

DE MAASHORST 

NOVEMBER 2019 GRATIS MEENEMEN!  
[WWW.DEMAASHORSTBRUIST.NL](http://WWW.DEMAASHORSTBRUIST.NL)

# BRUIST

#Doeslief  
13 november Wereld  
Vriendelijkheidsdag

Win met onze  
lezersacties

Genieten van  
*comfort food*



# Het lichtpuntje van Mill

**ONS AANBOD IS VAAK NET  
WAT ANDERS DAN NORMAAL**

Edo verlichting is een begrip in het Brabantse dorp Mill. Waar de winkel voorheen ook wit- en bruingoed verkocht, is Edo van Tienen zich sinds 1997 gaan focussen op verlichting. Dit bleek een groot succes te zijn. Mensen staan versteld van het aanbod aan lampen afkomstig uit heel Europa. Daar zit vast ook pareltjes tussen voor jou!

**LAAT JE  
VERRASSEN  
IN DE  
WINKEL!**



## Zeldzaam

In de winkel vind je een groot aanbod aan unieke binnen- en buitenlampen. Deze lampen zijn afkomstig uit Duitsland, België, Denemarken en Spanje. Ze worden altijd nauwkeurig ingekocht door Edo zelf, zodat hij er zeker van is dat de lampen van hoge kwaliteit zijn. Je bent dan ook altijd verzekerd van één jaar garantie op alle lampen. Daarbij let hij op de diversiteit van zijn assortiment. Dit zorgt ervoor dat jij kan kiezen uit allerlei prachtige stijlen.

## Goed geregeld

Je bent bij Edo verlichting altijd verzekerd van goede service. Zo beschik je altijd over één aanspreekpunt, geeft Edo je graag uitgebreid advies en is de afhandeling naar wens. Het is bijvoorbeeld mogelijk om een lamp te laten bezorgen en op te laten hangen. Hierdoor heb jij, na het kiezen van een geschikte lamp, geen enkele zorgen meer. Je hoeft alleen nog maar te genieten van de functionaliteit en sfeer die de lamp met zich meebrengt.

## Er is meer

Maar dat is nog niet alles. Je kunt bij Edo verlichting ook terecht voor reparaties en een uitgebreid aanbod aan onderdelen. Er zijn zelfs nog hallogeen- en gloeilampen verkrijgbaar. Ben je daarnaast opzoek naar bekabeling voor stroom, beeld of geluid? Ook dan ben je aan het juiste adres. Edo heeft je meer te bieden dan je op voorhand zou zeggen. Ga daarom eens langs bij de winkel en laat je verrassen. Edo verlichting laat je letterlijk en figuurlijk stralen!

# HÉT HOTEL ★★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI  
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit 4 sterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-garde stijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je onze beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!  
Jouw vakantie  
begint hier!*





8



win

12



43



24



44



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** Studio Indruk  
**EINDREDACTIE** Linda Groothuijse  
**ACQUISITIE** Rick van Bijnen, 06-42720775

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

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

ADVERTEREN?  
 Mail naar  
 nl@nederlandbruist.nl  
 of bel  
 06-42720775



Foto: Ron Eskens, soowpictures.nl

November, de maand van Sint Maarten en natuurlijk de aankomst van Sinterklaas. Maar ook de maand waarin het steeds duidelijker wordt dat de winter echt niet lang meer op zich laat wachten. Kom dus maar op met die warme jassen, dikke truien en zachte plaids waaronder je je heerlijk kunt nestelen op de bank. Want wat ons betreft is november ook de start van het 'cocoonseizoen'.

## Bruisende lezer,

En wat kun je nu het beste doen tijdens het 'cocoonen' op de bank? Natuurlijk, lekker bladeren door deze nieuwste editie van Bruist. We hebben namelijk weer heel wat bruisende en inspirerende verhalen voor je op papier gezet. Wat dacht je bijvoorbeeld van een kijkje in de keuken bij Edo Verlichting? En ook Bij ons Sann laat ons vol trots haar onderneming zien.

Wat ontbreekt er nu nog in dit plaatje? Juist, heerlijk 'comfort food' om ook je innerlijke mens optimaal mee te verwennen. Ongetwijfeld heeft iedereen zijn eigen interpretatie van wat comfort food precies is, maar het is hoe dan ook eten waar je een goed gevoel van krijgt. Ook daar lees je verderop in deze editie van Bruist meer over...

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 Rosmalen Bruist en Land van Cuijk Bruist.**

# Inhoud

# Comfort

Comfort food en de herfst horen bij elkaar. Als je het woord alleen al hoort, zie je jezelf in kleermakerszit op de bank zitten met een warme kom eten op schoot. Iedereen heeft uiteraard zijn eigen beeld bij het woord comfort food, maar deze definitie vat het goed samen: comfort food is eten waar je een goed gevoel van krijgt.

VOOR  
EEN GOED  
EN GELUKKIG  
GEVOEL

8

# food voor iedere mood

Het is vaak ook gemakkelijk te maken, zodat je je niet hoeft uit te sloven in de keuken. Dat wil niet zeggen dat comfort food per definitie ongezond is. Immers, je zou kunnen denken: een kant-en-klare pizza uit de vriezer is comfort food. Een diepvriespizza is snel klaar en geeft je misschien ook nog een goed gevoel als je deze eet. Maar hetzelfde kan gelden voor een makkelijke curry, bomvol groenten en verse ingrediënten. Gemaakt in een handomdraai, geserveerd in een bowl... supergezond, maar nog steeds comfort food. Ongezond of gezond, het gaat vooral om een bepaald gevoel dat je van het eten krijgt.

Wat ook echt bij comfort food hoort, zijn geuren, kleuren en smaken. De geur van warme appeltaart of van een hartverwarmende latte macchiato of de kleur van een dampende kom pompoensoep. En wat dacht je van een pruttelend stoofpotje met de kruidige smaken van de herfst?

## WELK FOOD PAST BIJ JOUW MOOD?

Dat is natuurlijk heel persoonlijk. Immers, wat voor de een troostvoer is, is voor de ander een feestmaal. En waar sommige mensen geen hap door hun keel krijgen als ze verdrietig zijn, krijgen anderen juist een enorme eetbui.

Wanneer je ziek bent, eet je graag soep. Dat verwarmt en biedt troost. Als je heimwee hebt op reis, dan eet je graag iets dat je doet denken aan thuis. Bijvoorbeeld je eigen lievelingsontbijtje, zoals je het thuis ook altijd eet. Wanneer je moe bent, dan eet of drink je graag iets waarvan je weet dat je er extra energie van krijgt. Dingen met gember en chili erin, veel groenten, sapjes, enz. Wij geloven heilig dat gezond eten in combinatie met wat extra uurtjes slapen echt helpt.

Je hebt niet altijd een bepaalde emotie of gemoedstoestand nodig om comfort food te kunnen waarderen. Het is er in alle soorten en maten en op alle momenten van de dag. Het zijn allemaal recepten die eenvoudig te maken zijn, snel klaar en zonder poespas en die je bovenal een heel goed en gelukkig gevoel geven. En wie wil dat nou niet?



9

# Je tuin laten aanleggen?

Al 25 jaar legt Alex Ulijn tuinen aan in Uden en de verre omgeving. Oorspronkelijk begonnen met het aanbrengen van bestrating, maar al snel kwam daar het groenwerk bij. Van het allereerste ontwerp tot het reguliere onderhoud; Alex Ulijn en zijn team nemen desgewenst alles uit handen.

**Dat laat je Alex Ulijn Tuinaanleg doen!**



MAAK NU EEN  
AFSPRAAK  
06-23033390

## Heb jij digitaal grip op je zaken of is er geen back-up?

Marcel Martens



Check gratis of je computer goed beschermd is: [www.mitservices.nl/bruist](http://www.mitservices.nl/bruist)

Veel ondernemers denken er niet continu aan om wéér een back-up te maken van hun gegevens en bestanden.

**Marcel Martens van M • IT Services:**

“Ik snap dat wel. Vaak zijn ze al druk genoeg bij alles wat er komt kijken bij ondernemen. Ze staan er gewoon niet bij stil wat er mis kan gaan als je digitaal je grip op de zaken verliest. Daarom hebben wij een oplossing waarmee je in één keer safe zit.”

“Je kunt als ondernemer niet zonder back-up van je bestanden en gegevens. Het is belangrijk dat je in ieder geval dagelijks een actuele versie van je digitale zaken bewaart. Een IT-ongeluk zit in een klein hoekje en je moet er niet aan denken dat je je werk van gisteren of de hele afgelopen periode kwijt bent. Dat je niet meer bij je e-mailtjes kunt of bij je contactgegevens. Of je complete administratie met offertes, facturen, bonnetjes en aangiftes. Je bent zelfs wettelijk verplicht om je financiële

administratie zeven jaar te bewaren voor de fiscus. En dat je computer gecrashed, gestolen of gehackt is... daar heeft de Belastingdienst echt geen oren naar. Dat is dan helaas helemaal jouw probleem.”

“Speciaal voor ondernemers zonder eigen IT-afdeling hebben we een praktisch pakket samengesteld. Voor een vast bedrag per maand ben je dan ‘Altijd veilig in bedrijf’. Wij zorgen er meteen voor dat er dagelijks een back-up wordt gemaakt én dat die op een veilige plek bewaard wordt.”

**M • IT SERVICES**

HIGH LEVEL ICT SUPPORT

Achterste Groes 13, Heesch • 0412-744300  
info@mitservices.nl • [www.mitservices.nl](http://www.mitservices.nl)



## LEGALLY PINK

Deze webshop wil voor iedereen een geluksmomentje creëren met roze power artikelen. Dat kan een designertas zijn, een jurk of een sleutelhanger. Als het roze is, vind je het bij Legally Pink. Dit concept kwam tot leven dankzij een roze pen waarmee de oprichtster miljoenencontracten tekende. Een knipoog naar de voornamelijk mannelijke zakenwereld. De nieuwe - pink only - webshop zal tijdens de Masters of LXRY in december feestelijk gelanceerd worden.  
[lxry.nl/exhibitor/legally-pink](http://lxry.nl/exhibitor/legally-pink)

## HAAL BRUIS IN HUIS

Draag bij aan een wereld zonder wegwerp-plastic. Met een SodaStream-toestel wordt kraanwater in een handomdraai bruisend water. En met de toe te voegen smaken maak je jouw drankje extra bijzonder.  
SodaStream, vanaf € 99,99  
[www.sodastream.nl](http://www.sodastream.nl)



## ADEM IN, ADEM UIT... EN RELAX!

Een momentje rust voor jezelf op elk moment van de dag. Dat kan nu met de Meditation Moments App. Tientallen geleide meditaties en heerlijke relaxte muziek, altijd bij je op je mobiel. **Je kunt de Meditation Moments App gratis downloaden in de stores.**



MEDITATIONMOMENTS

## LEZERSACTIE

**Maak kans op één van de 3 dvd's van Detective Montalbano volume 7.**

Vier nieuwe afleveringen van de sfeervolle Italiaanse misdaadserie over de Siciliaanse rechercheur Salvo Montalbano.  
[www.lumiereseries.com](http://www.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. #MONTALBANO naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

win Voor *jou* geselecteerd!

## LEZERSACTIE

**Maak kans op één van de 3 boeken van Wendy Wood.**

Een helder, inzichtelijk en praktisch boek over gewoontegedrag en hoe we ons onderbewuste kunnen gebruiken om een beter leven voor onszelf te creëren.  
[www.harpercollins.nl](http://www.harpercollins.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. #WENDY WOOD naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

## GELUKKIG MET GEWOONTES

Meer dan 43% van wat we dagelijks doen, gaat op de automatische piloot; we denken er niet eens over na. Wendy Wood doet al dertig jaar onderzoek naar de fascinerende wetenschap achter gewoontevorming. Ze schrijft over het houden van onze goede gewoontes in haar nieuwe, praktische boek 'Gelukkig Met Gewoontes'. Hoe kunnen we ons onderbewuste gebruiken om een beter leven voor onszelf te creëren?

[www.harpercollins.nl](http://www.harpercollins.nl)  
**BRUIST mag 3 boeken van Wendy Wood weggeven. Lees hiernaast hoe jij kans maakt!**



## LEZERSACTIE

**Maak kans op één van de boeken van Marjan Gorissen.**

Ze werd in 1996 onterecht verdacht van de moord op het Bredase peutertje Robin. Ze schreef er een boek over: De verdwijning van Robin.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #DE VERDWIJNING VAN ROBIN naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

## 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

€ 79,50  
p.p.\*

**Reserveer via [www.leijhof.nl](http://www.leijhof.nl) met promocode BRUIST**

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



**Oogservice aan huis**  
oogmeting en briladvies in uw eigen, vertrouwde omgeving

**Bent u toe aan een nieuwe bril?**  
U hoeft de deur niet uit.  
Ik kom naar u toe!

**Oogmeting en briladvies  
in uw eigen vertrouwde  
omgeving!**

**Maak snel  
een afspraak,  
dan kom ik  
bij u langs.**

*Niet alleen voor  
ouderen, maar ook  
voor mensen met  
weinig tijd!*



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

Els Verhoogh | 0413-274 051, 06-28041379 | [info@oogserviceaanhuis.nl](mailto:info@oogserviceaanhuis.nl)

**Geef mij tijd.**

Geef voor nieuwe doorbraken in kankeronderzoek.  
**Ga naar [kwf.nl/doneer](http://kwf.nl/doneer)**

Samen komen we steeds dichterbij

KWF KANKER BESTRIJDING

**JB Laundry Services**

**Wassen en strijken voor bedrijven?**

**DAT KAN!**  
Ik doe het graag!  
Wacht niet langer en bel:  
**06-40245998**

**SERVICE staat bij mij op één**

Hoogheuveelstraat 119a Oss | 06-40245998  
[www.jblaundryservices.nl](http://www.jblaundryservices.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)

Net zulke mooie tanden hebben als Sylvie Meis of Yolande Cabau? Dat kan gewoon in onze praktijk in plaats van in speciale klinieken. U hoeft niet langer een VIP te zijn om uzelf dergelijke ingrepen te gunnen.

## Stralen als Sylvie?

Met de huidige technieken is de lach van een schoonheidskoningin ook voor mensen met een modaal inkomen betaalbaar geworden.

### Cosmetische tandheelkunde

De lachlijn (de lijn waarbij tijdens een glimlach de bovenlip perfect lijnt met de rij tanden en kiezen van het bovengebitt) kunnen wij met diverse kleine en grote ingrepen weer regelmatig en representatief maken. Soms is het plaatsen van porseleinen kronen en/of bruggen noodzakelijk, maar steeds vaker blijkt ook met behoud van eigen tanden en kiezen een opzienbarende metamorfose mogelijk. Verkleurde en/of scheefstaande tanden en kiezen kunnen opzienbarend worden gecamoufleerd. Deze behandelingen zijn vrijwel pijnloos. Ook hebben we methodes waarbij door onzichtbaar te beugelen de tanden weer keurig in een rij komen te staan.



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





## DE NIEUWE CORSA

Edition uitvoering voor  
**€ 17.999**

Opel Private Lease  
**€ 269/mnd**

Voorzien van o.a.

- Active Lane Assist
- Airconditioning
- Cruise Control met snelheidsbegrenzer
- Elektrisch bedienbare ramen
- Radio met Bluetooth
- Verkeersbordherkenning

Er is al een nieuwe Corsa vanaf **€ 16.999**



Vanaf half november in onze showroom: de nieuwe Opel Corsa! Dé stadsauto die klaar is voor de toekomst dankzij motoren met baanbrekende prestaties, verbluffend design en een afwerking met hoogwaardige materialen. Kom snel langs en ervaar hoe verfijnd, sportief en innovatief de nieuwe Corsa is.

# Van Mossel

DITJES/DATJES

13 november is het **World Kindness Day**.  
Doe (niet alleen die dag) eens extra lief tegen elkaar, wie weet krijg jij dan zomaar een glimlach terug.

Steun jij **Movember** door je snor te laten staan? Movember streeft naar een gelukkiger, gezonder en langer leven voor mannen. Ga naar [nl.movember.com](http://nl.movember.com) en kijk wat jij kunt doen.

In sommige delen van België en Nederland viert men op 11 november **Sint-Maarten**. Volgens de traditie gaan de kinderen dan de straat op met een (zelfgemaakte) lampion.

Zet je schoen maar alvast klaar, want Sinterklaas komt op 17 november aan in **Apeldoorn**.

Sinterklaas heeft dit jaar een nieuw vervoersmiddel. Hij komt namelijk met een prachtige **stoomtrein** richting Nederland.

Het carnavalsseizoen start officieel op 11 november om elf over elf. Vaak wordt op deze dag ook de nieuwe **Prins Carnaval** bekendgemaakt.

# MY ONLY BOTTLE

De enige fles voor onderweg waarmee je ook bruiswater kunt maken



## KEEP IT CLEAN

Je stopt je herbruikbare fles gemakkelijk in de vaatwasser

## sodastream®

Met de **MY ONLY BOTTLE** van SodaStream heb je **altijd en overal** een fashionable dorstlesser bij de hand. De My Only Bottle is perfect voor on-the-go en is ook nog eens vaatwasserbestendig. Daarnaast lever je ook een belangrijke bijdrage aan een **schonere wereld**. Je hebt namelijk geen wegwerpflessen meer nodig. **Better for you, better for the planet!**



## HANDIG DINGETJE

Altijd en overal 0,5L dorstlessing aan je draagkoordje



## HELP MEE AAN EEN WERELD ZONDER WEGWERPPLASTIC

Met een herbruikbare SodaStream-fles bespaar je duizenden plastic wegwerpflessen

## SPORT TOP MET DE SPORTDOP

Altijd op en top gehydrateerd



Koop jouw My Only Bottle op [sodastreamstore.nl](https://sodastreamstore.nl)

# Met de juiste therapie weer klachtenvrij en gezond

voor sportclubs, particulieren en bedrijven

**Sportzorg Cicilia van de Camp:** "Ik help o.a. fanatieke sporters om hun sportieve prestatie te verbeteren of om hun spieren lekker los te krijgen. Maar ook mensen met rug-, nek- en schouderklachten of hoofdpijnklaften komen bij mij binnen. Ik werk vanuit mijn gevoel en stem de behandeling af op de persoon die voor me zit."

**BEL**  
voor meer info  
of een afspraak  
**06-23784761**

## Sportzorg

Cilia van de Camp



Aankomsten bij  
**NGS** sport & massage  
SCAS gecertificeerd

Sportzorg Cilia van de Camp | Het Reut 313, Berghem | 06-23784761 | info@sportzorgciliavandecamp.nl | www.sportzorgciliavandecamp.nl

# Kom heerlijk genieten!



Wacht  
niet langer  
**HET BIER**  
staat al  
koud!

Voor-Oventje 32, Zeeland | 0486-453962 | info@hetoventje.nl | www.hetoventje.nl

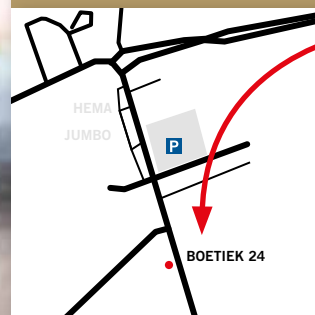
**boetiek**<sup>24</sup>  
fashion & more

Damesmode voor  
elke gelegenheid

Maatvoering 36 t/m 46  
Exclusief en betaalbaar!

Merken o.a.

Pools - Tramontana  
Cream - Kaffe  
Para Mi - Dolcezza  
Oroblu - Slippely  
Lizzy & Coco - Nu  
Denmark - BiBa



Schoonstraat 24, Heesch  
0412-450440  
[www.boetiek24.nl](http://www.boetiek24.nl)  
boetiek24

# DE WINTERCOLLECTIE COMFY, STOER EN VROUWELIJK

Je bent van harte welkom in onze winkel aan de Schoonstraat 24 in Heesch.



**BENIEUWD? NEEM ALVAST EEN KIJKJE OP WWW.BOETIEK24.NL**

# Borst- vergroting?

**Een borstvergroting behoort tot één van de meest uitgevoerde behandelingen bij Kliniek Heyendael. Frans Straten is met zijn ruim 20 jaar ervaring gespecialiseerd in deze ingreep.**

## Wanneer een borstvergroting?

Veel vrouwen kiezen voor een borstvergroting na zwangerschap of gewichtsverlies. Hierdoor zijn de borsten vaak slapper geworden of (gedeeltelijk) verdwenen. Ook wordt deze operatie vaak uitgevoerd bij vrouwen die niet of nauwelijks borstweefsel hebben. Heb je hier last van of voel je je er onzeker door? Dan kun je een borstvergroting of borstlift overwegen. Een borstvergroting is mogelijk vanaf een leeftijd van 18 jaar.

## Overweeg je een borstvergroting?

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 - 845 05 06 of door middel van ons contact-formulier op onze website.



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

# DAGJE UIT GLOW EINDHOVEN



Ieder jaar vindt in Eindhoven het internationale lichtkunstfestival GLOW plaats. Tientallen lichtkunstenaars geven met hun lichtinstallaties de binnenstad van Eindhoven een nieuw aanzicht. Gevels en openbare ruimtes veranderen in sprookjesachtige kunstwerken. Kom naar Eindhoven en beleef hoe bij het vallen van de avond het straatbeeld van de stad verandert van kleur en vorm. De lichtkunstprojecten zijn met een looproute aan elkaar verbonden. Naast grote internationale lichtkunstenaars, maakt GLOW ruimte voor innovatieve en unieke projecten van eigen bodem. Thema 2019: Living Colors. **Kijk voor meer informatie op [www.gloweindhoven.nl](http://www.gloweindhoven.nl)**

# FILMPJE KIJKEN PENOZA: THE FINAL CHAPTER

De Zwarte Weduwe is niet dood... Drugskoningin Carmen van Walraven zit ondergedoken in Canada en leidt daar een anoniem leven. Ze houdt zich overal buiten, totdat er op een avond een collega lastiggevallen wordt. Uit zelfverdediging vermoordt ze de dader, wordt opgepakt en uitgeleverd aan Nederland. Terwijl haar kinderen in shock zijn dat hun moeder nog leeft, zijn er ook wat mensen die nog een rekening met Carmen hebben openstaan. **Penozo: The Final Chapter draait vanaf 28 november in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

# BOEKJE LEZEN EDGARD MEULEMAN



Leidinggevendens laten zich vaak meer leiden door hun ego dan ze denken. Dat remt hen af om de bestaande organisatiestructuren in hun bedrijf in twijfel te trekken en te vernieuwen. De economische golfbewegingen vragen erom structuren en systemen in de huidige bedrijfsorganisatie anders te bekijken en uit te werken. Met zijn nieuwste boek 'EGO-Energie in arbeidsorganisaties' wil management consultant Edgard Meuleman managers en verantwoordelijken inspireren tot reflectie en actie. Nieuwsgierig? Lees het boek en laat de inspiratie zijn werk doen. **EGO-ENERGIE IN ARBEIDSORGANISATIES van Edgard Meuleman is als e-book te koop voor € 10,- via [www.smartco-operation.be](http://www.smartco-operation.be).**

**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
- Spataderbehandeling
- Ooglidcorrectie
- Facelift (MACS-lift)
- Borstverkleining
- Rimpelbehandeling
- Armlift
- Halslift
- Contourverbetering
- Oorcorrectie

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



# Een belevenis

In juli 2019 heb ik mijn droom kunnen waarmaken. Een gezellige huiselijke winkel waar je je als klant thuis zal voelen. Ik ben Sanne van Hout, 24 jaar oud, en bij mij ben je altijd van harte welkom aan de Galerij 29 te Uden. Daar tref je een winkel waar ik mijn hart en ziel in leg. Het is een belevenis om hier te komen.

De klanten wordt een kopje koffie / thee of fris aangeboden, natuurlijk ook voor de mannen die moeten wachten. Voor de kinderen heb ik snoepjes staan. Tijdens het wachten kunnen ze aan een grote tafel zitten, waar ze ook iets kunnen lezen. Ik wil mijn klanten de perfecte beleving geven in een unieke winkel met een fijne Ibiza sfeer.

Kleding voor ieder wat wils van maat xxs tot maat xxl en van aantrekkelijke merken. Van casual, klassiek, sport tot Ibiza stijl.

De prijzen zijn geschikt voor elke portemonnee. Naast kleding vind je in de winkel schoenen, tassen, accessoires en riemen. Klanten gaan met een goed gevoel de deur uit.

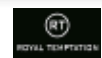
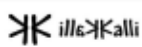
Ik ben iedere dag geopend vanaf 10 uur tot 17.30 uur. Op koopavond tot 21.00 uur en op zaterdag tot 17.00 uur. Ben je geïnteresseerd kom dan gerust eens bij ons langs.

**Tot gauw!**

*Sanne van Hout en team Bij ons Sann.*



Onze merken



Galerij 29, Uden | 06 39012717 | [bijonsSann](#)



# 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)



# Express yourself

Voor sommigen is de maand november grijs en eigenlijk niets aan. Voor ons niet, want we fleuren onszelf gewoon op met de mooiste beautyproducten. November is niet de start van een winterdepressie, maar van winterexpressie!

1. Si Eau de Parfum Nacre Edition van Armani, € 140,- [www.armanibeauty.com](http://www.armanibeauty.com)
2. Organic Vegan Body Wash van Beauty Kitchen, € 9,99 [www.hollandandbarrett.nl](http://www.hollandandbarrett.nl)
3. Tas Charley Coral van SMAAK Amsterdam, € 309,- [www.smaakamsterdam.nl](http://www.smaakamsterdam.nl)
4. Phyto-Nature Firming Serum van Dermalogica, € 154,90 [www.dermalogica.nl](http://www.dermalogica.nl)
5. Mesmerising Oudh Accord & Gold Eau de Parfum van Molton Brown, € 130,- [www.babassu.nl](http://www.babassu.nl)
6. Blusher Eyeshadow Multi-Effect van Collistar, € 34,50 [www.collistar.nl](http://www.collistar.nl)

7. Sparkling Body Powder van Urban Decay, € 35,- [www.urban-decay.nl](http://www.urban-decay.nl)
8. Rouge Pur Couture Fuchsia Allusion, € 38,50 [www.ysl.com](http://www.ysl.com)
9. Heart Defensor Eye <3 Palette van Pixi, € 23,50 [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)
10. nail polish rust-worthy van essie, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)
11. Météorites Goldenland van Guerlain, € 59,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
12. The Repulp Gel van Novexpert, € 49,95 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)

# BRUIST

De Maashorst Bruist ligt iedere maand op minimaal 200 locaties. Het magazine wordt ook wisselend in verschillende wijken huis-aan-huis verspreid. Natuurlijk kun je het magazine ophalen bij een van onze adverteerders of online lezen op [www.demaashorstbruist.nl](http://www.demaashorstbruist.nl). Op onderstaande distributieadressen is het magazine elke maand in grotere aantallen af te halen.

## BERGHEM

Dorpshuis De Berchplaets  
Sportscentrum Berghem  
Lijstenmakerij 'Aan 't Huis'

## OSS

Eyewish  
De Naaldhof  
Hart for her  
Jumbo Supermarkt  
Lente Mare  
Shoebly  
Stof en Zo

## DIEDEN

Maaspark Recreatie

## ERP

Balletstudio Chantal

## 'T OVENTJE

Hondenschool Enzo

## UDEN

Aude Sapere  
Fitland De Vrije Teugel Uden  
Stipkip  
Hair by Liza  
Sunny Solar systems  
Van der Kieft Fysiotherapie  
Brownies & Downies  
Mn Kozijn Uden BV  
Fashion Enzo  
Alex Ulijn tuinaanleg

## VEGHEL

Restaurant Hertog Jan

## ODILIAPEEL

Troostbloemen

## HEESCH

Boetiek 24  
Traiteur Plank  
Shoebly

## EERDE

Culinairo



## OOK OP JOUW LOCATIE?

Heb je een locatie met een balie, wachtruimte of leestafel, neem dan contact met ons op via: [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl). Dan kan het gratis magazine De Maashorst Bruist ook via jouw locatie worden verspreid.



MEER TIPS?  
Kijk dan eens  
op mijn  
website!

## TIPS VOOR EEN STRESSVRIJ DAGMENU

- 7.30** Havermout + Havermelk ongezoet  
+ 1 hand blauwe bessen  
+ 1 hand bramen  
+ 1 eetlepel pompoenpitten + 1 eetlepel zonnebloempitten
- 10.00** Boekweitwafel + 2 bio gekookte eieren
- 12.30** Volkorenbrood + garnaaftjes + 1 halve avocado geprakt + 1 hand groene bladgroentes
- 15.30** 1 groot glas kefir drank + 1 kiwi
- 18.00** Zuurkoolstamppot met zoete aardappel
- 20.00** Neem Brandnetel, citroenmelisse of kamille thee.  
Neem een bad met magnesium sulfaat of met etherische oliën (jeneverbes, rozemarijn, tijm).
- 22.00** Ga niet later dan 22.30 naar bed.  
Vermijd, onnodig medicijngebruik, roken, alcohol, koffie, zwarte thee, cacao of cola. Deze trekken een zware wissel op je reserve-energie.

Zoals bijvoorbeeld de heerlijke  
Zuurkoolstamppot met zoete aardappel

Ik deel dit stressvrij dagmenu zonder dat ik je iets wil opleggen of mijn ideeën als waarheid wil verkondigen. Ik hoop je een stukje balans mee te geven en een steuntje in de rug. Overleg altijd met je huisarts als je twijfelt of dit voor jou geschikt is.



## Rots & Water training: Sociale weerbaarheid!

Kennismakingsles Rots & Water voor kinderen 8-12 jaar:  
22 en 29 januari 2020 | Start training: 12 februari 2020

### Wanneer Rots en Water inzetten?

- Mijn kind heeft weinig zelfvertrouwen
- Mijn kind pest of wordt gepest
- Mijn kind komt vaak in conflictsituaties
- Mijn kind heeft moeite met samenwerken en/of communiceren
- Mijn kind heeft weinig zelfbeheersing/wordt snel boos

### Effectief bewezen methode tegen pesten!

Kinderen die de Rots en Water training hebben gevolgd komen er altijd sterker uit!

**Kosten:** 8 lessen van een uur voor € 149,-.

De training start bij minimaal 6 aanmeldingen.

Locatie: Yoshida Sports in Uden.



**Voor meer informatie en inschrijven:**

[www.variavia.nl/rots-en-water](http://www.variavia.nl/rots-en-water) of bel: 06-33217891.



Ik ben Amanda van Dulken,  
pedagoog, autisme-specialist  
en sinds januari 2017  
gecertificeerd Rots & Water trainer.

**HULP NODIG?**  
Bel me op  
06-33217891



## Uw woning laten taxeren?



Voor bestaande woningen in de omgeving van  
Oss, Uden, Veghel, Landerd en Bernheze

Nú tegen een  
VOORDELIGE EN  
CONCURRERENDE PRIJS?  
Bel 0486-424929



Pimpernel 12, Zeeland | (0486) 42 49 29 | [www.vissersmakelaardij.nl](http://www.vissersmakelaardij.nl)

## TYPISCH Joris Events

Ballonartiest, Verhuur en Entertainment  
*Diverse ballondecoraties op maat!*

Gespecialiseerd in entertainment, ballondecoraties & verhuur. Wij maken gebruik van 100% biologisch afbreekbaar latex ballonnen. Ook zijn onze springkussens voorzien van certificaten en valmatten.

06-39816673 | [typischjorisevents@outlook.com](mailto:typischjorisevents@outlook.com)

# Welkom bij PILZ & GRILLZ



Als je **goede dorst** en **flinke honger** hebt, ga je naar Pilz & Grillz aan de haven. Wij bieden u een prima combinatie voor een avondje uit: lekker eten en drinken in een sfeervolle omgeving.

**Gerechten zonder gekke fratsen en van hoge kwaliteit.**

Iedere woensdag **onbeperkt genieten** van onze heerlijke, **malse spareibs**.



**Pilz & Grillz**

Heilig Hart Plein 29

Veghel

0413-769059

06-53966524

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

Parel in 't groen

# Oisterwijk

Oisterwijk is een gastvrije gemeente waar altijd iets te beleven is. Dankzij de ligging midden in de natuur wordt de gemeente ook wel 'Parel in 't groen' genoemd. Breng een bezoek aan de gezellige dorpskern of maak een wandeling door de mooie natuur. En sluit de dag af met een hapje en drankje op het grootste terras van Nederland.



## SHOPPEN

Je vindt in Oisterwijk een mooie mix van landelijke winkelketens, lokale ondernemers en exclusievere winkels. Van bijzondere woonwinkels zoals **KOOS KLUYTMANS INTERIEUR** tot gezellige boetiekjes als **LO-LA KINDER-KLEDING**. En wat dacht je van de prachtige delicatessenzaak **LA CUCINA**? Na een dagje shoppen in Oisterwijk kom je altijd thuis met iets speciaals. In het bruisende centrum van Oisterwijk vind je talloze leuke winkeltjes op De Lind en in de Dorpsstraat. Houd tijdens het shoppen ook zeker je ogen open voor sfeervolle zijstraatjes, want juist daar vind je de meest bijzondere winkels.

### WINTERGLO'W OISTERWIJK 2019

Dit sfeervolle winterevenement vindt plaats op vrijdag 13 en zaterdag 14 december in het centrum van Oisterwijk. Net als voorgaande jaren is het centrum op deze dagen omgetoverd tot een sfeervol decor met o.a. een kerstmarkt, foodtrucks, muziek- en theateroptredens, gezellige winterterrassen en een ijsbaan. En natuurlijk zijn de winkels geopend.

## CULTUUR

Oisterwijk heeft verschillende bezienswaardigheden die stuk voor stuk de moeite waard zijn. Een bezoek aan de **KERKHOVENSE MOLEN** mag echt niet ontbreken als je naar Oisterwijk gaat. En iedere eerste dinsdag van de maand organiseert de levendige hotspot **LEERFABRIEK KVL** een gratis rondleiding op het terrein. Je bezoekt dan ook het 'Europees Keramisch Werkcentrum'.



34

## OVERNACHTEN

Overnachten in Oisterwijk? Dat doe je natuurlijk bij **HOTEL DE LEIJHOF!** Gebruik bij het boeken kortingscode 'BRUIST' en profiteer van een mooie korting!



## VERVOER

Oisterwijk ligt centraal in Noord-Brabant en is daardoor vanuit verschillende richtingen goed te bereiken. In het centrum is volop ruimte om (betaald) te parkeren. Ook heeft de stad een eigen NS-station. Reis je graag met bijzonder vervoer door de stad?



Ga dan met de **PAREL EXPRESS**, een bekende verschijning in Oisterwijk. Met deze toeristentrein rijd je langs de mooiste plekjes in het centrum of door de mooie natuur.

## FIETSEN EN WANDELEN

Dankzij de mooie omgeving is Oisterwijk de ideale plek om heerlijk te wandelen en fietsen. Geniet van de rust, de bijzondere natuur en al het moois dat Oisterwijk te bieden heeft. Je vindt er vele kilometers aan prachtige fiets- en wandelroutes. Bezoek bijvoorbeeld de Oisterwijkse **BOSSEN & VENNEN** of begin je wandeling bij een van de natuurpoorten. Onderweg zijn er volop mogelijkheden om te genieten van een hapje en een drankje.

## CULINAIR GENIETEN

Oisterwijk is rijk aan horecazaken met elk hun eigen specialiteit. Ontdek de gezellige restaurants en ruime terrassen aan De Lind, waaronder dat van **MOOR**, één van de culinaire hotspots van Oisterwijk. Maar ook Keuken van Leer, de stoere en industriële zaak van Robèrt van Beekhoven verdient zeker een bezoekje.



35

BRUIST

Deal

Met 37 uitgaven is Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland, België en Spanje. Naast de glossy uit jouw regio, brengen we ook een stadsmagazine uit in Oisterwijk. JA, OOK OISTERWIJK BRUIST!



## Definitief ontharen voor de beste prijs?

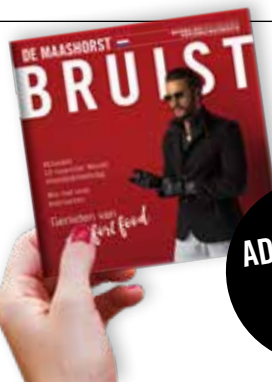
Wil je van ongewenste haren op verschillende plekken af of heb je last van overbeharing? Dan ben je bij Pulzzz op het juiste adres!

Wil je eerst zelf ervaren hoe het werkt?  
Maak dan nu een afspraak voor een gratis  
okselbehandeling.

**Pulzzz**  
Oss  
ipl ontharen



Raadhuislaan 23a, Oss | 06-19470211 | oss@pulzzz.nl | www.pulzzz.nl



ADVERTEER  
OOK IN  
BRUIST!

# OPVALLEN

## IN JOUW REGIO?

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

## Heb je sleutels nodig?

Van huis- tot fietsleutels. In de meeste gevallen is binnen een paar minuten je nieuwe sleutel gereed.



**5 JOHN MOES**  
vijf sterren  
Schoenmakerij & Sleutelservice  
Heuvel 20K, Oss | 0412-643062



Rob Droog



voor als je wilt weten hoe het werkt in jezelf en als je zonder therapie, zonder trucjes en vooral zonder terugval verder wilt,

voor als je op zoek bent naar kennis en inzicht over jezelf en/of veranderingen aan wilt brengen in jezelf,

voor als je meer samenhang en efficiency wilt halen uit je team of afdeling.

Snavelbiesstraat 12,  
Landhorst  
06-24110827  
www.blijvendanders.nl

### Blijvend anders:

# voor jou alleen

Jouw hulpvraag is waar onze ontmoeting om gaat: wat kom je doen, waar wil je mee aan de slag, waar wil je heen...

Nagenoeg elke hulpvraag komt voort uit een tijdelijke "ik weet het even niet meer" positie. Vaak is het niet een "niet weten" op en in alles, maar op en in een bepaald gebied, een bepaalde situatie of een bepaalde gebeurtenis.

Je eigen inzichten, kennis, creativiteit, ideeën, gedachten, gevoelens, oplossingen, groeven of patronen leveren niet meer de gewenste handvatten en/of sturing om je verder te helpen.

Er is dan iemand nodig om je op dat gebied en op dit moment te helpen om weer beweging te krijgen in je eigen inzichten, kennis, creativiteit, gedachten, ideeën, gevoelens... De hulpverlening bij Blijvend anders begint altijd met algemene kennis- en inzichtenoverdracht zodat er inzicht en ordening in jezelf kan ontstaan.

Leer de samenhang zien van en tussen je denken, emoties, gevoelens, de invloed van je eigen verleden enz. Doordat je jezelf beter gaat begrijpen, zal ook jouw hulpvraag meer belicht kunnen gaan worden.

De vervolgesprekken gaan dan voornamelijk over: hoe het gaat, wat de status van je hulpvraag is, wat je al bereikt hebt, hoe je omgeving er op reageert, waar nog knelpunten of belemmeringen liggen, wat je lijf laat zien, wat je droomt en alles wat er nog meer bij komt kijken als je innerlijk de boel gaat veranderen...

Voor vragen of aanmelden: [info@blijvendanders.nl](mailto:info@blijvendanders.nl)

## Sprekende familiefoto's maak je bij De Fotostudio Uden!

Warme ontvangst in de studio

Groepen tot 20 pers. binnen

Ontspannen fotoshoot  
1 tot 1,5 uur



Burg. Buskensstraat 15a, Uden | Maaik: 06 24 21 81 17  
maaike@defotostudiouden.nl | www.defotostudiouden.nl



**Ballonnendecoraties!**

**De Ballonnenman**

Van je hobby je beroep maken, dat is exact wat Gerard Keetels gedaan heeft. Als ballonnenman tovert hij op vele gezichten een brede lach met zijn leuke creaties van ballonnen.

iets te **vieren** of **versieren**

Al onze ballonnen zijn biologisch afbreekbaar

Fantastische ballonnendecoraties zijn niet alleen geschikt voor bruiloften, maar voor de meest uiteenlopende gebeurtenissen. Van een opening van een winkel tot aan de geboorte van een kind. Voor iedere gelegenheid kunnen we een passende decoratie maken.

**Neem dan vooral contact met ons op en informeer naar de mogelijkheden!**

Bestel nu een ballonnenboog voor maar € 75,-



**GK BALLONNENDECORATIES**

Prinses Irenestraat 30, Druen | 06-41027218 | GkBallonnendecoraties

# Leef je mooiste leven!

Een momentje rust voor jezelf op elk moment van de dag. Dat kan nu met de Meditation Moments App. Tientallen geleide meditaties en heerlijke relaxte muziek, altijd bij je op je mobiel.

Het begon twee jaar geleden met de Ibiza Meditations die ik live deed via Facebook vanaf het strand van Talamanca. Er was zoveel vraag naar dat we met trots deze app presenteren.

Je kunt de Meditation Moments App gratis downloaden in de stores. Geniet ervan.

Hasta la proxima.

*Michael Pilarczyk*



# NEDERKOORN ZEILMAKERIJ

specialist in bootkappen en veranda zeilen

Ook voor dekkleden, beschermhoezen, reparaties, rits vervangen raamfolie vervangen kunt u bij ons terecht. Daarnaast zijn we thuis in al het denkbare stoffeerwerk van bijvoorbeeld tuinmeubelen, campers en caravans en bootstoffering.



Interesse?  
Vraag dan een  
vrijblijvende  
offerte aan!



Wij hebben een uitgebreide collectie stalen van zeildoek, pvc, leer, meubelstoffen, buitenstoffen waar uit u uw keuze kan bepalen.

Lithoijensedijk 46, 5396 NE Lithoijen | 06-46320771  
nederkoornzeilmakerij@gmail.com

# Beautytips voor de *winter*

Buiten is het koud en binnen zetten we de verwarming lekker hoog. Die temperatuurverschillen zijn nou niet bepaald goed voor je huid. Gelukkig hebben wij voor jou alvast een aantal beautytips op een rijtje gezet om de winter door te komen!



## GOED SMEREN

Smeer 's ochtends en 's avonds je huid lekker in met een extra dikke crème. Op deze manier breng je het vochtgehalte weer op peil en dat merk je! Dit bescherm laagje zorgt ervoor dat je nét even wat meer kunt hebben.

## DRINK VEEL

Een hele belangrijke tip: drink genoeg! Als je goed drinkt, voorkom je een droge en schrale huid. Zet bijvoorbeeld een flesje water op je bureau, of drink een extra kop van je favoriete thee.

## VERWEN JE HAAR

Vrieskou en centrale verwarming in de winter doen je haar geen goed. Verwen je haar daarom eens met een lekker masker! En vergeet niet om je haren goed te drogen voor je op een koude ochtend de deur uitgaat. Hierdoor kan je haar namelijk flink beschadigen.

## DOUCHE NIET TE HEET

Veel mensen snakken naar een heerlijke warme douche na een dag hard werken. Maar pas op, een hete douche droogt je huid enorm uit. Probeer iets minder heet te douchen en gebruik na het douchen nog een hydraterende bodylotion. Je huid is je dankbaar.

## VERZORG JE LIPPEN

Iedereen kent het wel: die vervelende droge lippen met barstjes. Lekker smeren dus. En check even of je lipbalm een verzorgend ingrediënt zoals aloë vera bevat.

# Sigarenmagazijn Verbakel

Niet alleen sigaretten, tabak en accessoires, maar ook een grote keuze in lectuur! Zowel tijdschriften als kranten, waaronder buitenlandse kranten en wenskaarten voor alle gelegenheden! En als je een keer een gokje wilt wagen, zijn er ook toto-, staats-, lotto- en krasloten.



Sigarenmagazijn Verbakel | Bolkenplein 2, Veghel | 0413-366292

**Troostbloemen**  
Voor al uw  
Bloemwerk

Dé specialist voor persoonlijk en compleet bloemwerk  
in de regio Uden en omstreken.



Rechtestraat 18, Odiliapeel  
06-19953223 | [www.troostbloemen.nl](http://www.troostbloemen.nl)

**TAXI KLING**  
TAXI-, ZIEKEN-, GROEPS- EN DIRECTIESERVICE



- Wij rijden voor ALLE zorgverzekeringen
- Op tijd garantie
- Zakelijk vervoer
- Ook voor al uw koeriersdiensten

Asterstraat 23, Oss | 0412 - 62 33 51 | [info@taxikling.nl](mailto:info@taxikling.nl)  
[www.taxikling.nl](http://www.taxikling.nl)



Peter en Mirjan van Gorkum

Onze fietsenwinkel is al ruim 25 jaar een begrip in Zijtaart en omgeving en daar zijn we trots op. Bij ons staat service hoog in het vaandel en dat merk je aan alles. Wij zijn niet voor niets al drie jaar op rij 'fietsenwinkel van het jaar' geworden.

E-BIKES

GEBRUIKTE FIETSEN

VERHUURFIETSEN

KINDERFIETSEN

STADS & TOURFIETSEN

REPARATIE



De FietsenWinkel **Zijtaart**

Ceciliastraat 1, Zijtaart (Veghel)  
0413-352203  
[info@defietsenwinkelzijtaart.nl](mailto:info@defietsenwinkelzijtaart.nl)  
[www.defietsenwinkelzijtaart.nl](http://www.defietsenwinkelzijtaart.nl)

# Op zoek naar een stoere kinderfiets?

Wij helpen je graag met de juiste keuze.

We vinden het heel belangrijk dat we mensen kunnen helpen van jong tot oud. De kinderfietsen zijn heel belangrijk. We beginnen al rond de 2,5 jaar met leren fietsen. Dat moet ook veilig gaan en we vinden het ook leuk als het een mooi model is. Voor jongens en meisjes hebben we **Loekie, Popal en Sparta young** in de winkel. **Het assortiment is ruim en voor ieder wat wils.** Loopfietsen en stepjes zijn ook te bezichtigen.



Kom langs en  
**MAAK EEN PROEFRIJ**  
we hebben vast  
een fiets voor jou

Wat is er mooier dan een kind blij maken met een stoere of een prachtige fiets?

Alweer een tevreden klant!





### Van der Doelen Speelgoed

Wij zijn een volwaardig bedrijf met een mooie speelgoedshop in Heesch. Klantvriendelijkheid en goede service staan hoog in het vaandel omdat wij een zelfstandig bedrijf zijn, en dus zelf de inkoop doen, bieden wij een grote collectie onderscheidend en leuk speelgoed in variërende prijsklassen.

Het complete winklassortiment vindt u al meer dan 10 jaar ook, onderverdeeld in overzichtelijke categorieën, terug op deze actuele internetsite waar wij als Van der Doelen speelgoed erg trots op zijn.

Kijk op onze website voor onze scherpe aanbiedingen!



't Dorp 32, Heesch  
0412-453190

info@vanderdoelen-speelgoed.nl  
www.vanderdoelen-speelgoed.nl

## Een bijzonder cadeau voor ieder kind.

“Omdat we zelfstandig zijn, kunnen we onze eigen inkoop doen. We doen dan ook ons best om ons te onderscheiden met onze collectie. We zijn lekker eigenwijs en proberen ons verre te houden van alle hypes. We hebben leuk, bijzonder speelgoed voor kinderen van alle leeftijden dat je niet snel ergens anders zult vinden.”

### Een selectie uit het aanbod

“Denk aan houten speelgoed, Nenuca poppen, Biobuddi en Korbi constructiespeelgoed en Supemag magneten alsook volop knutselmateriaal voor de creatievelingen. We hebben bovendien de meest uitgebreide collectie Pinypon van Nederland en ook van Sylvanian Families hebben we een zeer groot aanbod. Hebben we datgene wat je wilt niet op voorraad, dan kunnen we het altijd voor je bestellen.”



### Ook voor bedrijven

Bedrijven en scholen kunnen gebruikmaken van een uniek cadeau-concept. Het scheelt je veel tijd en moeite; wij nemen dit werk met plezier uit handen!”

Kom eens een kijkje nemen!

# FORD BEDRIJFSWAGENS



# Ford

TRANSIT DEALS

Ford goes electric!  
Transit Custom & Transit Mild Hybride.  
Coming soon: Transit Custom PHEV



Informeer nu naar onze acties en maak een afspraak voor een proefrit!

Gerritse Hendriks  
www.forddealer.nl

Tiel: Edisonstraat 1  
Oss: Gotenweg 3  
Zaltbommel: Vergtweg 60



# Expert in kozijnen en meer

Jouw kozijnen of deuren zijn oud, versleten of rot. Ze isoleren niet goed meer. Vragen te veel onderhoud of passen gewoon niet meer bij je huis. Je kozijnen en deuren vervangen is een rendabele investering die meer oplevert dan je geld op de bank te zetten. Door continue innovatie en eigen productie garanderen wij de hoogste kwaliteit en duurzaamheid.

WIJ BIEDEN KWALITEIT EN SERVICE VOL ENTHOUSIASME AAN JOU



**MN Kozijn Uden**  
**Angelique van der Donk**  
Erfstraat 9, Uden  
0413/24 99 66  
info@mnkozijnuden.nl  
www.mnkozijn.nl/kozijnen-uden



SCHUIFPUI  
ACTIE IN  
NOVEMBER



Kozijnen en deuren  
met glasheldere  
beloftes.

1 Deskundig advies.

2 Respect voor je huis.

3 Geen verrassingen  
achteraf.

\*actie onder voorwaarden



KUNSTSTOF | ALU | HOUT

# Poes

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

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



 **Dierencrematorium  
Maashorst Uden**

Hockeyweg 4, Uden | 0413 - 262 914  
info@dierencrematorium-maashorst.nl  
www.dierencrematorium-maashorst.nl



Onderdeel van Majesta Uitvaartzorg voor dieren



Reykjavik is bijna altijd het vertrek- en aankomstpunt voor rondreizen op IJsland. De meest noordelijk gelegen hoofdstad ter wereld is er een in pocketformaat: kleine huisjes, bezet met kleurige aluminium golfplaten, domineren het straatbeeld in de binnenstad.

## Op citytrip naar



Het centrum is overzichtelijk en bijna alle bezienswaardigheden liggen op wandelafstand van elkaar. Denk bijvoorbeeld aan het prachtige parlement, de vele visrestaurantjes en het shoppen in Laugavegur, dé winkelstraat van Reykjavik.

### GOUDEN CIRKEL

De naam geeft het al aan: dit is één van de bekendste en populairste toeristische bestemmingen op het eiland. Door de ligging dicht bij de hoofdstad is dit een prima daguitstap. De Gouden Cirkel is zo'n 300 kilometer lang en perfect op één dag te doen.

De waterval van Gullfoss op de Hvítá-rivier is één van de meest indrukwekkendste van het zuidwesten. Een val van 32 meter in twee etappes doet het water aanzwellen en met brute kracht in de diepte smakken.

Het geothermische terrein in Haukadulur doet denken aan een pokdalig maanlandschap. Hete



bronnen en borrelende modderpoelen barsten om de paar minuten uit. De eruptie begint met het pruttelen van het water, waarna een helblauwe bel ontstaat. Een fractie later ontploft de hele boel en spuit het water tot dertig meter hoog.

Het Thingvellir National Park staat bekend om zijn geschiedenis en prachtige natuur. Je loopt hier over de Mid-Atlantische Rug waar het Europese en Amerikaanse continent jaarlijks zo'n twee centimeter uit elkaar drijven. Dat verklaart de aardbevingen en vulkanische activiteit.

..... HUUR EEN AUTO  
..... EN ONTDEK DE  
..... PRACHTIGE  
..... NATUUR VAN  
..... IJSLAND

# Herfsttinten spotten tijdens paddenstoelenwandeling

Het wordt nu toch echt herfst in De Maashorst, een kleurrijk en een veranderend seizoen. Er gebeurt van alles! Bomen, planten en dieren maken zich klaar voor de winter. De een trekt naar het zuiden, de ander graaft zich in en verstopt zich in de grond. Ieder dier, groot en klein bereidt zich voor op wat komen gaat. En als het dan vochtig weer is, schieten de paddenstoelen... juist... als paddenstoelen uit de grond! **Welke soorten je in De Maashorst kunt ontdekken? Je zult versteld staan!**

Ook voor kinderen is het altijd weer een verrassing als ze echt een vliegenzwam ontdekken. Je weet wel, die rode paddenstoel met witte stippen. Waar je ze kan vinden? Gelukkig zijn er bij Natuurcentrum De Maashorst gidsen die gespecialiseerd zijn in paddenstoelen en die hier heel boeiend over kunnen vertellen. Eetbare en niet eetbare paddenstoelen lijken vaak zoveel op elkaar dat het heel verstandig is om zelf echt geen paddenstoelen te plukken.



## Smullen geblazen

Tijdens een speciale paddenstoelenwandeling op zondag 10 november om 10.30 uur wordt gespeurd naar paddenstoelen, grote en kleintjes, in allerlei kleuren, op boomstronken en in het gras. Dat wordt smullen geblazen van alle informatie maar ook van de kom overheerlijke paddenstoelensoep uit de heksenketel na afloop bij het natuurcentrum. Bij de tentoonstelling aldaar zijn ook paddenstoelen te zien en zijn informatieboekjes en kaarten te koop. De kosten voor deelname bedragen voor zowel volwassenen als kinderen slechts 5,00 euro per persoon, inclusief soep. De wandeling start om 10.30 uur bij het natuurcentrum en duurt ongeveer 1,5 uur. Adres: Natuurcentrum De Maashorst, Erenakkerstraat 5 in Nistelrode.

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

# Hyundai Private Lease

Zorgeloos rijden vanaf € 279,- per maand.

Met Hyundai Private Lease kun je heel eenvoudig als particulier een nieuwe Hyundai leasen, voor een aantrekkelijk vast bedrag per maand en zonder investering vooraf. Je hebt geen omkijken meer naar onderhoud, reparaties, banden, wegenbelasting en verzekering. Met Hyundai Private Lease wordt alles tot in de puntjes voor je geregeld, zonder verborgen kosten. Alleen de brandstofkosten zijn voor jou. **Dus laat je informeren bij Hyundai Van der Heijden in Uden. Wij helpen je graag verder!**

## De voordelen van Hyundai Private Lease

- Rijden in een nieuwe Hyundai
- Aantrekkelijk vast bedrag per maand
- Pechhulp in binnenland en Europa
- Inclusief verzekering en reparatie
- Geen verborgen kosten
- Vervanging van de banden
- Schadeherstel en onderhoud



**LOOP GERUST EENS BINNEN**  
in onze showroom, de koffie staat voor je klaar!

 **HYUNDAI**  
**van der Heijden**  
**Uden**





JUDITH VAN LENT

### Lente Mare

is een plek waar je tot rust komt en daardoor juist weer energie krijgt.

Dit afhankelijk van wat jij op dat moment nodig hebt. Doordat de Intuïtieve Massage gegeven wordt in zachtheid en met warme oliën zal je optimaal ontspannen in de knusse ruimte gevuld met rustige muziek en kleurrijk licht.

Je voelt je als herboren.

INTUÏTIEVE MASSAGE

SCHOUDEUR/NEK

THAISE VOETMASSAGE

CHI-WIT-MASSAGE



Abraham Kuijperstraat 7, Oss  
06 - 81667518  
lentemare@icloud.com  
[www.lentemare.nl](http://www.lentemare.nl)

# Wat is een Intuïtieve Massage?

Een intuïtieve massage bestaat uit verschillende technieken en vaardigheden komende uit de klassieke massage, Esalen-massage en polariteitsmassage aangevuld met basiswerkvormen van de chakra-leer.

Het uitgangspunt van mijn intuïtieve massage is masseren vanuit het hart, mét gevoel en óp intuïtie, aansluitend bij jouw behoeften. Een intuïtieve massage van Lente Mare wordt gegeven met respect en gevoel. Belangrijk hierbij is dat ik met mijn aanraking een brug voor jou vorm, door je uit te nodigen om in contact te komen met jouw eigen lichaam. Intuïtief masseren is niet alleen technisch maar ook koesterend en verzorgend masseren, je waant je in een oase van rust en je zult ervaren dat de energie weer beter kan gaan stromen.

Er is keuze uit een ontspannende lichaamsmassage van 30 minuten, 45 minuten of 60 minuten. Ook een Thaise Voet/ been-massage (45 min) of een Stoel Schouder/nek-massage (30 min) of Chi Wit Massage (45 min) waarbij de wervelkolom centraal staat, is te boeken via Intuïtieve Massagepraktijk Lente Mare.



**Jij als heel mens staat centraal!**  
**De kern ligt in zijn unieke wijze van communiceren zonder woorden.**  
**Kortom: Intuïtief masseren is aanraken en geraakt worden.**



**TIP!**  
Maak online een afspraak!



Tim, bedrijfsleider Autotaalglas Oss

**#reparatie**  
**#kwaliteit #au**  
**#autotaalglas #helpt**  
**#ruitspecialist #24/7**  
**#service #Oss**  
**#glimlach**  
**#blij**



**autotaalglas helpt**

“Bijna 100% van de ruiten kan binnen 24/7 uur vervangen worden. Sterretje? We repareren het terwijl je wacht!”

Autotaalglas Oss | Parallelweg 7a | 5349 AD Oss | 0412-651600

## BRUIST

*Kortere dagen*  
zijn best fijn  
als je een keer je  
dag niet hebt



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

## Huidverzorging op maat



Wij zijn gespecialiseerd in het  
aanbrengen van permanente make-up  
en microskinpolish.

**Beautysalon**  
*Estilo*

Zwervend erf 30, Oss | 06-13154618  
www.beautysalonestilo.nl

## November

## Ram 21-03/20-04

De Ram toont zijn onverzettelijkheid in november. Alles wat je wil, krijg je ook. Je bent niet bang om het hard te spelen, maar als je niet oppast, kun je iemand kwetsen.

## Stier 21-04/20-05

De Stier zal zijn energie moeten steken in zijn werk, waar het hem naar groot succes zal brengen. Wees voorzichtig, want de stress kan voor gezondheidsproblemen zorgen.

## Tweelingen 21-05/20-06

De Tweeling kan rekenen op steun van de familie. Alle problemen kunnen gemakkelijker worden overwonnen als je niet de enige bent die de last moet dragen. Laat je helpen.

## Kreeft 21-06/22-07

November zal een positieve periode zijn. Het wederzijdse vertrouwen tussen jou en je partner wordt sterker en sterker. Misschien is het nu het moment voor een volgende stap.

## Leeuw 23-07/22-08

Je moet goed in de gaten houden hoe je tegen mensen spreekt. Want je kan iemand die je erg waardeert kwetsen. Je kunt je frustratie beter uiten in sporten.

## Maagd 23-08/22-09

Neem je carrière stevig ter hand. Het geluk zal je niet in de schoot vallen, maar je kunt het wel een handje helpen. Besteed daarnaast aandacht aan iets dat je leuk vindt.

## Weegschaal 23-09/22-10

Langdurige relaties zullen gedijen. Je zult de vruchten plukken van het vertrouwen dat je hebt opgebouwd. Als je klaar bent voor de volgende stap, dan is dit het juiste moment.

## Schorpioen 23-10/22-11

Je had al een tijdje niet de mogelijkheid om de hele familie te bezoeken. Toon wat initiatief en organiseer een reünie. Of maak alvast plannen voor Kerstmis.

## Boogschutter 23-11/21-12

De situatie in jouw gezin zal harmonieus zijn. Je kunt erop vertrouwen dat de mensen die het dichtst bij je staan een helpende hand zullen bieden wanneer je deze nodig hebt.

## Steenbok 22-12/20-01

Als je nog geen tijd hebt gevonden voor een herfstschoonmaak, is november daarvoor de beste periode. Er zijn geen belangrijke veranderingen in je werk of relaties.

## Waterman 21-01/19-02

Je doet je werk helemaal automatisch en jouw gedachten zijn ergens anders. Pas op voor foutjes. Breng meer tijd thuis door. Je bent de laatste tijd te vaak afwezig geweest.

## Vissen 20-02/20-03

Je bent in de juiste stemming voor een feestje, dus aarzel niet en ga met vrienden of zelfs alleen. Je zult zeker iemand ontmoeten. Sporten helpt je om in vorm te blijven.

Nu ook **fit20** vestiging in Uden

**Fit in 20 minuten per week!**

Wat is **fit20**?

- **fit20** is een intensieve personal training van 20 minuten per week.
- Bij **fit20** train je altijd onder begeleiding van jouw personal trainer.
- Je traint één keer per week op afspraak. In je gewone kleren. Douchen is niet nodig.
- Je traint naar keuze alleen of samen met een vaste partner in een prettige ruimte met veel privacy.
- **fit20** geeft snel resultaat en is makkelijk jaren vol te houden.

**fit20**  
Fit in 20 minutes per week

De Poort van Uden Rondweg 11, Uden | 06-40439404 | francyverwegen@fit20.nl | www.fit20.nl



# WERKT ADVERTEREN?

Hoe ervaart een klant de samenwerking met Bruist? Hier proberen we achter te komen door vijf vaste vragen te stellen. Deze keer is **Robert Raupach** aan het woord. Hij is marketing & sales manager van **Holland Casino Nijmegen en Eindhoven**. Deze prachtige casino's zijn maandelijks te vinden in vijf edities van Bruist.



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?

Ik kende Bruist al vanuit het verleden. Ook kwam ik de magazines regelmatig tegen in de stad. Ik kwam in contact met een accountmanager van Bruist op een netwerkbijeenkomst en van het één kwam het ander.

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

Wij willen graag zo hoog mogelijk scoren in de overweging van een consument bij de beslissing over vrijetijdsbesteding. Om 'top of mind' te zijn is adverteren één van de middelen die je kunt inzetten. Bruist is voor mij een magazine met sterke raakvlakken ten opzichte van de leisure branche. Hierdoor is het uiterst geschikt voor ons.



Robert Raupach

## Hoe vind je de samenwerking met Bruist?

De samenwerking verloopt erg soepel. Het contact met de accountmanager is prettig. Ook de deadlines, voor het aanleveren van materiaal voor verschillende edities, verlopen altijd goed.

## Wat heeft het adverteren bij Bruist je opgeleverd?

We werken regelmatig met een actiecode of voucher en we merken dat deze dan ook geregeld wordt ingewisseld. Het klinkt wellicht een beetje old-school, maar zolang het doeltreffend is, neem ik dat graag voor lief. Daarnaast is het zo dat een bezoeker van ons casino, in de helft van de gevallen, op vrij korte termijn een bezoek plant. Het is daarom van belang dat wij voor de consument op zoveel mogelijk momenten en manieren zichtbaar zijn. In die mix speelt Bruist een grote rol.

## Zou je Bruist aanbevelen aan anderen en waarom?

Dit doen wij zeker! Door de mix van verspreiding en uitgiftelocaties én de regionale targeting is Bruist zowel voor kleine als grote adverteerders erg interessant, al helemaal in de leisure branche.

## ZEKER WETEN!

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



# XXS

## BSO Buiten

*Elke dag een nieuwe belevenis*

BRUISENDE/ZAKEN

XXS BSO Buiten is een actieve en sportieve buiten-BSO die samenwerkt met sportverenigingen in de gemeente waar we gevestigd zijn. In Cuijk is dat op sportpark De Groenendijkse Kampen en in Uden op het sportterrein van Udi'19.

**Sport, ontspanning en creativiteit** XXS BSO Buiten biedt sport, ontspanning, creatieve workshops en educatie. Het belangrijkste streven is dat kinderen na school actief bezig zijn. Niet alleen binnen, maar juist vooral buiten. Natuurlijk kunnen niet alleen sportliefhebbers op onze BSO terecht. We stimuleren beweging, maar organiseren ook allerlei andere activiteiten.

**Gevarieerd activiteitenprogramma** XXS BSO Buiten biedt op alle middagen een gevarieerd activiteitenprogramma aan. De kinderen kunnen voetbal- of hockeytraining volgen of andere sporten beoefenen. Daarnaast organiseren we allerlei workshops en andere bezigheden. Denk aan creatieve middagen, koken, muziek of groene buitenactiviteiten bijvoorbeeld.

**Hoe ziet een middag op de BSO eruit?** Na schooltijd starten we altijd met iets te eten en te drinken. Ondertussen praten we gezellig bij. Daarna heeft je kind volop tijd om mee te doen aan activiteiten.

**Uitjes in de vakantie** In de vakanties werken we met een vakantieprogramma gekoppeld aan een thema vol activiteiten en uitjes: midgetgolf, sporten, huttenbouwen, speurtochten in het bos of we geven workshops op de vestiging zoals koken, dans of kunst. Kortom, teveel om op te noemen.

- Flexibele kinderopvang op maat
- Ontbijt
- Warme maaltijdservice
- XXS Expres pendeldienst
- Huiswerkbegeleiding
- Ophalen

**Dus zoek je een actieve BSO waar je kinderen ook veel buiten zijn? Bel dan voor meer informatie of een afspraak.**

(0413) 25 91 34 | [info@xxskinderopvang.nl](mailto:info@xxskinderopvang.nl) | [www.xxskinderopvang.nl](http://www.xxskinderopvang.nl)



Bel voor meer informatie of een afspraak.



Lili-jan van Gemert

STOFFEN & BREIGARENS

FOURNITUREN

PATRONEN

LESSEN

VERSTEL & REPARATIE



Geurdenhof 44a, Oss  
0412-624420

[www.stof-en-zo.nl](http://www.stof-en-zo.nl)

[info@stof-en-zo.nl](mailto:info@stof-en-zo.nl)

Like ons op fb:  
stoffenzaak stof en zo

BRUISENDE/ZAKEN

## Maak je eigen mode met stoffen en advies van Stof & Zo

Lili-jan van Gemert kreeg het naaien met de paplepel ingegeven. Al van jongs af aan is ze creatief bezig met stoffen. Toen ze in 2003 de kans kreeg om haar eigen winkel te beginnen greep ze deze met beide handen aan.

Bij Stof & Zo kun je terecht voor een zeer uitgebreide collectie kinder- en damesstoffen. "Daarnaast hebben we allerlei fournituren (van knopen en ritsen tot scharen en breinaalden), trendy patronen, breigarens en breiboeken", vertelt Lili-jan enthousiast. "Evenals cadeaubonnen en leuke cadeau-tips. Mijn kleine, gezellige winkel van 80 m<sup>2</sup> staat echt bomvol, je grijpt hier niet snel mis."

### Naai en/of breiessen

"We geven mensen met veel plezier advies, je kunt hier altijd terecht met je vragen. Voor wie een stapje verder wil zetten, geef ik tevens op afspraak naailessen tijdens de openingstijden van de winkel. Op dinsdagochtend- en middag en woensdagochtend verzorg ik brei- en haaklessen. Onder deskundige begeleiding en onder het genot van een kopje koffie of thee kun je je creativiteit er helemaal op los laten."

**Tevens kunt u bij ons terecht voor verstel en reparatie zoals:**

- innemen
- ritsen vervangen in jassen, broeken, etc.
- korter maken



**Ga voor meer informatie naar mijn website of kom eens langs.**



Deze vegetarische salade met pompoen, geitenkaas en walnoten maakt een gure herfstdag meteen wat zonniger. En hij smaakt heerlijk in combinatie met de portobello's met verschillende soorten kaas in knapperig bladerdeeg.

# Herfstsalade met pompoen

2 PERSONEN - 20 MIN. + 20 MIN. OVENTIJD

## INGREDIËNTEN

400 gr pompoen in stukjes  
scheut olijfolie  
peper en zout  
snuf tijm  
3 tenen knoflook  
1 rode ui  
kneepje honing  
1 eetlepel balsamicoazijn  
200 gr linzen (pot/zak)  
80 gr rucola melange  
75 gr geitenkaas  
2 eetlepels walnoten

Verwarm de oven voor op 200 graden. Doe de pompoenblokjes in een ovenschaal en besprenkel met een scheutje olie, peper, zout en wat tijm. Leg de tenen knoflook (in schil) ertussen. Zet de schaal 20 minuten in de oven. Voeg de laatste paar minuten de rode ui in ringetjes toe. Haal de knoflooktenen uit de ovenschaal en verwijder de schil. Mix ze fijn in een keukenmachine met een scheutje olie, kneepje koning en 1 eetlepel balsamicoazijn. Laat de linzen uitlekken. Verdeel de sla over 2 borden. Verdeel de linzen (eventueel verwarmen), de pompoen en de ui erover. Kruiemel de geitenkaas en walnoten erover. Besprenkel met de zoete knoflookdressing.



# Gevulde portobello in bladerdeeg

4 PERSONEN - 50 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

4 vellen bladerdeeg  
100 gr geitenkaas  
100 gr blauwe kaas  
150 gr spinazie (ontdooit)  
2 eetlepels pijnboompitten  
4 portobello's

Haal de vellen bladerdeeg uit de vriezer. Verwarm de oven voor op 200 graden. Meng de geitenkaas met de blauwe kaas. Laat de spinazie uitlekken en druk met een lepel zoveel mogelijk vocht eruit. Meng de spinazie met de kazen. Schep een eetlepel pijnboompitten erdoor. Snijd de stelen uit de portobello's en doe het groene kaasmengsel hierin. Leg de portobello's op een vel bladerdeeg en vouw dit omhoog en druk goed vast aan de portobello. Verdeel wat pijnboompitten erover en zet circa 25 minuten in de oven. Serveer eventueel met een salade als hoofdgerecht of als lunch.



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

## GEbruik EEN IJSSCHep

om eenvoudig de zaadjes uit komkommers, courgettes en pompoenen te verwijderen.



*Strooi een beetje BAKING SODA in je pendaalemmer voor je de vuilniszak erin doet. Dit zal korte metten maken met vervelende geurtjes.*



60

Prik het uiteinde van **EEN CITROEN** met een satéprikker terug op de andere helft. Dit blijft in een plastic zakje in de koelkast wel een maand houdbaar.



LEG EEN HOUTEN LEPEL op de pan als je rijst of pasta kookt. De kans dat het water overkookt is nu heel erg klein.

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

Gooi de uiteinden van **LENTE-UI** niet weg: in een glaasje water groeien ze opnieuw!



**KOOK AARDAPPELEN** in de schil en laat ze schrikken in ijskoud water. Het vel glijdt er vervolgens zo af!



61

Giet een laagje water op je zelfgemaakte **GUACAMOLE** en zet afgedekt in de koelkast. Giet het water eraf en roer even door als je hem weer wilt eten.



Hang **HANGMANDJES** aan je koelkastplanken. Zo creëer je extra opbergruimte en maak je maximaal gebruik van (de hoogte van) je koelkast.

Gran Canaria is het eiland waar de zon vrijwel het hele jaar schijnt en waar je heerlijk kunt genieten van zon, zee en strand. **In vier uur vlieg je al naar deze ideale vakantiebestemming.**

De familie Van Lanen kocht en renoveerde het afgelopen jaar zes bungalows in Maspalomas, naar de wensen en eisen van deze tijd. Het resultaat is een prachtig complex van zes bungalows met een zwembad en een geweldig uitzicht. Zie voor meer info [www.vistabellabungalows.eu](http://www.vistabellabungalows.eu)

# VOEL JE THUIS!

RUST, LUXE  
EN EEN ADEM-  
BENEMEND  
UITZICHT



**BRUIST**  
*Deal*

1-SLAAPKAMERAPPARTEMENT

**€ 85,-**  
per nacht\*

2-SLAAPKAMERAPPARTEMENT

**€ 105,-**  
per nacht\*

**PROMOCODE: BRUIST**

**RESERVEER NU VIA  
WWW.VISTABELLA-  
BUNGALOWS.EU**

\* Boek voor minimaal 3 dagen.  
Check de site voor meer informatie  
over onze bungalows.

Calle Nestor de la Torre 4,  
Maspalomas Gran Canaria  
+31 (0)6 34 74 74 18  
[www.vistabellabungalows.eu](http://www.vistabellabungalows.eu)



# Lijstenmakerij Berghem

Voor een prachtige lijst of schilderij op maat!



Lijstenmaker

*Twee ambachten gaan bij ons hand in hand!*



VOOR EEN BLIJVENDE HERINNERING  
IN HET JUISTE KADER  
**JE ZIT BIJ ONS ALTIJD GOED!**  
KOM DUS SNEL EENS LANGS!



Portretschilder

Lijstenmakerij 'Aan 't huis' | Zicht 8, Berghem | 06-24702128  
info@lijstenmakerthuis.nl en info@portrettekeningen.nl  
[www.lijstenmakerthuis.nl](http://www.lijstenmakerthuis.nl) en [www.portrettekeningen.nl](http://www.portrettekeningen.nl)

