

BREDA

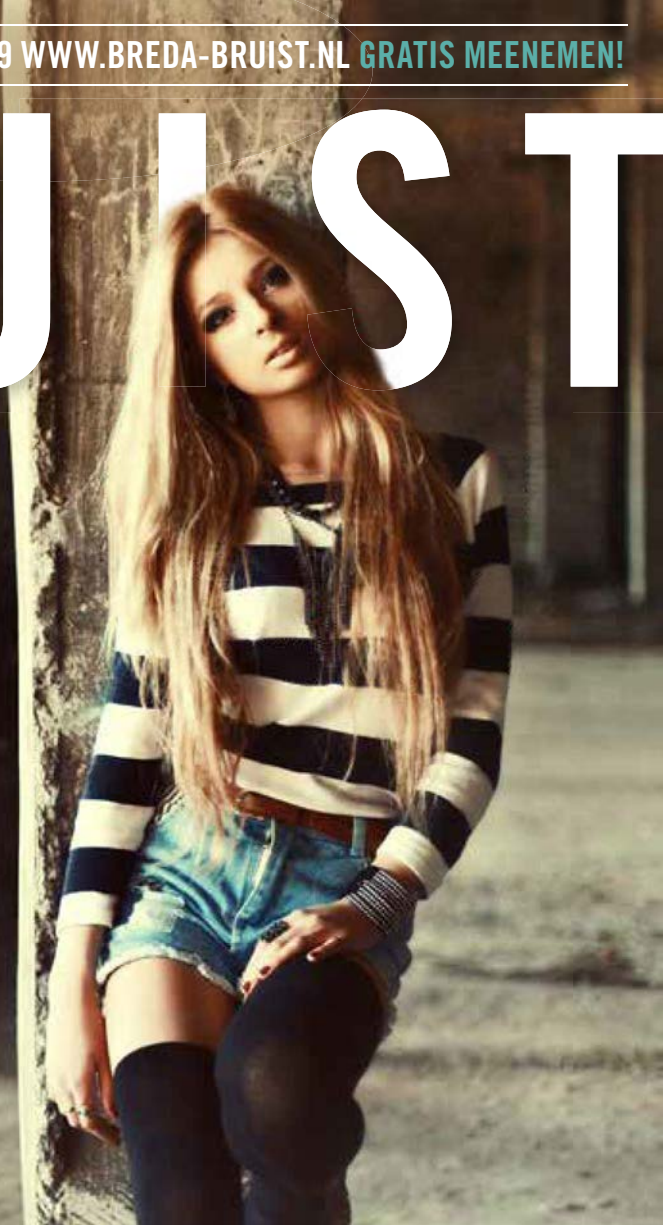


SEPTEMBER 2019 WWW.BREDA-BRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Heerlijk
na zomeren
in september

Bruisende stad:
dwalen door
Dordrecht





"Al meer dan 12 jaar de beste pizza's van Breda"



De smaak van Italië - Al sinds 2007 kunt u ons vinden in de akkerstraat (zijstraat ginnekenstraat).

Wij zijn een gezellige kleine Italiaanse trattoria, pizzeria. Met authentieke Italiaanse gerechten die volgens oud recept en een vleugje eigen fantasie worden bereid.

Kom eens gezellig langs en beleef de smaak van Italië.



OOK AFHAAL EN CATERING MOGELIJK

AKKERSTRAAT 9 4811JL BREDA | 076-5320751 | DOLCEESALATO.NL

Wil je weer optimaal genieten van de stilte om je heen?

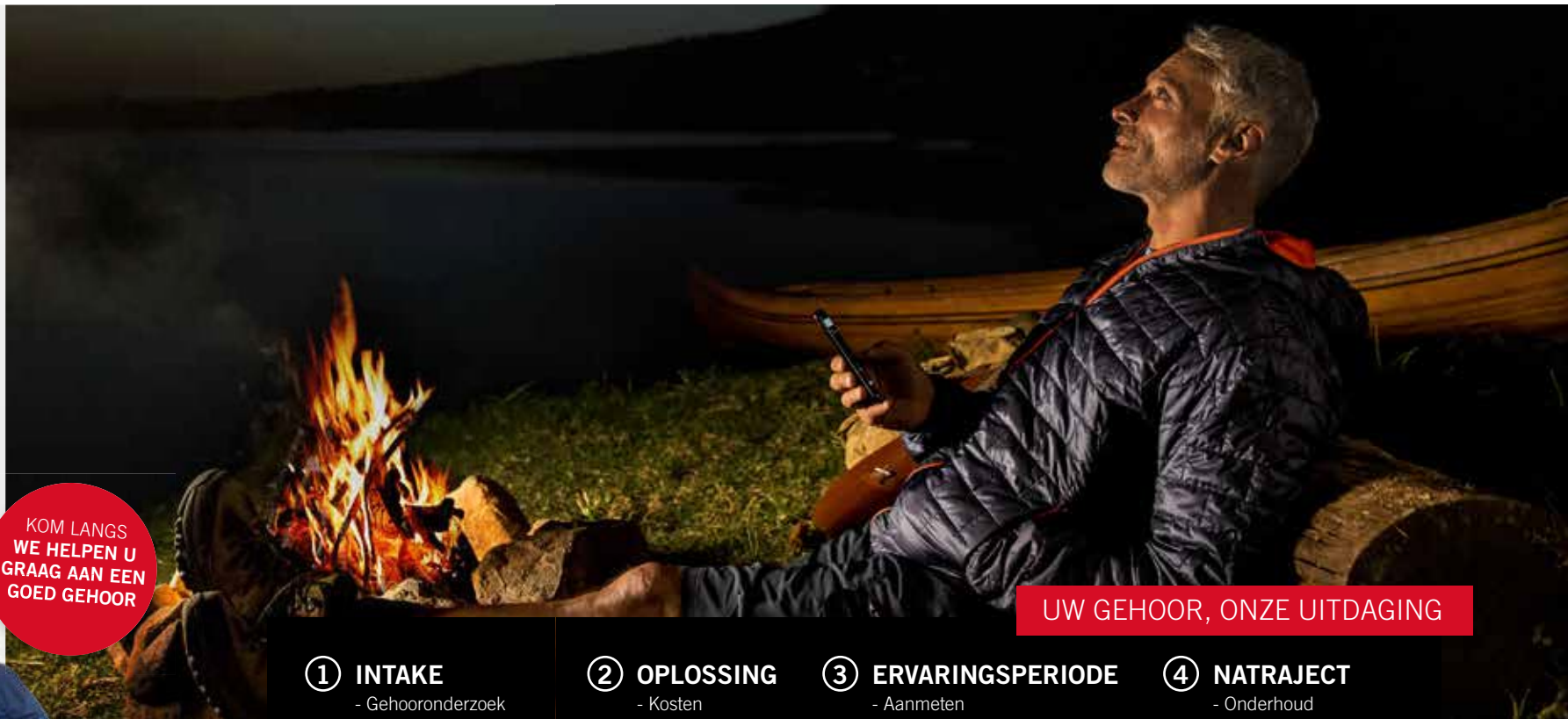
Onze missie is om uw hoorproblemen zo goed mogelijk op te lossen, zodat u weer met plezier in contact kunt treden met uw omgeving.

Wij geloven dat wij dit het beste kunnen realiseren door goed te luisteren naar uw wensen en door goed met u samen te werken gedurende én na het revalidatietraject. Wij zien het revalideren van uw gehoor als maatwerk en vinden het belangrijk om u hierbij voldoende tijd, een professioneel advies en realistische verwachtingen te geven.

Sluit u aan bij die mensen die inmiddels naar tevredenheid weer profiteren van een optimaal gehoor en informeer naar wat wij voor u kunnen betekenen.



KOM LANGS
WE HELPEN U
GRAAG AAN EEN
GOED GEHOOR



UW GEHOOR, ONZE UITDAGING

① INTAKE

- Gehooronderzoek
- Luisteronderzoek
- Medische indicatie

② OPLOSSING

- Kosten
- Vergoeding

③ ERVARINGSPERIODE

- Aanmeten
- Controle
- Eindcontrole

④ NATRAJECT

- Onderhoud
- Nacontrole



8

win



12



32



Inhoud



42



47



23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
MANAGER Marcel Bossers
OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist
VORMGEVING Nederland Bruist - Ron Schouwanaar
THEMA'S Nederland Bruist - Annemiek Jansen
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Yvonne Wesling
EINDREDACTIE Maaïke van Helmond
ACQUISITIE Loes Levy, 06-14569873

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. ©2019 Nederland Bruist B.V. Merknaam Maashorst Bruist is een merknaam 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, Ibiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsenbeek, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schilde-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

ADVERTEREN?
 Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
 of bel
 06-14569873



Foto: Ron Eskens | soopictures.nl

Het is september, de scholen zijn begonnen en veel mensen hebben de vakantie alweer achter de rug. Kortom, de zomer loopt langzaam op zijn eind. Hopelijk pakken we deze maand nog een flink aantal nazomerse dagen mee, maar dat weet je maar nooit in Nederland.

Bruisende lezer,

Gelukkig is er in ons landje ook voldoende te beleven als de zon iets minder hoog aan de hemel staat. Wat dacht je bijvoorbeeld van een bezoekje aan een mooie, historische stad als Dordrecht? Dé plek bij uitstek om heerlijk te dwalen langs historische havens, idyllische hofjes en fijne winkeltjes.

Ook voor degenen bij wie een bezoekje aan Dordrecht niet heel hoog op de to-dolijst belandt, biedt september volop keuze aan activiteiten. Misschien is opruimen meer jouw ding, dan kun je 21 september ongetwijfeld je hart ophalen tijdens World Cleanup Day. Ook hebben we deze maand lekker veel winacties voor jou als trouwe lezer.

En voor de ondernemers in de regio valt er deze maand uiteraard weer genoeg te doen. Zo vertellen Wolfhagen Advocatuur en Salon La Beauté wat hen zoal bezighoudt en geeft ook Tacoyo een kijkje in de keuken. Kijk jij mee?

Lea en Marcel Bossers

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

Historische stad met een rijke geschiedenis

Dordrecht is de plek bij uitstek om heerlijk te dwalen langs historische havens, idyllische hofjes en fijne winkeltjes. Er valt van alles te beleven en dat maakt Dordrecht tot de perfecte bestemming voor een dagje of een weekendje weg.



Heb je een weekendje weg gepland om de omgeving van Dordrecht te verkennen, boek dan een overnachting in Het Wapen van Alblasserdam. Heerlijk overnachten, sfeer vol lunchen of dineren en genieten van de Alblasserwaard. Het Wapen van Alblasserdam is authentiek en beschikt over uitstekende (zakelijke) faciliteiten om je verblijf zo gemakkelijk mogelijk te maken. www.wapenvanalblasserdam.nl

SHOPPEN

In Dordrecht kun je heerlijk shoppen. De bekendste winkelstraat van Dordrecht is de Voorstraat. Kijk goed rond wanneer je door deze straat loopt, want naast grote winkelketens vind je er ook talloze leuke speciaalzaken. Hippe winkeltjes vind je in de trendy Vriesestraat. Wandel ook zeker door de straten daaromheen, want ook daar zijn parels van winkels te vinden. Van kleding en woon-accessoires tot cadeaus en lekkernijen, in Dordrecht vind je het allemaal.



8

Dordrecht



CULTUUR

Cultuurliefhebbers kunnen hun hart ophalen in Dordrecht. Met meer dan duizend monumenten is de stad een levensgroot museum. Dankzij een bewogen handelsverleden en een rijke verzameling aan verhalen en legenden, is er op cultureel gebied meer dan genoeg te beleven. Voor de liefhebbers van musea is het **DORDRECHTS MUSEUM** een echte must. In de collectie komt de rijke historie van Dordrecht naar voren. www.dordrechtmuseum.nl

DORDRECHT TOURS

Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier! Dordrecht Tours biedt de mogelijkheid om door middel van HOP ON HOP OFF de binnenstad van Dordrecht te beleven. Je kunt een enkele rondrit van een uur maken, maar ook een dagkaart kopen waarmee je de hele dag kunt in- en uitstappen. www.dordrecht-tours.nl

Met 37 uitgaven is Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland en België, op Ibiza en in Marbella. Naast de glossy uit jouw regio, brengen we ook een stadsmagazine uit in de Drechtsteden. JA, OOK DRECHTSTEDEN BRUIST!



NATIONAAL PARK DE BIESBOSCH

Regelmatig wordt Nationaal Park De Biesbosch de achtertuin van Dordrecht genoemd. Een wandeling of rondvaart door de Biesbosch is

dan ook een prachtige manier om te genieten van rust en natuur. Op deze manier voeg je volop afwisseling toe aan je verblijf in Dordrecht of één van de andere Drechtsteden.



DRECHTSTEDEN/BRUIST

WANDELEN DOOR DORDT

De beste manier om Dordrecht te ontdekken is te voet. Het centrum is vrij compact, waardoor alles goed te lopen is. Zodra je door de oude binnenstad van Dordrecht slentert, merk je het gelijk: deze stad ademt geschiedenis. Van de ouderwetse kades zoals de **POTTENKADE** tot aan de vele monumenten. Niets van de hoogtepunten van Dordrecht missen? Breng tijdens je wandeling sowieso een bezoek aan de **GROTE KERK** en het Hof.

HET HOF VAN NEDERLAND

In Het Hof van Nederland komt de geschiedenis van de stad Dordrecht én die van Nederland tot leven. In 1572 vond hier de Eerste Vrije Statenvergadering plaats, welke uiteindelijk leidde tot de Onafhankelijke Nederlanden. Deze plaats vol karakter is een echte must bij een bezoek aan Dordrecht. www.hethofvannederland.nl



9

LUXE FAMILIEHOTEL

*there is
always
a story
to tell*

De naam van Ela Quality Resort in Belek zegt het al: dit hotel straalt één en al kwaliteit uit. Het hotel is uitstekend geschikt voor koppels, maar ook voor gezinnen. Het ligt direct aan het strand en is ruim opgezet. De kamers, van de standaardkamers en Lake Side kamers tot aan de Presidential Suites, zijn werkelijk prachtig.



VOOR ECHTE LEVENSGENIETERS

In de suites liggen in de kamers zelfs voor de kinderen badjassen klaar. Daarnaast heeft de Presidential Suite een extra verdieping met bovenop het dak een eigen jacuzzi. Ook de badkamer is voorzien van een jacuzzi. De Family Suites hebben eveneens een extra verdieping. Deze kamers zijn volledig ingericht voor families.

Er zijn in het Ela Quality Resort meerdere zwembaden met glijbanen en uiteenlopende faciliteiten afgestemd op verschillende leeftijden. Voor kinderen van 1 tot 17 jaar is er Everland Q Kids Club. Binnen deze club zijn vier verschillende leeftijdsgroepen. Voor tieners is er een apart gedeelte met eigen bar, waar natuurlijk geen alcohol wordt geschonken. Hier is het bijvoorbeeld mogelijk om dj-lessen te volgen. Ook heeft het Ela Quality Resort een open Q City: een nieuw opleidings- en entertainmentcentrum, waar kinderen verschillende beroepen kunnen ontdekken.

Het hotel heeft 8 restaurants, waarvan 7 à la carte. Een van deze restaurants is uitsluitend voor volwassenen. Ook in het hoofdrestaurant is een gedeelte uitsluitend

voor volwassenen ingericht. Voor ouders die graag tijdens hun vakantie even vrije tijd voor zichzelf willen hebben, is het mogelijk om een oppas te regelen. Ook kun je er een personal trainer inhuren.

Wil je even een momentje voor jezelf? Dat kan in de hammam, sauna of boek een van de verschillende massages in het wellnesscenter. Neem daarna een duik in het binnenzwembad waar ook een Vitamin bar aanwezig is. Hier kun je elke dag mixdrankjes nuttigen van vers geperste groenten en fruit. Of doe elke dag mee met de sportactiviteiten zoals crossfit training.

De service van de obers in de restaurants is ongekend. Vooral in het Italian restaurant weten ze de gasten goed te verwennen. Niks laten ze aan het toeval over, want zelfs als het een keer regent, krijg je poncho's mee. Wil jij met het gezin wat meer privacy hebben? Dan is het Family Lake House de oplossing. Deze is geschikt voor maximaal 18 personen en je krijgt er persoonlijke bediening. **Kortom: het Ela Quality Resort is een echte aanrader als je een all-inclusive resort in Turkije zoekt.**

Bedankt voor de goede service en graag tot de volgende keer.

Marcel en Lea Bossers en kinderen.




E L A
QUALITY RESORT BELEK

Voor meer info en reserveringen: www.elaresort.com

Iskele Mevkii, Belek, Antalya, Turkije, +90 444 1 352

LO LO LO LO LOLA

De Lola is een trendy bank met een vintage uitstraling. Heerlijk om op uit te rusten na een lange werkdag, want het zitcomfort is uitstekend. De Lola is verkrijgbaar in verschillende afmetingen, kleuren en stoffen.

Uit te proberen en te koop bij Liv'in Room 121 in Antwerpen.

www.livinroom121.be



HAAL BRUIS IN HUIS

Draag bij aan een wereld zonder wegwerpplastic. Met een SodaStream-toestel wordt kraanwater in een handomdraai bruisend water. En met de toe te voegen smaken maak je jouw drankje extra bijzonder.

SodaStream, vanaf € 99,99
www.sodastream.nl



OPLAADBAAR BOLLEKE

Geniet optimaal van de nazomer met dit originele lampje van Fatboy. Makkelijk overal op te hangen, zowel binnen als buiten! Binnen 3 uur opgeladen waarna je er 8 uur lang plezier van hebt. Laat het Bolleke 'shinen' aan een tak van een boom of onder je overkapping.
het Bolleke van Fatboy, o.a. bij www.meijswonen.com

LEZERSACTIE

Maak kans op een sterke, stoere rugzak t.w.v € 49,99

Maak de blits dit nieuwe schooljaar met deze rugzak gemaakt van soepel canvas, stijlvol met subtiele details. En... waterafstotend!



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #RUGZAK naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

LEZERSACTIE

Maak nu kans op het boek van Walter Vermeer.

Walter heeft op vierjarige leeftijd brandwonden in zijn gezicht opgelopen. Zijn boek geeft ouders en kinderen een 'instrument' om het onderwerp zelfvertrouwen bespreekbaar te maken.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #DE JONGEN MET HET BAARDJE naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

win

Back to Business!

BRUIST Deal

Bij Hotel de Leijhof in Oosterwijk

Overnachting in een Comfort Room van één van de meest luxe boutique hotels van het bosrijke Oosterwijk. Culinair 3-Gangen Menu Du Chef. Luxeus ontbijt - Parkeren.

Reserveer via www.leijhof.nl met promocode BRUIST

€79,50 p.p.*

*excl. lokale heffingen. Op basis van min. 2 pers.

LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 10 Hop On Hop Off tickets van Dordrecht Tours.

Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier. Aangeboden door:



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #DORDRECHTTOURS naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**



BACK TO SCHOOL

Lima heeft niet een, maar twee nieuwe tussendoortjes die je een energy boost geven als je tijdens een school- of werkdag even een dipje hebt. Proteïnewafels op basis van kikkererwten en linzen en raw bars in vier verschillende smaken. **Meer info, o.a. over verkooppunten vind je op www.limafood.com**

NEK- OF RUGPIJN

Kies voor chiropractie



Nek- of lage rugpijn?

Hernia of artrose?

Dan bent u bij ons aan het juiste adres! Onze praktijken werken met de unieke en zeer doeltreffende Cox® Techniek en zijn als enige in Nederland gecertificeerd voor deze manier van behandelen.

Cox® Techniek rekt de banden van de wervelkolom, vergroot de bewegelijkheid tussen de gewrichten en vergroot tevens de ruimte in het zenuwkanaal. Dit zorgt voor een **sneller herstel** van de wervelkolom en haar bewegingen en helpt ook om de pijn te verminderen of zelfs geheel te laten verdwijnen.

Wilt u meer weten over over Cox® Techniek of ervaren wat het voor u kan betekenen, neem gerust contact met ons op. Bel ons op 076-3032816



WARMTECABINES

ULTRA BODY SHAPE

COMPRESSIETHERAPIE

INFRAROODDEKEN

STRAIGHT AWAY

GlowMotion Breda is een studio voor sporten, afslanken en figuurcorrectie.

Wil jij een healthy lifestyle en graag afvallen, maar heb je net dat zetje nodig?

Sporten onder professionele en individuele begeleiding. Wij helpen je daar graag bij!

Afvallen doen we samen, je staat er niet alleen voor.

Ben je benieuwd wat wij voor jou kunnen betekenen?

Team Glowmotion

GlowMotion
SLIMMING | STUDIO

Takkebijsters 72, Breda
076-8200910
www.glowmotion.nl

Get in shape!

Voel je weer fit en energiek!

Welkom bij GlowMotion Slimmingstudio. Bij Glowmotion werk je aan een gezonde levensstijl. Ga de uitdaging aan!

Individuele begeleiding en persoonlijke aandacht zijn kenmerkend voor onze manier van werken. Wij beschikken over hoogwaardige apparatuur om vet, cellulitis en huidverslapping intensief tegen te gaan en lymfestromen en bloedcirculatie te verbeteren. Daarnaast werken wij met TFM warmtecabines waarbij je door te sporten in een warmtecabine gericht op de vetlaag werkt. Deze formule is al jarenlang een succes voor omvangvermindering en/of figuurbehoud. Ook mensen met reuma, fibromyalgie, rugproblemen of beperkingen kunnen prima bij ons sporten.

Naast deze activiteiten werken wij ook met het Straight Away-dieet, een perfect hulpmiddel om een gezond gewicht te bereiken.

Onze klanten noemen de individuele begeleiding, de warme sfeer en het enthousiasme van het team als belangrijke onderdelen voor het bereiken van hun doel en daar zijn wij trots op!

Meer weten? We informeren je graag, bel: 076-8200910 of stuur ons een mail: info@glowmotion.nl



Leerproblemen? Dan kun je wel wat maatwerk gebruiken!



Wij bieden hulp bij (vak)specifieke leerproblemen en/of leervragen

- huiswerk- en/of studiebegeleiding
- hulp bij plannen
- 'leren leren'
- coaching
- bijles
- begeleiding bij dyslexie of dyscalculie
- RT (Remedial Teaching)
- training voor het examen
- individuele begeleiding
- avondcursus Duits of Spaans
- NT2
- detachering

Wij geloven dat iemand veel uit zichzelf kan halen, mits diegene de juiste begeleiding krijgt. Daarom zijn wij een jaar geleden Mago Leerhulp gestart waarmee wij werken met kleine groepen zodat er genoeg tijd is om te werken aan ieders aandachtspunten.

Kijk voor ons complete aanbod op www.magoleerhulp.nl

MAGO
leerhulp

Molenstraat 13, Oosterhout
Charles Petitweg 7 A8, Breda
06 - 18 23 46 16
www.magoleerhulp.nl



September. De vakantie is voorbij en de scholen zijn weer begonnen. Jammer? Plan dan nu alvast je volgende vakantie, dan heb je wat om naar uit te kijken.

Op 13 en 14 september is het gratis toegankelijke festival **Appelpop** op de Waalkade in Tiel, dé afsluiter van het festivalseizoen.

Spinnen hebben een hekel aan de geur van citroen. Meng citroensap met water in een sprayfles en spray deze in alle hoeken en kieren om spinnen buiten de deur te houden. Pepermuntolie heeft hetzelfde effect.

Probeer eens te rijmen op het woord **herfst**.

Ehhh... klerfst, bederfst? Lukt het jou wel?

Zaterdag 21 september gaat de hele wereld weer opruimen tijdens **World Cleanup Day**. Doe je mee?

Op Prinsjesdag rijden normaal gesproken onze koning en koningin in de Gouden Koets naar het Binnenhof. Deze wordt momenteel echter gerestaureerd, daarom wordt nu de **Glazen Koets** gebruikt. De restauratie van de Gouden Koets duurt zo'n zeven jaar.

maxaro

Ruim 5.000 m² inspiratie & beleving

MAXIMAAL
GESLAAGD
GARANTIE



Vanaf
€ 1.099,-

keukens

Samen ontwerpen
wij uw droomkeuken



Vanaf
€ 7,95 m²

vloeren

Ervaar de perfecte vloer
voor iedere kamer in huis



Vanaf
€ 2.400,-

badkamers

Alle stijlen badkamers
voor ieder budget

maxaro

Slaag maximaal op www.maxaro.nl óf in onze Experience
Showroom van 5000 m² aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal.**

Ma, Di, Do 09.00 - 17.30 uur | Wo 09.00 - 21.00 uur | Vr 09.00 - 20.00 uur
Za 09.00 - 16.00 uur | Zo. 11.00 - 17.00 uur

Fixatie disparatie

BIELARS

Optiek & Optometrie



Klachten

Fixatie disparatie is een probleem van de oog samenwerking dat grote gevolgen kan hebben voor het functioneren op het werk, school, in het verkeer en bij het sporten. Eigenlijk speelt het een rol bij alle dagelijkse activiteiten, omdat 80% van de informatie die ons bereikt via de ogen gaat.

Het uit zich in verschillende klachten zoals: onrustig kijken, hoofdpijn, vermoeide ogen, gevoelig voor licht en duizeligheid.

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!**



Ellen van Rosendaal, huidtherapeut

Ceulen Klinieken is ontstaan vanuit de overtuiging dat sommige routinematige behandelingen efficiënter kunnen in een gespecialiseerd, zelfstandig behandelcentrum dan in een ziekenhuis.

Door korte communicatielijnen en efficiënte behandeltrajecten heeft Ceulen Klinieken geen wachtlijsten en houden we de kosten laag.

Bij de dermatologen kunt u terecht voor de behandeling van spataderen, aambeien, huidkanker, moedervlekken en alledaagse huidproblemen.

De huidtherapeuten zijn gespecialiseerd in de medische behandeling van acne en oedeem, laserontharing, huidverbetering met chemische peeling en laserbehandeling van o.a. ontsierende bloedvatjes en pigment.

In het Cosmetisch centrum bieden de dermatologen cosmetische behandelingen zoals ooglidcorrectie, miraDry behandeling tegen overmatig zweten en anti-rimpelbehandelingen met injectables.

www.ceulenklinieken.nl

ceulen | klinieken

polikliniek huidziekten en spataderen

Zomergemstraat 2a, Breda

085 - 043 24 54

COLUMN/ELLEN VAN ROSENDAAL

Definitief ontharen

Ceulen Klinieken biedt u de definitieve en betaalbare oplossing voor laserontharing. Deze behandeling is snel en veilig voor zowel dames als heren. U kunt vertrouwen op de kennis en kunde van onze professionals. De huidtherapeut behandelt u met een laser, een krachtige lichtbron met maximale veiligheid. Uw haren worden veilig, effectief en pijnloos verwijderd. Door de revolutionaire Alexandrite-Yag lasertechnologie kunnen alle huidtypes veilig onthaard worden, dus ook mensen met een donkere huid.

Hoe werkt het? Bij Ceulen Klinieken wordt enkel het haarzakje behandeld met laserlicht. De lichtflits wordt omgezet in warmte en via het pigment in de haar doorgegeven naar de haarwortel. We richten de laserstraal op de huid en dankzij selectieve verhitting schakelen we het haarzakje uit, zonder de huidstructuur te beschadigen. De haren die dan in de actieve groeifase zijn, komen niet meer terug.

Bij Ceulen Klinieken kunt u terecht voor het verwijderen van ongewenste haren op uw gezicht, benen, armen, bikinilijn, oksels, buik of rug.

Is de behandeling veilig? De behandeling is uiterst veilig. Daarbij hebben al onze apparaten de veiligheidskeurmerken CE en FDA.

Hoeveel behandelingen zijn er nodig? Haargroei verschilt van persoon tot persoon en is afhankelijk van leeftijd, gewicht, stofwisseling, hormonen, medicatie en etnische achtergrond. Gemiddeld zijn zes tot acht behandelingen nodig met een tussenpauze van enkele weken tussen elke sessie om verminderde haargroei te bereiken.

Het resultaat? Een langdurige ontharing die na verscheidene behandelingen definitief kan zijn.



Shaboot!

Unieke dames- en kinderschoenen, vrijwel nergens in Nederland verkrijgbaar!

Naast de unieke collectie hanteren we ook service excellence binnen ons bedrijf. Wij zetten net een stapje extra voor de klant. Heb je zin in een kopje koffie of moet je dringend naar het toilet, kom gewoon even langs. We willen onze drempel zo laag mogelijk houden voor de klant.



BRIONY EN CLAUDIA LETTIUS

Sint Annastraat 8, Breda
www.shaboot.nl

Hello world,
our new
collection
has arrived!

Loop eens binnen of
ga naar www.shaboot.nl

DAGJE UIT NATIONALE OPEN MONUMENTENDAG

PLEKKEN
VAN
PLEZIER

HET IS WEER SEPTEMBER. TIJD VOOR DE NATIONALE OPEN MONUMENTENDAG. Meer dan 4000 monumenten door heel Nederland openen hun deuren. Het thema van 2019 is 'Plekken van Plezier': naar welke monumentale plekken gingen en gaan mensen voor hun plezier? Of dat nu het theater, het museum, een park, een sportclub of een café is, het barst in ons land van de monumenten van ontspanning, vermaak en vrije tijd. **Open Monumentendag vindt plaats in het weekend van 14 en 15 september. Kijk voor meer informatie en het complete programma op www.openmonumentendag.nl**

FILMPJE KIJKEN ANNA

De Russische Anna werkt als verkoopster op de markt wanneer ze wordt gescout als topmodel en het helemaal maakt als internationaal mode-icoon. Achter de opvallende schoonheid van Anna Poliatova schuilt echter een geheim dat haar de onuitwisbare kracht geeft om één van de meest gevreesde geheimagenten van de wereld te worden. 'Anna' is geregisseerd door Luc Besson, met rollen vertolkt door o.a. Sascha Luss, Helen Mirren, Luke Evans en Cillian Murphy. **ANNA draait vanaf 12 september in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

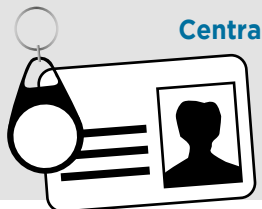
BOEKJE LEZEN WIL SCHILDERS



DE SUDOKU... vrijwel iedereen zal er weleens een hebben opgelost of een poging gedaan hebben tot. Heb je daar wat moeite mee of zou je je sudokukwaliteiten willen verbeteren, dan is het boek 'Los elke sudoku op' een aanrader. Wil Schilders: "Ik heb er al zoveel opgelost dat ik inmiddels door heb hoe sudoku's werken. Kennis die ik graag wil delen." Vandaar dat hij enkele jaren geleden dit boek schreef dat zelfs al in meerdere talen is vertaald. "Als je dit boek stap voor stap doorloopt, leer je steeds moeilijkere sudoku's oplossen." **LOS ELKE SUDOKU OP van WIL SCHILDERS is voor € 19,95 te koop via www.loselkesudoku.nl**

LEDENFACTURATIE- EN INCASSEERSERVICE

Betalingsverwerking van alle bestedingen in de kantine en online via de ledenwebshop
All-in abonnement voor verenigingen (incl. touch kassa en ledenwebshop)



Centrale transactieverwerking van alle uitgaven in de kantine

- Touch kassa (koop/huur) voor elke verenigingskantine
- Cashless afrekenen met ledenpas of tag o.b.v. incassomachtiging
- Ook betaalwijzen iDEAL, PIN, contant (voor gasten)
- Kassa met bonprinter, lade, optie PINapparaat



Centrale transactieverwerking van alle uitgaven in de gratis ledenwebshop

- Jaarlijkse contributie
- Diverse bijdrage(n)
- Sportkleding, huur materialen etc.
- Alle kantinebestedingen (ouder/kinderen)

Het iDEALnet betaalcentrum zorgt automatisch voor wekelijkse / maandelijkse en jaarlijkse (verzamel-)facturen en volautomatisch debiteurenbeheer incl. herinneringen (WIK).

Wij zoeken voorzitters/penningmeesters die de service aan hun leden willen verhogen en af willen van de arbeid voor het innen van gelden en het bijhouden van Excell lijstjes etc.



Administratiepartner iDEALnet betaalcentrum:

Ria Mureau - Murlen dienstverlening VOF

T (085) 2734910 **E** murlen@murlendienstverlening.com

www.murlendienstverlening.com



Apotheekgroep Breda

Apotheek van den Bergh
Apotheek Brabantpark
Apotheek Doornbos
Apotheek FarmaZorg
Apotheek Heusdenhout
Apotheek Teteringen
Apotheek Woltermann
Wondzorg Breda

De grootste groep zelfstandige apotheken van Breda e.o.

Medicatiebewaking
Medicatiebegeleiding
Medicatiebereiding
Medicatiebeoordeling
Medicatierollen
Medicatiekluisjes

Medicatie =
Apotheekgroep Breda

www.apotheekgroep.nl

Zelfzorg



Denkt u aan de apotheek, dan denkt u waarschijnlijk aan receptgeneesmiddelen. Heel goed, want dat is onze specialisatie! Wat er in de apotheek aan zelfzorgmiddelen staat, is daarentegen een stuk minder bekend. Al die artikelen, van pijnstillers tot bloeddrukmeters, staan in de apotheek meestal recht voor uw neus. Toch is de verkoop hiervan onderbelicht.

Maakt dat uit? Jazeker! Hieronder leest u waarom.

1 Medicatiebewaking Neem bijvoorbeeld ontstekingsremmers: samen met uw hartmedicatie kunnen deze een dodelijke combinatie vormen. Toch jammer als dit gemist wordt wanneer u een ontstekingsremmertje koopt... Bij alle apotheken van Apotheekgroep Breda zetten we zelfzorg in uw dossier. Zo bewaken wij dat u uw zelfzorgmedicatie veilig kunt gebruiken!

2 Kwaliteit Zelfzorgartikelen vallen vaak onder de minder strenge Warenwet (i.p.v. de Geneesmiddelenwet). Toch willen wij u kunnen verzekeren van de beste kwaliteit. Daarom kopen wij in bij leveranciers die kunnen aantonen dat ze aan de juiste kwaliteitseisen voldoen.

3 Prijs Nee, de apotheek is niet zo duur als u denkt! Vaak zelfs goedkoop. Maar, we zullen geen prijsvechters worden. Medicatie of vitamines zijn niet iets om mee te stunten. Veiligheid en kwaliteit staan immers altijd voorop!

Daarnaast kunt u ook alles online bestellen; kijk hiervoor op onze websites. Vitamines, pleisters of pijnstillers nodig? Kom eens langs in één van onze vestigingen!

We zien u graag tegemoet in één van onze vestigingen!





For *glamour* girls

In september heb je nog een lekker kleurtje van de zomer, dus benut deze maand om er extra glamorous uit te zien. Een mooi glansje op je huid en fijne kleuren laten je bronzen tint nog mooier uitkomen!

1. Lady Million Empire Eau de Parfum, vanaf € 60,- www.pacorabanne.com
2. Nourishing Serum Kerasil Revitalize van Goldwell, € 58,50 www.goldwell.nl/salonfinder
3. Love Me Lipstick van MAC Cosmetics, € 19,50 www.maccosmetics.nl
4. Bronzing Compact Sunset Dunes van Clarins, € 47,50 www.clarins.nl
5. Chiara X Lancôme Ferragni Palette van Lancôme, € 65,- www.lancome.nl
6. Eyeshadow palette summer days and nights, € 7,99 www.essence.eu

7. Lancaster SUN 365 Gradual Self Tanning Oil Body van Lancaster, € 34,- www.douglas.nl
8. Shalimar Souffle d'Oranger van Guerlain, € 104,- www.guerlain.nl
9. Hello happy Velvet Powder van Benefit Cosmetics, € 29,- www.douglas.nl
10. Heavy Metal Glitter Eyeliner, € 22,- www.iciparisxl.nl
11. Nail enamel van essie, € 9,99 www.essie.nl
12. Vernis à Lèvres van Yves Saint Laurent, € 38,50 www.ysl.com

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



Een gezond, schoon en stralend gebit en gezond tandvlees. Wie wil dat niet? Dat een gezond en fris gebit prettig is, dat weten we allemaal. Maar in sommige gevallen is een goede mondgezondheid ook van levensbelang. Er zijn aanwijzingen dat er relaties bestaan tussen de algemene gezondheid en een gezonde mond.

Een gezonde mond is van levensbelang!

...vooral voor diabetespatiënten, zwangere vrouwen en mensen met een (verhoogd) risico op hart- en vaatziekten.

Diabetespatiënten hebben vaker problemen met hun tanden en tandvlees. Dit kan komen door een verminderde weerstand tegen infecties, wat meestal het gevolg is van een niet goed ingestelde bloedsuikerspiegel.

Zwangere vrouwen Door een verhoogde hormoonspiegel is er tijdens de zwangerschap een verhoogd risico op tandvleesontstekingen. Ook zijn er steeds meer aanwijzingen dat er een relatie bestaat tussen deze tandvleesontsteking en vroeggeboorten.

Patiënten met hart- en vaatziekten Er is een verband tussen tandvleesontstekingen en de kans op hart- en vaatziekten. Dit komt vermoedelijk door schadelijke mondbacteriën die in de bloedbaan terecht komen en kunnen leiden tot allerlei processen die hart- en vaatziekten tot gevolg kunnen hebben of verergeren.

TRIDENZO
MONDZORG VOOR IEDEREEN

Francine Lamers - praktijkhouder - mondhygiënist
VIJFHAGEN 43, 4812 XT BREDA
076-5324960 | WWW.TRIDENZO.NL
TRIDENZO MONDZORG



Jong geleerd... Het is van belang om van jongs af aan aandacht te besteden aan de mondgezondheid. Bij een baby is het al belangrijk om vanaf het eerste tandje te gaan poetsen en te letten op het aantal eet- en drinkmomenten per dag. Zo kan aantasting van het gebit (bijvoorbeeld tanderosie en cariës) worden voorkomen en kan het gebit een leven lang mee! Redenen genoeg dus om je gebit goed te verzorgen! Dit kan door tweemaal daags op de juiste manier te poetsen, tussen tanden en kiezen te reinigen en regelmatig een mondhygiënist te bezoeken. De mondhygiënist is er voor iedereen, van 0 tot 100 jaar! De mondhygiënist coacht je graag in het verkrijgen én behouden van een gezonde mond.

Wil je graag weten wat Francine Lamers voor u kan betekenen? Bel vandaag nog voor een vrijblijvend advies consult.





NEXT
OUTDOOR

BOREK • MAX&LUUK • MINOTTI • B&B ITALIA • KETTAL

Het Open Huis Designcenter

Newtonweg 18 | Gorinchem | T: 0183 218 008 | info@next-outdoor.nl

next-outdoor.nl

Verstand van

Hoe het begon “In 5VWO liep ik een dagje mee met een advocaat en tijdens de zitting die ik toen bijwoonde, dacht ik: dit vind ik leuk! Dit wil ik ook doen.” Zo gezegd, zo gedaan. Désirée rondde de studie rechten af en werkt inmiddels alweer ruim twintig jaar als advocaat. Het enthousiasme voor het procederen is nooit verdwenen. Maar ook advieswerkzaamheden (inclusief het opstellen van contracten) doet Désirée met veel enthousiasme.

Persoonlijk en eerlijk “Binnen mijn praktijk richt ik mij met name op de zakelijke markt, waarbij huurrecht, ondernemingsrecht en handelsrecht mijn specialismen zijn. Ik vind het geweldig om mij voor een cliënt in te zetten; alles eraan doen om de belangen van de cliënt te behartigen en samen te werken aan een zo positief mogelijke uitkomst van de zaak. Hierbij vind ik het belangrijk om een vertrouwensband op te bouwen. Persoonlijk contact staat daarom altijd voorop. Cliëntcontact

hoeft immers niet stijf te zijn om het zakelijk te houden. Daardoor ontstaat een wisselwerking, hetgeen resulteert in een groter inzicht in (de organisatie van) de cliënt, het product en in de relevante feiten. Het geven van een eerlijk advies is wat ik daarbij altijd nastreef. Ik maak duidelijk wat mij als advocaat de juiste keuze voor een cliënt lijkt. Cliënten waarderen over het algemeen dat beetje sturing.”

Gunstig tarief

“Doordat ik een kantoor aan huis heb (met overigens een stijlvolle besprekings- en presentatieruimte), kan ik een gunstig tarief hanteren, zonder de gebruikelijke procentuele opslag aan kantoorkosten. Bovendien breng ik de eerste honderd kilometer bij cliëntbezoeken niet bij de cliënt in rekening. Informeer gerust eens naar de mogelijkheden.”

WOLFHAGEN
ADVOCATUUR

Wacht niet
langer en neem
contact op
076-5227798

Eigenaar: Désirée Wolfhagen | Heerbaan 161, Breda | 076-5227798 | info@wolfhagenadvocatuur.nl

www.wolfhagenadvocatuur.nl

juridische zaken

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.

OOK OP HET **GEBIED VAN HIPPISCH RECHT**
BEN JE BIJ MIJ AAN HET JUISTE ADRES

Venetië is de ultieme stad voor een romantisch uitje. Hier lijkt de tijd stil te staan. In plaats van drukke wegen en auto's heeft deze stad enkel prachtige kanalen met romantische gondels en watertaxi's. Met deze tips wordt jouw bezoek aan Venetië gegarandeerd een onvergetelijke belevenis.

Ga mee op reis over de grachten van *Venetië*



DE SAN MARCO BASILIEK

Het San Marco plein is het kloppende hart van Venetië. Aan dit plein ligt de gelijknamige San Marco basiliek. Deze historische basiliek is al bijna duizend jaar oud. Dankzij de mozaïeken, bronzen beelden en marmer, behoort hij tot de mooiste basilieken van Europa. In het Dogenpaleis naast de basiliek maak je kennis met de Venetiaanse gotiek.

CANAL GRANDE

Het Canal Grande in Venetië staat bekend als de mooiste straat ter wereld. Wanneer je met de gondel door dit kanaal vaart, heb je een prachtig zicht op de schoonheid van de Italiaanse architectuur.

VIER CARNAVAL IN VENETIË

Wil je Venetië op een extra bijzondere manier beleven? Bezoek Venetië dan tijdens het carnaval. Twaalf dagen lang staat de stad in het teken van rijkversierde Venetiaanse maskers en chique carnivalsoutfits. Een authentieke traditie die je écht niet wil missen!



VAAR ROND OP EEN TRAGHETTI

Vroeger was de gondel het belangrijkste vervoersmiddel in Venetië. Tegenwoordig is het slechts een dure toeristische attractie gericht op romantische zielen. Voor honderd euro vaar je zo'n veertig minuten rond in de stad. Ga in plaats daarvan voor de Traghetto. Deze veerboten hebben dezelfde uiterlijke kenmerken als een standaardgondel, maar zijn vele malen goedkoper.

EEN AVOND UITGEBREID TAFELN

Venetië staat bekend om haar heerlijke vis- en zeevruchtengerechten. Voor een goed restaurant verlaat je de toeristische paden en sla je een willekeurig straatje in. Zie je een restaurant waar veel Venetianen zitten? Dan weet je dat je goed zit!

.....
WORD OOK
VERLIEFD OP
DE HEERLIJKE
SFEER VAN
VENETIË
.....

BESPAREN OP JE SANITAIR?

SPRING EENS BINNEN

BADMEUBELSET
Ideaal Standard Tempo
Badmeubel 180cm
Inclusief spiegel met verlichting
In deuren af te meten en te plaatsen
verplicht!

NU SLECHTS
€499



INLOOPDOUCHE
Van Rio-STS Serie
Wegopbouw 1700 x 1000cm
8 arm uitloopdouches, inclusief glasbeveiliging
Inclusief montage en garantie

NU SLECHTS
€229



RADIATOR
Alterna Apollo
120x60cm
Inclusief montage en garantie

NU SLECHTS
€129



RAINSHOWER
Solid Jade 2.0
Opbouw douchesysteem
Diameter hoofd douchekop 200 mm ø

NU SLECHTS
€189



BADMEUBELSET
Riho Porto
Badmeubel 180cm
Inclusief spiegel met verlichting
In deuren af te meten en te plaatsen
verplicht!

RIHO
Douchesysteem

NU SLECHTS
€449



TOILET ACTIE SET
Villeroy & Boch wandcloset
- Compleet met zitting
- Grote inbouwreservoir
- Grote afstrijkplaat

GROHE **Villeroy & Boch**

NU SLECHTS
€269



SANI-DUMP
A- merken sanitair & tegels tegen bodemprijzen
Huifakkerstraat 10, Breda | 076-5937100 | service@sanidumpbreda.nl
www.sanidumpbreda.nl

Voel je thuis en **geniet!**

Wie zin heeft in een heerlijke maaltijd in een gemoedelijke en sfeervolle setting, moet zeker eens een kijkje gaan nemen bij Eeterij d'n Bal in Oosterhout. Eigenaren Nicolay en Esther van Duuren staan daar vol enthousiasme voor al hun gasten klaar.

THUISKOMEN

"Eeterij d'n Bal is al bijna 25 jaar een begrip in Oosterhout en de wijde omgeving", begint Nicolay zijn verhaal. "Wat in 1994 ooit begon als bruin café, is in de loop der jaren uitgegroeid tot eetcafé met nog steeds dat gezellige 'bruine sfeertje' van toen. Mijn vrouw en ik runnen deze zaak inmiddels alweer negen jaar met ontzettend veel plezier. De eerste keer dat we hier binnenkwamen, voelde meteen als thuiskomen en zo voelt het eigenlijk nog steeds."

SPARERIBS EN MEER

En dat is ook precies het gevoel dat ze met hun gasten willen delen. "Iedereen moet zich hier thuisvoelen en in een ongedwongen sfeer kunnen

genieten van al het lekkers dat we op tafel toveren. Wat onze specialiteiten zijn? Saté en natuurlijk onze spareribs. Niet voor niets is onze slogan: de lekkerste spareribs van Oosterhout, Brabant en de rest van de wereld. Maar daarnaast staan er natuurlijk nog tal van lekkernijen op de kaart. Voor ieder wel wat wils. We kunnen zelfs met alle mogelijke allergieën of diëten rekening houden als daar behoefte aan is. Alles wat bij Eeterij d'n Bal uit de keuken komt, is zelf gemaakt. Uiteraard van verse ingrediënten en dat proef je!"

JONG EN OUD, IEDEREEN IS WELKOM BIJ EETERIJ D'N BAL.

"En ook voor feesten, partijen en catering ben je bij ons aan het juiste adres. En heb je geen zin om zelf te koken, maar wil je wel gewoon thuis eten? Afhalen kan ook en we bieden zelfs een bezorgservice aan huis. **Wees dus welkom bij Eeterij d'n Bal!**"



Eeterij D'n Bal

Eigenaren: Nicolay en Esther van Duuren
Bakkerstraat 21, Oosterhout | 0162-438336 | www.denbal.nl

De lekkerste
spareribs van
Oosterhout,
Brabant en de
rest van
de wereld!

Op natuurlijke wijze

BRUISENDE/ZAKEN

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

076-5219313
Eigenaar: Sanne Brocks
www.brockshomeopathie.nl



Hoofdpijn, oorsuizen of aanhoudende pijn in nek of kaak?

Daan Bredewout, gespecialiseerd manueel therapeut



Loop hier niet onnodig mee door!
Ik help u graag.

Bel nu voor
een afspraak:
06 30705262

B
PRAKTIJK
BREDEWOUT
HOOFD · HALS · NEK · KAAK

Bij Praktijk Bredewout kunt u terecht voor:

- Kaakpijn
- Hoofdpijn
- Nekpijn
- Gezichtspijn
- Tinnitus
- Zenuwpijn
- Slikklachten
- Stemklachten
- Duizeligheid
- Echografie



Beeldentuin
Titambire

Kunst uit Zimbabwe

Vedelring 184 | 4876 ET Etten-Leur | +31 62 90 555 41 | www.titambire.nl

Stralen na je vijftigste

Make-up kan veel doen voor je uitstraling. Met de juiste make-up zie je er jaren jonger uit. Ook als je de vijftig gepasseerd bent. Hoe je daarvoor zorgt? Wij geven je tips!

BRUIST Deal

Bij Hotel de Leijhof in Oosterwijk

Overnachting in een Comfort Room van één van de meest luxe boutique hotels van het bosrijke Oosterwijk. Met een culinair 3-Gangen Menu Du Chef | Luxueus ontbijt | Parkeren.

Reserveer via www.leijhof.nl met promocode **BRUIST** *excl. lokale heffingen en op basis van min. 2 personen.

€79,50 p.p.*

Hotel de Leijhof
Est. Oosterwijk 1874

EST. 1874
THE GEORGE RESTAURANT

DE LEUKSTE
TWEEDEHANDS
(MERK)KLEDING
WINKEL VAN BREDA

Tolbrugstraat 13 Breda - appelenei.nl



appel & ei

TWEEDEHANDS EN NIEUW
KLEDING EN VERRASSEND VEEL MEER



GEBRUIK VLOEIBARE FOUNDATION Hoe ouder je wordt, hoe minder foundation je moet gebruiken. Foundation gaat snel in de rimpels zitten. Gebruik daarom eerst een goede vochtinbrengende crème en daarna een dun laagje foundation.

CAMOUFLEER RIMPELS MET EEN PRIMER Een laag primer is dé truc om rimpels en oneffenheden te verbergen. Breng hier vervolgens een dun laagje foundation over aan en je oneffenheden zijn niet meer zichtbaar.

OOGPOTLOOD IN PLAATS VAN EYELINER Eyeliner is ideaal voor een strakke lijn. Wanneer je rimpeltjes krijgt op je oogleden, wordt die lijn helaas niet zo strak meer. Vervang je eyeliner daarom door oogpotlood voor een mooie oogopslag.

CONCEALER DOET WONDEREN Met een klein beetje concealer onder je ogen kun je wonderen verrichten. Breng hierover een beetje foundation aan en rimpeltjes en donkere kringen vallen niet meer op.

GEBRUIK KNALRODE LIPPENSTIFT De kleur van lippenstift kan veel doen. Donkere kleuren laten de lippen kleiner lijken. Met rode kleuren die naar oranje of bruin neigen, lijken de tanden minder wit. Met de klassieke knalrode lippenstift zorg je voor volle lippen en zit je altijd goed.

Van passie naar werk

Als je op de basisschool al roept dat je later als je groot bent schoonheidsspecialiste wil worden en je die uitspraak ook daadwerkelijk waarmaakt, dan kan het niet anders dan dat je van je passie je beroep hebt gemaakt. Iets wat Joyce Stallen - van Hattum alleen maar kan beamen.

IK BIED
BASISBEHANDELINGEN
EN SPECIALISTISCHE
BEHANDELINGEN

Salon | *La Beauté*
Schoonheidsverzorging, pedicure en visagie

Rust

“Ik riep inderdaad als klein meisje al dat ik schoonheidsspecialiste wilde worden”, lacht Joyce. “Ik geniet echt van dit werk en kom er zelfs door tot rust. En die rust draag ik dan weer over op mijn klanten waardoor zij op hun beurt heerlijk kunnen ontspannen.”

Behandelingen

Inmiddels werkt Joyce alweer negentien jaar als schoonheidsspecialiste, waarvan de laatste tien jaar vanuit haar eigen salon aan huis. “Iedereen is bij mij welkom voor een breed scala aan behandelingen. Ik bied zowel de basisbehandelingen als meer specialistische behandelingen.” Zo kun je bij Salon La Beauté onder andere terecht voor gezichtsbehandelingen, massages, ontharing, visagie en pedicure. “Een compleet overzicht is te vinden op mijn website.”

Optimaal genieten

In haar salon werkt Joyce uitsluitend met kwaliteitsproducten, zoveel mogelijk op natuurlijke basis.

“En met een zeer scherpe prijs-kwaliteit-verhouding. Ik vind het namelijk belangrijk dat iedereen naar de schoonheidsspecialist kan, ook als je een iets krappere budget hebt. Waardoor ik mij nog meer weet te onderscheiden? Door mijn passie natuurlijk en door het feit dat ik uitgebreid de tijd neem voor al mijn klanten. Haastwerk is er bij mij dan ook niet bij, want ik wil dat al mijn klanten echt optimaal kunnen genieten. Salon La Beauté is een schoonheidssalon waar je een moment tot rust kunt komen. Laat jezelf verwennen. Ontspanning, frisheid, kwaliteit en persoonlijke aandacht staan voorop. Neem een stap opzij, verlaat de bekende paden van het dagelijks leven en vind je oase van rust.”

Ben jij ook toe aan zo'n heerlijk moment voor jezelf? Maak dan snel een afspraak bij Salon La Beauté en laat je verwennen!





Bent u op zoek naar bestrating voor uw terras, oprit of bedrijfsterrein?

Maximaal tuinplezier met de juiste bestrating

Bij Van Kemenade kiest u uit een compleet assortiment uw kwaliteitsbestrating waarvan u gegarandeerd jarenlang gaat genieten.



Ekkersrijt 1509
 5692 AN Son
 0499 - 37 15 45



Gilzeweg 36
 4859 AB Bavel
 0161 - 43 39 59
www.vankemenadest.nl



‘Klik’ en de prothese zit stevig vast

Een loszittende onderprothese is één van de meest voorkomende klachten bij dragers van een volledig kunstgebit. Herkent u deze klacht? En belemmert het u in uw dagelijkse functioneren? Dan bent u bij tandprotheticus Inge van der Gaag aan het juiste adres voor het aanbrengen van implantaten.



Wat is een implantaat? “Een implantaat moet je zien als een kunstwortel die als een schroefje in de kaak wordt geplaatst. Om een kunstgebit goed te kunnen dragen, zijn twee implantaten vaak al voldoende. Een implantaat is in de regel gemaakt van titanium en heeft een keramische buitenlaag. Dit zijn materialen die niet door het lichaam worden afgestoten. Het plaatsen van de implantaten gebeurt onder plaatselijke verdoving. Als de kaak geheel genezen is en de implantaten vastgegroeid zijn, wordt het nieuwe kunstgebit aangemeten en vervaardigd om uiteindelijk op de implantaten te worden vastgeklikt. Je kunt het nieuwe kunstgebit daarna probleemloos losklikken. Een kleefpasta is niet meer nodig; het kunstgebit zit bij het eten, praten en lachen stevig in de mond!”

Wanneer is het tijd voor een implantaat? “Bij het langdurig dragen van een kunstgebit blijft met name de onderkaak slinken. Daardoor gaat het kunstgebit steeds losser zitten. Het schuift over het tandvlees met daaronder het kaakbot, wat klachten kan geven. Implantaten kunnen bij vrijwel iedereen geplaatst worden, al gelden voor een goed resultaat wel enkele voorwaarden. Zo moet er voldoende kaakbot aanwezig zijn om de implantaten in te verankeren. Bovendien is het van belang dat kaakbot en tandvlees gezond zijn. Daarnaast moet de algehele gezondheid goed zijn. Verder dienen de implantaten en het kunstgebit dat daarop bevestigd wordt goed gereinigd te worden.”

Benieuwd naar wat tandprothetische praktijk Inge van der Gaag voor u kan betekenen? Maak dan een afspraak voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek.



De specialisaties van de praktijk liggen op het gebied van implantaten, protheses, frames en gedeeltelijke protheses. Het beroep tandprotheticus bestaat al enige decennia en is sinds 1989 een beschermde beroepstitel.

Mensen kunnen bij mij ook terecht voor controles en reparaties.

Wij zijn dagelijks telefonisch bereikbaar.

Snelle service bij reparatie. U krijgt een advies op maat met een kosten en vergoedingen begroting.

Een eerste consult is bij ons altijd gratis!

Alard Duhamelstraat 78, Breda
 (076) 587 70 20

www.tppvdbaag.nl

Ook in de nazomer is het heerlijk om op een terras te genieten van een drankje.

Kunt u een gesprek nog goed volgen?

Als u het idee heeft dat u minder goed hoort, kunt u uw gehoor gratis en geheel vrijblijvend door ons laten testen.

En weet u dat u bij Hoorservice Schram

- Gratis voor de deur kunt parkeren
- Uit alle typen en merken hoortoestellen kunt kiezen
- Aan huis geholpen kunt worden
- Ook 's avonds en op zaterdag terecht kunt

Dat heeft u goed gehoord!

Aangezien wij graag de tijd nemen om u goed te adviseren, werken wij alleen op afspraak.



Hoorservice Schram
Groot Ypelaardreef 169
Breda (tegenover
Winkelcentrum De Burcht)
076 - 5649706
www.hoorserviceschram.nl

OP WOENSDAG 25 SEPTEMBER IS ER EEN TECHNICUS VAN WIDEX AANWEZIG VOOR HET UITVOEREN VAN EEN GRATIS SERVICE BEURT AAN UW HOORTOESTEL (ZONDER AFSPRAAK).

Poes

Zo heette ze. Gewoon Poes. Een zwerfkat had haar in de stal geboren laten worden. Een week later lag moederpoes dood langs de weg. Kleine rode Poes heb ik met een flesje grootgebracht. En natuurlijk kon ik haar toen niet meer wegdoen! Zo lief, zo aanhalig en spinnen dat ze kon! Kleine dondersteen, hing in de gordijnen, krom in de bank.

Liet zich door mijn driejarige dochter ondersteboven meedragen en door haar grote zus aankleden en in het poppenbed leggen. Een keer was ze een paar dagen zoek: gelukkig kwam ze terug. Een paar weken later toonde ze vol trots haar drie jonkies, die ze in de mand tussen de schone was had gelegd! Later werd ze erg ziek: een ontstoken baarmoeder en eierstokken. De risicovolle operatie ging gelukkig goed en Poes herstelde. Ze lag bij mijn dochters op het bureau tijdens het studeren en bij mij over mijn toetsenbord als ik moest werken. Ze is twee keer mee verhuisd, zag andere huisdieren komen en gaan en zag de meiden het huis uit gaan. Bijna 19 jaar werd ze. Gelukkig is ze maar even ziek geweest en rustig ingeslapen. Ik mis haar erg. Iedere keer als ik het urntje zie staan, denk ik aan haar.

 **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

Een

bruiloft plannen? Zo begin je!

Ga jij trouwen met jouw grote liefde? Het plannen van een bruiloft is een uitdagende klus. Begin daarom ruim op tijd met de voorbereidingen. Hoe je begint? Wij geven tips!

DOE INSPIRATIE OP

Hoe ziet jouw ideale droombruiloft eruit? En die van je partner? Neem de tijd om dit los van elkaar te bedenken en op te schrijven. Nu alle opties nog open zijn, heb je alle vrijheid om te bedenken wat jij nu écht wilt voor je bruiloft. Dit is de tijd om inspiratie op te doen.

EEN TROUWPLAN MAKEN

Nadat je inspiratie hebt verzameld, kun je een trouwplan gaan maken. Bedenk in welk

seizoen jullie willen trouwen, wat de sfeer gaat zijn, op welk moment van de dag jullie de ceremonie willen houden en welke onderdelen écht niet mogen ontbreken op deze speciale dag.

HET BRUILOFTSBUDGET

Ook aan het minst leuke onderdeel van trouwen moet worden gedacht: het budget. Wat willen en kunnen jullie uitgeven? Dit is ook een goed moment om prioriteiten te stellen en het budget hierover te verdelen. Daarna kun je altijd nog kijken wat er aan budget over is om de bruiloft nóg onvergetelijker te maken.

KIES DE JUISTE LEVERANCIERS

Met de juiste mensen wordt je bruiloft een groot succes. Met een goede weddingplanner zorg je ervoor dat de organisatie van je bruiloft stressvrij verloopt en alles tot in de puntjes is verzorgd. Denk ook aan een goede trouwfotograaf, videograaf en bloemist. En weet je al waar je de jurk en zijn pak gaat kopen?

EEN PLANNING MAKEN

Nu je in grote lijnen weet wat er allemaal moet gebeuren, kan het echte plannen beginnen. Wanneer moet alles geregeld zijn? Met de juiste planning zorg je dat de voorbereidingen goed verlopen.

DE DAGPLANNING

Nadat je de voorbereiding duidelijk voor ogen hebt, is het tijd voor de laatste stap in het plannen van je bruiloft: een uitgebreide dagplanning maken. Neem hier iedereen in op die een bijdrage levert aan de grote dag. Zo weet iedereen precies wat hij of zij moet doen.

GENIET!

Eigenlijk is er nog één allerlaatste stap: vergeet niet om op de grote dag met volle teugen te genieten! Maak er een dag van waar je de rest van je leven met plezier aan terugdenkt. Met deze tips moet dat zeker lukken.



MAAK JULLIE
SPECIALE DAG
ONVERGETELIJK

KANTOORRUIMTE HUREN IN EEN PAND MET EEN OPTIMALE BEREIKBAARHEID, DIRECT AAN DE A27 AFSLAG BREDA NOORD

TAKKEBIJSTERS 57A - BREDA

VANAF
€ 319,-
PER MAAND
ALL IN*



- ✓ Een stijlvolle lounge met heerlijke koffie/thee
- ✓ Vergader ruimte voor 25-30 personen
- ✓ Wifi
- ✓ Eigen parkeerplaatsen
- ✓ Kantoor ruimtes vanaf €319,-* per maand all in (*excl btw bij 3 jaar huur). Tot maximaal 300m²!



076.5650466

LUC
LUCVASTGOED.NL ...



**VLOEREN
CENTRALE**

Openingstijden:
ma-vr: 9.00 tot 17.00 u
za: 9.00 tot 16.00 u

**WINKEL/SHOWROOM 2500M2
150.000 M2 DIVERSE VLOEREN
DIRECT UIT VOORRAAD LEVERBAAR**

**EIGEN LEGSERVICE
ZOWEL PARTICULIER
ALS ZAKELIJK VERKOOP**



★★★★★ Trustpilot

www.devloerencentrale.nl

TRENDIA IS VAN OUDSHER
EEN FAMILIEBEDRIJF.
DIT JAAR BESTAAT
DE ZAAK AL 80 JAAR.

Trendia
VLOER & WAND



Trendia is een echt familiebedrijf en al meer dan 80 jaar een begrip in Breda en omstreken. Voorheen stond het bedrijf bekend onder de naam Tegel Super Hoornick. Met de nieuwe naam gaat Trendia mee met de moderne tijd. Tegenwoordig staat Frens Hoornick als derde generatie aan het roer van het bedrijf. Samen met zijn gezellige team verwelkomt hij je graag in de vernieuwde zaak.

v.l.n.r. Frens en Marion Hoornick, André Martens, Peter van Oostveen.

Een begrip in tegels

Geef karakter aan je woning

Met een vernieuwde naam, showroom en assortiment is er voor Trendia een nieuw tijdperk aangebroken. Je bent er aan het juiste adres voor mooie vloer- en wandtegels die passen bij de laatste trends op woongebied. Zo zie je tegenwoordig bijvoorbeeld veel betonlook en houtlook tegels. De showroom is ruimtelijk opgezet en zo ingericht dat je meteen een goed beeld krijgt van het karakter dat de tegels aan een woning geven.

Een compleet pakket

Naast prachtige tegels voor vloeren en wanden, kun je bij Trendia ook rekenen op de allerbeste service. Frens en zijn team weten alles als het op tegels aankomt en adviseren je graag. Wanneer je tegels koopt bij Trendia, kunnen zij ook vakkundige tegelzetter regelen of vloerverwarming laten aanleggen. Je kunt dus rekenen op het complete pakket als het op nieuwe tegels aankomt.

Uniek assortiment aan steenstrips

Trendia is een specialzaak op het gebied van wand- en vloertegels. Ook kun je er terecht voor een uniek assortiment aan steenstrips. Vooral baksteenstrips zijn tegenwoordig populair. Met deze steenstrips geef je eenvoudig een industrieel karakter aan een ruimte. Je vindt de steenstrips in de showroom of bestelt ze online via Steenstripwinkel.nl.

De grote showroom van Trendia is dé plaats om inspiratie op te doen voor het nieuwe interieur van jouw woning. Frens en zijn team staan voor je klaar om jou te voorzien van deskundig advies.

KOM LANGS!

Frens en zijn
team staan voor
je klaar met het
juiste advies.



Eigenaar: Frens Hoornick | Spinveld 60, Breda | www.trendia.nl | 076 - 521 38 60 | info@trendia.nl | www.trendia.nl

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. Kinderen t/m twaalf jaar mogen allemaal na afloop een cadeautje uitzoeken in het inpandige 'winkelkje'.



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, Lidjano en Tessa



BRUISENDE/BEZOEK



Ambachtelijk & biologisch pannenkoekenrestaurant

OPVALLLEN?

ADVERTEER IN BRUIST

Bel 076-7115340 of mail naar nl@nederlandbruist.nl

BRUIST

Laat je knippen!

DAAR IS HAARIDEE @ MARLOES HÉT ADRES VOOR!

Toe aan een nieuwe coupe? Of wil je misschien een fris kleurtje in je haar of het gewoon wat bij laten punten? Maak dan snel een afspraak bij Haaridee @ Marloes. "Mijn doel is om al mijn klanten weer blij de deur uit te laten gaan", aldus eigenaresse Marloes Kleinjan.

MAAND SEPTEMBER KNIPPEN
50% KORTING

alleen geldig in de maand september 2019 en op vertoon deze coupon!

Haaridee @ Marloes

Marloes Kleinjan | Meidoornstraat 2, Breda | 06-41141564

35 JAAR BOEREMARKT

BIJ CAFÉ STARRENHOF KAPELLEN

Feestmarkt

zondag 29/9/19

Feestprogramma:

9.00u:

feestelijke opening door dhr. Burgemeester Van Mechelen

10.00u:

Grote 'Roger Verbist-Prijs' voor het mooiste huisdier

11.00u:

Grote 'Steppa-Prijs' voor de raarste pompoenvorm

12.00u:

Prijsuitreiking van de 2 wedstrijden

STEPPA
Kunststichting

BRICO

CAFÉ
STARRENHOF

Kapellen

Prima-Print
Drukwerk - Reclame - Belettering
uitgever van
DE ECHO

Café Starrenhof Kapelsestraat 59, Kapellen

LOTENVERKOOP
ter ondersteuning van
onze activiteiten

ritje met echte
unieke Ferrari
te winnen

AMBACHTELIJKE
SMID
met messenslijperij
live aan het werk

GEZELLIGE
ORGELMUZIEK
bij het terras
met zomerbar!

EZELRITJES
voor de
kleintjes

SPRING
KASTEEL
clown
ballonplooien
grime

MOBIELE
KINDER-
BOERDERIJ

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



DUS WACHT NIET LANGER
Bekijk al onze houtproducten!

Van Wijck voor als u van hout houdt!

Waar de gemiddelde bouwmarkt ophoudt, gaan wij nog net even een paar stappen verder.

**HOUT
IJZERWAREN
GEREEDSCHAPPEN**

JAAK VAN WIJCK
Ginnekenweg 146
BREDA
www.jaakvanwijck.nl



Ben je op zoek naar een opleiding tot nagelstyliste? Dan wil je natuurlijk de allerbeste opleiding vinden. Of het nu om een basisopleiding gaat of om een workshop om een specifieke techniek te verbeteren: je wilt perfectie bereiken. **ProNails** helpt je verder in onze twaalf volledig uitgeruste opleidingscentra.

WIL JE VAN JE PASSIE
JE BEROEP MAKEN?

We werken uitsluitend met trainers met jarenlange expertise die maar al te graag al hun kennis met je delen. Je volgt les in kleine groepjes, zodat we een persoonlijke aanpak kunnen garanderen.

ProNails Nederland
Voorerf 27, Breda
(0)76 75 04 867
breda@pronails.nl
www.pronails.nl

NEEM JE TOEKOMST IN HANDEN: WORD NAGELSTYLISTE!

Heb je altijd al gedroomd van een toekomst als nagelstyliste? Is jouw grote wens je eigen nagelsalon openen en klanten gelukkig maken? Dan moet je geen moment langer wachten. Maak van je passie je beroep!

**MASTER
WORKSHOP**

**ONE
WORKSHOP**

**BASISOPLEIDING
NAGELSTYLISTE**



Wil je graag nagelstyliste worden? Maar heb je nog geen ervaring? Dan is dit de perfecte opleiding voor jou! Je leert werkelijk alles: van een perfect uitgevoerde manicure tot een onberispelijke gel-, of acrylnagel. Correct vijlen, een kleur mooi aanbrengen of de verfijnde french manicure? Dat lukt je na deze opleiding zeker!

VRIJ 27 + ZAT 28 SEPTEMBER - PIER 15 BREDA

GIN+BEER+FOOD+MUSIC

27+28 SEP. 2019

GIN & BEER — FEST —



GINANDBEERFEST.COM

VAN 16.00-01.00 UUR - ENTREE + GLAS 5 EURO



Pieter-Jaap & Pascal

HACIENDA TAPASBAR

Écht Spaans

De gerechtjes zijn Spaans, net als de bieren en de wijnen en zelfs de inrichting is Spaans met echte Spaanse tegeltjes.

Gewoon een heerlijk avondje uit in een ontspannen setting, of het nu gaat om een gezellig etentje of wellicht een verjaardag of bedrijfsborrel.

Baronielaan 320 Breda
076-5320184
www.tapasbarhacienda.nl

Tapas proeven zoals ze bedoeld zijn?

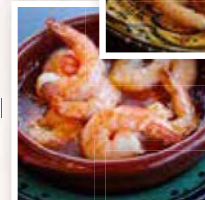
Dat kan bij Hacienda. Heerlijke en superverse écht Spaanse tapas. Toen we 12,5 jaar geleden begonnen met de tapasbar Hacienda, wisten we niet dat het zo'n daverend succes zou worden!

We zijn begonnen in Zwijndrecht met z'n tweeën. PJ (Pieter Jaap) en ik, Niels Lengkeek, zagen al gauw dat dit niet meer te doen was waarna mijn maatje Mark van Eijnsbergen ons in de keuken kwam versterken!

Na een paar jaar wilde Mark elders zijn kennis verrijken en ik bleef in Hacienda. Inmiddels is Mark weer terug als chef in Breda en mijn honk is nog steeds in Zwijndrecht.

Regelmatig werken we nog samen om de ontwikkelingen door te nemen. De kracht van ons team is dan ook dat we op beide locaties inzetbaar zijn en dat we allemaal elkaars gelijken zijn. Zo delen we alles met elkaar, zowel in de keuken als in de bediening. Dat maakt ons sterk.

Het succes werd nog groter na onze **hoge score van 8.4 in BN De Stem** waardoor wij aan nog meer gasten onze dagelijks verse tapas mogen laten proeven.



Niels & Mark

Zoek je een unieke, vitaleitstraining leuke en afwisselende in groepsverband?

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 herstel gevende 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
www.tacoyobreda.nl

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!**

Jouw wereld kleuren?

Door creativiteit en goede adviezen mensen verbinden met zichzelf en met anderen. Of je nu senior, een millennial of junior bent. Dat is de grootste ambitie van Mireille Peemen, eigenaresse van Weltevree Colours. "Laten we samen de wereld mooier kleuren."

Creatieve vorming Weltevree Colours begeleidt, adviseert en coacht bij maatschappelijke en sociale vraagstukken. "Via creatieve vorming wil ik de mensen die bij mij aankloppen op weg helpen en ze laten zien dat ook zij hun eigen leven kleur kunnen geven. Als je creatief bezig bent, laat je je hoofd even 'los' en ontsnap je makkelijker uit de ratrace van het dagelijks leven, wat ondersteunend kan werken bij heel wat vraagstukken."

Ook op locatie Een besef dat Mireille zelf al veel langer heeft en dat ze sinds 1 april ook toepast via Weltevree Colours. "Jong en oud kan bij mij terecht, want iedereen heeft weleens vragen over de wereld om zich heen of problemen waardoor je even niet verder komt in het leven. Vaak verliezen mensen dan hun eigen invloed op zaken. Op zo'n moment is het fijn als iemand naar je luistert en met je meedenkt. Creativiteit

in denken en doen is hierbij altijd het sleutelwoord. En ben je niet in de gelegenheid om naar mijn atelier te komen? Geen probleem! Ik werk ook bij de mensen thuis, mocht daar behoefte aan zijn."

Workshops Behalve voor advies en begeleiding kun je bij Weltevree Colours ook gewoon terecht voor een leuke, creatieve workshop. Eveneens in groepsverband met bijvoorbeeld vrienden of collega's. "En haak niet bij voorbaat al af omdat je denkt niet creatief te zijn. Daar gaat het helemaal niet om. Ik heb voor iedereen wel een passende 'tool' om uiteindelijk samen tot het gewenste resultaat te komen. En dan zul je zien: je kunt vaak meer dan je zelf denkt. En door dat besef zet je ook al heel wat mooie, duurzame veranderingen in gang. Geweldig om daar een kleurrijk steentje aan bij te mogen dragen."



WELTEVREE COLOURS
JOUW | WERELD | KLEUREN



ARUBA WEEK



23 T/M 29 SEPTEMBER
BREDA

Kijk voor het volledige programma op hollandcasino.nl



HOLLANDCASINO.NL
VOOR MEER INFORMATIE EN ONZE VOORWAARDEN



Podologie & voetzorg sinds 1985



- Dé professional in paramedische voetzorg
- Behandeling voet- en enkelklachten
- Voetzorg bij diabetes, reuma, vaatlijden, sport
- Oncologische voetzorg en overige risicovoeten
- NATUURLIJK ÓÓK VOOR GEWONE VOETZORG

Nauwe samenwerking met fysiotherapie, medisch specialist, POH/huisarts en podotherapie bij collega Snoeren in Teteringen. Ingeschreven in het Register Paramedische Voetzorg.

Behandeling op afspraak

Podologie en Voetzorg Erna Smans

Roeselarestraat 480, Breda | 076 - 587 35 50

AMSTEL HOUSING
UW HUUR- EN
VERHUURMAKELAAR

**WONING
(VER)HUREN?
NEEM DAN
CONTACT OP!**



Suzanne Koetsheid

Van Coothplein 41A, Breda | 076-889 03 08 | 06-1868 8967
breda@amstelhousing.nl | www.amstelhousing.nl/breda



Je vakantie
begint al
vóór de reis!

- Jouw agenda is leidend. Boek waar en wanneer het jou uitkomt!
- Makkelijk via telefoon, per mail, bij jou thuis of op kantoor
- Goede adviezen en persoonlijke tips, voor particuliere en zakelijke reizen!
- 24/7 service, waar je ook bent!



Heerlijke Tosti's

verrassend lekker!

**HAPPY
TOSTI**

Wacht niet langer en kom proeven!

Veemarktstraat 3 Breda
06-15180319

Twee werelden onder één dak

Hardhouten meubelen en
snijwerk uit Indonesië

Exclusieve planten



Kom langs
en laat je
verrassen

ENRW Trading BV, Haagweg 22, Breda | 076-5300702



Ruby Verboom, voor al je reiswensen!

+31 (0) 6 28 47 18 06

Ruby.Verboom@personaltravel.nl

www.RubyVerboomReizen.nl



PersonalTouchTravel®



Moment VAN OVERDENKING

Wees een inspiratiebron voor anderen,
wees het licht in de duisternis,
wees de lach om een traan op te vrolijken,
wees een student van het leven
en wees vooral wie je diep vanbinnen bent: jij.
Omring jezelf met mensen die in je geloven,
die eerlijk en oprecht tegen je zijn.
Mensen die je aanmoedigen als jij bijna wilt opgeven
en die jou tot de beste versie van jezelf kunnen
maken.

Leef Je Mooiste Leven

Michael Pilarczyk

~ MeditationMoments.Com ~
Meditaties voor elk moment van de dag

Workshop:

De enige manier die echt werkt om
direct af te rekenen met stress
5 oktober van 10.00 tot 14.00 uur

Je ervaart al enige tijd onrust in je hoofd en voelt je onrustig.
Naast deze chaos ervaar je lichamelijke klachten, zoals een
verhoogde bloeddruk of hoge bloedsuikers. Hoe lang is het
geleden dat je echt kon genieten van de kleine dingen om je
heen? En wordt het niet eens tijd om actie te ondernemen?

Hoe zou je het vinden als:

- je zelf weer als kapitein aan het roer staat en zelf de controle pakt over je gedachten en je eigen lichaam?
- je aan het begin van de dag al over zoveel energie beschikt dat je de rest van de dag makkelijk aan kan en het niet meer uitmaakt welke uitdagingen er op je pad komen?
- negatieve energie van anderen je niet meer kan raken omdat jij meer zelfvertrouwen hebt en niet meer omver te blazen valt?
- jij op tijd kan ingrijpen wanneer je te veel stress dreigt op te pikken waardoor je niet meer uit balans raakt?
- de relaties met de mensen om je heen zich als bijna vanzelf verdiepen omdat jij heel anders in het leven staat, veel positiever waardoor mensen het fijn vinden om bij je in de buurt te zijn?
- jij zo sterk bent dat je niet meer zoveel met jezelf bezig bent (in je hoofd), maar de energie en de ruimte die vrijkomt kan gebruiken om anderen te helpen?
- jij beschikt over zoveel zelfvertrouwen dat jij de gaven en talenten die tot nu toe verborgen waren vanaf nu optimaal kan inzetten om je ware potentie te laten zien?

Tijdens de workshop deel ik al mijn kennis met je, waarmee ik al zoveel mensen geholpen heb om een nieuwe levensstijl aan te meten. Je kan er al je vragen stellen en sparren met andere deelnemers. Bovendien krijg je er gratis koffie, thee en lunch bij! Dit allemaal voor een bedrag van slechts € 25,-.

Reserveer jouw plek via: <https://www.leefintens.com/activiteitenagenda/de-enige-manier/>



Leef Intens
meer regie over eigen gedachten en lichaam

Roel van Heel
06 21 390 312

www.leefintens.com
roel@leefintens.com





New in stores

Aandacht voor been- en ondermode is aandacht voor jezelf. Bij Sven&Sophie beseffen wij dat als geen ander. Daarom biedt onze winkel meer dan alleen een ruim assortiment eersteklas producten van toonaangevende merken.

OOK
KLEURRIJK
VOOR DE DAG
KOMEN?
Dat kan nu bij:

sven &
sophie

Ginnekenstraat 19 Breda, 076 - 521 44 27
(Schuin tegenover HEMA)
www.svensophie.com



VVV BREDA TIPS

SEPT.
2019

ALTIJD WAT TE DOEN IN BREDA!

30 AUGUSTUS T/M 1 SEPTEMBER

Live Art Festival

Het LA Festival brengt theater, dans, muziek, film, installaties en exposities op bijzondere plekken in het Havenkwartier in de Belcrum. Jonge makers, vernieuwende producties en community-art projecten.
www.labreda.nl



1 SEPTEMBER

Teckel Take over

Teckels en teckelbaasjes opgelet. Zondagmiddag 1 september is het jullie middag bij Café SAMSAM op de Grote Markt. Een braderie met alles wat je maar kunt bedenken voor je teckel, fotoshoots, teckelcafé en... teckelraces. Wroefwroeff!



14 EN 15 SEPTEMBER

Breda Barst

Twee dagen vol pop, rock, metal, punk, elektro, hiphop en dance in Stadspark Valkenberg. Een mooie mix van regionaal en lokaal talent en gevestigde artiesten. Neem gerust je kinderen mee, want Breda Barst is voor iedereen. www.bredabarst.nl

14 EN 15 SEPTEMBER

Stripfestival Breda

Breda wordt weer stripstad! Ontmoet striptekenaars uit binnen- en buitenland, scoor dat ene ontbrekende boek uit je verzameling en ga in het Chassé Theater op de foto met je striphelden. Stripfestival Breda is een van de grootste stripbeurzen van Europa!
www.stripfestivalbreda.nl



Meer informatie over Breda:

www.welkominbreda.nl of kom langs in onze pop-up VVV-winkel, Stadserf 2.



BREDA
BRENGT HET SAMEN

Als de vakantie weer voorbij is, ga je voor snel en makkelijk, maar ook voor voedzaam. Waarom niet dit broodje kipsaté of een vegetarisch bordje vol powerfood?

Broodje met *kipsaté*

4 STUKS - 25 MINUTEN

INGREDIËNTEN

300 gr kipfilet in blokjes
boter of olie om te bakken
peper en zout
1 portie satésaus
4 pistoletjes
1 komkommer
125 gr taugé
gebakken uitjes
1 rode peper

Bak de stukjes kip in een pan met een beetje olie of boter en bestrooi tijdens het bakken met wat peper en zout. Schep als de kip gaar is deze door de satésaus. Snijd de pistoletjes open en beleg met plakjes komkommer.

Schep hier wat van de kipsaté op en verdeel wat taugé en gebakken uitjes erover. Snijd de rode peper in dunne ringen en verdeel deze naar smaak erover.

Houd als maaltijd 2 broodjes per persoon aan en als lunch 1 per persoon.



Couscous met broccoli en zoete aardappel

4 PERSONEN - 35 MINUTEN

INGREDIËNTEN

250 gr parelcouscous
500 gr broccoli
500 gr zoete aardappel
1 zak linzen
125 gr geitenkaas
handje walnoten
1 rode paprika
flinke snuf paprikapoeder
peper en zout
scheutje olie

Verwarm de oven voor op 220 graden. Schil de aardappel en snijd in blokjes van 1 à 2 cm. Snijd ook de paprika in blokjes. Meng de aardappel en paprika in een kom en voeg een scheutje olie toe met paprikapoeder, peper en zout. Meng door elkaar en bak 20 minuten in de oven tot de aardappel gaar is. Kook ondertussen de couscous gaar. Snijd de broccoli in roosjes en kook deze in 4 à 5 minuten beetgaar. Meng de couscous met de geroosterde zoete aardappel en de paprika. Schep ook de linzen erdoor en de broccoliroosjes. Garneer dit gerecht met geitenkaas en walnoten.



FOODHACKS - ZO IS KOKEN NOG LEUKER - FOODHACKS - KEUKENTIPS - FOODHACKS - HANDIGE WEETJES

DRINK WATER tussen het drinken van rode wijn door. Het water spoelt de wijn van je tanden, waardoor je minder kans hebt op paarse tanden.



VERWIJDER PRIJSSTICKERS van je nieuwe servies door een warme föhn tenminste dertig seconden op de sticker te richten.



72

ETEN OPWARMEN IN DE MAGNETRON?

Het is sneller warm als je wat ruimte in het midden van het bord openlaat.



EENVOUDIG EEN BOTERHAM OF PANNENKOEK SNIJDEN? Gebruik een pizzasnijder.

FOODHACKS - ZO IS KOKEN NOG LEUKER - FOODHACKS - SLIMME TRUCS - FOODHACKS - KEUKENTIPS

MET EEN PROP ALUMINIUMFOLIE

schrob je de grill van je barbecue of aangekoekte pannen eenvoudig schoon.



CHERRYTOMAATJES

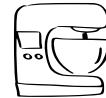
kan je heel eenvoudig doormidden snijden door ze tussen twee deksels te leggen.



73

HET KROONTJE VAN EEN AARDBEI

kan je heel eenvoudig verwijderen met een rietje.



VUL DE BLENDER met zeep en water en zet hem aan. Door de kracht van het ronddraaien is je keukenmachine zo weer schoon.

Inkomsten en uitgaven

Hoe houd je controle?

Als je € 1.500,- verdient, kun je niet zomaar € 1.500,- aan van alles uitgeven. Er gaat namelijk ook geld naar je vaste lasten en bij voorkeur ook naar je spaarrekening. 'Duh!', ik kan het je bijna horen denken. Iedereen vindt dit logisch.



Maar hoe komt het dan dat zoveel mensen moeite hebben om rond te komen? Dat heeft - niet altijd, maar vaak wel, te maken met overzicht en plannen.

Houd het overzicht. Weet wat je inkomen is en weet wat je uitgeeft. Plan vooruit.

Zet op een rijtje wat je maandelijkse vaste lasten zijn (huur, gas/water/licht, verzekeringen e.d.) en zorg ervoor dat die van je betaalrekening kunnen worden afgeschreven.



Zet 10% van je inkomen op je spaarrekening zodra het gestort is. Als je € 1.500,- ontvangt, zet dan meteen € 150,- opzij. Elke maand. Hiermee bouw je een buffer op voor nooduitgaven, bijvoorbeeld wanneer je wasmachine ermee ophoudt. Daarnaast spaar je voor de leuke dingen in het leven, zoals vakanties.

Als je rekening hebt gehouden met vaste lasten en sparen, dan plan je daarna nog uitgaven in voor onder andere boodschappen, vervoerskosten, kleding en uitgaansleven. Houd dit bij in een kasboekje of gebruik een van de vele apps. Zo houd je controle.

Makkelijker gezegd dan gedaan? Bel me voor een gratis en vrijblijvend kennismakingsgesprek.

Volgende keer: Sparen of lenen?

Tamara Leijten
Budgetcoach



GROEN
ETEN & DRINKEN



3-GANGEN
KEUZEDINER

€ 23,75

Openingstijden:
woensdag t/m zondag
vanaf 11:30 uur

FIORINO

EASY PRO

RIJKLAAR VANAF
€ 8.595

EXCL. BTW/BPM (INCL. € 11.995)
FULL OPERATIONAL LEASE € 215 P/M*



PROFESSIONAL

Van Mossel Breda Beverweg 4 | T: 076 205 01 88 | www.vanmossel.nl/fiat-professional

*o.b.v. looptijd 60 maanden en 10.000 km/jr.

Van Mossel