

ROSMALEN EO 

OKTOBER 2019 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.ROSMALENBUIST.NL

# BRUIST



Oktober, een  
maand vol

*inspiratie*

Ontdek het  
heerlijke Belgische  
leven in **Gent**

# Art & Science BSO

NIEUW VANAF AUGUSTUS 2019



## Hier wil jouw kind naar toe!

Is jouw kind creatief, technisch of graag bezig met vormgeving, design, expressie of fantasie? Dan is dit de BSO! Wij bieden echt iets anders met een activiteitenaanbod waaraan kinderen dagelijks vrijblijvend kunnen deelnemen aan activiteiten op het gebied van muziek, zang, dans, theater, schilderen, boetseren, websites bouwen, nieuwe dingen bedenken, proefjes, animatie films maken en nog veel meer. Alle activiteiten aangeboden in samenwerking met vakbekwame professionals in daarvoor speciaal ingerichte ruimtes.

INFORMEER NAAR DE MOGELIJKHEDEN  
ART & SCIENCE BSO ROSMALEN • WWW.GOUDVISJE.NL • 073 - 5221670



## Alles voor de moderne man

### JEANS AND MORE...

Ben je op zoek naar een passende outfit in de regio Den Bosch? Dan ben je bij JeansBarn in Rosmalen aan het juiste adres.

### Brede collectie

De collectie voor de moderne man is zeer compleet te noemen en varieert van boxershorts tot riemen en sokken. "Mannen kunnen hier dus terecht voor hun hele garderobe. En we hebben ook grotere maten," aldus Frans en José die het in hun zaak graag gezellig maken: de koffie staat altijd klaar! Parkeren is er bovendien gratis.

De nieuwe najaarscollectie is binnen! We zien je graag!



"Het team van JeansBarn voorziet je graag van persoonlijk advies"

# Jeans Barn

Deken Fritsenstraat 63 Rosmalen  
073-5213368  
info@jeansbarn.nl | www.jeansbarn.nl



# VOOR HET ULTIEME BUITENGEVOEL

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



[BOGARDEN.NL](https://www.bogarden.nl)

**BOREK • MAX&LUUK • SUNWOOD • RIZZ • BIG GREEN EGG  
OUTDOORCHEF • DOMANI • ATELIER VIERKANT • LUCA LIFESTYLE • KYMO**



**BOGARDEN**  
*buitenmeubilair*

Bedrijfsweg 7 | Oisterwijk | The Netherlands | T +31 (0)13 521 64 64 | E mail: [info@bogarden.nl](mailto:info@bogarden.nl)



8



12



18

# Inhoud



14



36



23

## COLOFON

### BRUIST

**UITGEVER** Nederland Bruist B.V.  
**MANAGER** Marcel Bossers  
**OPERATIONEEL MANAGER** Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Mirjam Kuus  
**THEMA'S** Nederland Bruist - Annemiek Jansen  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BZ** Yvonne Wesling - Huub van Hoof  
**EINDREDACTIE** Ron van Kuijk  
**ACQUISITIE** Michael Thörig, 06-11087563

**CONTACT ROSMALEN BRUIST**  
 Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda  
 T 076-7115340  
 nl@nederlandbruist.nl  
 Like ons op Facebook - rosmalenbruist

**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 Rosmalen 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, Prinsengeb, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schilde-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.



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 dekentje 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 Jasper Vos Scooters, Mario's Vloeren en Femke's Groente & Fruit die je maar al te graag een kijkje in hun keuken geven. Kijk je met ons mee?

Veel leesplezier en geniet van de herfst!  
**Michael Thörig**

**Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Best-Oirschot Bruist en 's-Hertogenbosch 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

## 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.

# Herfst...

Het begint weer wat kouder te worden, dus wij hebben weer een heerlijk uitgebreid assortiment herfstproducten.

Denk hierbij aan stampotten, huisgemaakte hachee, vegetarisch worstjes, ovenschotels en natuurlijk onze heerlijke salades. Buiten al deze warme (winter) maaltijden hebben we natuurlijk ook nog onze ambachtelijke bami, nasi en andere buitenlandse gerechten. Daarnaast begint het seizoen weer van de verse stooferen, stoofappels en onze huisgemaakte appelmoes.

**Reden genoeg om een kijkje te komen nemen in onze (h)eerlijke winkel!**



Femke's Groente en Fruit | Molenhoekpassage 9 Rosmalen  
073-5230170 | FB: Femke's Groente en Fruit



**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)



# Een droomscooter voor jou!

Sinds de opening in 2015 is Jasper Vos Scooters uitgegroeid tot een bekende naam in de omgeving. Veel vaste klanten komen regelmatig langs, gewoon om even gedag te zeggen. En dat is niet voor niets. In de winkel word je hartelijk ontvangen door eigenaresse Romy van Vliet en haar twee hondjes, de mascottes van de winkel.

## NIEUWE EN TWEEDEHANDS SCOOTERS

Bij Jasper Vos Scooters vind je zowel nieuwe als tweedehands scooters. Bij de aankoop krijg je deskundig advies en word je vriendelijk geholpen. Al je vragen worden beantwoord. Met deze goede service willen Romy en Robin mensen een goed gevoel geven bij het kopen van een scooter. Hierdoor is de drempel laag om terug te komen voor bijvoorbeeld onderhoud of een reparatie.

## EEN SCOOTER OP MAAT

Heb jij in de winkel een mooie scooter gezien, maar wil je die graag in een andere kleur? Of wil je bepaalde onderdelen anders hebben? Dat kan! Het is mogelijk je scooter geheel naar wens te laten bouwen.



## ONDERHOUD EN REPARATIE

Schade aan je scooter? Bij Jasper Vos Scooters kun je deze laten taxeren en repareren. Daarnaast kun je er ook terecht voor onderhoud. Ook hierbij kun je altijd rekenen op de allerbeste service. Hoe groot of klein een reparatie ook is, je bent altijd welkom in de werkplaats. Er is ook een haal- en brengservice, waarbij je scooter wordt opgehaald voor reparatie wanneer deze bijvoorbeeld niet start. Blijkt er tijdens een servicebeurt dat een bepaald onderdeel moet worden vervangen? Dan wordt je altijd eerst gebeld. Reparatie gebeurt altijd in overleg. Hierdoor kom je nooit voor verrassingen te staan.

## Jasper Vos Scooters

Eigenaresse: Romy van Vliet  
Kasteeldreef 38K 's-Hertogenbosch  
06 82 26 44 17 | [info@jaspervoscooters.nl](mailto:info@jaspervoscooters.nl)  
[www.jaspervoscooters.nl](http://www.jaspervoscooters.nl)

Kom gezellig langs bij Jasper Vos Scooters!

“JE MOET EEN SCOOTER KOPEN OP EEN PLEK WAAR JE EEN GOED GEVOEL HEBT.”



# NulandKeukens

Keukens & Interieurs



Dealer van o.a.

**Quooker**

**Miele**  
IMMER BESSER

**BORA**



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.

# Mario is verhuisd!

OPENING  
4-10-2019

JE BENT  
VAN HARTE  
WELKOM!

Mario van den Boom beheerst de kunst van het vloeren leggen. Niet gek dus dat de slogan van zijn bedrijf (Mario's Vloeren) 'The Art of Flooring' is. En met de nieuwe showroom in Berlicum is Mario helemaal klaar voor de toekomst!

15%  
korting op  
deze vloer  
in oktober!

Mario is 2 jaar geleden met zijn eigen zaak begonnen. Ervaring in de vloerenbusiness heeft hij echter genoeg, na 12 jaar werkzaam te zijn geweest als woningstofeerder:

## Nieuwe showroom

De nieuwe showroom is gevestigd aan de Kerkwijk in Berlicum. "Daar kunnen klanten op dinsdag, woensdag, vrijdag en zaterdag alle mogelijkheden op het gebied van vloeren en raamdecoratie bekijken," aldus Mario.

## Pvc-vloeren zijn momenteel erg populair.

"Negentig procent van wat we momenteel leggen is pvc. Ideaal materiaal want het is slijtvast en verkrijgbaar in haast elk denkbare kleur en motief. Het is ook erg handig in onderhoud en als er iets beschadigd is, hoef je maar een klein stukje te vervangen. Daarnaast kun je het ook over een bestaande tegelvloer leggen, zonder hak- en breekwerk!"

## Tapijt

"Veel mensen kiezen voor de bovenverdieping ook voor tapijt. Dat geeft een warme uitstraling aan het interieur. Het is ook lekker warm aan de voeten. Voor trappen is zowel tapijt als pvc erg in trek."

## Nieuwe openingstijden

Mario heeft tevens ook zijn openingstijden verruimt. U bent van harte welkom op dinsdag en woensdag van 09.30-13.00u, vrijdag van 09.30-20.00u en op zaterdag van 09.30-16.00u.

## OKTOBER WOONMAAND = KORTINGSMAAND = FEEST!

Mario viert de opening van de nieuwe showroom groots en u viert het mee! **Profiteer heel de maand oktober van 15% KORTING op verschillende pvc vloeren en 10% KORTING op verschillende tapijten!**



Mario's  
Vloeren  
The Art of Flooring

Kerkwijk 89 Berlicum

073 785 55 91

06-29 06 56 19

mariosvloeren@outlook.com

www.mariosvloeren.nl

# Kinderen leren typen op de basisschool

Bij Angelique van Type-Uniek leren kinderen uit de groepen 6, 7 en 8 efficiënt blind typen in slechts tien tot twaalf weken. Angelique geeft typeles in groepsverband op basisscholen in de regio Rosmalen, ook wordt er typeles op locatie gegeven bij Windkracht 5, Wijkcentrum en bij Angelique thuis in huiselijke sferen.



DE TYPEVAARDIGHEID ZAGEN WE SNEL TERUG BIJ ANDERE SCHOOLVAKKEN. HET IS EEN INVESTERING DIE DIRECT WINST OPLEVERT.

## WIE TYPT HEeft DE TOEKOMST

In de klas staan een rijtje computers. Thuis oefenen de kinderen hun lesstof op een laptop. Het zijn mooie nieuwe onderwijsmaterialen, waar kinderen graag mee aan de slag gaan. Maar ze vragen wel om nieuwe vaardigheden! Omdat goed te kunnen doen, moet je niet alleen de weg weten op een apparaat, maar ook op een toetsenbord.

## KINDEREN LEREN TYPEN ONDER SCHOOLTijd

Een goede type cursus op de basisschool onder schooltijd is niet alleen belangrijk voor de toekomst van kinderen, maar ook tijdens de schoolcarrière kan het nu goed van pas komen. Leren typen onder schooltijd heeft veel voordelen, alle kinderen krijgen de kans om een type cursus te volgen en zich daarmee voor te bereiden op een succesvolle tijd op het voortgezet onderwijs. Het kan daarom erg prettig zijn voor uw leerlingen om te leren blind typen op de basisschool onder schooltijd!

STARTDATUM EN LESTIJDEN IN OVERLEG



## TYPELESSEN

De typelessen zijn geschikt voor leerlingen uit de groepen 6, 7 en 8. Gemiddeld zijn er 12 lessen van een uur nodig voor het behalen van het typediploma. Daarnaast dient de leerling gemiddeld 3 dagen per week een half uur te oefenen. De type cursus wordt afgesloten met een profexamen en een type-examen.

**Type-Uniek** | Coupletweg 46 Rosmalen | **06-30789989**  
info@type-uniek.nl | [www.type-uniek.nl](http://www.type-uniek.nl)

# BABEL

WWW.BABELDENBOSCH.NL

## Kinderboekenweekfestival

Kom op zondag 13 oktober naar het Kinderboekenweekfestival in Bibliotheek Rosmalen. Er staat een hoop leuks op je te wachten.

Er zijn verschillende workshops, schrijversbezoeken en je kunt deelnemen aan een echt themabuffet!

Reis je met ons mee?

Kijk voor meer informatie en kaartverkoop op [www.babeldenbosch.nl](http://www.babeldenbosch.nl)



REIS MEE!

# KINDERBOEKENWEEK®

2 T/M 13  
OKTOBER 2019

# 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



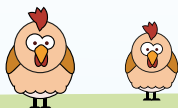
In deze meeslepende roman over ambitie, vriendschap en liefde lees je het verhaal van zes vrienden. Hun vriendschap begon bij ontelbare avonden in hun stamcafé. Begin jaren negentig begonnen ze een brouwerij en werden ze naast vrienden ook zakenpartners. Vijfentwintig jaar later zijn ze op weg naar een 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.**

# ZOETE LIEVE GERRITJE, UNIEKE KINDEROPVANG VOOR IEDER KIND

Zoek je fijne kinderopvang voor je kindje? Bij Zoete lieve Gerritje in Rosmalen voelt jouw kleintje zich al snel thuis! De kleine groepen stralen een warme sfeer uit door de huiselijke inrichting en vertrouwde gezichten. We gaan vaak naar buiten en ondernemen leuke activiteiten die afgestemd zijn op de behoeften van de kinderen.



Kinderdagverblijf - Peuteropvang - Buitenschoolse opvang



## MULTIDISCIPLINAIRE ONDERSTEUNING

Wanneer een kind een beetje extra zorg of aandacht nodig heeft, bieden we deze hulp in eigen huis. We werken hiervoor samen met deskundigen op onze locatie. Zij geven advies en begeleiden de kinderen in de vertrouwde omgeving van ons kinderdagverblijf.

## DIT STAAT ER OP HET MENU VAN ZOETE LIEVE GERRITJE:

Kleinere groepen	Huiselijke sfeer, vertrouwde gezichten	Bewuste verse voeding inclusief avondmaaltijd	Samenwerken met deskundigen	Vaste oermoeders
Extra begeleiding per groep: veel individuele aandacht	Directe communicatie, korte lijntjes	Flexibele opvangmogelijkheden	Peuterarrangement inclusief	Dagelijks erop uit

IN SAMENWERKING MET





Liesbeth Kocken

# Glas-in-lood

In rood en groen of blauw of paars of? Geel!



GLASATELIER  
LIESBETH  
KOCKEN

Martherhage 17 Berlicum  
06-28512601

info@glasatelierliesbethkocken.nl  
www.glasatelierliesbethkocken.nl

glasatelier liesbeth kocken  
 glasatelier liesbeth kocken

Geel glas brengt de zon in je huis. Ook als het regent. Wie wil dat nou niet? Gekleurd of bewerkt glas brengt levendigheid en puur plezier in je huis. Wit glas met golven, stippen of lijnen. Glas-in-lood geeft nóg steeds een unieke stijl aan elk vertrek: ensuite deuren, bovenlichten, een veranda of een paneel ter decoratie.

**Ben je nieuwsgierig wat glas-in-lood voor jou en je huis doet? Ik kom bij je langs en dan kijken we samen naar de mogelijkheden.**

Jouw wensen in een ontwerp waar jij blij van wordt!



# Tips om een najaarsdip te voorkomen!



Het najaar is begonnen. De dagen worden korter en kouder. De zon laat zich minder vaak en minder fel zien. Het regent en overdag is het vaak zo bewolkt dat je denkt dat het bijna avond is. Je komt 's ochtends met moeie je bed uit, voelt je moe, lusteloos, doelloos of hebt geen puf om iets te doen. Voor je het weet zit je in een najaarsdip. Je kunt dit op verschillende manieren voorkomen. Lees hier vast een paar tips. Op [www.3vitaal.nl](http://www.3vitaal.nl) vind je er nog veel meer!

Vitaal betekent levenskrachtig; vol energie om te leven. Je bent vitaal als je fysiek, mentaal en emotioneel in balans bent. Graag help ik je naar een vitalere versie van jezelf.

**Neem voor meer info of een afspraak contact met me op:**  
**06-51527282**  
**info@3-vitaal.nl**  
**www.3vitaal.nl**

**Begin de dag met een dansje!** Sta op en zet je favoriete dansmuziek aan. Is het nog heel erg vroeg? Zet dan je koptelefoon op. En 'dance and sing like nobody's watching!' De beweging activeert je lichaam, daardoor krijg je meer energie en voel je je blijer. Een mooie start van de dag! Tussendoor dansen en zingen mag natuurlijk ook; hoe meer hoe beter!

**Neem 's ochtends eens een koude douche!** Een koude douche? Brrrr... Toch is het heerlijk! Bouw het op. Douche de eerste paar keren jezelf aan het einde van je douchebeurt af met koud water. Begin bij je voeten en eindig bij je hoofd. Na een aantal keren raak je eraan gewend en kun je steeds langer met koud water douchen. Het geeft je een fit gevoel.

**Lach! Ook naar anderen!** Als we lachen dan maakt ons lichaam het stofje endorfine aan. Hierdoor voelen we ons blijer. Heb je niets om te lachen? Maak dan een glimlach. Alleen al door te glimlachen, ga je je blijer voelen. En glimlach ook eens naar anderen die je tegenkomt. Ook al ken je ze niet. Heel vaak krijg je een glimlach terug. Daardoor geef je niet alleen jezelf maar ook een ander een blijer gevoel.

**Meer tips nodig?** Ga naar [www.3vitaal.nl](http://www.3vitaal.nl); op [www.3vitaal.nl](http://www.3vitaal.nl) staan nog meer tips om een najaarsdip te voorkomen.

**Vitale groet,** Manon





# 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.skins.nl](http://www.skins.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 Perfector van Clarins, € 19,- [www.clarins.nl](http://www.clarins.nl)
12. Stay Naked Liquid Foundation van Urban Decay, € 39,- [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)

# MEER DAN ALLEEN HAAR

**NU OOK EEN  
BOUTIQUE BIJ  
DE KAPSALON**

MY JEWELLERY  
BIBA  
AMBIKA  
EN MEER

VOLG JE ONS AL  
OP FACEBOOK &  
INSTAGRAM?  
@LOKZKAPPERS\_BOUTIQUE

Bij Lokz in Berlicum kun je al lang niet meer alleen terecht voor het knippen van je haar. Nee, Lokz is veel meer dan een kapsalon. We zijn namelijk ook gespecialiseerd in wenkbrauwen. We epilieren met draad en verven met henna. En vergeet onze nieuwe boutique niet. Hier vind je leuke sieraden, kleding en accessoires. Maak een afspraak of kom eens langs.

Kerkwijk 9

5258 KA Berlicum

073-6896791

www.lokz.nl



Foto: Iris Wuijster, Fotografie

**Drs. Alice van der Linden**

“Als cosmetisch arts vind ik het een mooie uitdaging om uw natuurlijke schoonheid te benadrukken en u een frissere uitstraling te geven. Met subtiele veranderingen kun je al een groot effect bereiken, zonder dat uw omgeving doorheeft dat u ‘iets’ heeft laten doen. Gelukkig zien we dat het taboe op cosmetische ingrepen steeds meer verdwijnt en mensen de stap durven te zetten om eens langs te komen voor een advies.”

**Als u er goed uitziet, voelt u zich goed en straalt u dit ook uit.**

Bij **Mooi Medisch Sportief** kunt u terecht voor rimpelinspuitingen met botox of hyaluronzuur. Ook verzorgen wij anti-transpiratiebehandelingen, littekencorrecties en behandelingen tegen verschillende huidaandoeningen en migraineklachten.

**mooi medisch sportief**  
rimpelinspuitingen

Achterstraat 4 Helvoirt  
06-17028131

info@mooimedischsportief-denbosch.nl  
[www.mooimedischsportief.nl/helvoirt](http://www.mooimedischsportief.nl/helvoirt)

COLUMN/MOOIMEDISCHSPORTIEF

## Pigmentvlekken

Pigmentvlekken: de een vindt ze mooi en authentiek. De ander is ze liever kwijt dan rijk. Maar wat zijn pigmentvlekken? En hoe zijn ze te behandelen?

Pigmentvlekken zijn verkleuringen van de huid. Deze pigmentatie wordt veroorzaakt door een overproductie van melanine, het pigment dat onze huid, onze ogen en ons haar een natuurlijke kleur geeft. Door diverse factoren wordt deze overproductie, ook wel hyperpigmentatie genoemd, in gang gezet. De belangrijkste hiervan zijn blootstelling aan de zon, huidveroudering, huidbeschadiging na acne of ontstekingen, hormonale schommelingen of als gevolg van bepaalde ziekten.

Hoewel een pigmentvlek in het algemeen geen klachten geeft, kan het als ontsierend worden ervaren. In dat geval zijn er verschillende mogelijkheden om hyperpigmentatie te verminderen dan wel te laten verdwijnen. Door de grote invloed van de zon bij het ontstaan van hyperpigmentatie is het allereerst aan te raden de huid te beschermen tegen de schadelijke uv-stralen. Daarnaast zijn er ingrediënten in huidverzorgingsproducten die een bewezen werking hebben. Ook een peeling of microneedling behoort tot de behandelopties. Een peeling is een krachtige behandeling, waarmee de bovenste huidcellen en de pigmentkorrels worden verwijderd. De huid vernieuwt en verbetert, waardoor die er frisser en jonger uit ziet. Je kunt een peeling of microneedling inzetten om pigmentvlekken te verminderen, maar ook om acne-littekens en andere oneffenheden te behandelen.

**Drs. Alice van der Linden**, cosmetisch arts  
**Mariëlle van Gestel**, schoonheidsspecialiste

**Wilt u graag persoonlijk advies?  
Maak een afspraak,  
dan bespreken we de opties!**



**Kijk uit.** Jezelf mooier maken kan leuk uitpakken.  
Een geslaagde ingreep begint bij een goede arts.





# Toe aan een massage?



WELKE  
MASSAGE  
KIES JIJ?

In de hectiek van alle dag vergeten we vaak even te ontspannen. Maar juist op die momenten is het extra belangrijk om even een momentje voor jezelf in te plannen. Een massage is hier uitermate geschikt voor.

Door goed voor jezelf te zorgen en je lichaam regelmatig een massage te gunnen, merk je al snel dat je er ook iets voor terug krijgt. Spieren voelen soepeler aan, stress vermindert én je krijgt meer energie. Bij CloudSeven kan je kiezen uit de volgende massages: klassieke ontspanningsmassage, hoofdmassage, nek-, rug- en schoudermassage, bindweefselmassage, sportmassage, magnesiummassage en zelfs een voetreflexmassage.

### Ben je toe aan wat 'Me-time'?

Breng dan eens een bezoek aan CloudSeven Studio in Vught.

Combineer je massage met een float-sessie, zo heb je dubbele ontspanning!

Je kunt ook terecht voor een Icoone-behandeling of verwen je nagels!

CloudSeven Studio | Relax - Refresh - Recharge | Helvoirtseweg 130 Vught  
073-8509446 | recharge@cloudsevenstudio.com | [www.cloudsevenstudio.nl](http://www.cloudsevenstudio.nl)

## Cappuccino

vlaaien - gebak  
taartjes - bonbons  
broodjes - koffie

7 dagen in de week  
voor u geopend!

De Driesprong 7 - 8 Rosmalen  
073 690 00 70

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



## Probeer daar maar eens af te blijven!



**Cappuccino, een gezellige plek om een overheerlijke cappuccino of een kopje koffie te drinken.**

Maar dat is niet het enige wat wij te bieden hebben. Cappuccino werkt samen met Houwens Vlaai. Dat wil zeggen dat wij ook het adres zijn voor echte Limburgse vlaaien in meer dan 30 verschillende soorten vlaaien, zoals aardbeinvlaai, brownievlaai en perenvlaai. Maar ook voor een supervers belegd broodje of zalige bonbons ben je hier aan het juiste adres.

**Voor welke smaak je ook gaat... het wordt lastig om er van af te blijven!**

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

# Tussen de schuifdeuren

In die tijd waren ze bezig met een nieuwbouwhuis waar een Kamer Ensuite in kwam. Dit was de eerste Ensuite die ze samen maakten en het begin van het bedrijf Ensuite.

- Classic
- Pure
- Modern
- Steel

## Deel je woonkamer in tweeën

Met een Ensuite, de separatiewand in de woonkamer, hebben Paul en zijn vader een product dat veel mensen aanspreekt en tegelijkertijd niet zomaar overal verkrijgbaar is. Door middel van schuifdeuren deelt de ensuite een woonkamer in tweeën.

De Ensuites zijn verkrijgbaar in vier verschillende varianten:

## Alles in eigen beheer

Laat je een separatiewand plaatsen door Ensuite? Dan heb je van begin tot eind één aanspreekpunt. De verkoop, productie en installatie in huis vinden volledig in eigen beheer plaats.

Ensuite werkt uitsluitend met merken van A-kwaliteit, die in de eigen spuiterij in elke RAL-kleur kunnen worden gespoten.

## Door heel Nederland

Met zijn bedrijf plaatst Paul Ligtvoet Ensuites door het hele land, voornamelijk bij nieuwbouwprojecten voor particulieren.

Daarnaast ondersteunt Ensuite ook collega-interieurbedrijven bij het realiseren van Ensuites en werkt Paul veel samen met binnenhuisarchitecten. Zie jij het al voor je, een ensuite in je woning?

HEB JIJ AL EENS GEDACHT AAN EEN ECHTE ENSUITE IN JOUW WONING?

Samen met zijn vader begon Paul Ligtvoet in 2001 met Ensuite. Vanwege zijn liefde voor interieur, was de keuze al snel gemaakt om zijn bedrijf te richten op interieurbouw.

“KAMER ENSUITE IN EEN MODERNER JASJE GEGOTEN”



*We make you feel at home!*

Eigenaar: Paul Ligtvoet  
Nijverheidsweg 8 Oosterwijk | 013 – 521 06 33  
info@ensuite.nl | info@ensuite.nl



SEIKO PROSPEX SPB103J1



Bij de Seiko Prospex herenhorloge is een prachtige combinatie gemaakt van het edelstaal van de kast met het geweldige edelstaal voor de band. Dit model is voorzien van een kwalitatief prima en automatisch uurwerk. Het glas van dit horloge is hardlex en het horloge is 20 ATM (duiken) waterdicht. **Vergeet ook niet te kijken naar de kleur groen van de wijzerplaat van deze Seiko Prospex Automatic SPB103J1 Diver!**

Verkrijgbaar bij

*Sinds 1956*  
**Juwelier**  **Schute**

Achter de Driesprong 1 | Rosmalen

073 - 521 88 71

# Vijf tips VOOR *langer haar*

LOOKING/GOOD

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 HITBESCHERMING

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 wikkelt, 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.

40



Ms More is een laagdrempelige schoonheidssalon en nagelsalon gespecialiseerd in behandelingen voor gezicht, lichaam en handen en voeten. Sinds dit voorjaar is de zaak van Sonja van Dijken, Vera Hensen en Jill van Eijk gevestigd aan de Burgemeester Godschalxstraat 39 in Den Bosch.

Je bent van harte welkom!

**ms more!**  
beauty / nails / permanent makeup

Burgemeester Godschalxstraat 39  
Den Bosch (Empel)

073-2110010  
info@msmore.nl  
www.msmore.nl

# Freeze!

Bent u al bekend met onze Venus Freeze behandeling? You better be!

Een behandeling met de Venus Freeze is de meest effectieve, veilige en natuurlijke manier om te werken aan huidverjonging, huidverstrakking en bodycontouring. Het is een niet-invasieve en pijnloze behandeling aangedreven door de gepatendeerde MP<sup>2</sup> technologie, een unieke combinatie van radiofrequentie en magnetische pulsen (MP<sup>2</sup>). De behandeling voelt aan als een hot stone massage die zowel ontspannend als zeer effectief werkt op het gebied van huidverbetering.

Door de MP<sup>2</sup> technologie zijn wij in staat om niet alleen op uw huidige collageen te werken maar maken wij ook nieuwe groeifactoren in de huid aan die zorgen voor nieuwe collageen aanmaak en maken we gelijktijdig nieuwe, gezonde bloedvaatjes aan.

**De Venus Freeze is inzetbaar op zowel gezicht en lichaam en is de oplossing voor:**

- Het verbeteren van contouren
- Het verminderen van cellulite
- Het verjongen en verstrakken van de huid
- Het verminderen van huidverslappingen
- Het verminderen van fijne lijntjes en rimpels
- Het verminderen van omtrek



**BENIEUWD NAAR WAT WIJ MET DE VENUS FREEZE VOOR U KUNNEN BETEKENEN?**

**WIJ VERWELKOMEN U GRAAG OM DE MOGELIJKHEDEN TE BESPREKEN EN SAMEN TE WERKEN AAN EEN STRAKKERE ÉN GEZONDERE HUID.**

41

# SHARE FIT NULAND



**Wist je dat Share-Fit meer is dan een sportstudio? We helpen mensen verder op het gebied van sport en een gezonde lifestyle.**

We zijn vanaf oktober gestart met ons nieuwe **lifestyleplan After Sun**. Dit plan is de opvolger van het succesvolle Summer Ready-plan, wat we voor de zomer zijn gestart. Hierbij hebben 10 vrouwen en 7 mannen doelgericht gewerkt aan hun lifestyle en er alles aan gedaan om hun doelen te behalen, dit met succes!

Met ons After Sun 12 weken plan wordt je begeleid op het gebied van voeding en training. In groepsverband ga je onder begeleiding van een personal trainer aan de gang met onze, speciaal hiervoor ontworpen, trainingsschema's. Je krijgt een voedingsplan in onze app, deze kun je zelf personaliseren naar jouw behoeftes. Natuurlijk is dit altijd super visie van onze coaches. Ook wordt je voortgang bijgehouden, dit wordt gedaan middels weeg/meet/coach momenten.

We maken aan de hand van deze resultaten aanpassingen in je voedingsplan. Je krijgt ook toegang tot het besloten online platform (share-fit app) (PRO-functie) voor leuke weetjes en tips. In de app vind je tevens andere oefeningen, workouts en kun je ook je voortgang terug zien!

**BENIEUWD GEWORDEN? In januari starten we met ons Take off Plan!**  
Neem een kijkje op onze website [www.share-fit.nl](http://www.share-fit.nl) of kom langs voor meer info!



**Share Fit**

Akkerstraat 34 Nuland | 073-6898654 | [info@share-fit.nl](mailto:info@share-fit.nl) | [www.share-fit.nl](http://www.share-fit.nl)

42

**BEX**  
THEATER  
**NEJ**



## AVONDJE FILM

*A Star is Born & De Dirigent*

Do. 10 okt. & 24 okt. | aanvang 20:00u

**CHRISTEL DE LAAT**

*Zijn daar nog vragen over?*

Vr. 1 november | aanvang 20:15u

**UITVERKOCHT**



## HANSSI KAISER

*Duitse schlagers uit de jaren zeventig*

Za. 2 november | aanvang 20:15u

## BRABANTSE MIDDAG

*Met Trio Mari de Bijl & Dè Velt Op*

Zo. 3 november | aanvang 14:00u



## STEVEN BRUNSWIJK

*Van Slaaf tot Meester*

Do. 21 november | aanvang 20:15u

## REMCO CLAASSEN

*Beste leiderschapstrainer van Nederland*

Do. 28 november | aanvang 20:15u



## SINTERKLAAS EN DE VERDWENEN MIJTER

*Kindervoorstelling*

Za 30 nov. 14:00u | Zo 1 dec. 11:00u & 14:00u

## FOUTE ZOMERBINGO

*Bingo en zomers vermaak*

Za. 7 december | aanvang 20:00u



**BENELUXTHEATER**

Den Durpsherd, Kerkwijk 61, 5258 KB Berlicum

073 737 0259 | 073 503 2016 | [kaartverkoop@beneluxtheater.nl](mailto:kaartverkoop@beneluxtheater.nl) | [info@beneluxtheater.nl](mailto:info@beneluxtheater.nl) | [www.beneluxtheater.nl](http://www.beneluxtheater.nl)

43



van der Donk Group

## Een betrouwbare partner met persoonlijk advies: Van der Donk Beveiliging

De statistieken spreken boekdelen; het is zowel voor een particulier als voor een onderneming haast onvermijdelijk om vroeg of laat slachtoffer te worden van inbraak, overval of brand. Een ingrijpende gebeurtenis die niet alleen materiële en financiële schade met zich meebrengt – vooral de emotionele schade draagt u lang met zich mee.

Voor materiële schade kan men zich verzekeren, echter veel verzekeringsmaatschappijen stellen zich kritisch op bij het accepteren van een risico. Het wordt steeds vaker van u verwacht dat u preventieve maatregelen treft. Verzekeren voor emotionele schade bestaat niet, maar met het treffen van de juiste preventieve maatregelen kunnen we de kans op de emotionele gevolgen van een inbraak of brand wél minimaliseren.

Bent u slachtoffer geweest van inbraak, overval of brand? Of wilt u preventief maatregelen nemen om uzelf, uw dierbaren of personeel, uw waardevolle eigendommen en pand te beschermen? Dan heeft u behoefte aan een betrouwbare partner die u gedegen advies geeft, die met u meedenkt en de voor u perfecte oplossing biedt. Zodat u uw woning of bedrijfspand weer met een gerust hart achter kunt laten.

**KIJK VOOR MEER INFORMATIE OP [WWW.VANDERDONKBEVEILIGING.NL](http://WWW.VANDERDONKBEVEILIGING.NL) OF NEEM CONTACT OP VIA T.: 073-5210555**



[WWW.VDDONKGROUP.NL](http://WWW.VDDONKGROUP.NL)  
[WWW.QCONNECTA.NL](http://WWW.QCONNECTA.NL)  
TEL: 073-5210555



**Grand café Rosmaelen**  
info@rosmaelen.nl  
Dorpsstraat 69  
Rosmalen  
073-5221193

### VERKOOPPLANNEN?

Overweegt u een verkoop van uw woning of bedrijf door ons kantoor dan kunt u ons vrijblijvend uitnodigen om een waardebepaling te doen.

Door ons wordt bekeken wat wij inschatten wat uw woning bij verkoop zal gaan opleveren. Mondeling geven wij dan deze waarde aan u en tevens adviseren wij u wat een goede vraagprijs is. Voor een waardebepaling worden geen kosten berekend. Meer informatie, we komen graag bij u langs.

## KOM EENS KIJKEN IN ROSMAELN

### BENT U AL EEN KEER WEZEN KIJKEN IN ONZE ZAAK?

In een oude gerenoveerde villa gelegen aan de Dorpsstraat 69 is een bijzonder horecabedrijf gevestigd. Met name de onder architectuur gebouwde moderne serre aan het Harry Coppensplein is een eyecatcher. Grand Café Rosmaelen is gelegen midden in centrum Rosmalen op een unieke locatie centraal gelegen in het nieuwe winkelcentrum de 'Mael' in het hart van Rosmalen. In het Grand Café Rosmaelen bent u welkom voor uw lunch en diner. Ook zijn er verschillende mogelijkheden voor vergaderingen en diverse andere activiteiten en evenementen.



**Penning's Onroerende Zaken**  
Dorpsstraat 69  
info@penningsoz.nl  
Rosmalen  
073-5221193

VBO MAKELAAR



**vleespakketten**  
van het Brandrode rund

**Eerlijk vlees, heerlijk vlees.**

Pakketten van het Brandrode rund variëren van 3 kilogram tot 8 kilogram en bevatten diverse soorten puur en lekker vlees.

Het vers ingevroren vlees is in de vriezer tot circa een jaar houdbaar!

De Brandrode runderen groeien rustig in de kudde op met alleen gras op het menu. Kijk voor meer info op: [vleespakketteninonsstraatje.nl](http://vleespakketteninonsstraatje.nl)

**vleespakketten**  
In ons straatje

Kruisstraat 32 • 5249 PA Rosmalen • 06 - 122 063 46  
[info@inonsstraatje.nl](mailto:info@inonsstraatje.nl) • [vleespakketteninonsstraatje.nl](http://vleespakketteninonsstraatje.nl)

## Gevers Tuinprojecten zet de bloemetjes buiten

Van een tuin met veel terrastegels, een Engelse tuin, kunstgras of juist veel verschillende siergrassen tot complete watertuinen inclusief verlichting: Gevers Tuinprojecten verzorgt het allemaal!



Schoolstraat 30 Rosmalen | 06-36486119 | [geversgroen@hotmail.com](mailto:geversgroen@hotmail.com)  
[www.geverstuinprojecten.nl](http://www.geverstuinprojecten.nl)

## PEDAGOGISCHE COLUMN/SANDRA VAN KRIEKEN PEDAGOGISCH COACH VAN KINDEROPVANG 'T GOUDVISJE

De manier waarop een kind naar zichzelf kijkt, is van invloed op zijn zelfvertrouwen en de manier waarop het in het leven staat. Als een kind positief over zichzelf denkt heeft het meer vertrouwen.

# 'Ik wil niet dat mijn kind onzeker is'

### Hoe ontwikkelt het zelfbeeld?

Het zelfbeeld van een kind wordt door ontwikkelingspsycholoog Steven Pont vergeleken met een emmer. Bij de geboorte van een kind is de emmer leeg, de emmer wordt gaandeweg gevuld door het contact met mensen om hem heen. Door de emmer met positieve ervaringen te vullen beïnvloed je het zelfbeeld.

Als ouder speel je hierin een belangrijke rol.



Dit kan bijvoorbeeld door te focussen op positieve ervaringen, liefde en aandacht te geven, complimenten te uiten en écht te luisteren naar je kind. Of door je kind te stimuleren zelfstandig beslissingen te nemen.

Daar waar het loslaten soms echt een uitdaging kan zijn, leer je je kind daarmee zelf keuzes te maken en leert hij zijn grenzen te ontdekken en positieve ervaringen op te doen.

Waardevolle leermomenten zijn de situaties waarin het anders verloopt dan het kind gedacht had. Zeker wanneer je als ouder je kind ondersteunt in zijn beslissingen, ook al blijkt deze achteraf niet de beste te zijn.

**Ga samen in gesprek en geef je kind vertrouwen in de keuzes die hij wil maken. Geef je kind de ruimte zijn eigen gevoel te volgen, dit is van enorme waarde voor een positief zelfbeeld van je kind!**



073-5221670 | [info@goudvisje.nl](mailto:info@goudvisje.nl) | [www.goudvisje.nl](http://www.goudvisje.nl)



# 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



# 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 zelfgemaakt 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://sodastreamstore.nl)



sodastream®

BANAAN  
ruchten  
NGO  
uzebeker  
IRT

PEEK MOCCA  
Tiramisu  
Melaen noot  
AARDBEI  
Kola  
KA  
RA  
MEL  
OUBLIEHO  
Vanille  
Pist

Vers bereid ijs  
Since 1996

Chocolade  
FAIRTRADE & BIOLOGISCH

**La Vittoria**

IJs & Chocolade Dorpsstraat 57 Rosmalen

HET WORDT KOUDER,  
DE DAGEN WORDEN KORTER...



We hebben mooie nieuwe behandelingen en fijne boosters. Ook de mooie collectie van Ted Sparks is bij ons te koop en de nieuwe collectie van IXXXI is op voorraad  
**Zo krijg je zin in de herfst!**

**Anne**  
Schoonheidssalon  
exclusieve huidverbetering

Cronenakker 1 Nuland | 073-5324724 | [www.schoonheidssalonanne.nl](http://www.schoonheidssalonanne.nl)

**NIUW:**  
OP ONZE SITE  
KUNT U ONLINE  
UW AFSpraak  
INPLANNEN

# CITROËN PRO AL 100 JAAR DE ALLESKUNNER



**NIUWE CITROËN BERLINGO VAN**  
20 rijhulpsystemen

**CITROËN JUMPY**  
Tot 1535 kg laadvermogen

**CITROËN JUMPER**  
4 lengtes en 3 hoogtes



**VOS**  
Gewoon goed.

Den Bosch - Rietveldenweg 58A - 073 621 9023  
Waalwijk - Zanddonkweg 2 - 0416 33 33 21  
Genderen (occasion center) - Genderensedijk 11 - 0416 35 11 05

[info@vosgewoongoed.nl](mailto:info@vosgewoongoed.nl) - [www.vosgewoongoed.nl](http://www.vosgewoongoed.nl)



## Persoonlijke sieraden

Maatwerk & originele ontwerpen

Ontwerpster Corina Rietveld denkt graag met je mee over een persoonlijk ontwerp. In haar atelier in Rosmalen kan je terecht voor advies op maat. Van originele trouwringen tot het omsmelten van oude sieraden naar een modern ontwerp.

**Persoonlijk ontworpen en met aandacht gemaakt. Voor jou!**



Corina Rietveld Jewelry  
Westeind 6 Rosmalen | 06-24509399  
info@corinarietveld.nl | [www.corinarietveld.nl](http://www.corinarietveld.nl)

# P!MPT

WONING  
Re-styling  
Ontruiming  
Verkoop klaar maken

[www.pimpt.eu](http://www.pimpt.eu) Venstraat 43A Rosmalen  
Winkel open iedere zondag van 12 tot 16uur  
06-19361681 (Jolanda) of 06-37684490 (Bianca)

### Wist je dat een voetbad helpt om negatieve energie af te voeren?

Wist je dat etherische- en of massageolie een sterke werking en invloed heeft op je fysieke en mentale gesteldheid? Wist je dat aangeraakt worden goed is voor het welbevinden van de mens?



**Heb je interesse? Neem dan contact op via 06 37654544 of [info@sabinemasseert.nl](mailto:info@sabinemasseert.nl)**

Helster 8 Berlicum  
[www.sabinemasseert.nl](http://www.sabinemasseert.nl)

# Oktober

**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, geef 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.

# WONING VAN DE MAAND



KOMWONEN in deze zeer ruime en lichte woning (4 woonlagen!) Goed afgewerkt en onderhouden woning met een ruime woonkeuken op de begane grond en 4/5 slaapkamers. Woonoppervlakte: 156 m<sup>2</sup>, inhoud 540 m<sup>3</sup>, Vraagprijs: € 375.000,- kk.



**KOMWONEN MAKELAARS** Rosmalen | 073-3035334  
info@kom-wonen.nl | [www.kom-wonen.nl](http://www.kom-wonen.nl)

In Tilburg en Oss op zoek naar een deskundige tandarts die uw gebit samen met u gezond houdt en waar u tevens voor cosmetische behandelingen terecht kunt?

Kom dan naar  
Tandarts  
**STEENBERGEN**

Wij willen u graag laten zien wat wij zoal voor u kunnen betekenen en hoe we met onze patiënten omgaan.

**Tot ziens!**  
We hopen u binnenkort te mogen verwelkomen.



Medicijnstraat 120, Oss  
**0412-639722**  
Kruisvaardersstraat 157, Tilburg  
**013-5352535**  
[www.tandarts-steenbergen.nl](http://www.tandarts-steenbergen.nl)

Een bezoek aan de tandarts zorgt ervoor dat ziekten en afwijkingen aan het gebit zoveel mogelijk worden voorkomen. Voor uw gezondheid adviseren wij uw gebit twee keer per jaar te laten controleren om te voorkomen dat u klachten krijgt.

## Tandarts nodig?

Tijdens deze controle worden uw eigen tanden en kiezen, maar ook kronen en/of bruggen en prothese, uw tandvlees; eigenlijk de gehele omgeving in de mond onderzocht op slijtage en aanstaande ongemakken door plaque. Ook wordt met u de mondverzorging doorgenomen, omdat een goed onderhoud van het gebit een must is voor uw gezondheid. Een ontsteking in uw mond, hoe klein ook, kan namelijk elders in het lichaam voor problemen zorgen.

### Altijd in overleg

Mocht tijdens deze controle blijken dat uw gebit een extra behandeling heeft, dan bespreken wij dit eerst met u alvorens te starten. Wij leggen u ook de kostenspecificatie voor.

Een kleine behandeling zoals een gebitsreiniging kan meestal tegelijk met de periodieke controle worden uitgevoerd. Tandarts Steenbergen probeert voor u kosten en tijd te besparen door zoveel mogelijk (be)handelingen in één afspraak te plannen. Heeft u klachten die u wilt laten behandelen tijdens de controleafspraak, geeft u dat dan tijdig aan ons door, zodat voor u extra tijd kan worden gereserveerd.

**In onze praktijk kunnen we veel voor u betekenen. Neem contact op voor een vrijblijvende afspraak.**



## Mode VOOR IEDERE VROUW

Onze merken: Aventures des Toiles - Elsewhere  
Masai - Nör - Sani Blu - Simclan - Vetono  
Yellow Label - Zeitlos - Zilch

Basic: Anna Montana - Kunert - Slippely - Stehmann  
Sieraden van Zsiska

U kunt bij ons terecht voor maat 34 t/m 48.



**Boetiek Gaya** | Schoolstraat 14 Rosmalen | **073-6897723** | info@boetiekgaya.nl | [www.boetiekgaya.nl](http://www.boetiekgaya.nl)



Voor de 'prille-liefdes-op-zoek-naar-spanning' maar ook voor de 'doorgewinterde-ontdekkingsreizigers'. Dus voor alle avonturiers... Ik kom graag bij je langs om samen je ideale vakantie te vinden. Tot snel, Miriam

#### TUI at Home

- > Eén vertrouwd gezicht
- > 24/7 bereikbaar
- > De beste deals speciaal voor jou
- > Met de garanties van TUI

> [WWW.TUIATHOME.NL/MIRIAM-VANEEKELEN](http://WWW.TUIATHOME.NL/MIRIAM-VANEEKELEN)

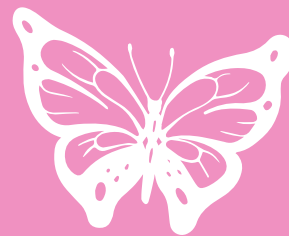
Rosmalen > Tel. 06 46801543 > [miriam.van.eekelen@tui.nl](mailto:miriam.van.eekelen@tui.nl)



# OPVALLEN

## IN JOUW REGIO?

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



# Herfst

## Het liefst zou ik in mijn chocolade- melk kruipen



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



**Kitty Wolf is al 15 jaar 'poepdokter'.**

Zij is de grondlegger van het combineren van darmspoelingen met emoties. Als sportlerares heeft zij niet lang gewerkt. Zij wilde iets betekenen voor de mensen op gezondheidswak. Na het volgen van de Mastery University van Anthony Robbins en de opleiding tot darmtherapeut, is zij begonnen in haar eigen praktijk. Al 15 jaar heeft zij een bloeiende praktijk en leidt zij het merendeel van de darmtherapeuten op in Nederland en Europa.

**Colon in Balance**  
PRAKTIJK VOOR COLONHYDROTHERAPIE

Dom S Dubuissonstraat 38  
Berkel-Enschot  
06 - 52 06 36 42  
[www.coloninbalance.com](http://www.coloninbalance.com)

# DARMSPOELINGEN

## WEL OF NIET GEZOND VOOR U?

**In deze column wil ik u graag uitleggen wat mijn visie is en wellicht kunt u zich hierin vinden. De vragen die ik al 15 jaar krijg als ik zeg wat ik doe is: Maar hoe gaat dat dan? En waarom? En doet het pijn? En welke mensen laten dit doen? Is dat niet vies?**

Ik zal u als lezer antwoord geven op bovenstaande vragen in Jip en Janneke-taal. U snapt dat ik niet alles 100% kan uitleggen in een kleine column, wel het belangrijkste om u te inspireren om verder te kijken wat het voor u kan betekenen.

U ligt na een grondig intakegesprek op een behandeltafel met ontbloot onderlijf met een handdoek om u heen. Na het voelen van de buiken krijgt u een dun buisje in uw kringspier en via een toevoerslang gaat schoon warm en gefilterd water uw dikke darm in. Zodra u aandrang krijgt gaat het water met afvalresten via dat dunne buisje, via een afvoerslang naar het apparaat en via het kijkvenster verlaat het uw lichaam.

Dit proces zorgt ervoor dat ziektes minder snel kans maken. De darmflora blijft juist in balans en wordt niet verstoord zoals tegenhangers beweren. Als je niet spoelt, dan raakt de flora juist verstoord waardoor je sneller kans hebt op ziektes.

Het is een pijnloze behandeling. Het dunne buisje gaat met bevochtigingsgel naar binnen op de uitademing. En voor de hele strakke kringspieren gebruik ik kindercanules want vanaf 6 jaar zou je theoretisch kunnen spoelen.

Darmspoelingen zijn absoluut geen wondermiddel maar het is in mijn ogen de best mogelijke eerste stap om uw gezondheid weer te herwinnen als u lichamelijke of psychische klachten heeft. Ik adviseer altijd om in overleg te gaan met uw eigen gevoel en als uw gevoel positief is, dan hoor ik u graag via 06-52063642 of u stuurt mij een mail naar [kitty@coloninbalance.com](mailto:kitty@coloninbalance.com).

Tot medio oktober ben ik nog gevestigd in Berkel-Enschot en daarom krijgt u **10% KORTING** op een kuur van 3 behandelingen. Daarna zal mijn praktijk gevestigd zijn in Nuland.  
**Kijk voor meer informatie op [www.coloninbalance.com](http://www.coloninbalance.com)**

# Alles voor een goed hondenleven!

By Jehnna is het bedrijf van Jehnna Deems, gediplomeerd voedingsdeskundige voor honden en geeft voedingsadviezen op maat.

Daarnaast verkoopt zij ook voeding en lekkere gedroogde snacks voor uw viervoeter.

Uw bestelling kan verzonden worden via de pakketdienst, gratis aan huis worden bezorgd in Den Bosch en Rosmalen op de vrijdagmiddag met haar eigen bezorgroute of u kunt uw bestelling afhalen op afspraak.

**Bent u op zoek naar natuurlijke snacks of ander voer voor uw hond?** Is uw hond een slechte eter? Maak een afspraak via de e-mail en kom wat proefmonsters ophalen!



Jehnna



Uw Hondenleven – By Jehnna  
Schout van Ranststraat 2 Den Bosch  
info@byjehnnna.nl | [www.byjehnnna.nl](http://www.byjehnnna.nl)

## Lichaam, ziel en geest!



Waarom reflexologie goed werkt voor het lichaam, ook wanneer er 'geen' klachten zijn.

Het is een holistische methode om via de kracht van aanraking gezondheid en welzijn te bevorderen. Bij voetreflexmassage worden de reflexpunten in de voeten gestimuleerd om het totale lichaam een reactie te geven: zie het als een ontspanning.

Ook wel het activeren van het zelfgenezend vermogen genaamd. De afvalstoffen die opgeslagen zijn in het lichaam worden afgevoerd en worden emoties verwerkt waardoor je ze kunt laten gaan. Daardoor krijg je meer ruimte, bewustwording en helderheid!

Voetreflexmassage is voor iedereen, baby's, kinderen, volwassenen, gezond of met wat klachten!



Zuster Gertrudosingel 58  
Rosmalen  
info@sylsclarity.nl  
[www.sylsclarity.nl](http://www.sylsclarity.nl)

## VOOR EEN HEERLIJKE BARBECUE, MAAR OOK ZEKER VOOR JE DAGELIJKSE STUKJE VLEES!

WANT DAT VLEES VAN DE BARBECUE, SMAAKT OOK ERG  
LEKKER UIT EEN KOEKENPAN!

### RECEPT TIP!



- biefstuk(spies)
- Coffee Black Pepper
- groene asperges
- doperwten
- parelcouscous

Kook de parelcouscous en de doperwten los van elkaar volgens de aanwijzingen op de verpakking. Roerbak de asperges in een pan en bak daar kort de stukjes biefstuk bij. Als de parelcouscous en doperwten gaar zijn, meng je deze door de biefstuk en groene asperges.  
**Eet smakelijk!**



Vers Vleesboerderij Savelkouls  
Hustenweg 8, 5236 BC Empel  
[www.versvleesboerderij.nl](http://www.versvleesboerderij.nl)  
073 - 644 61 61  
info@vnb-savelkouls.nl



**Foto's  
afdrukken  
vanuit je  
mobiel  
of tablet?**



Klaar terwijl je wacht \*Formaten boven 20x30: 1 werkdag



De Driesprong 5 Rosmalen 073 521 75 16  
info@fotokiekshop.nl www.fotokiekshop.nl

## Het spoor bijster?

Ik help je in de zoektocht naar je dromen...  
Jij en ik 4 you  
Make it happen!



Sabine Eijkemans | Jij en ik 4 you Ontwikkeling & Coaching | 06 22 18 87 56



**Al 5 jaar op de nieuwe locatie!**

# Zicht & Zo

Onderdeel van Kerf Brillen BV

Vierde Morgendreef 10 Den Bosch | 073 641 6612  
www.zichtenzo.com



*Dit wil jij ook!*

## CREËER EEN MOOIE OPEN LOOK MET JOUW EIGEN WIMPERS!

**Geef je wimpers een boost met wimperlifting!**  
Door je eigen wimpers een mooie krul te geven en te verven creëer je van je eigen wimpers een open frisse look. Geen extensions meer die je wimpers alleen maar doen uitvallen!

Bij YOLO Kappers is Daphne is onze specialiste hierin. Je kan een afspraak bij haar maken op donderdag, vrijdag en zaterdag!



Dorpsstraat 109 Rosmalen | 073-8884411  
info@yolokappers.nl | www.yolokappers.nl

**KEEP CALM  
AND LET  
#YOLO  
WORK THEIR  
MAGIC**



## MINDER STRESS MEER IN BALANS!

### *Haptotherapie*

Met haptotherapie leer je opnieuw luisteren en handelen naar jouw behoeften én gedachten. Zo ontwikkel je inzicht in je vaste patronen en overtuigingen. Met als resultaat meer ontspanning en meer gevoel voor jouw kracht en mogelijkheden!

### *Je grenzen aangeven*

Mis je de subtiele signalen van je lijf, of is het moeilijk om je grenzen aan anderen duidelijk te maken? Dan loop je risico op bijvoorbeeld stress, somberheid of burn-out klachten. De actief-ontspannen behandelingen bij 2STROOM Haptonomie in Praktijk zijn gericht op je hele mens-zijn. Zo praten we niet alleen, we doen ook lichamelijke ervarings-oefeningen. Ben je benieuwd of haptotherapie iets voor je is, vraag dan nú een introductiegesprek aan!



**2STROOM** &  
haptonomie in praktijk

[www.2STROOM-haptonomie.nl](http://www.2STROOM-haptonomie.nl)

Stadsboerderij Eyghentijds Rosmalen



## FOODBAR BOTTLES

# LUNCH BORREL LIVEMUZIEK

*We zien je graag!*

De Driesprong 34-35 Rosmalen  
(073) 68 97 641 | [info@cafebottles.nl](mailto:info@cafebottles.nl)

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

MICHAEL PILARCZYK



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*

# Dit is de 'ik-kon-dezelfde-dag-alweer-een-wasje-draaien'-reparatie-service



We hebben een eigen technische dienst en reparatie-service. Een storing meld je eenvoudig online of via de telefoon en vaak zijn de monteurs al binnen één dag bij je thuis. - Jurgen



**Verstand van zaken**  
Ook dát is Lunenburg Service

Nuland • Duyn en Daelseweg 35  
Rosmalen • Verlengde van Meeuwenstraat 2  
073 532 23 32 • [www.lunenburg.nl](http://www.lunenburg.nl)

**Lunenburg**



Hele cup BH  
Rosa Faia Selma  
€ 69,95



Voorgevormde BH  
Fantasie Memoir  
€ 62,95

De nieuwe  
collectie is  
binnen!



Plunge BH  
Freya Love Note  
€ 46,95



Hele cup BH  
Plaisir Valentine € 64,95



Plunge BH  
Freya Wild  
€ 51,95

GRATIS  
PARKEREN!

**FARFALLINA**  
LINGERIE | BADMODE

DE GROTE CUPMATEN SPECIALIST IN NEDERLAND  
Catelijnen 9 Rosmalen | 088-1122200 | [www.farfallina.nl](http://www.farfallina.nl)

# 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**

BANG ZIJN WAS NOG NOOIT ZO LEUK!

GHOST/STORIES

# BLOEDSTOLLENDE VOORSTELLING



Horror op het toneel. Het is een combinatie die je niet heel veel ziet. Maar daar komt dit theaterseizoen verandering in als De Theater BV de West End-hit Ghost Stories naar de Nederlandse theaters brengt. Acteurs André Dongelmans en Laus Steenbeeke kunnen niet wachten om het Nederlands publiek de stuipen op het lijf te jagen.

Ghost Stories ging in 2010 in Londen in première en werd direct door het Engelse publiek in de armen gesloten. Het verhaal gaat over professor Filip Kuiper die zijn leven heeft gewijd aan het verklaren van het onverklaarbare. Tijdens een lezing behandelt hij drie bijzondere verhalen. Hebben deze onverklaarbare verhalen iets met elkaar te maken?

Voor André Dongelmans, bekend van oa. *De Luizenmoeder* en *TorenC*, is de rol van Flip Kuiper op het lijf geschreven. “Net als Flip geloof ik echt niet in geesten. Ik denk dat er meer sprake is van toeval. Als je bijvoorbeeld heel erg met je overleden oma bezig bent, dan kan het op een gegeven moment gebeuren

dat je haar ziet”, zegt Dongelmans. Toch is hij een liefhebber van het horrorgenre. “Je ziet dit genre niet vaak in het theater. Het blijft toch een uitdaging om te zorgen dat ook de mensen die op de achterste rij van het balkon zitten, het op dezelfde manier ervaren als de mensen die in de zaal zitten.” Laus Steenbeeke, die nachtwaker Ton van Dam speelt, heeft er alle vertrouwen in dat dit gaat lukken. “Het script is bloedstollend. Ik had echt kippenvel toen ik het las”, vertelt hij. “Het is zo goed opgebouwd en heeft een enorme twist en eyeopener. Het is jammer, maar we kunnen er bijna niks over weggeven”, zegt Laus.

De acteur kijkt uit naar de voorstelling. “Een mooi script, een goede regisseur in de persoon van Joep Onderdelinden en fijne acteurs zoals mijn Klokhuis-collega André Dongelmans waren voor mij een reden om ‘ja’ te zeggen tegen Ghost Stories.” De beide mannen hebben veel zin om straks hun publiek de stuipen op het lijf te jagen. “Ik vind het leuk om er wat extra spannende elementen in te fietsen. De regisseur zal waarschijnlijk wel op de rem gaan trappen”, lacht Dongelmans. Laus Steenbeeke: “Het wordt een onheilspellende zoektocht, maar het is ook een stuk met meerdere lagen en het zijn echte karakterrollen. Ik ben daar blij mee. Bij mij denkt het publiek vaak gelijk aan lachen. Leuk om ook eens een andere kant te laten zien.”

Regisseur Joep Onderdelinden hoopt dat de voorstelling net zo succesvol zal zijn als in Londen. “Wat mij betreft is Ghost Stories nu klaar voor het Nederlandse publiek.”

Ghost Stories gaat op 31 oktober, Halloweenavond, in première in DeLaMar Theater in Amsterdam. Hierna is de voorstelling tot eind januari te zien in heel Nederland. Kijk voor meer informatie, de speellijst en kaarten op [www.ghoststories.nu](http://www.ghoststories.nu).

welcom

dé onafhankelijke  
telecomspecialist

BREED  
ASSORTIMENT  
EN EEN  
GOEDE SERVICE



**Welcom bij Nuij**

Heltheuvelpassage 264  
5224 AR 's-Hertogenbosch  
073 623 47 78  
denbosch@welcombijnuij.nl

**Welcom bij Nuij**

De Driesprong 31A  
5241 TJ Rosmalen  
073 521 07 98  
rosmalen@welcombijnuij.nl



Restaurant

# Gastvrij genieten

Kwaliteit en gastvrijheid staan hoog in het vaandel bij Onsz Gereij waar de Brabantse gezelligheid hoogtij viert. De keukenbrigade zorgt met veel creativiteit voor heerlijke gerechten, terwijl het bedienend personeel de gasten met een grote glimlach van dienst is. Iedere maand is er een ander maandgerecht voor € 14,50, kijk op Facebook voor het gerecht van deze maand. Een tafeltje reserveren kan via [Bookdinners.nl](http://Bookdinners.nl) of via [info@onszgereij.nl](mailto:info@onszgereij.nl).

Kijk voor de **laatste nieuwtjes** op de **Facebookpagina** van **Onsz Gereij**



**Onsz Gereij**

Kruisstraat 38 Rosmalen | **073-8887816**  
[info@onszgereij.nl](mailto:info@onszgereij.nl) | [www.onszgereij.nl](http://www.onszgereij.nl)

Maak kans op een:  
**sieraad naar keuze!**  
uit de collectie van **Zsiska**

t.w.v.  
**€ 50,-**



**GAYA**  
BOETIEK

Schoolstraat 14 Rosmalen | **073-6897723**  
[info@boetiekgaya.nl](mailto:info@boetiekgaya.nl) | [www.boetiekgaya.nl](http://www.boetiekgaya.nl)

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

sieraden      riemen  
sjaals        accessoire  
tassen        cadeau  
mode          exclusief

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 november de oplossing in op onze site: [www.rosmalenbruist.nl](http://www.rosmalenbruist.nl)

De Panhoeve  
WINKEL | STYLING

Bij De Panhoeve vind je merk en vintage, lamp en vloerkleed, textiel en prints. En alles wat daartussen zit! Ook voor styling en advies staan we voor je klaar!

## De Panhoeve bruist!

Neem deze pagina mee voor  
10% korting op één woon-  
accessoire naar keuze!

De Panhoeve

Geopend op:  
do-vr-za 10-17uur

Werststeeg 25, 5258 TA Berlicum | 073 50 32 552 | 06 50 51 20 84  
 /depanhoeve | [depanhoeve.nl](http://depanhoeve.nl) | [info@depanhoeve.nl](mailto:info@depanhoeve.nl)

120



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

## OPEL BESTAAT 120 JAAR EN TRAKTEERT

Direct uit voorraad van: € ~~22.120~~ voor: € 17.995

uw voordeel: **€ 4.125**

# Van Mossel