

**GINNEKEN** BAVEL  
ULVENHOUT



OKTOBER 2019 GRATIS MEENEMEN!  
[WWW.GINNEKENBRUIST.NL](http://WWW.GINNEKENBRUIST.NL)

# BRUIST

Oktober, een  
maand vol  
*inspiratie*

Ontdek het  
heerlijke Belgische  
leven in **Gent**



## Kan u door uw gehoor niet meer optimaal presteren?

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





**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





# Inhoud

8

12

14



54

45

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** Nederland Bruist - Annemiek Jansen  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Vanessa Stoltenhoff  
**EINDREDACTIE** Ron van Kuijk  
**ACQUISITIE** Loes Levy, 06-14569873

**CONTACT GINNEKEN BRUIST**  
 Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda  
 T 076-7115340  
 nl@nederlandbruist.nl  
 Like ons op Facebook.com/ginnekenbruist

**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](mailto: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. Merksnaam Ginneken 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, Ibiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsenbeek, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schilderschoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

Foto: Ron Eskens  
soowpictures.nl



**ADVERTEREN?**  
 Mail naar  
[nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl)  
 of bel  
 06-14569873

Voel jij ze ook alweer? Die kriebels om meer en meer van de huiselijke gezelligheid te genieten nu het buiten niet meer zo heerlijk warm is als van de zomer? Lekker op de bank, met misschien zelfs al wel een warm dekenje om het nog wat behaaglijker te maken. Het mag duidelijk zijn: de herfst heeft zijn intrede gedaan.

## Bruisende lezer,

Hoe verleidelijk het misschien ook mag klinken om gezellig binnen te blijven, het zou zonde zijn als je er niet toch af en toe tussenuit gaat. Ook in de herfst is het immers heerlijk in Nederland! En in België trouwens ook... Trek er dus toch eens lekker op uit en ga bijvoorbeeld een dagje (of misschien zelfs weekendje) naar Gent. Waarom Gent? Niet alleen biedt deze stad een perfecte mix tussen geschiedenis, cultuur en het moderne stadsleven. Ook is het hier deze tijd van het jaar prachtig doordat de vele bomen rood, oranje en geel kleuren wat de stad een warm aanzicht geeft. Meer over wat Gent zoal te bieden heeft, lees je verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

En zo hebben we deze maand weer heel wat mooie verhalen voor je op papier gezet. Onder andere de inspirerende verhalen van bruisende ondernemers als GLASS INSIDE en ToBedazzle die je maar al te graag een kijkje in hun keuken geven. Kijk je met ons mee?

Veel leesplezier en geniet van de herfst!  
**Lea en Marcel Bossers**

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

# Culturele cocktail van historie en moderniteit

Deze herfst is Gent dé stad waar je moet zijn. De stad biedt een perfecte mix tussen geschiedenis, cultuur en het moderne stadsleven. Het is echt een stad voor levensgenieters, met vele bourgondische specialiteiten. Kortom: Gent biedt voor ieder wat wils!



## SHOPPEN

Gent is de stad bij uitstek om heerlijk te shoppen. De stad heeft het grootste winkelwandelgebied van België en een veelzijdig markt- en winkelaanbod. Alles ligt op een steenworp afstand van elkaar. Grote bekende winkelketens worden afgewisseld door authentieke boetiekjes. In SoGo, de grootste winkelbuurt, vind je stijlvolle boetieks, eigenzinnige restaurants en speciaalzaken die al jaren bestaan.



8

## BELEEF GENT TEN VOLLE MET DE CITYCARD GENT

Uniek in Europa. Beleef, proef en voel levendig Gent verrassend voordelig. De all in CityCard Gent geeft je toegang tot alle topattracties in Gent, inclusief het openbaar vervoer, tegen een rebelse minimumprijs. Met deze kaart in je hand houd je je portemonnee tijdens je hele citytrip dus gewoon op zak. Meer informatie vind je op [www.visit.gent.be](http://www.visit.gent.be).

## CULTUUR

Als cultuurliefhebber kijk je in Gent je ogen uit. Breng een bezoekje aan het mystieke Gravensteen, de statige Sint-Baafskathedraal en het Belfort van Gent, de vurige mascotte van de stad. In **STAM**, het Stadsmuseum van Gent, maak je kennis met de geschiedenis van de stad en in het **S.M.A.K. MUSEUM** ontdek je de hedendaagse kunst uit de stad.

## SCHIP AHOI!

Gent is een waterrijk stadje. Een boottocht door de Gentse binnenwateren is daarom een echte must tijdens jouw trip naar Gent. Vanaf het water bekijk je de stad vanuit een charmant perspectief. Je hebt keuze uit verschillende boottochten over de **GENTSE BINNENWATEREN**. Maak kennis met het verleden van de stad en ontdek verborgen plekjes.

# Gent



Met 37 uitgaven is Bruist een succesvolle formule in diverse regio's. Naast dertig glossy's in Nederland en twee in Spanje, brengen we ook vijf mooie stads- en magazines uit in België. JA, OOK BELGIË BRUIST!



## BOURGONDISCH GENIETEN

In deze bourgondische stad is het genieten geblazen. Bezoek een van de biercafé's en proef enkele van de typisch Gentse bieren. Ook kun je Gent écht niet verlaten zonder de mierzote Gentse lekkernij **CUBERDON**, ook wel bekend als 'Gentse neuzekes', te proeven. En wist je dat Gent de veggiehoofdstad van Europa is? Daarbij kent de stad veel jonge rock-'n-roll chefs die furore maken binnen de internationale foodscene.

9

BELGIË/BRUIST

## HET GRAVENSTEEN

Tijdens jouw stedentrip in Gent mag een bezoek aan de mystieke burcht 'HET GRAVENSTEEN' écht niet ontbreken op je to-dolijst. Deze burcht heeft een zeer bewogen geschiedenis en is een belangrijke bezienswaardigheid in Gent. Het is de enige overgebleven middeleeuwse burcht in Vlaanderen met een vrijwel intact verdedigingssysteem. Een bijzondere plek die je niet mag missen als je in Gent bent.



## GENT IN DE HERFST

Nu de herfst is aangebroken, is het de perfecte tijd om een bezoekje aan Gent te brengen. Waarom? De bomen kleuren rood, oranje en geel, wat de stad een warm aangezicht geeft. Het Gravensteen krijgt een magische nevel rond zich. Ten slotte gaat het nieuwe cultuurseizoen van start waardoor er in de stad van alles te beleven is.





## AUTORIJLES ACTIEPAKKET 2019

- 25 autorijlessen
- Praktijkexamen
- Gratis proefles

**€ 1075,-**

>>> Betaling in termijnen is mogelijk!

Vraag proefles of informatie aan via onze website.

# Optometrisch onderzoek

**BIELARS**  
Optiek & Optometrie



## 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!**



**KOM TERUG IN JE ROUTINE** met de voedzame tussendoortjes van Lima. Om jou daarbij te helpen introduceert Lima twee nieuwe producten voor in je lunchbox. Vol vezels, zonder toegevoegde suikers en honderd procent vegan.

Meer info o.a. over verkooppunten vind je op [www.limafood.com](http://www.limafood.com).



**WAT VOOR FIETSER BEN JIJ?**  
Alle fietsen van het oer-Hollandse Union zijn stadsfietsen, maar dat betekent niet dat ze er allemaal precies hetzelfde uitzien.

**Je kunt kiezen wat voor fietser jij bent en welke fiets het beste bij jou past op [www.union.nl](http://www.union.nl)**



**BRUISENDE SMAKEN**  
De SodaStream Flavors Red Berry Mix, Blackcurrent, Fruit Mix en Orange Mix zijn unieke smaken met 50% vruchtensap om je SodaStream (bruis)water een extra fruitige smaak te geven. Glazen fles met SodaStream Flavors, € 4,99. [www.sodastream.nl/flavours](http://www.sodastream.nl/flavours)

**LEZERSACTIE**  
Maak kans op een **goodiebag met producten van BSelfie t.w.v. € 100,-**

De eerste revolutionaire beauty self-filler die als een pleister kan worden aangebracht. Volg B-SELFIE Skincare Filler-Systeem op [@b\\_selfie\\_belgium](https://www.instagram.com/b_selfie_belgium) [BSelfieBelgium](https://www.facebook.com/BSelfieBelgium)



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. #B-SELFIE naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

**LEZERSACTIE**  
Maak nu kans op 2 x 2 vrijkaarten voor de magische familievoorstelling **De Toverfluit**.



Deze voorstelling met dans en rap voor jong en oud is te zien vanaf 19 oktober in onder andere Den Bosch, Haarlem, Hasselt (B), Rotterdam en Tilburg. [www.toneelmakerij.nl](http://www.toneelmakerij.nl).

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. #TOVERFLUIT naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**



Speciaal voor *jou* geselecteerd

**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. Culinaire 3-Gangen Menu Du Chef. Luxueus ontbijt - Parkeren.

Reserveer via [www.leijhof.nl](http://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 3 dvd's van de klassieker **Maurice**.

Hugh Grant en James Wilby vertolken de hoofdrol in dit meesterwerk uit 1987 over een verboden herenliefde. Een tijdloze film en een pareltje om te (her)ontdekken. Te koop via [Lumiereseries.com](http://Lumiereseries.com)

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. #MAURICE naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**



**GELUKKIG LEVEN**

Geïnteresseerd in filosofie? Dan is het nieuwe boek 'De Lessen van Ubuntu', geschreven door de kleindochter van Desmond Tutu, iets voor jou. In het boek geeft ze de wijsheden van haar grootvader over een gelukkig leven door. Het woord 'Ubuntu' komt uit het Xhosa, een taal uit de Afrikaanse Oost-Kaap, en betekent dat iedereen met elkaar is verbonden. 'De lessen van Ubuntu' is een tijdloze en inspirerende cadeau-uitgave. Het boek verschijnt dit najaar wereldwijd in meer dan tien landen. [www.harpercollins.nl](http://www.harpercollins.nl)





De altijd betrokken Mitchell Lotterjouw studeerde al op 16-jarige leeftijd af aan een internationale school. Hierna maakte hij snel kennis met de glas industrie. Tegenwoordig heeft hij dan ook de nodige kennis om succesvol een eigen bedrijf te runnen in deze branche. Zodoende is hij nu trotse eigenaar van Glass Inside in Ulvenhout.

### SPECIALIST IN GLAS

Dit bedrijf is jouw specialist in interieurglas, zakelijk én particulier! "Wij maken gewoon alle mooie dingen van glas, behalve glazen en vazen", vertelt Mitchell lachend. Denk hierbij aan maatwerk glas voor woon- en werkomgeving. Je kan het haast zo gek niet bedenken of het is mogelijk. Daarbij kunnen ze je ook voorzien van materialen om de glazen te bevestigen. En er is meer..

### KLANTGERICHT

Kwalitatief goed glas leveren is één, maar daarbij vinden Mitchell en zijn team het ook heel belangrijk om de klant goed te helpen. Daarom is er altijd een specialist aanwezig die met de klant meedenkt in de mogelijkheden.

De producten worden nauwkeurig ingemeten om ze vervolgens op maat te produceren en te bevestigen.

Daarbij is het bedrijf erg flexibel in de service naar de klant en zullen ze altijd nakomen wat er wordt beloofd. De medewerkers van Glass Inside zijn pas tevreden als dat klant dit ook is.

*"Wij maken glas als geen ander"*

Zelfs buiten de openingstijden is het mogelijk om bij Mitchell en zijn team op afspraak langs te komen. Neem een kijkje in de vernieuwde showroom en kom er samen met een specialist achter wat past bij jouw wensen.

**Bij Glass Inside heerst een Brabantse mentaliteit, waarbij de koffie altijd klaar staat voor jou!**

Maak een afspraak en ontdek alle mogelijkheden zelf!

WIJ DOEN WAT WE ZEGGEN  
EN ZEGGEN WAT WE DOEN

**GLASS  
INSIDE**

# Van wens tot realisatie



# De patiënt staat centraal

Een kunstgebit is een waar kunstwerk, vindt tandprotheticus Inge van der Gaag. Het moet niet alleen prachtig ogen, maar ook perfect passen. Om dat te bereiken, werkt ze in haar laboratorium nauw samen met haar patiënten.

## “Tijd en aandacht voor de patiënt staan bij mij voorop”

“Voor een optimaal resultaat moet de patiënt een aantal keer naar de praktijk komen. Tijdens deze afspraken kan de patiënt zelf aangeven wat hij of zij wel of niet mooi vindt. In overleg worden de gewenste kleur en het model uitgezocht, zo maken we de prothese feitelijk samen. Alle wensen en ideeën mogen worden uitgesproken. Ik zeg altijd: neem vooral de tijd en zorg ervoor dat u het echt mooi vindt, het gaat tenslotte om uw lach en comfort.”

## Wat onderscheidt jou van andere praktijken?

“Service is een hot item. Tijd en aandacht voor de patiënt staan bij mij voorop. Dat is bij groepspraktijken vaak niet zo. Daar is het contact veel minder persoonlijk. Mijn praktijk is bovendien gecertificeerd, een bewijs dat ik goede kwaliteit lever. De patiënt kan erop rekenen dat hij of zij centraal staat, dat ik als tandprotheticus betrouwbaar ben en continu werk aan optimalisering van het zorgaanbod. Verder zijn de productiedagen van de te maken protheses zodanig ingepland dat er sprake is van een zo kort mogelijke behandelperiode van de patiënten.”

## Waarvoor kunnen mensen nog meer bij jou terecht?

“Voor implantaten, frames en gedeeltelijke protheses. Ook daarbij worden de nieuwste technieken toegepast. Verder voer ik reparaties volgens afspraak nog op dezelfde dag uit.”

## Bent u 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.tppvdgaag.nl](http://www.tppvdgaag.nl)



Het is weer oktober... tijd voor **Oktoberfest!** Haal je Lederhose uit de kast, pak je Dirndl van zolder en leer de Duitse Schlagers uit je hoofd.

**Proef** het seizoen! In de herfst zijn er volop cantharellen en oesterzwammen verkrijgbaar. En ze zijn nog gezond ook.

In de herfst kan je heerlijk **uitwaaien** aan de kust. Geniet van de witte schuimkoppen op de Noordzee, prachtige wolkenpartijen en eindeloze stranden.

Hoewel voetbal de meest beoefende sport is in België, is **wielrennen** toch wel de nummer één sport in het land.

Toeval of niet: in de herfst veranderen meer mensen hun **relatiestatus** op Facebook van ‘single’ naar ‘in een relatie’ of zelfs ‘verloofd’.

Astronomisch gezien begint de herfst als **dag en nacht** even lang zijn. In Nederland en België is dit op hetzelfde moment.

**Gent is prachtig** in het najaar. Bomen kleuren geel, oranje en rood en door de ramen van cafeetjes zie je dat het gezellig druk is.

# Heb jij al een favoriete Flavor?

Proef de natuurlijke smaken van Red Berry Mix, Blackcurrant, Fruit Mix en Orange

Met SodaStream verander je kraanwater in een handomdraai in heerlijk verfrissend bruiswater. De intensiteit van de bubbels bepaal je helemaal zelf: van licht bruisend tot intense bubbels. Voeg eventueel een lekkere smaak naar keuze toe, zoals deze fruity Flavors! Zo heb je jouw zelfgemaakte en favoriete drankje altijd in huis. Wist je dat een herbruikbare SodaStream-fles duizenden plastic wegwerpflessen bespaart? Dat is dus lekker genieten en tegelijkertijd bijdragen aan een schoner milieu. Hey goed bezig!

Koop jouw Flavors extra voordelig op [sodastreamstore.nl](https://www.sodastreamstore.nl)



sodastream®



# HOME SLEEP HOME



Fraai design, comfort en doordachte techniek sluiten elkaar niet uit. Dat laat Swissflex op indrukwekkende wijze zien: puur luxe voor het oog en het lichaam.

Gewoon eens heerlijk relaxen, wie wil dat nou niet? Swissbed Silhouette oogt niet alleen licht, maar biedt ook maximaal comfort. Dankzij de strakke vormgeving en hoogwaardige afwerking van dit bed past het perfect in de meest uiteenlopende interieurs. Tijd en ruimte vervagen. Zo biedt Swissflex ontspanning voor lichaam en geest.



DE REVOLUTIE BEGINT BIJ DE BASIS

Je vindt het comfort van Swissflex bij:



**Koos Kluytmans**

# RUG- OF NEKKLACHTEN?

*Dan is de unieke Cox® Techniek de oplossing!*



De Cox® Techniek is bijzonder geschikt voor rug- en nekklachten met mogelijk uitstraling naar arm of been. Ook patiënten met lage rugpijn, stenose, ischias of herniaklachten ondervinden door de Cox® Techniek verlichting van hun pijn en andere klachten.

Chiropractor Cambie is specialist op het gebied van rugklachten en heeft een praktijk in Breda en Nijmegen. In de praktijk ziet hij dagelijks patiënten met de meest uiteenlopende klachten. In veel gevallen is het niet nodig om hiermee door te lopen en kan de chiropractor u voor een groot deel of zelfs geheel van uw klachten af helpen.

Chiropractor Cambie Breda en Chiropractie Fysiotherapie Nijmegen zijn de enige praktijken in Nederland die gecertificeerd zijn om met deze techniek te werken.

**Plan nu een afspraak en ontdek wat de Cox® Therapie voor u kan betekenen. Bel ons op 076-3032816.**



Ginnekenweg 261 | Breda | 076-3032816 | [www.chiropractorcambie.nl](http://www.chiropractorcambie.nl)

# DAGJE UIT OKTOBERFEST



Het is weer oktober en dat betekent... tijd voor OKTOBERFEST! Het grootste bier- en volksfeest ter wereld vond zijn oorsprong in München. Ondertussen is het feest ook in Nederland vaste prik geworden. Door het hele land worden talloze leuke feestjes gehouden omtrent het Oktoberfest. Hoewel het officiële feest duurt tot 6 oktober, gaan de feestjes in Nederland vaak nog de hele maand door. Proost!

**Kijk voor meer informatie over alle Oktoberfesten in Nederland op [www.oktoberfesten.nl](http://www.oktoberfesten.nl)**

# FILMPJE KIJKEN F\*CK DE LIEFDE

In F\*CK DE LIEFDE komen drie liefdesverhalen samen. Lisa zit midden in een scheiding met Jack en reist met vriendinnen af naar Curaçao waar ze valt voor wereldreiziger Jim. Jack krijgt weer iets met Cindy. De zus van Cindy lijkt net carrière te gaan maken, terwijl haar man Said zijn baan verliest en dit verborgen houdt. Een film van regisseur Appie Boudellah met o.a. Bo Maerten, Edwin Jonker, Thijs Römer, Victoria Koblenko, Yolenthe Cabau en Maurists Delchot. **F\*ck de liefde draait vanaf 3 oktober in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

# BOEKJE LEZEN RONALD GIPHART



In deze meeslepende roman over ambitie, vriendschap en liefde lees je het verhaal van zes vrienden. Hun vriendschap begon bij ontelbare avonden in hun stamcafé. Begin jaren negentig begonnen ze een brouwerij en werden ze naast vrienden ook zakenpartners. Vijfentwintig jaar later zijn ze op weg naar een boshut in Duitsland om nog één weekend samen te zijn voordat ze het contract voor de verkoop van de brouwerij tekenen. Tijdens dit weekend reflecteren ze op de vriendschap en op het leven. **ALLE TIJD van RONALD GIPHART is vanaf 26 september te koop voor € 24,99.**





# 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 eerste klas producten van toonaangevende merken.

**sven & sophie**

Ginnekenstraat 19 Breda, 076 - 521 44 27  
(Schuin tegenover HEMA)  
[www.svensophie.com](http://www.svensophie.com)



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**  
SLIMMINGSTUDIO

Takkebijsters 72, Breda  
076-8200910  
[www.glowmotion.nl](http://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](mailto:info@glowmotion.nl)**

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

# Ze is er, de nieuwe Famosan Contour

Nieuw van A.Vogel: Famosan Contour. Helpt vrouwen in de overgang op gewicht te blijven<sup>1\*</sup>.

Gewichtstoename is 1 van de 3 belangrijkste verschijnselen van vrouwen tijdens de overgang. 52% van de vrouwen heeft hiermee te maken, terwijl 75% van de vrouwen het belangrijk vindt om op gewicht te blijven.\*\* Om ze daarbij te helpen is er nu A.Vogel Famosan Contour.



De belangrijkste eigenschappen op een rij:

- Verhoogt de vetverbranding<sup>1\*</sup>
- Helpt bij opvliegers en (nachtelijk) transpireren<sup>2\*</sup>
- Met een gerust gevoel langdurig te gebruiken, 100% natuurlijke ingrediënten
- Gemakkelijk in gebruik: 1x daags 2 tabletten



Lanne Brocks

<sup>1</sup> Yerba mate, <sup>2</sup> Salvia. \* Gezondheidsclaims in afwachting van Europese toelating.  
\*\*Panelwizard onderzoek januari 2019, N=408



**BROCKS**  
HOMEOPATHIE

Ginnekenweg 28 Breda  
076-5219313  
www.brockshomeopathie.nl

# Winterschilders



VRAAG EEN OFFERTE AAN!

**Haanskorf & Van Beers**  
SCHILDERWERKEN

**MARIJN VAN BEERS**  
06 22 72 06 19  
info@vanbeers-schilderwerken.nl  
Monnikenmoer 3, Sprundel

**DANNY HAANSKORF**  
06 24 46 37 71  
info@haanskorfschilderwerken.nl  
Kievitstraat 36, St Willebrord

[WWW.HAANSKORFVANBEERS.NL](http://WWW.HAANSKORFVANBEERS.NL)

# OPVALLLEN

IN JOUW REGIO?



ADVERTEER  
OOK IN  
BRUIST!

Bel **076-7115340**  
of mail naar [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl)

# Zorgeloos een onderneming besturen

COLUMN/DÉSIRÉE WOLFHAGEN



foto: Hylke Greidanus Photography

**A** Is bestuurder van een rechtspersoon (NV, BV of commerciële stichting/vereniging) is het soms op eieren lopen. Welke bedrijfsrisico's zijn nog acceptabel? Zonder risico's immers geen groei.

In beginsel geldt dat een bestuurder aansprakelijk is voor schade van de rechtspersoon indien de schade is veroorzaakt doordat het bestuur 'ernstig verwijtbaar' heeft gehandeld (interne bestuurdersaansprakelijkheid). Denk bijvoorbeeld aan:

- het aanwenden van middelen van de rechtspersoon voor privédoeleinden;
- het in privé aangaan van transacties die tot het werkterrein van de rechtspersoon behoren (het ontnemen van zogenaamde 'corporate opportunities');
- handelen in strijd met het doel van de rechtspersoon, de wet of de statuten;
- het nemen van te grote of onnodig grote financiële risico's;
- het nemen van beslissingen met grote financiële impact zonder behoorlijke voorbereiding;
- verzuim afsluiten adequate verzekeringen etc.

Maar ook derden, zoals handelsrelaties, kunnen een bestuurder aanspreken op vergoeding van schade (externe bestuurdersaansprakelijkheid). Bijvoorbeeld indien een bestuurder bij het aangaan van een verbintenis met een derde wist of redelijkerwijze behoorde te begrijpen dat de vennootschap niet aan haar verplichtingen zou kunnen voldoen en geen verhaal zou bieden (de zogenaamde 'Bekamel-norm') of indien het handelen van een bestuurder dusdanig onzorgvuldig is dat hem/haar daarvan persoonlijk een ernstig verwijt kan worden gemaakt.

In geval van faillissement gelden bijzondere regels. Zo wordt aansprakelijkheid van een bestuurder snel aangenomen indien de administratie niet op orde blijkt te zijn en/of de jaarrekening niet tijdig is opgemaakt en/of gepubliceerd.

**Al met al een complexe materie. Voor advies of rechtsbijstand ten aanzien van bestuurdersaansprakelijkheid sta ik voor u klaar!**

Wilt u meer weten neem dan contact op  
**076-5227798**

**WOLFHAGEN**  
ADVOCATUUR

Heerbaan 161, Breda | 076-5227798  
info@wolfhagenadvocaat.nl | [www.wolfhagenadvocaat.nl](http://www.wolfhagenadvocaat.nl)





# Make-up

## must-haves

Een nieuw seizoen betekent nieuwe kleuren voor je kleding, maar natuurlijk ook voor je make-up. Wij vonden voor jou de absolute wanna & must-haves.

1. Highlighter Face Highlighting Powder van Guerlain, € 45,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
2. Caviar Intense Ink Waterproof Liquid Eyeliner van Laura Mercier, € 25,- [www.skincare.nl](http://www.skincare.nl)
3. Perfumed Highlighting Powder Glow Effect Body & Hair van Collistar, € 34,50 [www.collistar.nl](http://www.collistar.nl)
4. Oogschaduw palette Karl Lagerfeld X L'Oréal Paris, € 24,99 [www.loreal-paris.nl](http://www.loreal-paris.nl)
5. Big Lashes Oh Oui! Van Bourjois, € 14,99 [www.bourjois.nl](http://www.bourjois.nl)
6. Nail Polish van essie, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)

7. Eye Couture Palette Collector van Yves Saint Laurent, € 70,- [www.ysl.nl](http://www.ysl.nl)
8. Love Me Lipstick van MAC, € 19,50 [www.maccosmetics.nl](http://www.maccosmetics.nl)
9. Crystal power blush & highlighter palette van essence, € 5,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)
10. Creme Puff Blush Cheeky Coral van Max Factor, € 13,99 [www.maxfactor.nl](http://www.maxfactor.nl)
11. Lip Perceptor van Clarins, € 19,- [www.clarins.nl](http://www.clarins.nl)
12. Stay Naked Liquid Foundation van Urban Decay, € 39,- [www.iciparisx.nl](http://www.iciparisx.nl)

# WIL JE ONS KUSSEN?

Soms is een klein gebaar genoeg voor een groots effect. Een nieuw kapsel of hippe schoenen kunnen iemands doordeweekse look tot een feestelijke verschijning transformeren. Voor je huis geldt precies hetzelfde. Daarom hebben we bij **MEIJSWONEN** exclusieve accessoires (die we onze **MOOIEMEIJSJES** noemen) waarmee je in een handomdraai sfeer brengt. Bijvoorbeeld onze collectie sierkussens; om te zoenen zo knuffelzacht. Maak je eigen combinatie van verschillende dessins in dezelfde stoere, zachte of glamorous kleuren. Herken jezelf bij **MEIJSWONEN**.

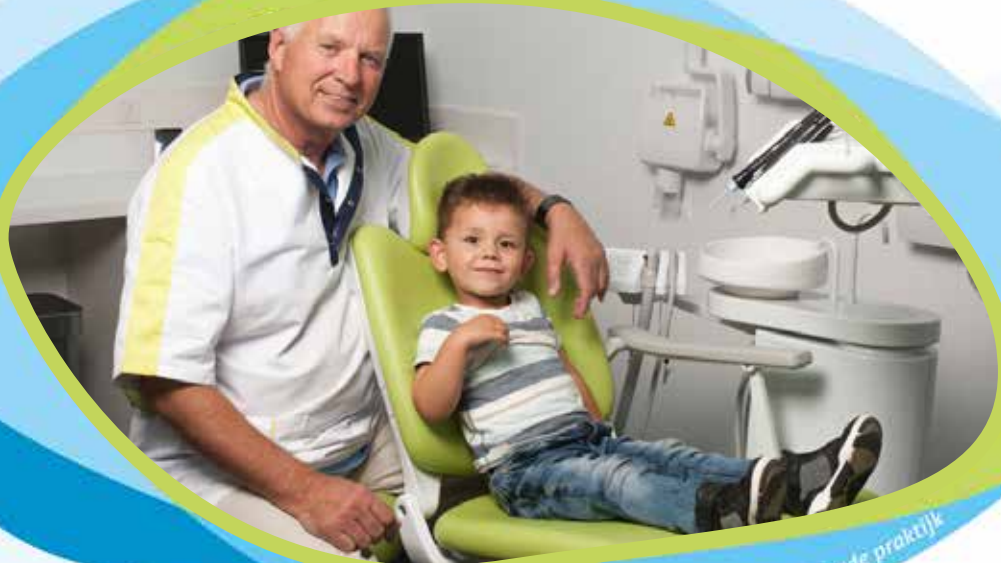
## **MEIJSWONEN**

RINGBAAN ZUID 251 | 5021 LR TILBURG  
+ 31(0)13-5359464 | **MEIJSWONEN.COM**



Welkom bij Mondzorg Baliëndijk!

# Met tandprotheticus Cor van der Wal als dé specialist voor uw kunstgebit



Mondzorg Baliëndijk is een ISO 9001 gecertificeerde praktijk

## Complete gebitszorg op één plek

**Mondzorg Baliëndijk is meer dan alleen een moderne tandartspraktijk. Naast algemene tandheelkunde zijn wij ook gespecialiseerd in implantologie en protheseoplossingen. Als allround tandheelkundig centrum - met een in pandig tandtechnisch laboratorium - kunnen wij elk gebit in huis behandelen, van kindergebit tot kunstgebit.**

## Een mooie en gezonde lach op elke leeftijd

Onze eerste zorg is uw gebit zo lang mogelijk in goede conditie te houden. Mocht er toch een tand of kies verloren gaan, dan is implantologie een duurzame en comfortabele oplossing. Een implantaat is een kunstworteltje van lichaamsvriendelijk materiaal dat in de kaak wordt vastgezet. Een kroon op een implantaat voelt en functioneert als een natuurlijke tand. Implantaten kunnen ook een uitkomst zijn voor mensen die last hebben van een loszittend of pijnlijk kunstgebit. Bij een tandeloze mond worden doorgaans twee implantaten in de onderkaak geplaatst waarop een kunstgebit vastgeklikt kan worden. Zo'n klikgebit zit stevig vast, maar kan ook worden uitgenomen voor reiniging.



## Aandacht voor tanden en mensen

Mondzorg Baliëndijk vindt het belangrijk dat goede [prothetische] mondzorg voor iedereen toegankelijk is. Als laagdrempelige praktijk bieden wij kwaliteit tegen betaalbare tarieven. Mensen kunnen altijd bij ons binnelopen voor vragen of advies, ook over kosten, vergoedingen en financieel haalbare oplossingen. Persoonlijke aandacht en toewijding gaan verder dan de tandartsstoel.

  
**Mondzorg**  
Baliëndijk

**Praktijk Breda**  
Baliëndijk 10 • T: 076 - 572 98 00

**Praktijk Oosterhout**  
Leijzenhoek 46 • T: 0162- 46 66 61

info@mondzorgbaliendijk.nl  
www.mondzorgbaliendijk.nl

Verken een nog relatief onbekend stukje Egypte tijdens een cruise over het Nassermeer. Deze cruise leidt je langs eeuwenoude tempels en plaatsen waar amper toeristen komen. Hier beleef je het echte Egypte en maak je kennis met de rijke cultuur.

# Cruise over het Nassermeer



## DOOR DE MENS AANGELEGD

Wanneer je het Nassermeer bezoekt, zal je waarschijnlijk niet geloven dat het door mensen is aangelegd. Het groene en blauwe water heeft een oppervlakte van maar liefst 5250 vierkante meter. Rondom het meer vind je lange, uitgestrekte woestijnlandschappen. In deze prachtige omgeving kom je helemaal tot rust.

## DE GESCHIEDENIS VAN HET NASSERMEER

Het Nassermeer is ontstaan bij de bouw van de Aswan Dam over de Nijl. Deze dam was nodig om de jaarlijkse overstromingen van de Nijl te controleren. In dit gebied lagen achttien oude tempels. Unesco heeft deze monumenten verschoven zodat ze niet verloren zouden gaan. De bekendste van deze monumenten is de Abu Simbel. Vandaag de dag is dit monument te bewonderen aan de westelijke oever van het Nassermeer.

## DIEREN IN DE OMGEVING

Jaarlijks vinden enorme groepen trekvogels hun rustplaats aan het Nassermeer. Ook leven er krokodillen en veel verschillende vissoorten. Naast toeristenboten, wordt het water enkel bevolkt door kleine vissersbootjes. Van over de hele wereld komen mensen naar het meer om bijzondere vissen te vangen.



## KIJK JE OGEN UIT

Een cruise over het Nassermeer is een onvergetelijke beleving. Laat je verrassen door eeuwenoude tempels, eindeloze landschappen en zelfs een onvergetelijk klank- en lichtspel aan de tempels van Abu Simbel. Tijdens de cruise maak je een reis terug in de tijd en leer je ontzettend veel over de bijzondere geschiedenis van Egypte.



PROEF DE  
EGYPTISCHE  
CULTUUR



Zoals je foto's op Instagram bewerkt met een filter om ze mooier te maken, zo kijk je in je dagelijks leven ook naar de buitenwereld door jouw eigen filter. En dat filter kleurt het beeld zoals jij het wilt zien.

Je kijkt om je heen, maar jouw beleving van je leven speelt zich af in je binnenwereld, in de wereld van je gedachten. En de betekenis die je geeft aan een gedachte, een gebeurtenis of een situatie is cruciaal voor je overtuigingen en dus voor je denkwijze. Die denkwijze bepaalt je visie op de werkelijkheid, hoe je reageert en vervolgens handelt. Het is een filter waardoor je informatie opneemt, kleurt en ordent. Het vormt je referentiekader en daarmee jouw beeld van de werkelijkheid waarin je gelooft. Met andere woorden: de betekenis die je ergens aan geeft, bepaalt je persoonlijkheid, je gedrag, hoe je je voelt, hoe je reageert en de resultaten die je behaalt.

Oftewel, alles begint met een gedachte. Het is je mindset. Heb je daar wel eens over nagedacht? Hoe zijn jouw denkpatronen en je overtuigingen tot stand gekomen? En waarop zijn deze gebaseerd?

Iets om over na te denken.

*Michael Pilarczyk*

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



Alles begint met een  
*gedachte*



Kliniek  
Heyendael

Cosmetische Plastische Chirurgie

**Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk: dat is Kliniek Heyendael. Een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie.**

Bij Kliniek Heyendael houden we ons iedere dag bezig met professionele behandelingen om mensen hun zelfvertrouwen terug te geven.

#### Onze behandelingen

Borstvergroting  
Neuscorrectie  
Liposculptuur/Lipofilling  
Ooglidcorrectie  
Facelift (MACS-lift)  
Borstverkleining

#### Rimpelbehandeling met fillers ▶

Armlift  
Halslift  
Contourverbetering  
Oorcorrectie  
Rimpelbehandeling

**We hopen je binnenkort te mogen verwelkomen!**  
Plastisch chirurg  
Dr. Frans Straten



# Rimpels?

**Iedereen krijgt er vroeg of laat mee te maken: rimpels in het gezicht. Wanneer je vindt dat je uiterlijk niet in balans is met je innerlijk, kan dat een goede reden zijn om de gezichtsrimpels en -plooiën te behandelen. Kliniek Heyendael biedt verschillende mogelijkheden.**

#### Rimpelbehandeling met fillers

Bij Kliniek Heyendael kun je terecht voor botuline toxine-injecties. Deze behandeling wordt vaak toegepast om rimpels en plooiën, zoals lach-, voorhoofd- en fronsrimpels tegen te gaan. Bepaalde gezichtsspieren worden (tijdelijk) uitgeschakeld waardoor ze volledig ontspannen. Zo worden de rimpels verzacht of zelfs helemaal verdwijnen.

#### Lipfillers

Ook kunnen fillers worden gebruikt bij het opvullen van de lippen of tegen overmatig transpireren. Hierbij worden de fillers bijvoorbeeld in de oksels geïnjecteerd. De zenuwen die de zweetklieren prikkelen om zweet te produceren, worden hierbij uitgeschakeld.

#### Overweeg je een behandeling met fillers?

Tijdens een persoonlijk consult met onze plastisch chirurg worden je wensen uitgebreid besproken en al je vragen beantwoord. Neem gerust contact op met onze consulente voor het inplannen van een vrijblijvend en kosteloos consult via 024-8450506 of door middel van ons contactformulier.

**Betrouwbare en betaalbare rimpelbehandeling.**  
Voor meer info  
024 - 845 05 06





# 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.

Haaridee @ Marloes

Marloes Kleinjan | Meidoornstraat 2, Breda | 06-41141564



HOUT  
IJZERWAREN  
GEREEDSCHAPPEN

JAAK VAN WIJCK

Ginnekenweg 146  
BREDA  
www.jaakvanwijck.nl



## Altijd een sleutel die op uw slot past!

We zijn per slot van rekening niet voor niets De Sleutelspecialist

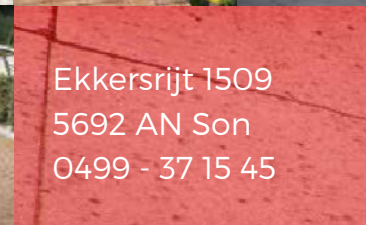
**DUS MAAK NU EEN RESERVE!**

Wij hebben de juiste sleutel voor u!

**HK**  
VAN KEMENADE  
BESTRATINGEN



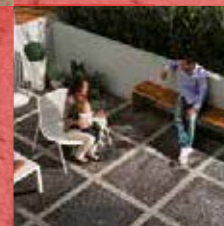
Bent u op zoek naar bestrating voor uw terras, oprit of bedrijfsterrein?



Ekkersrijt 1509  
5692 AN Son  
0499 - 37 15 45

## Maximaal tuinplezier met de juiste bestrating

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



Gilzeweg 36  
4859 AB Bavel  
0161 - 43 39 59

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



**Trendia**  
VLOER & WAND

BRUISENDE/ZAKEN

## bestaat 80 jaar

De zaak heeft in de loop der tijd vele gezichten gehad. Het begon als een sloopbedrijf op de Dijklaan met verkoop van sloophout. Daar kwam nieuw hout bij, en zo ontstond Houthandel Hoornick. Later werd het ook een Doe-Het-Zelfzaak met gemengd assortiment en eind jaren zeventig de eerste tegels. Frans en Jopie Hoornick stonden aan het roer en Jos Heestermans bepaalde mede het gezicht van de zaak 'Tegelsuper Hoornick'. De Tegelmeesters werden een begrip.

Nu is de naam Trendia en worden wand- en vloertegels aangeboden met alle passende service. Online is Trendia ook actief, vooral met wandbekleding: steenstrips en houtstrips. Baksteenstrips van gebruikte baksteen zijn momenteel 'trendy'. Er wordt ook aan andere landen geleverd. Frens, Marion, André, Peter en Rein staan paraat!

**Trendia is 80 jaar en steeds volop in beweging.**

**FEEST!**

Zondag 20 oktober,  
extra feestelijke  
koopzondag van  
12.00 tot 16.00  
uur



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



Eigenaar: Frens Hoornick | Spinveld 60, Breda | [www.trendia.nl](http://www.trendia.nl) | 076 - 521 38 60 | [info@trendia.nl](mailto:info@trendia.nl) | [www.trendia.nl](http://www.trendia.nl)

LOOKING/GOOD

## Vijf tips voor *langer haar*

Wil jij ook graag wat langer haar? Maar lijkt het maar niet te groeien? Met deze tips zorg jij ervoor dat je haar sneller groeit. Zo heb jij in no-time ook mooie lange lokken.



### GEBRUIK HITTEBESCHERMING

Het stijlen, föhnen en krullen van je haar kan ernstige schade aanbrengen. Het meest gezonde voor je haar is om het natuurlijk te laten drogen. Wil je toch een keer je haar stijlen of krullen? Gebruik dan van tevoren een hittebeschermende crème.

### WAS JE HAREN NIET TE HEET

Een heerlijk warme douche is dé manier om helemaal te ontspannen. Voor je haar geldt dat echter niet. Het hete water maakt je haar droger, zwakker en meer breekbaar. Zet de douche daarom niet te warm.

### KNIP JE HAAR

Deze tip lijkt misschien een beetje tegenstrijdig als je je haar wilt laten groeien. Toch werkt het! Als je je haar maar laat groeien, raken de puntjes beschadigd en kan het haar langzaam afbrokkelen. Houd regelmatig je puntjes bij en je haar wordt langer en gezonder.

### DEPPEN IN PLAATS VAN WIKKELEN

Je haar is vooral kwetsbaar als het nat is. Wanneer je het na het wassen in een handdoek wikkel, kan het snel afbreken. Dep je haar in plaats daarvan zachtjes droog met een handdoek.

### WEES LIEF VOOR JE HOOFDHUID

Als er verzorgingsproducten en dode huidcellen op de hoofdhuid achterblijven, is het lastiger voor nieuwe haren om terug te groeien. Masseer daarom je hoofdhuid goed bij het aanbrengen van shampoo.

# Bezoek nu de nieuwe webshop van TapijtTegelDiscount!

Profiteer van supervoordelige tapijttegels en waterbestendige pvc tegels

Op zoek naar een voordelige, praktische én sfeervolle vloer? Laat u inspireren door het uitgebreide assortiment tapijttegels en waterbestendige pvc vloertegels in de vernieuwde webshop van TapijtTegelDiscount. Behalve scherp geprijsd, zijn alle vloertegels direct uit voorraad leverbaar. Om zo lang mogelijk van uw vloer te kunnen genieten, is het belangrijk dat u een vloer kiest die geschikt is voor het type ruimte en het gebruik. Wij adviseren u hier graag over. TapijtTegelDiscount is een onderdeel van VloerenCentrale in Breda.



## Veelzijdige tapijttegels

Deze vloertegels zijn ideaal. Ze zijn sterk, duurzaam en gemakkelijk in onderhoud. De perfecte oplossing als u een vloer zoekt die snel, gemakkelijk en voordelig te leggen is. Omdat de tegels per stuk gelegd worden, hoeft niet de hele ruimte leeggehaald te worden bij het plaatsen van een nieuwe vloer. Allerlei kleuren, trendy dessins, structuren en creatieve legpatronen zijn mogelijk. Bijvoorbeeld een rustige en strakke uitstraling in een kleur, een gewaagd patroon of juist een kleurrijk Boogie Woogie effect. Onze tapijttegels zijn geschikt voor intensief (zakelijk) gebruik. Is er een tapijttegel beschadigd of zit er een vlek op? In een handomdraai vervangt u de tegel. Ook zijn ze gemakkelijk mee te verhuizen.

## Waterbestendige pvc vloeren

Op zoek naar eigentijdse vloer voor de keuken, badkamer of andere vochtige ruimte? Kies dan voor een van onze waterbestendige pvc vloeren. Met deze vloeren loopt u geen risico op het loskomen van de toplaag of andere problemen door vocht. Behalve waterafstotend zijn pvc vloeren hygiënisch, duurzaam, onderhoudsvriendelijk, antislip en brandwerend. Zelfs vloerverwarming is bij onze waterbestendige vloeren mogelijk.

## Vlijmscherpe prijzen!

TapijtTegelDiscount levert eerste en tweede keus (nieuwe) tapijttegels en waterbestendige pvc vloeren tegen vlijmscherpe prijzen. Onze prijzen zijn zo laag, omdat wij restpartijen en overproducties groot inkopen. Uw voordeel kan bij ons hoog oplopen!

## Niet gevonden wat u zoekt?

Bezoek dan onze voordeel-discountal in Breda van ruim 2.500m²! We hebben zo'n 500.000 tapijttegels en pvc tegels op voorraad.

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

Takkebijsters 70, Breda 076-522 06 86 [info@tapijttegeldiscount.nl](mailto:info@tapijttegeldiscount.nl)

# Een kleine verandering is een groot verschil

In het activiteitenatelier van **Weltevree Colours** kan iedereen terecht voor **advies & begeleiding en creatieve vorming**. Bij alles wat we doen gaan we ervan uit dat creativiteit van nature in elk mens aanwezig is. Als je werkt met je handen kun je alles wat in het hoofd zit even loslaten. Of je dat alleen doet of in een fijne groep met bijvoorbeeld leeftijdsgenoten. Dat is ook nog eens erg gezellig!

Er komt ruimte voor ontspanning. Ruimte voor verwerking. Ruimte voor het doorbreken van patronen. Dat geldt voor elk mens. Daarom combineren wij onze advies & begeleidings-trajecten met creatieve vorming. De beleving is veel luchtiger en op een natuurlijke manier drijft de oplossing vaak spontaan naar de oppervlakte ...

VOOR SENIOREN - MEDITIEN - JUNIOREN - MILLENNIALS

**Advies en begeleiding bij o.a.** Eenzaamheid - Rouwverwerking - Sociaal netwerk - Leuke activiteiten - Loopbaan - School - Pensioen - Zingeving - Stiefgezin - Persoonlijke ontwikkeling

**Creatieve vorming zoals** Basiscursus Schilderen - Colours KIDS op woensdag - Schilderen voor senioren - Workshops - Verjaardagsfeestjes - Uijtjes - Het Schildercafé



WELTEVREE COLOURS  
JOUW | WERELD | KLEUREN



Ben je weleens eenzaam?

Heb je vragen waar je maar geen antwoord op vindt?

Wil je vaker leuke dingen doen?

Of jouw passie vormgeven en talent ontwikkelen?

Of gewoon eens een fijn gesprek in een relaxte omgeving?

Bel 06-50846336

Eigenaar: Mireille Peemen | Rimpelaar 71, Molenschot | 06-50846336 | [www.weltevree-colours.nl](http://www.weltevree-colours.nl)



# 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](http://www.vanmossel.nl/fiat-professional)

# Van Mossel



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](http://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

# Snelle *makeover* voor je huis



Ken je dat gevoel? Plots krijg je de kriebels om het interieur van je huis helemaal om te gooien. Wellicht gaat het wat ver om alle muren een andere kleur te geven en het meubilair te vervangen. Gelukkig is het ook gewoon mogelijk om op een minder ingrijpende manier een totaal nieuwe look aan je woning te geven.

## KUSSENS

Mooie kussens geven veel sfeer aan je huis. Ze kunnen je woonkamer of slaapkamer in één keer een totaal andere uitstraling geven. Geef karakter aan je interieur met kussens in felle kleuren en opvallende prints. Wil je juist een rustig en meer subtiel detail toevoegen aan je huis? Ga dan voor effen kussens.

## VLOERKLEED

Met een vloerkleed voeg je karakter toe aan je woning. Leg een vloerkleed bij de bank, in de gang of naast je bed. Of hang een vloerkleed aan de muur. Een kleed met een grafische print geeft je huis een moderne sfeer. Ga je liever voor een mooie bohemien uitstraling? Kies dan bijvoorbeeld voor een kleed met dierenprint.

## SCHILDERIJEN & FOTO'S

Wat je aan de muur hangt, doet veel voor de sfeer in een ruimte. Ga bijvoorbeeld voor één

groot, indrukwekkend schilderij of creëer juist een speelse look met meerdere ingelijste posters. Wil je een persoonlijke twist geven aan een ruimte? Lijst dan een of meerdere eigen foto's in en hang ze aan de muur.

## DEKBEDOVERTREK

Uitgekeken op de look van je slaapkamer? Met een nieuw dekbedovertrek geef je de ruimte al een complete metamorfose. Houd het clean en rustig met een effen wit dekbed of geef juist meer karakter aan de ruimte met een opvallende print. Vergeet ook hier de extra kussens niet om de look helemaal af te maken.

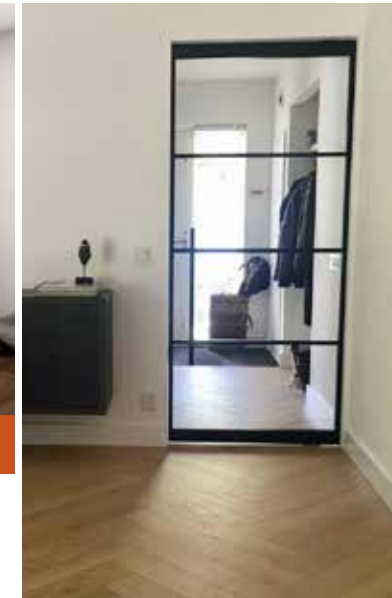


GEEF  
KARAKTER  
AAN JE  
INTERIEUR





# Wij bouwen de kast die bij je past!



## Dé kastenspecialist van Midden-Brabant

Bij Hamers@Home hebben wij voor elke ruimte (en budget) een kastoplossing, of het nu gaat om een eenvoudige vrijstaande kast, een luxe inloopkast of een tv-meubel. In onze ruime showroom zie je talloze voorbeelden van woon- en slaapkamerkasten, industriële schuif- en taatsdeuren en nog veel meer. Met ons eigen team regelen wij alles voor je, van ontwerp tot plaatsen. Het resultaat is een kast waar wij trots op zijn en jij straks jarenlang plezier van hebt, elke dag weer.

*Leon Hamers*



RINGBAAN-ZUID 372 | TILBURG | T 013 4627420 | [WWW.HAMERSTILBURG.NL](http://WWW.HAMERSTILBURG.NL)



# Achterlatertjes veroveren de wereld!

Achterlatertjes zijn kleine (handgemaakte) cadeautjes die 'in het wild' worden achtergelaten (bijv. op een bankje, in de bibliotheek) met als doel de vinder een glimlach te bezorgen.

Niet alleen de vinder wordt er blij van, de achterlater ook! Allereerst tijdens het maken van de achterlatertjes, daarna bij het ongezien achterlaten. En als laatste als er een reactie van de vinder komt op de Facebook-pagina.

Nicole Mangels is begonnen met het verspreiden van achterlatertjes om de wereld een beetje mooier te maken. Het verspreidt zich als een olievlek! De Facebook-pagina heeft al bijna 2500 volgers en er zijn in heel Nederland (en zelfs daarbuiten!) mensen die achterlatertjes achterlaten. Zo maken we heel wat mensen blij!

En ook andersom werkt het door, want één van de achterlatertjes, die in een kapelletje in Waalwijk werd achtergelaten, is gevonden door Lea van Nederland Bruist die het verhaal van achterlatertjes met jullie wil delen.

**Zo maken we de wereld met zijn allen een beetje mooier!**

**Doe je ook mee?**

[www.achterlatertjes.nl](http://www.achterlatertjes.nl) | [www.facebook.com/achterlatertjes](https://www.facebook.com/achterlatertjes)



**Drs. Ching Wong, dermatoloog**

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 bloedvaatjes 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](http://www.ceulenklinieken.nl)

**ceulen klinieken**  
polikliniek huidziekten en spataderen

Zomergemstraat 2a, Breda

085 - 043 24 54

Inwendige spataderen laseren (endoveneuze lasertherapie)

## Spataderen laseren

**Bij Ceulen Klinieken kunt u uw spataderen laten verwijderen door ze te laten laseren. Daarbij maken we gebruik van endoveneuze lasertherapie, ook wel EVLT 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 laserenergie.**

### EVLT

Deze behandeling is zeer geschikt voor grote, niet te kronkelig verlopende spataderen. Het is een patiëntvriendelijke, inwendige laserbehandeling, met weinig pijn en vrijwel geen blauwe plekken tot gevolg. Het behandelen van spataderen vindt plaats in onze kliniek en duurt ongeveer 45 minuten. U wordt plaatselijk verdoofd waarna de dermatoloog/fleboloog een draadje (katheter) in de spatader schuift. Binnen de spatader wordt door middel van laserenergie warmte geproduceerd. De vaatwand raakt hierdoor beschadigd, het vat trekt samen en in de periode erna zal de spatader volledig sluiten. Na de behandeling zal de spatader veranderen in een verlittekend strengetje welke in de loop van enkele maanden volledig door het lichaam afgebroken en opgeruimd wordt. Nadat de katheter is verwijderd, krijgt u een elastische kous die u één week dag en nacht en daarna nog één week overdag draagt.

### Voordelen EVLT

Voor een poliklinische spataderbehandeling met EVLT 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 vrijwel direct uw dagelijkse activiteiten weer kunnen oppakken. EVLT is een vrijwel pijnloze behandeling.







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](http://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 álles: 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!



**HUIS**

**ADMINISTRATIE**

**AGENDA**

**KANTOOR**

Heb je behoefte aan ruimte en overzicht in je huis, administratie, agenda of kantoor?

Schrijf je dan in via de website voor een gratis kennismakingsgesprek! Of bel 06 - 46 2222 78.



Hobokenstraat 359, Breda  
06 - 46 2222 78  
[www.organizingopmaat.nl](http://www.organizingopmaat.nl)

## Heb je behoefte aan een geordende administratie?

Ben je het overzicht over je administratieve huishouding kwijt? Liggen er overal papieren in huis waar je nog iets mee moet doen en heb je geen werkbaar archief? Als professional organizer help ik jou graag zodat je weer volledig inzicht krijgt in je administratie!

Achterstanden worden weggewerkt, de stapels ongeopende enveloppen zijn verleden tijd, je weet weer welke post er binnenkomt, je krijgt een duidelijk overzicht van wat je nog moet regelen, betalen of declareren en je krijgt een goed archief zodat je belangrijke papieren moeiteloos kunt vinden én opbergen. Je krijgt bovendien van mij voldoende bruikbare tips die het mogelijk maken dat je zelf de administratie op een voor jou werkbare en succesvolle manier kunt bijhouden.

**Als we samen jouw administratie op orde brengen, dan zorgt dit ervoor dat je...**

- Volledig inzicht hebt in je administratie;
- Geïnformeerd bent over wat je kunt bewaren en wat wanneer weg mag;
- Een administratie hebt die bij jou past en die je zelf gemakkelijk kunt onderhouden;
- Een archief hebt waarin je eenvoudig papieren opbergt;
- Papieren eenvoudig terug kunt vinden als je die nodig hebt;
- Geen stress meer hebt vanwege rondslingerende papieren;
- Gemakkelijk en snel je post kunt verwerken;
- Rekeningen op tijd worden betaald en je geen aanmaningen meer ontvangt;
- Niet meer bang hoeft te zijn dat je iets over het hoofd ziet.

*Ruimte en overzicht in je administratie geeft rust in je hoofd!*

**Wil je dat ook? Een kennismakingsgesprek met mij is altijd gratis!**

**Wie weet tot binnenkort!**

*Saskia van Leenen*



# Oktober

## Ons motto is Lief, Leuk & Hip!

To Bedazzle is dé webshop voor al uw unieke haaraccessoires. Wij maken haarbandjes, speldjes en elastiekjes voor jong en oud. Al onze artikelen worden met liefde en zorg gemaakt, in een beperkte oplage. Daarnaast is het ook mogelijk zelf een haaraccessoire samen te stellen, voor bijvoorbeeld speciale gelegenheden.

Neem een kijkje  
in onze webshop  
en laat  
u verrassen!

  
**To Bedazzle**  
Handmade Hair Accessories  
[www.tobedazzle.nl](http://www.tobedazzle.nl)

**Weegschaal**  
Haast je niet.  
Luister naar  
je lichaam  
en geef  
het wat het  
wil.

### Ram 21-03/20-04

Als je merkt dat je gestresst bent, dan is de beste manier om te ontspannen een romantische nacht met je partner of het drinken van een goed glas wijn met vrienden.

### Stier 21-04/20-05

Dankzij een nieuwe energiegolf zal niets je in de weg staan om optimaal van oktober te genieten. Vergeet oude vrienden niet. Zoek een moment om hen te ontmoeten.

### Tweelingen 21-05/20-06

Stabiliteit op het werk biedt voldoende vrije tijd voor Tweelingen. Je kunt je tijd besteden aan het evalueren van gebeurtenissen uit het verleden en je gedachten op een rijtje zetten.

### Kreeft 21-06/22-07

Als je voelt dat relaties ver van je af staan, geeft oktober je de tijd om dit recht te zetten. De Kreeft stopt zijn energie in het harmoniseren en kalmeren van relaties.

### Leeuw 23-07/22-08

De Leeuw kan een kille oktober verwachten. Als collega's vervelend zijn, betaal ze dan met gelijke munt terug. Wees niet onderdanig en laat ze je niet slecht behandelen.

### Maagd 23-08/22-09

Je zult genieten van de harmonie in zowel je relatie als je familie en je zult een hoop plezier beleven als jullie samen zijn. Plan een feestje.

### Weegschaal 23-09/22-10

Het opbouwen van een carrière put jou niet al teveel uit. Je bent passief en niet-competitief. Haast je niet. Luister naar je lichaam en geef het wat het wil.

### Schorpioen 23-10/22-11

Oktober is een erg kalme en positieve maand voor jou. Je wordt beloond in je werk, wat jou de ruimte geeft om aandacht te schenken aan dierbare vrienden en zeker ook je partner.

### Boogschutter 23-11/21-12

Je herfstdepressie is weg en je kan een maand vol romantiek en emoties verwachten. De Boogschutter laat zijn vriendelijke kant zien aan zijn partner, familie en vrienden.

### Steenbok 22-12/20-01

Je zult eindelijk tijd hebben voor jezelf, of je deze tijd nu besteedt aan je lichamelijke of geestelijke gezondheid. Het is nuttig om gebeurtenissen uit het verleden te evalueren.

### Waterman 21-01/19-02

Het is goed om vrije tijd alleen door te brengen en je persoonlijkheid te ontwikkelen. Alleen op deze manier kunnen Watermannen eindelijk verdergaan en groeien.

### Vissen 20-02/20-03

Je voelt je eindelijk kalm in je werk en thuis, dus heb je de tijd om voor jezelf te zorgen. Hoe gebruik je deze tijd? Je kan terugkijken op het verleden en je lessen eruit trekken.



# Hoor de wind waait door de bomen

De herfst is weer aangebroken, de tijd van wind en regen. Hoort u het geruis van de bladeren in de bomen nog?

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 Ypelardreef 169  
Breda (tegenover  
Winkelcentrum De Burcht)  
076 - 5649706  
[www.hoorserviceschram.nl](http://www.hoorserviceschram.nl)

## Afvallen Zonder Lijnen, *wie wil dat nou niet?*

Bijna alles mogen eten en toch afvallen? Make It Easy kent het geheim en deelt het graag met jou! Onze methode doet in niets aan frustrerende diëten denken.

### Make It Easy, al 25 jaar een bewezen succes!

In een 1,5 uur durende training wordt zowel het lichamelijke als het psychische aspect onder de loep genomen.

Na deze training worden er kleine puntjes van chirurgisch staal in het oor geplaatst. Deze zorgen voor een snellere vetverbranding en geen behoefte aan zoetigheid en overmatig eten.

Bel ons vandaag nog voor meer informatie!  
**0183 820208 / 06 247 047 01**

[www.makeiteasy.nl](http://www.makeiteasy.nl) | [marion@makeiteasy.nl](mailto:marion@makeiteasy.nl)



Zet je eerste stap naar een gezonder leven en begin met Make It Easy in **Breda** of bij een van onze andere 20 locaties!



Deze herfstsoep met de volle smaak van paddenstoelen en tijm en de quiche met pompoen en hazelnoten zullen verrukkelijk smaken na die lange boswandeling.

# Paddenstoelen soep

4 PERSONEN - 30 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

1 rode ui  
2 teentjes knoflook  
klontje boter  
400 gr gemengde paddenstoelen (bv. kastanjechampignons, cantharellen, shii-takes, oesterzwammen)  
tijm  
1 liter groentebouillon  
100 ml kookroom  
peper en zout  
peterselie

Snipper de ui en hak de knoflook fijn. Verhit de boter in een pan, voeg de ui en de knoflook toe en fruit even aan. Snijd de paddenstoelen in stukken en voeg ze met wat tijm toe aan de pan. Bak ze ongeveer 10 minuten op matig vuur totdat het meeste vocht verdwenen is. Schep een derde deel uit de pan en bewaar apart. Voeg de bouillon toe en breng aan de kook. Zet het vuur uit en pureer de soep. Roer de kookroom erdoorheen en breng weer aan de kook. Voeg naar smaak peper en zout toe. Schep dan de bewaarde paddenstoelen bij de soep en verwarm een minuutje mee. Bestrooi met peterselie.



# Quiche met pompoen

4 PERSONEN - 35 MIN + 40 MIN OVENTIJD

## INGREDIËNTEN

2 teentjes knoflook  
3 rode uien  
1 eetl olijfolie  
800 gr pompoen in blokjes  
1 theel salie  
1 mix voor hartige taart  
1 eetl paneermeel  
4 eieren  
250 gr ricotta  
peper en zout  
125 gr verse geitenkaas  
50 gr hazelnoten, heel  
2 plakjes parmaham  
(eventueel weg te laten voor een vegetarische variant)

Snijd de knoflook fijn en de uien in ringen. Verhit de olie in een pan en fruit de uien en de knoflook aan. Voeg de pompoenblokjes en de salie toe en bak 15 minuten. Verwarm de oven voor op 180 graden. Bekleed een bakvorm met bakpapier en vet de randen in. Maak deeg van de mix voor hartige taart en bekleed hiermee de bakvorm. Prik gaatjes in de bodem en bestrooi met paneermeel. Klop de eieren los met de ricotta en breng op smaak met peper en zout. Schep de helft van de pompoen in de quichevorm en bestrooi met wat geitenkaas en hazelnoten. Schep de rest van de pompoen erover en verdeel de rest van de geitenkaas en hazelnoten erover. Giet het eiermengsel gelijkmatig over de quiche. Scheur de parmaham in stukjes en leg deze erop. Bak de quiche 40 minuten.



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

Prik je **OREO-KOEKJE** aan een vork. Dan kun je het eenvoudig in de melk dopen, zonder vieze handen te krijgen.



VERWARM EEN **CITROEN** *eerst 20 seconden in de magnetron en pers hem warm, dan komt er meer sap uit.*



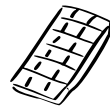
**STOP JE HAND** in een plastic zakje als je hete pepers snijdt. Dan krijg je de sporen van de zaadjes niet aan je vingers.



MAAK JE **MAGNETRON** **SCHOON** door een bakje water met azijn een paar minuten te laten draaien.

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

Bewaar **VERSE KRUIDEN** met wat olie in het ijsklontjesbakje van je vriezer. Zo heb je altijd smaakmakers bij de hand.



Wikkel je **TELEFOON** in huishoudfolie. Zo kun je hem tijdens het koken en bakken gewoon gebruiken zonder dat hij vies wordt.



Bewaar aangebroken **SPAGHETTI** eenvoudig in een lege Pringles-bus.



**SMEER JE** **AUTORUITEN** in met 3 delen azijn en 1 deel water en neem ze af met een doekje! De volgende ochtend geen ijs op de ruiten!



# 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 Apothekegroep 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!*



## Apothekegroep 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  
Medicatie rollen  
Medicatiekluisjes

Medicatie =  
Apothekegroep Breda

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



# VVV BREDATIPS

ALTIJD WAT TE DOEN IN BredA!

OKT.  
2019

20 SEPTEMBER T/M 27 OKTOBER

## Graphic Matters

Graphic Matters is een tweejaarlijks internationaal festival over grafisch ontwerp en de impact daarvan op ons dagelijks leven.



In en rondom de Stokvishallen in Breda biedt Graphic Matters tentoonstellingen, workshops, talkshows en events. [www.graphicmatters.nl](http://www.graphicmatters.nl)

4 T/M 6 OKTOBER

## Alles is thuis

Laat je inspireren, amuseren en informeren om van je huis een thuis te maken. 'Alles is thuis' is een hoogstaand en tegelijkertijd laagdrempelig, sfeerol woonevenement voor iedereen. [www.allesisthuis.nl](http://www.allesisthuis.nl)

## 75 jaar Vrijheid

Op 29 oktober 1944 kwam voor Breda, dankzij de Eerste Poolse Pantserdivisie, een einde aan de Tweede Wereldoorlog. De hele maand oktober herdenkt en



**Breda**  
BRENGT HET SAMEN

viert Breda 75 jaar Vrijheid met allerlei activiteiten; van een tentoonstelling over generaal Maczek op het

Kasteelplein tot een Poolse avond in het Chassé Theater. Het programma met alle activiteiten staat op [www.welkominbreda.nl](http://www.welkominbreda.nl)

19, 20, 26, 27 EN 29 OKTOBER

## Bevrijdingswandeling

Ontdek o.l.v. een VVV-gids allerlei plekken in Breda die herinneren aan de Tweede Wereldoorlog en de Poolse bevrijders.

18 T/M 27 OKTOBER

## Najaarskermis

Zwieren en zwaaien tijdens de jaarlijkse najaarskermis op het Bredase Chasséveld.



**Meer informatie over Breda:**

[www.welkominbreda.nl](http://www.welkominbreda.nl) of kom langs in onze pop-up VVV-winkel, Stadserf 2.



**Breda**  
BRENGT HET SAMEN

# WERKT ADVERTEREN?

## In deze rubriek vertellen adverteerders aan de hand van vijf vragen hoe ze de samenwerking met Bruist ervaren.

Deze maand: **Judith van Lent** van massagepraktijk Lente Mare. Sinds februari is zij met haar praktijk te vinden in onze bruisende magazines en daar zijn wij erg trots op!



*Marcel en Lea Bossers,  
directie Nederland Bruist*

Met 37 uitgaven en een oplage van bijna 250.000 magazines per maand is uitgeverij Nederland Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland, België én in Spanje. Ons streven is om uit te groeien naar minstens 50 edities. Onze visie is: 'ondernemers helpen om op de juiste manier te adverteren, waardoor de naamsbekendheid omhooggaat'. Daarom komen de ondernemers in onze magazines en op onze website op een unieke manier aan het woord en in beeld.

Wil jij ook opvallend adverteren in Bruist? Bel 076-7115340 of mail naar [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl)

## Hoe ben je bij Bruist terechtgekomen?

Via mijn buurvrouw, zij adverteerde al in De Maashorst Bruist. Ik werd gebeld door Rick. Hij had van mijn buurvrouw de tip gekregen dat ik misschien ook wel wilde adverteren. Toen is hij langsgekomen en zo is het balletje gaan rollen. In februari dit jaar ben ik begonnen met adverteren.

## Waarom heb je gekozen om te adverteren bij Bruist?

De Bruist magazines hebben een groot bereik. Ik bereik er niet alleen mensen in Oss mee, maar in heel De Maashorst. Dat was ook mijn reden om te beginnen met adverteren, zodat ook mensen in de dorpen en steden rondom Oss mijn bedrijf zien. Zo bereik ik heel effectief mensen in mijn eigen regio die ik anders niet zou bereiken.



*Judith van Lent*

## Hoe vind je de samenwerking met Bruist?

De samenwerking bevalt goed. Vooraf heeft Rick alles duidelijk uitgelegd, waardoor ik met een goed gevoel ben gaan adverteren. Ook als ik iets moet aanleveren, is dat allemaal heel duidelijk. Er wordt altijd goed gecommuniceerd en ik krijg steeds de keuze of ik dezelfde advertentie wil of misschien nog iets wil veranderen. Als ik een keer iets wil wijzigen, wordt dat altijd goed doorgevoerd. Ik ben dus heel tevreden.

## Wat heeft het adverteren bij Bruist je opgeleverd?

Het adverteren in De Maashorst Bruist heeft mij al meerdere klanten opgeleverd. Negen om precies te zijn. Dit zijn klanten die regelmatig terugkomen. Wat mij opvalt, is dat dit vooral mensen zijn die weinig met social media doen. Als ik niet in De Maashorst Bruist had gestaan, had ik deze mensen niet bereikt.

## Zou je Bruist aanbevelen aan anderen en waarom?

Dat zou ik zeker doen! Alle communicatie met het bedrijf is heel informeel en vriendelijk. Je kunt gewoon 'je en jij' zeggen, wat alles heel laagdrempelig en open maakt. En natuurlijk vind ik het een leuk boekje met een mooie uitstraling.

## ZEKER WETEN!

**WIL JIJ OOK EEN BRUISENDE  
SAMENWERKING MET BRUIST?  
NEEM DAN CONTACT MET ONS OP!**





# SCAN & GO



**ONS KASSAPLEIN  
WORDT VERBOUWD!**

VANAF 5 OKTOBER  
krijgen we **ZELFSCAN**  
en **SCAN & GO**

Vanaf 5 oktober gaat Albert Heijn Bavel **SCAN & GO** toevoegen, waar u dan met de handscanner of de mobiele telefoon kunt zelfscannen. De verschillende vormen van zelfscan worden gecombineerd in één betaalpaal waar u als 'zelfscan-klant' uw boodschappentrip makkelijk kunt afronden.

- u kunt direct uw boodschappen inpakken;
- u ziet altijd uw totaalbedrag en korting;
- u bent binnen 1 minuut klaar met afrekenen.

Pastoor Doenstraat 4, Bavel  
(0161) 432526

Ma t/m za 08.00 - 21.00 uur  
Zondag 10.00 - 19.00 uur



**Albert Heijn Bavel**