“In die ruim drie jaar zijn we behoorlijk gegroeid. Ik begon in mijn eentje en inmiddels staan we hier alweer met z'n vieren. Het loopt dus allemaal prima. Niet zo vreemd ook, want het is tegenwoordig bijvoorbeeld weer ontzettend populair om je eigen kleren te maken. Niet eens meer zoals voorheen om geld te besparen, maar vooral om unieke kleding te kunnen dragen. Onze doelgroep is dan ook heel breed, van jonge meiden (of jongens) tot het wat oudere publiek en alles daar tussenin. En iedereen voorzien wij uiteraard graag van advies, mocht daar behoefte aan zijn.”



BRUISENDE/ZAKEN

& Wol



Stof
& Wol

STOFFEN, GARENS
EN FOURNITUREN
IN ALLE SOORTEN
EN MATEN



Openingstijden dinsdag - vrijdag van 9.30 tot 17.30 uur, zaterdag van 10.00 tot 16.00 uur

Heerlijke Tosti's

verrassend lekker!



Veemarktstraat 3 Breda
06-15180319

www.happytosti.nl

Wacht niet
langer en
kom proeven!

Heel veel keuze uit de mooiste boeken op velerlei terreinen.

Ook voor tijdschriften,
cadeauartikelen, klassieke cd's
en wenskaarten.

— Boekhandel —
VAN KEMENADE
& HOLLAERS

Ginnekenweg 52/54 4818 JG Breda
Tel 076-565 70 66 info@kemhol.nl

www.kemhol.nl

Werken als Nanny?



Je werkt zelfstandig, je bent verantwoordelijk voor de opvang en ontwikkeling van de kinderen. Als nanny zorg je voor een **veilige en vertrouwde omgeving** waarin alle kinderen zichzelf kunnen zijn en waarmee jij de **ouders ontzorgt**. Je bent een onmisbare schakel voor de vraagouders in het drukke gezinsleven. Ben jij de ideale nanny en voldoe je aan bovenstaande omschrijving? **Neem dan contact met ons op.**

Het belangrijkste van gastouderopvang voor De Nanny Bemiddeling is dat uw kind(eren) in een vertrouwde omgeving worden opgevangen, op de manier die u voor ogen heeft.

Daar werken wij met plezier aan!

Nnanny
BEMIDDELING

Met een
Nanny van De
Nanny Bemiddeling
is bij u thuis
de cirkel
rond!

Zuidlaan 32, Prinsenbeek | 06 13 11 01 11
www.nannybemiddeling.nl

Vlees zoals het bedoeld is!

Dry-aged meat: gewoon in Breda!

Als we het hebben over dry-aged meat dan bedoelen we vlees dat gerijpt is in een speciale koelcel. Om vlees de beste smaak te geven, moet het vlees enkele weken rijpen, het liefst aan het been. Vroeger werd dit gedaan bij de boeren in de schuren, maar tegenwoordig wordt dit gedaan in een speciale koelcel. Dat proces wordt dry-aging genoemd.



Het proces van dry-aging zorgt dus voor de ultieme smaakbeleving. Niet ieder rund is geschikt voor Pieter Kling. Zo moeten de runderen vrouwelijk zijn, tweemaal gekalfd hebben en een aantal jaar oud zijn. Deze runderen worden door de slager zelf geselecteerd. Wij hebben gekozen voor het Piëmontees rund, van origine een Italiaans ras. Het vlees van deze runderen is vetarm en het cholesterolgehalte ligt laag.

Hoe gaat dat dry-aging dan in zijn werk? Bij ons in de slagerij duurt het rijpproces in de dry-aging cel minimaal 28 tot 35 dagen. In de koelcel verdampt het vocht in het vlees tot 30% en het spierweefsel wordt door de natuurlijke enzymen afgebroken. Het vlees krijgt hierdoor een zeer malse structuur en intense smaak. Als het vlees uit de dry-aging cel komt, heeft het een zwarte korst om zich heen. Deze korst beschermt het vlees tijdens het rijpen tegen indroging en bacterievorming. Zodra je het vlees doorsnijdt, zie je dat het van binnen mooi helderrood en boterzacht is.



Hoe zorg ik ervoor dat het vlees perfect bereid wordt? Voor de perfecte bereiding van dry-aged vlees is het van belang dat het vlees niet op een hoge temperatuur wordt gegaard. Door het rijpen is het vlees een deel van het vocht verloren. Als er dan op een hoge temperatuur gegaard wordt, slaat het vlees door en wordt het taai. Het vlees kan wel eventjes kort dichtgeschroeid worden, dit is natuurlijk het lekkerst als dat op de barbecue wordt gedaan.

TIP Wellicht is het voor sommigen onder ons wat lastig om grotere stukken vlees te bakken. Gelukkig zijn wij ervoor om u hierover te adviseren! Wilt u meer weten over dry-aged meat of over het proces van dry-aging? Kom gerust langs in onze slagerij en wij helpen u verder!

Alle ballen hoog houden? **Hoeft niet!**

Het valt allemaal niet mee om in deze drukke en snelle tijd waarin we leven grip te krijgen op je tijd, energie en positieve mindset.

Door al dat 'moeten' in je leven, de 1001 ballen die je probeert hoog te houden en de combinatie van de verschillende rollen die je vervult om de perfecte ouder, partner, collega of ondernemer te zijn, zet je jezelf eerder klem (stress/burn-out), terwijl je juist vooruit wilt.

Maar het kan ook anders.

Ik begeleid en help mijn klanten bij het vinden van de juiste focus en structuur, zodat hun leven een stuk leuker, vrijer en overzichtelijker wordt. Daarnaast versterken we de mentale veerkracht, zodat ze zich niet meer uit het veld laten slaan als het even niet meezit of als er een bal op de grond ligt... ;-)

Het resultaat: minder stress en gedoe en meer (innerlijke) rust, energie en geluksmomenten!



Wil jij dit jaar nog je Focus en Veerkracht versterken? Vraag een GRATIS Focus & Structuur sessie aan bij Leila op www.manifestyourdreamlife.nl

Personal Trainers

WHAT YOU WANT IS WHAT YOU GET!



Maak een afspraak
voor een GRATIS
INTAKE om te kijken
wat wij voor jou
kunnen doen.

Een gezonde geest in een gezond lichaam, dat is mooi en zeker haalbaar! Belangrijk is dat je jezelf prettig voelt, in jouw lichaam en met jouw gezonde leven. Door een verandering van mentaliteit, eet- en bewegingspatroon kun je jouw hele leefpatroon veranderen. Daardoor zul je jezelf zowel fysiek als mentaal een stuk sterker voelen.

MoveToo is 'EREPS' geregistreerd!
(EREPS is een onafhankelijke Europese organisatie voor fitness professionals. Het is een organisatie die erkenning geeft aan slechts enkele opleidingen)



MoveToo
Voor Al Uw Personal Training

Decoratie & interieur

Natuurlijke kunst, zo noemt Jan van der Linden van der Linden van Kristallen Wereld zijn prachtige collectie.



Kristallen en fossielen zijn waardevolle objecten voor de tuin, woonkamer, entree, wachtkamer en werkruimte. Veel mensen ervaren naast de visuele schoonheid ook de rustgevende werking van de kristallen.

Elk stuk is decoratief en fascinerend en voegt iets bijzonders toe aan uw leef- of werkruimte.

Door de eigenaar van Kristallen Wereld worden continu verschillende soorten kristallen en mineralen uit de hele wereld met zorg en kennis aangekocht. Hierdoor bent u verzekerd van hoge kwaliteit. Het assortiment wordt regelmatig aangevuld en vernieuwd.

Een bezoek aan de winkel is absoluut de moeite waard voor iedereen die zijn woon- of werkruimte een waardevol en bijzonder accent wil geven.

Veel plezier met de ontdekking van de eeuwenoude kristalenergie.

Jan van der Linden



Nieuwe Ginnekenstraat 21,
Breda | 06-11153479
info@kristallenwereld.nl

TIP meer informatie op
KRISTALLENWERELD.NL



Verzorgt met liefde de crematie van uw overleden huisdier

Uw huisdier maakt deel uit van uw leven en uw gezin. Maar u weet dat het moment zal komen dat u afscheid moet nemen van uw kameraadje. Steeds vaker kiezen mensen ervoor hun geliefde huisdier na overlijden te laten cremeren. Een respectvol afscheid doet recht aan de liefde voor uw huisdier en de emoties die het verlies met zich meebrengt.

Meer weten?

Op onze website kunt u alles lezen over de mogelijkheden die Dierencrematorium Majesta Schagerbrug u kan bieden. Ook vindt u er veel nuttige informatie die voor u, als eigenaar van een huisdier, van belang kan zijn. Want als het moment daar is, dat u afscheid moet nemen, dan is het prettig dat u een weloverwogen besluit kunt nemen. Zo krijgt u achteraf geen spijt. Uiteraard zijn onze medewerkers altijd bereid om, geheel vrijblijvend, uw vragen te beantwoorden.



**Dierenuitvaartcentrum
Majesta Breda**

Oude Baan 60, Breda | 076 - 700 23 42
info@dierenuitvaart-breda.nl
www.dierenuitvaart-breda.nl



Onderdeel van **Majesta** Uitvaartzorg voor dieren

Kom heerlijk smullen!

Gelegen net onder de rook van Breda en tussen Ulvenhout en Chaam bevindt zich het gezellige en Bourgondisch familierestaurant Huis ten Bosch met als specialiteit: ambachtelijke, biologische pannenkoeken, nog ouderwets in de pan gebakken.

Het pannenkoekenrestaurant Huis ten Bosch in Chaam heeft het geschopt tot de top 10 van de Terras top 100 van horecavakblad Misset. Met een zevende plaats is het de hoogste Brabantse notering dit jaar.

Sprookjes - en dan met name kabouters

- zijn het centrale thema in deze gelegenheid. Het terras heeft zo'n 150 zitplaatsen, binnen is er plek voor zo'n 100 gasten. De zaak, die sinds dit jaar vijf dagen in de week open is, is sinds kort volledig rookvrij. De kinderen mogen t/m 12 jaar allemaal in het inspannende 'winkeltje' na afloop een cadeautje uitzoeken.



Bredaseweg 72, Chaam | 0161-491275 | www.huistenboschchaam.nl

Dat ook volwassenen en grotere kinderen hun weg weten te vinden naar Huis ten Bosch, blijkt wel uit de hardloper: Pannenkoek Kapsalon. De nieuw geïntroduceerde Pannenkoek Brie is al snel een tweede populaire bestelling geworden. Naast pannenkoeken serveren ze ook gamba's, kipsaté, stoverij van rundvlees en nog meer heerlijke gerechten.

“Deze combinatie is echt **geweldig!**”

Tijdens ons bruisende bezoek is de reactie van onze kinderen: “Deze combinatie is echt geweldig”, terwijl ze een pannenkoek met boter en slagroom en een pannenkoek met kaas eten. De pannenkoeken smaken overheerlijk omdat ze nog ouderwets in de pan gebakken zijn. Michiel en Samantha vinden het belangrijk om zoveel mogelijk te kiezen voor duurzame en verantwoorde ingrediënten in hun gerechten. Zo hopen ze bij te dragen aan een gezonde planeet, waar onze kinderen later ook nog van kunnen genieten.

Bedankt voor de goede service!
Hartelijk groet, Marcel, Lea, Lidiano en Tessa





Ambachtelijk & biologisch pannenkoekenrestaurant

Sparen of lenen?

In mijn vorige column adviseerde ik om 10% van je inkomen te sparen. Zo bouw je een buffer op voor (on)verwachte grote uitgaven.



Neem vrijblijvend contact met me op voor hulp bij je financiën.

Maar soms kun je niet anders dan geld lenen. Je wasmachine, koelkast en fornuis gaan tegelijkertijd stuk en moeten worden vervangen en dat red je (nog) niet met je spaargeld. Maar, geld lenen kost geld. En hoe langer je terugbetaaltermijn, hoe meer het kost.

Als je die nieuwe televisie van € 500,- wil hebben, zijn er verschillende opties. Rood staan op je betaalrekening tegen 8-15% jaarrente of kopen op afbetaling tegen 15% jaarrente. Hoeveel kost 1 of 2 jaar lenen met 15% rente eigenlijk?

	1 jaar	2 jaar
Geleend:	€ 500,-	€ 500,-
Rente:	€ 75,-	€ 114,45
Totaal terug te betalen:	€ 575,-	€ 614,45
Maandbedrag:	€ 48,-	€ 26,-

Vaak wordt de rente maandelijks berekend, waardoor je nog meer afbetaalt.

Voor hogere bedragen kun je een persoonlijke lening of doorlopend krediet afsluiten. Het rentepercentage verschilt per bank en aantal betaaltermijnen.



De rente is wel lager dan bij roodstand of afbetaling, maar omdat je meer termijnen hebt, betaal je uiteindelijk meer.

Dus sparen is altijd goedkoper. Maar als je moet lenen, kies dan zorgvuldig de lening die het beste bij je past en betaal deze zo snel mogelijk af!

Heb je al een lening en kom je er maar niet vanaf? Bel of e-mail me dan voor een gratis en vrijblijvend kennismakingsgesprek.

Volgende keer: hoe kan ik besparen?

Budgetcoach

Tamara Leijten



SHANGHAN-LUN SPIEROLIE

De natuurlijke ingrediënten versterken elkaars werking en geven daardoor een zeer snel voelbaar effect. De vluchtige essentiële oliën dringen diep door in de onderliggende weefsels, zodat ze direct actief kunnen worden in de spieren. Het werkt verlichtend bij gevoelige, zwaarbelaste spieren en spierkrampen, stimuleert de doorbloeding en vertraagt de verzuring in de spieren. Dit maakt de spieren weer soepel en zorgt voor een sneller herstel na training, sportprestatie of verkeerde beweging.

- Voor stijve, vastzittende, gevoelige spieren en spierkrampen
- Sneller herstel van de spieren
- Niet vet en veroorzaakt geen roodheid van de huid
- Verkrijgbaar in 20 ml spray, 30 ml roller en 50 ml druppelflacon

Vanaf € 9,50

Geneeskrachtige *werking* van aromatherapie

MEGRANA HOOFDROLLER

Iedereen heeft er weleens mee te maken: een zwaar gevoel in het hoofd en gespannen nekspieren. Megrana hoofdroller werkt verlichtend en zorgt ervoor dat het gespannen gevoel in de nek op een natuurlijke manier verdwijnt. Het helpt de doorbloeding te bevorderen waardoor afvalstoffen uit de spieren sneller worden afgevoerd en vastzittende spieren kunnen ontspannen. Megrana Hoofdroller is een natuurproduct op basis van oliën van heilzame planten. Als je het voelt opkomen, de olie direct aanbrengen om het voor te blijven. Is het eenmaal doorgezet, dan een paar keer herhalen met een tussenpose van 15-30 minuten en een extra glaasje water voor een snelle verlichting. Bij eventuele misselijkheid de maagstreek insmeren. De pepermuntolie in dit recept brengt de maag tot rust.

10 ml € 8,25



De producten op deze pagina's
zijn o.a. verkrijgbaar bij:

BREDA

Drogisterij Lamers
Drogisterij Het Klavertje
Brocks Homeopathie
G & W Gezondheidswinkel
De Gastronomie
Drogisterij Parfumerie de Berg
DA Drogisterij
Reformhuis Rozemarijn



ONTDEK DE KRACHT VAN FRUITZUREN



Acid infusions

Fruitzuren zijn natuurlijke organische zuren. Ze zijn afkomstig van natuurlijke bronnen. Ze hebben een diepreinigende werking. De Acid Infusions pakken oppervlakkige rimpeltjes aan en vervagen acnelittekens, verminderen pigmentvlekken en de **huid wordt steviger en zichtbaar gladder.**

Bel me
en probeer het
zelf uit!



GLYCOLIC ACID+, AHA Stimulating Liquid GLYCOLIC ACID+ is een 100% effectieve manier om de huid een gladde en frisse uitstraling te geven!



SALICYLIC ACID+, BHA Activating Liquid SALICYLIC ACID+ is dé oplossing voor de onzuivere en gevoelige huid. Salicyl-zuur dringt diep door in de poriën en lost daar opgehoopt talg op.

06-52427776 | info@claudia4beauty.nl
www.claudia4beauty.nl | [f claudia4beauty](https://www.facebook.com/claudia4beauty)



SERVICEDAG

hoortoestellen

Hoortoestel Servicedag

vrijdag 5 oktober van 09.30 tot 16.00 uur

Op deze dag zal er een specialist van Beltone aanwezig zijn die uw hoortoestellen graag voor u nakijkt en tevens kleine reparaties direct kan uitvoeren. Tijdens een kopje koffie vertellen we u graag over de nieuwste ontwikkelingen in hoortechniek, de Beltone Amaze™.



GRATIS
controle
van uw
hoortoestel

Groot Ypelaardreef 169 - Breda (Tegenover winkelcentrum De Burcht)

076-5649706 | www.hoorserviceschram.nl

Op zoek naar een opleid

Neem je toekomst in handen. Of wil je een workshop om je expertise naar een hoger niveau te brengen? Dat vinden we een geweldig idee! Dankzij ons team van experts beleef je een boeiende, leerrijke tijd, of je nu een starter bent of je jezelf al bij de gevorderden mag rekenen.



Waarom kiezen voor een opleiding bij ProNails

Omdat jij alleen het beste wilt natuurlijk. Onze docenten zijn experts. Onze trainsters zijn allemaal echte professionals. Zij hebben zelf allemaal ervaring als nagelstylist(e) en zijn helemaal weg van ons merk. We kunnen ons geen betere 'brand ambassadors' voorstellen. En dat geven ze met veel plezier door aan jou. Naast de basiskennis helpen ze je ook vooruit met handige tips en tricks. Hoe werk je beter, sneller, slimmer? Hoe help je jouw klant het beste? Hoe pak je bepaalde dingen het beste aan? Onze docenten staan je met raad en daad bij.

Trainingscentra met alles erop en eraan

Je voelt je meteen op je plaats. En dat mag je gerust letterlijk nemen: alle opleidingscentra zijn uitgerust met praktische werktafels en comfortabele stoelen zodat jij kan werken als een echte professional. We hebben ook een handig startpakket samengesteld zodat je meteen alles bij de hand hebt. Verliefd geworden op een bepaald product? Aan onze Trainingscentra is ook steeds een shop verbonden, dus laat je gerust gaan! Voor de meeste workshops mag je gebruikmaken van materialen.



Ze hebben
een grenzeloos
geduld
en geen vraag is
hen te veel.



ing tot nagelstylist(e)?

Kleine groepen garanderen een persoonlijke aanpak

Je krijgt bij ProNails de ruimte om je talenten te ontplooiën. Letterlijk en figuurlijk! Onze opleidingen gaan door in kleine groepjes, zodat je plaats genoeg hebt om rustig te werken zonder afleiding.

Je gaat meteen zelf aan het werk zodat je alles goed in de vingers krijgt. Onze docenten volgen je nauwgezet en sturen bij waar nodig. Zij zien meteen wat je sterktes zijn en waar je nog wat hulp bij kan gebruiken. De focus bij beginners ligt veelal op rustig en nauwkeurig leren werken,

terwijl bij gevorderden ook aandacht wordt besteed aan snel en degelijk resultaat.

Garantie voor de toekomst

Een opleiding volgen bij ProNails is voor jezelf de beste garantie inbouwen voor de toekomst. Door de sterke reputatie van de trainingen in heel de wereld, zit je voor altijd goed. Beslis je om zelfstandig aan de slag te gaan, dan beschik je over voldoende bagage om er meteen een bloeiende carrière van te maken. Maar ook salons op zoek naar een nagelstylist(e) om hun team te versterken, zullen jouw opleiding zeker als meerwaarde zien.

De beloning? Een certificaat!

Na iedere opleiding aan de ProNails Academy ontvang je een certificaat als beloning voor je harde werken en goede oefenen. Een certificaat dat veel stylisten vol trots in hun zaak hangen om te laten zien dat ze op de hoogte zijn van de laatste trends. Wil jij ook al onze certificaten verzamelen? Dat begrijpen we maar al te goed!



Breng je expertise op een hoger niveau! Wacht niet langer en meld je aan!



**SPECIALE
MEDIUMAVOND**

Woensdagavond
12 december 2018 in Hotel
het trefpunt in Made.
20.00 uur.

Petra Busio
Energetisch Therapeut
Zandheuvel 59 Oosterhout
06-10564703
www.petrabusio.nl
Eigenaresse: Petra Busio

Ieder mens beschikt over een zelfgenezend vermogen en het niet goed functioneren van lichaam en geest kan het effect zijn van een gebrek aan of blokkades van de levensenergie.

Levensenergie

Natuurgeneeskundige Petra Busio kan blokkades in deze energie waarnemen en duiden en hiermee de oorzaak van klachten vaststellen.

Hoe dan verder?

“Als ik de klacht heb vastgesteld, kan ik door energie door te geven het zelfgenezend vermogen bevorderen. Een proces dat altijd start met het (leeg) laten praten van de cliënt en het achterhalen van diens voorgeschiedenis. Het menselijk lichaam is voor mij een soort plattegrond waar ik heel veel uit kan lezen en dat, gecombineerd met het voorgesprek, bepaalt voor mij de manier van behandelen.”

Goed opgeleid

“Inmiddels doe ik dit werk alweer ruim vijftien jaar, waarvan de laatste tien jaar in mijn eigen praktijk aan huis. Iets wat ooit is gestart door een tip die ik kreeg om mij te gaan verdiepen in het magnetiseren. Naar aanleiding daarvan ben ik de vierjarige HBO-opleiding Energetische/Paranormale Therapie gaan volgen, waardoor ik nu anderen kan helpen met mijn gave en

ook anderen hierin begeleid via cursussen. Doordat ik deze beroepsopleiding heb gevolgd, ben ik bovendien een erkend therapeut en zijn er bij veel ziektekostenverzekeraars mogelijkheden om mijn behandelingen vergoed te krijgen vanuit het aanvullende pakket. Informeer dus zeker eens naar de mogelijkheden.”

Voor iedereen

“Mensen – jong en oud – komen bij mij met een heel breed scala aan klachten. Van burn-outs tot traumagevallen en van brandwonden tot reuma. Veel ziektes en aandoeningen van lichamelijke en/of psychische aard kunnen namelijk voor energetische/paranormale therapie in aanmerking komen. Aan mij de taak om al deze mensen te helpen om weer goed in hun levensenergie te komen en zo het zelfgenezend vermogen te stimuleren.”





Reizen maakt je rijk!

"Hoezo, reizen maakt je rijk, reizen kost toch geld?" denkt u nu. Ja, dat klopt, gedeeltelijk, maar van reizen word je gelukkiger en vrolijker. Tijdens een verblijf op een nieuwe plek ervaar je bijvoorbeeld andere gewoontes, maak je kennis met onbekende culturen en ontmoet je nieuwe mensen. Dat bedoel ik met reizen maakt je rijk!

"Ja" zegt u nu "toch kost het nogal wat, dat reizen." Ook dat kan ik beamen, maar ook tegenspreken. Als u vandaag bijvoorbeeld naar een leuk vestigingsstadje in Nederland fietst of rustig met de auto daarheen rijdt en dan een gezellige dag heeft, is dat ook al een reis. Het gaat niet altijd om de afstand en zeker niet om de bestemming, maar om de reis zelf! Of je nu alleen reist of samen met anderen.

Om jezelf op reis rijker te voelen, is het zeker van belang dat de reis en de manier van reizen helemaal bij je passen. Afgestemd op uw behoefte, wensen, ideeën en portemonnee. Pas dan levert de reis het gewenste rijke gevoel op.

Kijk en daarmee kan ik u dan weer helpen. Met mijn persoonlijke aanpak, mijn luisterend oor, mijn inbreng



en mijn jarenlange reiservaring en expertise. Hiermee stel ik voor u dé reis samen die u laat genieten als nooit tevoren.

Uw droomreis, de reis waar u echt van gaat genieten. Want ik regel alles voor de volle 100%, zodat er niets overblijft voor u om u druk over te maken. Dan hoeft u alleen nog maar te genieten! En rijker te worden.

Alvast fijne vakantie!

Liefs Ruby



PersonalTouchTravel®

Podologie en Voetzorg Erna Smans

Uw voeten worden op handen gedragen!

Sinds 1985 dé voetspecialist voor behandeling van voet- en enkelklachten. De professional in paramedische voetzorg. Voor voeten die speciale zorg nodig hebben. Na een uitgebreid onderzoek wordt een behandelplan opgesteld en indien nodig een voorziening op maat gemaakt.

Ook voetzorg bij alle risicovoeten... diabetes, reuma, vaatlijden etc. En gespecialiseerd in de oncologische voetzorg. [Hierbij kunt u denken aan voetzorg ivm hand-voetsyndroom als gevolg van chemokuur]. Voor schimmeldiagnostiek kunt u ook terecht. Hiervoor werk ik samen met het Bravis ziekenhuis te Roosendaal. Natuurlijk kunt u ook voor gewone voetzorg terecht.

Er wordt nauw samengewerkt met fysiotherapie, medisch specialisten, POH/huisarts. Voor de Diabetische voetzorg vanaf Zorgprofiel 2 werk ik nauw samen met de podotherapie bij mijn collega Snoeren in Teteringen.

De praktijk wordt gewaardeerd met een klanttevredenheidscijfer van 8,5

Ingeschreven in het Register Paramedische Voetzorg

Toegankelijkheid

- Lift aanwezig
- Toegankelijk voor rolstoelen

Parkeren en bereikbaarheid

- Parkeren op straat bij de ingang
- Gratis parkeren
- Afstand tot openbaar vervoer meer dan 5 minuten lopen



Behandeling op afspraak via
076-5873550



sarion CRAFTED INTERIORS

Bezoek op afspraak aan Hazepad 8 A8, Breda | 06-20008056 | www.sarion.nl

Zlim methode

Afslanken met schriftelijke garantie

Zlim biedt je een medisch verantwoorde aanpak, gebaseerd op individuele en motiverende begeleiding, gezonde voeding en doelgericht bewegen. Daarom kunnen we je een schriftelijke centimetergarantie geven. Wordt het gegarandeerde resultaat niet bereikt, dan betaalt Zlim een evenredig deel van de kuurkosten terug! Zo kun je zonder twijfels aan je kuur beginnen. **Zlim werkt echt! Gooi je twijfels dus overboord.**



1

Het 4 stappenplan van Zlim

Gratis figuuranalyse

Iedereen is anders. Daarom analyseren we eerst je figuur en stellen we samen je persoonlijke afslankprogramma op.



2

Doelgericht bewegen

Je beweegt in een verwarmde cabine en krijgt individuele begeleiding om af te slanken waar jij dat wenst.



3

Ozontherapie

Met de ozonzuurstoftherapie behoud je een strakke en gladde huid, zelfs als je vele kilo's verliest.



4

Voedingsadvies

Je krijgt advies op maat van onze diëtisten. Geen streng dieet, wel een gezond eetpatroon dat bij je leven past.



voel je slank, voel je goed!

Gratis
een vrijblijvende
figuuranalyse?
kijk op
zlimbreda.nl



Bij Zlim Breda sport je onder persoonlijke begeleiding met een programma op jouw lijf geschreven. Zodat je zeker weet dat je jouw doelen behaalt. Of je nu fanatiek wilt afvallen of in vorm wilt blijven.

Zlim Breda is de plek om even helemaal met jouw lichaam en lifestyle bezig te zijn. We coachen en motiveren je. Maar het allerbelangrijkste is dat we een warme sfeer creëren en interesse hebben in wat je bezighoudt. En wat er in je leven gebeurt. Fijn is dat je traint in speciale warmtecabines.

Zo kun je als je wilt al binnen 45 minuten fit en ontspannen buiten staan. Maar blijven mag zolang onze ruime openingstijden het toe laten.

Tot gauw.

Ellen Kuit

Waarom zou ik kiezen voor mediation?

In het kort de voordelen van mediation:

- **Jullie bepalen zelf het resultaat**

Niet de rechter of een arbiter neemt de beslissingen, maar jullie beslissen.

- **Duurzaamheid van de oplossingen**

Het levert duurzame resultaten op omdat beide partijen het gezamenlijk eens worden over een oplossing, door jullie zelf bepaald en niet van buitenaf opgelegd.

- **Het is sneller**

In plaats van een langdurig gerechtelijk proces dat wel jaren kan duren, werk je zelf aan het resultaat; meestal bereikt binnen enkele weken.

- **Je bespaart geld**

Heb je ieder een advocaat, dan kunnen de kosten oplopen tot in de duizenden euro's. Door voor mediation te kiezen bespaar je aanzienlijk.

- **Mediation is succesvol**

In 80-90% van de gevallen wordt met mediation samen in onderling overleg overeenstemming bereikt.



LIANA DE RUITER

Eerlijke Echtscheidingsbemiddeling en Mediation

helpt u met alle zaken die geregeld moeten worden zoals de financiële en praktische zaken.

Zo begeleidt Liana u met het verdelen van de bezittingen, het opzetten van een ouderschapsplan, het opnieuw organiseren van de financiën, het zoeken naar een nieuwe woning, het opstellen van het echtscheidingsconvenant, etc.

Liana kent de regels en wijst u de weg. Daarbij is altijd ruimte en begrip voor emoties, in elke fase van het traject.

MfN

REGISTERMEDIATOR

T. 076 - 30 200 17

T. 06 - 17 748 365

WWW.LIANADERUITER.NL



LIANA DE RUITER

Eerlijke Scheidingsbemiddeling en Mediator



VVV BREDA TIPS



SEPTEMBER 2018

WIE HEEFT ER STALEN ZENUWEN?

Familieëunie? Bedrijfsuitje? Vriendinnendag?
Je groepsuitje boek je bij de VVV!

TIP van de maand september



Wil je wel eens weten wie van je collega's of familieleden stalen zenuwen heeft? Dan is 'Minute to Win It' het perfecte spel voor jullie. Bij dit spannende spel voer je de gekste opdrachten uit, maar dan wel binnen één minuut! Wie kan er presteren onder druk van een tikkende timer en laat zich niet afleiden door teamgenoten of tegenstanders?

Punten verzamelen

Onder leiding van een instructeur spelen jullie in teams op een mooie en gezellige locatie in het centrum van Breda. Door het voltooien van de opdrachten verzamel je punten voor je team. Maar let op! Als de opdracht niet binnen 60 seconden is uitgevoerd, gaan de punten verloren.

Het team dat aan het einde de meeste punten heeft verzameld, wint een mooie Bredase prijs! 'Minute to Win It' is voor groepen van 8 t/m 60 personen.

TIP: September kunnen we in Breda gerust evenementenmaand noemen! Met Breda Photo, Breda Barst, de Red Head Days en nog heel veel meer is er altijd wel een reden om op pad te gaan. Zie www.vvvbreda.nl voor verdere info.



MEER INFO (OOK OVER ALLE GROEPSARRANGEMENTEN VAN VVV BREDA): WWW.VVVBREDA.NL INSTAGRAM (WELKOM IN BREDA), FACEBOOK (WELKOM IN BREDA), GEK OP BREDA, SHOPS & FUNROUTE)! 0900-5222444 (€ 0,25 PER MINUUT). INFO@VVVBREDA.NL



Maak kans op een:

cadeaubon

t.w.v. € 25,-

zez
MODE

Kyra&Ko - YAYA - Cambio - Mos Mosh
Penn&Ink - Aaiko - Fabienne Chapot
Geisha - Kocca - Via Vai - Esprit
Studio Anneloes - Gustav - Dayz
SylverAlix - La Fée Maraboutée

Haagsemarkt 6A1, Breda | +31 (0)76 532 42 26
shop@zezmode.nl | www.zezmode.nl

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

mode
kleding
schoenen
breda

showcase
chique
merken
winkel

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg.
Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 oktober
de oplossing in op onze site: www.breda-bruist.nl

zez
MODE

Kyra&Ko - YAYA - Cambio - Mos Mosh
Penn&Ink - Aaiko - Fabienne Chapot
Geisha - Kocca - Via Vai - Esprit
Studio Anneloes - Gustav - Dayz
SylverAlix - La Fée Maraboutée



MEERBERG 41 TETERINGEN
Tegenover Golfbaan Landgoed Bergvliet
076- 886 0680 | info@etenendrinkenbijgroen.nl
WWW.ETENENDRINKENBIJGROEN.NL

GROEN
ETEN & DRINKEN

SEPTEMBERACTIE
3-GANGENDINER

€ 24,95

KEUZE UIT ONDER ANDERE
SALADE TRIO VIS | TONIYN | STEAK
| HOMEMADE CHEESECAKE |
EN NOG VEEL MEER!

RESERVEER DIRECT UW TAFELTJE!

Passion for grilling!
ON OUR **JOSPER** GRILL

LEKKER SPORTEN

OP DE BEEK BIJ



- 24 uur per dag, 7 dagen per week
- Sporten vanaf € 8,- per week
- Overstapservice



24 UUR PER DAG
7 DAGEN PER WEEK



FLEXIBELE
ABONNEMENTEN



VIRTUEEL SPINNING



CARDIO - KRACHT
FUNCTIONEEL



ALLE RUIMTE
EN VRIJHEID

WWW.SNAPFITNESS.NL/PRINSENBEEK

Schoolstraat 11 (voormalige bibliotheek), Prinsenbeek | 076-2005080