

EINDHOVEN



DECEMBER 2019 WWW.EINDHOVENBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Met leuke
cadeautips en
Bruist Deals

Vier deze
feestmaand
met Bruist



Stralend tijdens de feestdagen!

Een perfecte coupe

Voor een fijn zittend kapsel is een goede coupe een eerste vereiste. Hiervoor bent u bij ons aan het juiste adres. Ons team traint regelmatig onder leiding van topkappers op de laatste modelijnen en kniptechnieken. Als u bij ons binnen stapt zeg dan eens niet "Doe maar weer hetzelfde", maar daag ons uit.

Iets te vieren?

In onze salon bent u aan het juiste adres voor een feestelijk kapsel. Of het nu trendy of klassiek moet zijn, wij hebben voor alle gelegenheden het perfecte kapsel. **DUS WILT U STRALEN TIJDENS DE FEESTDAGEN? MAAK DAN METEEN UW AFSPRAAK BIJ KAPSALON ANOUK!**

MAAK
ONLINE EEN
AFSPRAAK
VIA ONZE
WEBSITE



↖
Anouk laat je stralen met de perfecte coupe!



ANOUK
Kapsalon
DAMES en HEREN

Tongelresestraat 427 Eindhoven | 040-2027061
kapsalonanouk@gmail.com | www.kapsalonanouk.nl

ZET IN OP HET SYLVESTER WEEKEND

MAAK GRATIS KANS
OP MOOIE PRIJZEN

27-28-29-30 DECEMBER
EINDHOVEN

SPEEL BEWUST 18+
HOLLANDCASINO.NL

ONTDEK HOLLAND CASINO EINDHOVEN

GRATIS ENTREE

Lever deze voucher in bij de receptie van Holland Casino Eindhoven.
Per speeldag (t/m 30 december 2019) mag per persoon
1 voucher worden verzilverd.

BRS-CODE 12.333

IEDERE EERSTE ZONDAG
VAN DE MAAND

IEDERE WOENSDAG

IEDERE VRIJDAG
& ZATERDAG

SUNDAY ROYALE

WINNING WEDNESDAY

CASINO NIGHT OUT

MEER INFORMATIE OP [HOLLANDCASINO.NL/EINDHOVEN](https://www.hollandcasino.nl/eindhoven)

**HOLLAND
CASINO** 
HET ENIGE ECHTE CASINO



8



12



20

Inhoud



25



19



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 BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Astrid Berkhout
ACQUISITIE Nederland Bruist, 076-7115340

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

CONTACT HOOFDKANTOOR
 Nederland Bruist B.V.
 Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda
 T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl
 www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be
 Like ons op Facebook.com/nederlandbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2019 Nederland Bruist B.V. Merknaam Eindhoven 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, Oosterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsengebék, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildep-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

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



Foto: Ron Eskens, soowpictures.nl

Kunnen jullie er ook zo van genieten, die heerlijke decembermaand? Buiten mag het dan misschien wat koud zijn, binnen is het een en al warmte wat de klok slaat. De feestdagen staan weer voor de deur, een tijd die de meeste mensen – net als wij zelf – doorbrengen met degenen die ze liefhebben. Samen op de bank genieten van een mooie kerstfilm, of een heerlijke winterse wandeling maken. Wat ons betreft kunnen die dagen niet lang genoeg duren...

Bruisende lezer,

Maar december is meer dan alleen de maand van Kerstmis, het is bijvoorbeeld ook de maand van WereldLichtjesDag. En voor ondernemers is het ook gewoon een maand waarin weer (keihard) gewerkt moet worden. Nog even snel die laatste meters maken voor ze vol frisse moed aan het nieuwe jaar kunnen beginnen. Zo ook Kapsalon Anouk en Roscobouw die je maar al te graag wat meer vertellen over hun werkzaamheden. Je leest er verderop in deze nieuwste editie van Bruist meer over.

Voor nu rest ons nog slechts een ding: al onze lezers ontzettend fijne feestdagen en alvast een heel bruisend 2020 toewensen. Geniet van deze feestelijke maand, geniet van alle mensen om je heen en – niet te vergeten – geniet van dit mooie magazine!

Tot volgend jaar,
Lea en Marcel Bossers

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Best-Oirschot Bruist en De Peel Bruist.

DE VOORPRET

Het leukste aan

kerst

BRUIST WENST
IEDEREEN FIJNE
FEESTDAGEN

Hoewel Kerstmis maar twee dagen duurt, staat vaak de hele maand december in het teken van gezelligheid, vrienden en familie. Weken voor kerst beginnen we al met de voorpret. We versieren ons huis, bedenken wat we gaan eten en gaan kerstshoppen. Heerlijk! Met deze tips geniet jij nog meer van die gezellige decembermaand.

BEGIN MET DE KERSTVERSIERING

Nu de dagen steeds korter worden, is het extra gezellig om het huis mooi te versieren. Zet wat extra kaarsjes neer, zet een klein kerststuk op tafel en fleur je huis op met wat winterse accessoires. Zo breng je je huis stap voor stap in kerstferen.

KIJK EEN KERSTFILM

Breng wat meer gezelligheid in de donkere dagen voor kerst door heerlijk met de hele familie op de bank een kerstfilm te kijken. De perfecte manier om in de kerststemming te komen. Vergeet ook zeker niet om warme choco of thee te maken en een paar sfeervolle kaarsjes aan te steken. Laat de voorpret maar beginnen!

MAAK EEN WINTERSE WANDELING

De winter in Nederland is prachtig! Trek daarom een dikke jas aan en ga erop uit. Extra leuk is het als er sneeuw ligt. Want wat geeft nu meer kerstfeer dan een winterse wandeling door de sneeuw?

SLA AAN HET KERSTBAKKEN

De dagen voor kerst zijn hét moment om alvast wat recepten uit te proberen. Zo kun je iedereen verbazen met de allerlekkerste broodjes voor het kerstontbijt of met een verrassend dessert. Van gezellig kerstkoekjes bakken met het hele gezin tot een heuse christmas cake. De heerlijke geur vanuit de oven brengt je sowieso al in feeststemming. Dat wordt genieten!



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-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de 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!*





BEAUTY AWARD WINNER

MGC Derma staat voor pure en luxe huidverzorgingsproducten. Het merk is ontwikkeld door experts op het gebied van natuurlijke huidverzorging en ze hebben gebruikgemaakt van de meest hoogwaardige ingrediënten. Daarnaast heeft MGC Derma aan al haar producten CBD toegevoegd, de nieuwste trend in de beauty-industrie.
www.mgcderma.nl

DEENS DESIGN

Angulus staat voor kwaliteit en een tijdloos Scandinavisch design waarbij de fit en comfort bovenaan staan. Ieder seizoen kenmerkt de collectie zich door de fijnste leersoorten en duurzame materialen. Ook de crêpezool, gemaakt van zeer hoogwaardig rubber, is iconisch voor Angulus.

www.angulus-schoenen.nl



BRUIST Deals

Ook deze maand hebben we weer enkele mooie Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Ga naar www.nederlandbruist.nl/lezersacties en profiteer van mooie kortingen van onze bruisende ondernemers.

win

Wij pakken uit!

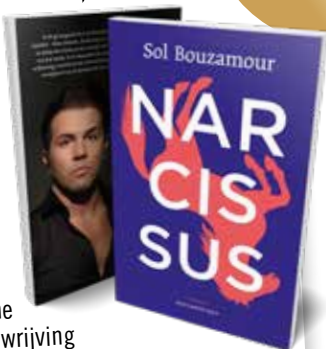
IN DECEMBER

LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 3 boeken van Sol Bouzamour.

In de gevangenis leert de Marokkaanse Joshua - die zich voordoeft als Israëliër - Klaas kennen, de koning van de Wallen. Deze veelal autobiografische debuutroman gaat over de wrijving tussen culturen.

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. #NARCISSUS naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



NUDE GLAS

De ontwerpen zijn simpel, maar prachtig door eenvoud. De mooie glazen, karaffen, kannen en olieflesjes worden gemaakt van loodvrij kristal. Het glaswerk is hierdoor heel helder waardoor de kleuren van drank goed tot hun recht komen. Er is zelfs al een keer glaswerk genomineerd voor de Duitse design awards. Nude is simple, simple is beautiful. **Meer informatie op eu.nudeglass.com**



LEZERSACTIE

Maak kans op één van de Peach Blossom Smoothing Body Wash.

Ruik ook in december het voorjaar met deze heerlijke body wash op basis van perzikenbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met de Peach Blossom Body Wash van O'right.

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. #BODYWASH naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



LEZERSACTIE

Maak kans op een cadeaubox met producten van Previa, speciaal voor krullend haar.

Behandeling voor krullend haar met verzorgende en conditionerende werking. Een extra dosis hydratatie en voeding in een formule die krullen niet verzaart.



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. #PREVIA naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

COMPLIMENTEN GEGARANDEERD!

Colette Sol Shoes is een jong Nederlands label. Elk paar schoenen wordt op ambachtelijke wijze gemaakt van exclusief leer. Een groot deel van de opbrengst gaat naar de Colette Sol Foundation die verschillende vrouwenprojecten ondersteunt. www.colettesol.com



VANAF 1 STUK
ZONDER MEERPRIJS



WIJ **BEDRUKKEN** AL UW KLEDING

KOM LANGS
HERENTALS WEG 13
EINDHOVEN

BEL ONS OP 040 2 444 551
OF BEZOEK ONS OP

WWW.ATILA.NL

Overmatig zweten



Debby Jentjens, huidtherapeut

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

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

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

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

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

www.ceulenklinieken.nl

ceulen | klinieken
polikliniek huidziekten en spataderen

Stationsstraat 1, Helmond
085 - 043 24 54

Miljoenen mensen hebben er last van: overmatig zweten, ook wel hyperhidrose genoemd. De productie van zweet is dermate hoog dat zweetplekken onder de oksels of onaangename geurtjes kunnen zorgen voor veel ongemak in het dagelijks leven. Daarnaast kan overmatig zweten activiteiten bemoeilijken, zoals autorijden (door een glippend autostuur) of handen schudden.

Zweetpoli

U kunt zich eenvoudig laten behandelen voor overmatig zweten met behulp van Botox of de miraDry methode. Botox blokkeert (tijdelijk) de weg tussen de zenuwen en de zweetklieren en stopt zo het zweten en de vervelende geur. Een Botoxbehandeling duurt ongeveer twintig minuten en is vrijwel pijnloos. Een verdoving is dan ook niet nodig. Na zes tot negen maanden is de Botox uitgewerkt en uit uw lichaam verdwenen. U kunt dan kiezen voor een herhalingsbehandeling. MiraDry is dé definitieve methode voor de behandeling van okselzweet.

Hoe werkt de miraDry?

Er worden geen agressieve chemicaliën of gifstoffen gebruikt. Ook hoeft er niet gesneden te worden, waardoor er nauwelijks hersteltijd nodig is. Het miraDry systeem geeft gedoseerde energie af waar de okselzweetklieren zich bevinden, waardoor de zweetklieren in de oksel verhit worden totdat ze stukgaan. Zweetklieren die geëlimineerd zijn, komen nooit meer terug en groeien ook niet opnieuw aan.

Resultaat

Het resultaat is snel merkbaar, u kunt binnen enkele weken na de behandeling zweetvermindering verwachten. MiraDry heeft alleen effect op de zweetklieren die zich in de oksel bevinden. Compensatiezweeten treedt daarom niet op.

Masseur gezocht!

Kom jij ons team versterken en ben jij:



Energiek?
Flexibel inzetbaar?
Beschikbaar in avonden en weekenden?
En klaar voor een nieuwe uitdaging?

Werken bij QoQo Massage Clinics?

Wat bieden wij?

- Groeimogelijkheden op basis van je competenties en ambities;
- Systematische training als top technisch specialist en/of manager;
- Een progressief salarissysteem op basis van je kwaliteiten en competenties;
- Een gevarieerde baan waar geen elke dag hetzelfde is;
- Een fijne werksfeer, met gratis snacks en fruit, maandelijke gratis massage (werknemers zijn onze grootste troef);
- Pensioenregeling bij vast dienstverband;
- Financiële bijdrage voor professionele opleiding relevant voor de strategische ontwikkeling van ons bedrijf.

Wie zoeken wij?

Je zit vol enthousiasme en begint de dag met een glimlach. Je staat er voor open om een nieuw vak aan te leren en werkt goed samen in teamverband. Je bent flexibel inzetbaar, daarnaast ook beschikbaar in de avonden en weekenden.

QoQo Massage Clinics richt zich op de toekomst en op jou, zie jij jezelf hierin terug? Solliciteer direct!

Solliciteren? Dat kan via onze website : www.qoqomassage.com of stuur je CV op naar recruitment@qoqomassage.com. Voor vragen bel naar : 088-8100876



De M is de meest verkochte **chocoladeletter**.

Elke 2e zondag van december is het **WereldLichtjesDag**.

Over de hele wereld steken mensen om 19.00 uur **kaarsjes** aan ter nagedachtenis van overleden kinderen.

Het verschil tussen een kerst- en een paasbrood?

Op het eerste brood hoort **poedersuiker**, op het andere niet.

13 december is het **Paarse Vrijdag**, de dag waarop je door het dragen van de kleur paars je **solidariteit** kunt tonen met homo- en biseksuele, lesbische en transgender jongeren.

Kerst is de beste tijd om te pieken.

Tweede kerstdag is ontstaan doordat het dienstpersoneel op eerste kerstdag moest werken. De volgende dag waren ze vrij en kregen ze eten mee voor de familie. Uit die traditie is **het kerstpakket** ontstaan.

De ultieme kerstverlichting is natuurlijk gewoon een **sterrenhemel**.



SAAR (15) VOELDE ZICH EENZAAM, MAAR NU NIET MEER

“Op school werd ik gepest. Ik hoorde nergens bij en voelde me vaak alleen. Ik vroeg me af waarom ze me niet leuk vonden. Mijn klasgenoten zeiden dat ik te druk was. Het maakte me verdrietig. Op een gegeven moment was het zo erg dat ik dacht dat het beter was als ik er niet meer zou zijn. Toen ik dat tegen mijn mentor vertelde, schakelde ze hulp in. Ook stelde ze voor naar Join us te gaan.”

Saar vertelt: “Ik zag er tegenop om te gaan, bang dat ik er niet bij zou horen. Niets was minder waar. Vanaf de allereerste avond hoor ik erbij en kan ik mezelf zijn. Bij Join us leer ik geen moeite te doen voor mensen die me niet accepteren. Ik zoek nu juist mensen op die bij me passen. Op school ben ik bevriend geraakt met een klasgenootje. Ik zag dat ze vaak alleen was en heb haar opgezocht. Het klikt enorm! Ik voel me veel beter nu.”



In Nederland voelt 3 tot 14% van de jongeren zich chronisch eenzaam. Stichting Join us zet zich in voor deze jongeren en helpt hen sociaal sterker worden.

Voor meer informatie:
www.join-us.nu



Iedereen kan heerlijk en eerlijk genieten van plantaardige gerechten, óók als je een liefhebber bent van een stukje vlees of vis”.

Terwijl jij van jouw diner geniet ben je gelijk lekker duurzaam bezig. **Hiermee zetten wij de eerste stappen voor een duurzamere horeca en verkleinen wij direct onze footprint.**



Gagelstraat 6 Eindhoven 040-7370638
www.bijalbrecht.nl eten@bijalbrecht.nl

Een kavel, een woonwens, ROSCOBOUW

*Ook uw eigen droomhuis bouwen?
Maak een afspraak met Roscobouw,
wij ontwerpen en bouwen samen met u!*



WIJ BOUWEN MET
AANDACHT ALSOF
HET ONZE EIGEN
WONING IS



Een kavel voor uw
EIGEN DROOMHUIS?
Maak een afspraak!
0412-455501

Gevestigd in het Brabantse Heesch, maar ook actief bij u in de regio. Heeft u een bouwkevel, dan is Roscobouw uw ideale bouwpartner die graag samen met u uw vrijstaande droomhuis wil verwezenlijken. Samen is hierbij het toverwoord, van schets tot sleutel wordt u gedurende het hele traject begeleid, waarbij korte lijnen en een professionele maar zeker ook persoonlijke werkwijze hoog in het vaandel staan.

Laat je ontzorgen

Een keuze voor Roscobouw houdt in dat u vanaf het eerste moment ontzorgd wordt. Samen doorloopt u het traject van ontwerp, vergunningen, financiën en uitvoering, waarbij het overzicht door Roscobouw bewaard blijft. Geen vervelende verassingens achteraf, u weet tijdens het gehele proces waar u aan toe bent, mede door persoonlijke aandacht, regelmatig bouwoverleg en een constante bereikbaarheid van uw vaste contactpersoon.

Alles is mogelijk

Elk project van Roscobouw is maatwerk. Een ruime keus aan architecten binnen het bedrijf geeft u vanaf het begin al de vrijheid om uw eigen unieke woonwensen uit te laten werken. Het ontwerpproces wordt deskundig begeleid. Kenmerkend voor Roscobouw is dat er gedacht wordt in oplossingen. De score op klanttevredenheid is erg hoog bij dit bedrijf.

Efficiënte werkwijze

Naast eerder genoemde voordelen heeft Roscobouw een bijzonder efficiënte werkwijze. Na het oriënterende gesprek duurt het slechts vier tot zes weken totdat het definitieve ontwerp klaar is. Roscobouw werkt behalve met eigen personeel samen met een vast team van onderaannemers, dat geeft u de zekerheid dat de bouwtijd prettig en voorspoedig verloopt. Uw nieuwe woning is binnen korte tijd klaar.

Benieuwd wat Roscobouw voor u persoonlijk kan betekenen?

Maak dan een afspraak voor een oriënterend gesprek en ontdek wat er mogelijk is voor uw bouwplannen, wij staan u graag te woord.



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

Bij Kliniek Heyendaal 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

Labiacorrectie

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



Neus- correctie?

**De wens om een neuscorrectie te laten doen komt meestal voort uit
ontevredenheid over de vorm van de neus. Dit kan leiden tot minder
zelfvertrouwen. De vorm van de neus is immers zeer bepalend voor
het uiterlijk en ligt daardoor emotioneel gevoelig.**

Met behulp van een neuscorrectie wordt de vorm van de
neus verbeterd en op uw wensen afgestemd. Vaak is een
kleine verandering van de neus al voldoende. Of het nu gaat
om een neustipcorrectie, uw neus laten corrigeren of
een neusverkleining, wij informeren u zo goed
mogelijk over de verschillende mogelijkheden.

Neuscorrectie behandeling

Een neuscorrectie, ook wel rhinoplastiek
genoemd, is een chirurgische ingreep waarbij
de plastisch chirurg delen van het benige
kraakbeen gedeelte of delen van het
tussenschot (septum) verandert om zo de
neus meer in balans te brengen met de
rest van het aangezicht.

Overweeg je een neuscorrectie?

De voordelen bij Kliniek Heyendaal zijn
dat we korte wachttijden hebben, dat er een zeer
gespecialiseerd team voor je klaar staat dat garant staat
voor kwaliteit en veiligheid, dat er een diagnose en
een persoonlijk behandelplan opgesteld kunnen worden
en dat je mee kunt beslissen in de planning.

Neem gerust contact op met een van onze consulenten
voor het inplannen van een vrijblijvend en kosteloos
consult via 024 - 845 05 06 of door middel van ons
contactformulier.

**Betrouwbare
en betaalbare
neuscorrectie.**

Voor meer info
024 - 845 05 06

DAGJE UIT AMSTERDAM LIGHT FESTIVAL



Tot 19 januari worden tijdens het
Amsterdam Light Festival de grachten
in Amsterdam opgesierd door de
beste lichtkunstenaars uit binnen-
en buitenland. Dagelijks van 17.00
tot 23.00 uur ziet u de mooiste
projecties langs de rivier de Amstel
of langs de schitterende grachten in
het centrum. Via meerdere routes is
het festival varend, fietsend en
wandeldend te beleven. U kunt dit
op eigen gelegenheid doen of door
een tour te boeken bij één van de
official partners van het festival.
Deze bieden zowel fietstours als
wandeltochten met gids aan. Alle
kunstwerken zijn de gehele periode
verlicht en u kunt stemmen op uw
favoriete kunstwerk.

**Kijk voor meer informatie op
www.amsterdamlightfestival.com**

FILMPJE KIJKEN APRIL, MAY EN JUNE

Als de ernstig zieke moeder van April, May
en June, drie halfzussen met drie
verschillende vaders, zich realiseert dat ze
niet lang meer te leven heeft, roept ze haar
dochters naar huis. Ze kan dit leven pas
met een gerust hart verlaten als ze weet
dat er goed gezorgd zal worden voor haar
autistische zoon Jan. Maar dan merken de
zussen dat ze de laatste jaren nogal van
elkaar en hun broer vervreemd zijn. De
vier zullen elkaar opnieuw moeten leren
kennen, willen ze elkaar tot steun zijn in
de moeilijke tijd die komt.

**APRIL, MAY EN JUNE draait vanaf
19 december in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN WIL SCHILDERS



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

**LOS ELKE SUDOKU OP van
WIL SCHILDERS is voor € 19,95 te koop
via www.loselkesudokuop.nl**



GARAGE SALE



VOORDEEL OP VOORRAADAUTO'S TOT WEL € 8.000

Van Mossel



Huidtherapie
Boxtel & Best
houd van je huid

Huidkanker

**29 oktober 2019
in het nieuws:
'Het aantal patiënten
in Nederland met
huidkanker neemt in een
dusdanig hoog tempo
toe, dat de druk op
ziekenhuizen te groot
lijkt te worden. Er komen
jaarlijks 70.000 nieuwe
gevallen bij.'**

'Het kenniscentrum stelt dat de huidkankerzorg op de schop moet om de druk op de ziekenhuizen te verlichten. Die dreigt de aankomende jaren anders te gaan toenemen. Een betere samenwerking tussen dermatologen en huisartsen zou noodzakelijk zijn. Ook zou er een nationaal preventieplan moeten komen om de stijging van het aantal huidkankergevallen af te remmen (Nu.nl, 2019).'

Maar wat kan een huidtherapeut op het gebied van huidkanker betekenen?

Een huidtherapeut kan patiënten leren hoe ze de huid regelmatig kunnen controleren op verdachte moedervlekken of verkleuringen. Zo moet je extra bedacht zijn op het ontstaan van nieuwe moedervlekken, bestaande moedervlekken die veranderen van grootte en/of kleur en jeukende of pijnlijke moedervlekken. De huidtherapeute kan dit uitleggen aan de hand van de ABCDE-methode. Mocht je twijfelen over een plekje, ga dan altijd naar de huisarts.

Romy Vermeulen
h u i d t h e r a p e u t



Met een verwijzing van de arts kunnen huidtherapeuten pigmentvlekken verwijderen, zodat er uit dat plekje geen huidkanker kan ontstaan. Ook in het nazorgtraject van huidkanker kan de huidtherapeut ondersteunend zijn. Denk hierbij aan littekenbehandeling, camouflagetherapie voor kleurverschillen in de huid en het verwijderen van haren in een transplantatiegebied.

**Wil jij je huid zo goed mogelijk beschermen?
Vraag advies bij je huidtherapeut!**

06 8126 4333 | info@huidtherapieboxtelbest.nl | www.huidtherapieboxtelbest.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 kleed het aan met prachtige producten.



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@bogarden.nl



Golden days!

December is zo'n maand met een gouden randje. De maand van glitter & glamour, gezellige feestjes en cadeaus. Maar oh jee, wat moeten we dit jaar weer geven? Get inspired!

1. Flowerbomb Eau de Parfum Limited Edition Christmas 2019, € 124,- www.douglas.nl
2. Kneipp Beauty Geheim douche foam, € 8,49 www.kneipp.nl
3. Le Male Eau de Toilette van Jean Paul Gaultier, € 92,35 www.douglas.nl
4. Crème de Corps Whipped van Kiehls, € 16,- www.kiehls.nl
5. False lashes all the jingle ladies van essence, € 2,99 www.essence.eu
6. Palette Only You van Ici Paris, € 10,95 www.iciparisxl.nl

7. Cellglow Luminous Tint Concentrate van Helena Rubinstein, € 119,99 www.iciparisxl.nl
8. Ambiance Trigger Pomander 500 ml, € 59,- van Zenology www.zenology.com
9. Time Hand Cream van Ici Paris, € 5,55 www.iciparisxl.nl
10. Soap & Glory Make Your Smooth Box van Boots, € 5,99 www.boots.com
11. Festive Bauble van Molton Brown, € 18,- www.babassu.nl
12. Palet Goldenland van Guerlain, € 78,- www.guerlain.nl

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

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

FUNNY TRENDS

*GEWOON DE LEUKSTE FEEST-
WINKEL VAN GELDROP EN OMGEVING

Verkrijgbaar voor bijna elke gebeurtenis!

WWW.TRENDS.NL
Bogardeind 45 Geldrop | 040-2860506

Autobedrijf van Limpt B.V.
Uw onderhoudspecialist voor:

TOYOTA FORD UNIVERSEEL

Bij van Limpt kunt u met iedere auto terecht.
Onze ervaring en kennis in de autobranche maakt dat wij een volledige service voor iedere auto kunnen bieden. **Ook die van u!**

UW AIRCO LATEN CHECKEN?
Autobedrijf van Limpt biedt een volledige aircoservice. Wij houden uw airco in topconditie. Bij defecten bieden wij een snelle reparatie.

Autobedrijf van Limpt B.V.
De Witstraat 23 Veldhoven | 040-2539861
www.autobedrijfvanlimpt.nl

Bruist wenst alle lezers
fijne
feestdagen

Wat heb jij gedaan met je *tijd*?

2019 is bijna voorbij. Wat heb jij gedaan dit jaar? Wat heb jij gedaan met je tijd? Het is niet dat je te weinig tijd hebt. Misschien weet je er niet goed mee om te gaan. Misschien kun je geen prioriteiten stellen, kun je niet de juiste keuzes maken, durf je geen 'nee' te zeggen.

Het enige wat je hoeft te doen, is beslissen wat je doet met de tijd die je is gegeven. Wijze uitspraak van Gandalf (Lord of the Rings). Hoeveel zomers heb je nog te gaan? Hoe vaak zul je nog kerst vieren?

Neem eens een paar minuten de tijd om er met aandacht over na te denken. Wat heb jij het afgelopen jaar gedaan met je tijd?

We hebben allemaal dezelfde hoeveelheid tijd. Het is dus van belang hoe jij ermee omgaat. En onthoud: dit leven heeft een deadline. Je toekomst wordt elke dag korter. Geniet van elk moment.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

www.meditationmoments.com



Beleef de kerstsfeer in de gezellige Hanzestad

Wil jij deze winter nog een leuk dagje weg plannen? Denk dan eens aan Zutphen. De stad heeft een prachtig historisch centrum met eeuwenoude monumentale panden, hippe en eigentijdse winkels en fijne koffie- en lunchplekjes. Alles op loopafstand van elkaar! Laat je deze winter verbazen door het betoverende Zutphen!



SHOPPEN

In het sfeervolle centrum van Zutphen vind je eigentijdse shops en originele boetiekjes. Let tijdens het winkelen ook eens op de mooie gevels in de straten en steegjes. De stad is rijk aan vele oude panden. De historische binnenstad staat in contrast met de moderne winkels. Dit maakt shoppen in Zutphen tot een beleving waar je niet snel op uitgekeken raakt.

Op onze website WWW.ZUTPHENBRUIST.NL vind je diverse bruisende ondernemers uit Zutphen en omgeving die je alles kunnen vertellen over hun bedrijf. Breng hen zeker een bezoekje als je in de buurt bent.



NOTEN & ZO

Aan Noten & Zo loop je niet zomaar voorbij. Zodra je de winkel nadert, komt de geur van versgebrande noten je tegemoet. Je koopt er ook authentieke Italiaanse pasta, verse olijven en er is zelfs olijfolie van de tap. Je vindt er dus alles voor een gezellig avondje met vrienden of familie. www.notenenzo.nl

CULTUUR

Als je een dagje naar Zutphen gaat, kun je niet om de Walburgiskerk heen. Het klassieke interieur neemt je eeuwen mee terug in de tijd. Vanaf 13 december is één van de grootste kerken van ons land in kerstsferen gehuld. Minstens vijftien organisaties laten zich van hun beste kant zien door middel van een door hen versierde kerstboom. Tijdens het Sprookjesfestival en op 15 december kan de kerk in sprookjesachtig licht worden bezocht.

SPROOKJESSTAD

Op zondag 15 december verandert de binnenstad van Zutphen in een sprookjesboek. Op vele plekken in de stad kom je sprookjesfiguren tegen, zoals Sneeuwwitje, Doornroosje en Belle en het Beest. Geniet tijdens het kerstshoppen van de magie van Sprookjesstad Zutphen.

Zutphen



STADS- WANDELING

Doordat Zutphen kleinschalig is, verken je de stad het beste te voet. Slenter door de hippe winkelstraten, ontdek het historische centrum en laat je verrassen door de vele

bijzondere steegjes en hofjes. Wandel op eigen houtje door de stad of kies voor een van de vele themawandelingen of een stadswandeling met gids.



BEREIKBAARHEID

Zutphen is goed bereikbaar met het openbaar vervoer. De trein stopt praktisch in het centrum. Kom je met eigen vervoer? Er is volop parkeergelegenheid en je kunt je auto tot vlak bij de winkels parkeren. Je fiets stal je gratis in de bewaakte fietsstalling onder het NS-station. Zutphen is trouwens de perfecte uitvalsbasis voor een fietstocht. Vanuit het centrum stap je zo op de pedalen voor een mooie tocht door de omgeving.

WINTERS DAGJE ZUTPHEN

Deze winter is er van alles te beleven in Zutphen. Wat dacht je van een unieke tocht door de stad met een historische paardentram, een beklimming van de Wijnhuizenstoren voor het allermooiste uitzicht over Zutphen en kerstshoppen in de gezellige winkelstraten. Na een dagje in de frisse buitenlucht warm je op met een glühwein of warme chocolomel op een van de gezellige markten.



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 Zutphen. JA, OOK ZUTPHEN BRUIST!



Leer elke sudoku oplossen!

De sudoku... vrijwel iedereen zal er weleens een hebben opgelost of een poging gedaan hebben tot. Heb je daar echter wat moeite mee of zou je je sudokukwaliteiten willen verbeteren, dan is het boek 'Los elke sudoku op' zeker een aanrader.

KENNIS DELEN

"Als wiskundige probeer je altijd te ontdekken hoe dingen werken", vertelt Wil. Toen hij in 2004 geïnteresseerd raakte in het oplossen van sudoku's, was dat dan ook precies wat hij deed. "Ik heb er zoveel opgelost dat ik inmiddels door heb hoe sudoku's werken. Kennis die ik graag wil delen."

HET WERKT ECHT

Vandaar dat hij enkele jaren geleden dit boek schreef dat zelfs al in meerdere talen is vertaald. "Als je dit boek stap voor stap doorloopt, leer je steeds moeilijkere sudoku's oplossen. Er zijn heel wat sudoku-leerboeken op de markt, maar van de meeste leer je vrij weinig. Van mijn boek word je daarentegen echt steeds beter, mede door de vele kennis die ik heb vergaard, maar ook doordat deze kennis op zeer heldere wijze gedeeld wordt in het boek."

Wil je dus ook je sudokukwaliteiten verbeteren? Ga dan naar www.loselkesudokuop.nl en bestel het boek!



Wil Schilders



Boek: Los elke sudoku op | Auteur: Wil Schilders | www.loselkesudokuop.nl



				6				2
						9	7	6
			3	2	9	5		
2	4		5		6			
		3		4		6		
			1		3		2	9
		6	2	3	8			
1	9	5						
8				1				

Weet jij de oplossing al?
Of kun je wat hulp gebruiken?

The Perfect Gift



EXCLUSIEF VERKRIJGBAAR OP
[SODASTREAMSTORE.NL](https://www.sodastreamstore.nl)

sodastream®

THE GORGEOUS GIFT YOU FEEL GOOD GIVING

Ook tijdens de feestdagen kun je bewust duurzaam bezig zijn. De Limited Gold Edition is de glamoureuze uitvoering van ons vertrouwde bruiswatertoestel, de Spirit. De stijlvolle witte uitvoering en de bijbehorende herbruikbare fles zijn tijdelijk beschikbaar met gouden of roségouden kleuraccenten. Lekker voor het feestgevoel en tevens goed voor het milieu.

Geef je iemand de SodaStream Gold Edition cadeau, dan help je hem of haar met het besparen van duizenden plastic wegwerpflessen. Met SodaStream maak je van kraanwater namelijk in een handomdraai verfrissend bruiswater, een fruitig drankje of een knallende cocktail!



Zin in een bruisende, feestelijke cocktail?

Kijk voor alle recepten op [sodastream.nl/recepten](https://www.sodastream.nl/recepten)

Help mee aan een wereld zonder wegwerpplastic!

Snelle feestelijke look!

LOOKING/GOOD

Het einde van het jaar komt in zicht en de feestdagen staan voor de deur. Heerlijk, die gezellige avonden, maar het kan ook veel cadeau-, kleding- en make-upstress opleveren. Wij helpen je met een snelle feestelijke look.



GEZELLIG ETEN MET FAMILIE

Vier jij eerste kerstdag met een familiediner? Met een classic look zit je helemaal goed. Het ziet er mooi uit, maar is niet té opvallend. Geef je classic look een extra feestelijke touch met een Strobing Stick. Strobing is een vrij simpele techniek waarbij je highlighter aanbrengt op die delen van je gezicht waar het licht van nature op terechtkomt, zoals je jukbeenderen, neusbrug, kin en wenkbrauwbot.

FEESTJE MET VRIENDEN

Bij tweede kerstdag hoort een feestje met vrienden. Je look mag iets spannender zijn dan op dag één. Ga bijvoorbeeld voor smokey eyes die je ogen extra laten opvallen. Gebruik hiervoor mooie oogschaduw met lichte en donkere tinten en vergeet ook de glitters niet!

HAPPY NEWYEAR PARTY

Op oudjaarsavond maak je een statement met mooie donkere make-up. Denk hierbij aan een mooie lipstick in een diepe, donkere kleur. Wedden dat deze avond alle ogen op jou gericht zullen zijn?

Met deze tips zie jij er gegarandeerd op je allerbest uit tijdens de feestdagen. Welke look ga jij uitproberen?

Team van der Heijden Kappers staat klaar voor jouw

Glamour moment tijdens de feestdagen!



De feestdagen staan alweer voor de deur. Het wordt druk, dus is het slim om alvast te bedenken wat je met je haar gaat doen. Je wilt toch niet op kerstochtend wakker worden met een vol schema zonder plannen voor een goed kapsel?

- Probeer eens een ander kapsel.
- Laat je nagels manicuren en lakken
- Neem een schoonheidsbehandeling
- Neem een body tanning voor een mooi bruin kleurtje

Wees voorbereid en maak een afspraak:
Even bellen of 24/7 online boeken

**DINSDAG
24 DECEMBER
ALLEEN OP
AFSPRAAK!**



't Hofke 137 | Eindhoven | 040 2812764
info@vanderheijdenkappers.nl
www.vanderheijdenkappers.nl
beautybyesmay.mytreatwell.nl
www.facebook.com/Beauty-salon-esmay



van der Heijden kappers

BOREK HAUTE COUTURE

Borek, de haute couture voor tuin en terras, bestaat 42 jaar als familiebedrijf in parasols en buitenmeubilair. Wat in 1977 begon, is de afgelopen vier decennia uitgegroeid tot een sterk en internationaal befaamd merk. Anno 2019 is Borek niet meer weg te denken uit toonaangevende winkels met outdoor furniture. Ambachtelijk en comfortabel, kwaliteit en duurzaamheid zijn daarbij onze speerpunten. Gerenommeerde Nederlandse ontwerpers hebben mede aan de basis van het succes van Borek gestaan. De vaak minimalistische designs zorgen steeds weer voor een maximaal resultaat. De ruime aandacht voor uitstraling, beleving, kwaliteit en service is te bewonderen in de showroom van 1200 vierkante meter in Oisterwijk.



De parasols en buitenmeubelen van Borek hebben een elegante, eigentijdse klasse. De vormen en stijlen zijn zowel functioneel als esthetisch en zorgen voor een harmonieuze uitstraling. Borek blijft steeds de creatieve grenzen verleggen om kwalitatief hoogwaardige en pure producten te creëren. Producten die zorgen voor ultiem zitcomfort en perfecte schaduw. Een ontwerp is pas af als de optimale samenhang is bereikt met het buitenleven.



Sinds 1977 werkt Borek nauw samen met vooraanstaande ontwerpers, zoals Marcel Wolterinck, Bertram Beerbaum, Remy Meijers, Hugo de Ruiter, Eric Kuster en Frans van Rens en dit resulteert elk seizoen weer in uiterst smaakvolle buitenmeubelen en bijpassende parasols. Iedere lijn, iedere contour, elk materiaal is gekozen om de gebruiker het ultieme 'genieten' en 'ontspannen' te bieden, met de tuin als centraal middelpunt.

VOOR TUIN & TERRAS



BOREK CHEPRI BY HUGO DE RUITER

Meubelen beschouw ik als een derde huid. Net als kleding moeten meubelen goed zitten en bij je passen. Je interieur en invulling van je terras vormt een karaktervolle signatuur van wie je bent. Mijn meubelen zijn dynamisch in vorm en gebruik. In mijn ontwerpen start ik met de beleving en het ontwerpen van zitideeën. 'Form follows life' is daarbij mijn credo. Een meubel moet zich aanpassen aan de gebruiker en het dagelijks leven volgen, van een moment voor jezelf tot een gastvrij samenzijn met vrienden. Met actief zitcomfort overdag en lekker lazy in de avond. CHEPRI, een landmark op uw terras!



MAJINTO, RISE AND SHINE BY STUDIO BOREK

Succes laat zich zelden voorspellen, dat geldt echter niet voor de Majinto stoel van BOREK! Voor deze collectie is een unieke en innovatieve vlechttechniek toegepast. Tezamen met de fraaie brons-bruine framekleur krijgt deze stoel zijn stralende look. Die wordt nog verder versterkt door een subtiele glans. Het aluminium onderstel garandeert een stabiele zit en door de open, handgevlachten, brede belt oogt Majinto toch luchtig. Geen wonder dat Majinto de rijzende ster is in de Borek-collectie en zich graag laat aanschrijven. Op de terrassen van de prestigieuze golfbaan Bernardus in Cromvoirt is de Majinto ook te bewonderen.



IN GEUREN & KLEUREN

Onze nieuwste collectie van Baobab huisparfums heeft een krachtige naam: Totem. De mondgeblazen glaskunstwerken hebben ieder een eigen design en specifieke geur. Deze Black Pearls totem bijvoorbeeld. Het sculptuur is bezaaid met iriserende confetti en verspreidt een parfum van zwarte rozen en gember. De Totems zijn allemaal mooi en ruiken heerlijk fris of juist zwoel zinnenprikkend. Da's nog eens iets anders dan een flesje aftershave onder de kerstboom! Kom ze gerust eens bekijken en besnuffelen. Herken jezelf bij **MEIJSWONEN**.

MEIJSWONEN

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

TIP!
Een mooi
cadeau voor de
feestdagen





E-MAILCAMPAGNES SPECIAAL VOOR SCHOONHEIDSSALONS!

Heb jij een schoonheidssalon met een grote of een kleine klantenkring? Loopt je salon goed, maar gaat het op (e-mail)marketinggebied nog niet helemaal lekker? Dan kunnen wij jou helpen! Wij hebben namelijk een e-mailcampagne ontwikkeld speciaal voor schoonheidssalons!

Wat houdt de campagne precies in? We hebben een slimme e-mailmarketingstrategie bedacht, waarbij we ervoor zorgen dat de bestaande klanten vaker de salon bezoeken en producten slimmer worden aangeboden. Met ons nieuwsbriefstelsel kun je makkelijk en snel nieuwsbrieven klaarzetten en de campagnes automatisch versturen. We helpen je met het opzetten van de campagne en daarbij letten we op het werven van klanten, het behouden van klanten en het testen

van de tevredenheid. Mocht jij geïnteresseerd zijn in deze of meerdere campagnes, dan komen we het graag presenteren in je salon. Wij geloven namelijk dat elke samenwerking start met een ontmoeting en een kop koffie. **We horen het graag, neem contact met ons op via: vragen@bobmail.nl. Kijk voor meer informatie op: www.bobmail.nl**

Benieuwd wat wij voor jou kunnen maken? Bel voor een afspraak.

DE BOBMAIL KENNISSESSIE



BOBMAIL BLOG



PARTNERPROGRAMMA



Havikstraat 14, Reusel | 013 - 534 8632
vragen@bobmail.nl | www.bobmail.nl

Catch your dreams!

Onrustig?

We leven in een tijd waarin we ons bewuster zijn van de energie en stralingen om ons heen. Of je nou high sensitive bent of niet, je merkt dat er 'iets' is dat in de lucht hangt wat je vermoeit en onrustig maakt. Vaak met een slechte nachtrust als gevolg. Vooral kinderen hebben hier steeds meer last van, ze zijn erg gevoelig of zitten vast in hun gedachtes. Ze slapen onrustig en kunnen zich niet volledig ontspannen en opladen. Zelf had ik hier vroeger ook last van totdat er speciaal voor mij een Dromenvanger werd gemaakt. Gelooft het of niet maar de onrust en mijn nachtmerries waren weg.



DREAM FREE, WITHOUT FEAR!

Herkenbare situatie?

Ik bied jou twee keer per maand de gelegenheid om jouw eigen Dromenvanger te maken! Tijdens deze workshop leer je stap voor stap hoe je een Dromenvanger maakt, speciaal voor jou of voor iemand anders die het nodig heeft. Op gevoel kies je de kleuren, materialen, kralen, bedeltjes en veren. Dit alles doe je met een bepaalde intentie, dit stroomt vervolgens door de Dromenvanger.

Uit je hoofd en (samen) met je handen bezig zijn. Even wat anders toch?

Houd jess-cc.nl en onze social media in de gaten voor updates!



Jess Coaching & Caring

06-38436237

jess-coaching-caring@outlook.com | www.jess-cc.nl

Liefs Jessie

Gaastra

Shop nu
online
met 30%
korting

NAUTIC FASHION.ONLINE
is een Nederlandse
online outlet van het
maritieme en nautisch
georiënteerde outdoor
modemerk GAASTRA.

We richten ons op
het aanbieden en
leveren van deze
stijlvolle producten
voor outdoor-
activiteiten tegen
geweldige prijzen.



BRUIST
Deal

30% korting
PROMOCODE: BRUIST
RESERVEER NU VIA
NAUTIC FASHION.ONLINE

NAUTIC FASHION.ONLINE is
een Nederlandse online outlet
van het maritieme en nautisch
georiënteerde outdoor modemerk
GAASTRA.

We richten ons op het aanbieden
en leveren van stijlvolle
producten voor
outdooractiviteiten
tegen geweldige prijzen.

NAUTIC FASHION
ONLINE

hello@nauticfashion.online
NAUTIC FASHION.ONLINE



De een vindt het heerlijk om tijdens de feestdagen lang in de keuken te staan, de ander moet er niet aan denken. Hoor jij bij die laatste groep? Dan is dit makkelijke kerstmenu dé oplossing voor jou.

Zalmcarpaccio met roomkaas

2 PERSONEN - 25 MINUTEN

INGREDIËNTEN

200 gr gerookte zalm (in dunne plakjes)
rasp en sap van 1 citroen
50 gr pijnboompitten, licht geroosterd
paar takjes dille, fijngehakt
2 eetl naturel roomkaas
zwarte peper en zeezout
4 eetl olijfolie
handjevol waterkers
zakje knoflookcroutons
1 eetl kappertjes

Leg de plakjes zalm mooi op een bordje. Besprenkel de zalm met het citroensap, hierdoor gaat de zalm 'garen'. Doe de citroenrasp in een kom. Hak 30 gram pijnboompitten fijn en roer deze samen met de dille door het sap. Voeg de roomkaas toe en breng op smaak met peper en zout. Besprenkel de zalm met een beetje olijfolie en bestrooi met een klein beetje peper en zout. Leg een mooie schep van het roomkaasmengsel in het midden van de zalm. Verdeel wat waterkers, de knoflookcroutons, de kappertjes en overgebleven pijnboompitten eroverheen.



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

OEPS, DE KALKOEN IS NOG BEVROREN.

Leg hem in de verpakking (of een plastic zak) in een pan met koud water. Vervang het water ieder half uur.



GEEN DEEGROLLER BIJ DE HAND?

Vlees kun je plat-slaan met een pan. Om iets uit te rollen is de (wijn)fles je beste vriend.



SCHIJFJES CHAMPIGNON NODIG

voor je kerstgerecht? Je snijdt ze eenvoudig met een eiersnijder.



VERS APPELSAP nodig voor je recept? Bevries een appel, laat hem weer ontdooien en je knijpt de zachte appel eenvoudig leeg.

Varkenshaas met spek en appel

2 PERS - 25 MIN + 25 MIN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

300 gr varkenshaas
1 eetl honing
1 theel mosterd
1 theel tijm
7 plakken ontbijtspek
2 appels
snuf kaneel

Verwarm de oven voor op 200 graden. Meng de honing met de mosterd en de tijm en wrijf de varkenshaas hiermee in. Wikkel het ontbijtspek om de varkenshaas en verhit een koekenpan. Bak de varkenshaas circa 5 minuten rondom aan tot het spek iets knapperig is. Leg het geheel vervolgens in een ovenschaal. Snijd de appels in plakjes en bestrooi ze met een beetje kaneel. Verdeel de appels rondom het vlees. Zet de schaal nog 20-25 minuten in de voorverwarmde oven, afhankelijk van de dikte van de varkenshaas. Deze mag nog iets rose zijn van binnen.



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

ZELF DIKKE FRITES MAKEN?

Snijd een aardappel met een appelsnijder en je hebt precies het juiste formaat.



VERSE MUNTBLAADJES haal je eenvoudig van het takje als je het takje door de gaatjes van een rasp trekt.



IETS TE VEEL ZOUT?

Voeg dan een klontje suiker toe om de smaak te maskeren. Of kook een aardappel mee, het zetmeel neemt het zout op.



ROOMBOTER VOOR HET KERSTONTBIJT TE HARD? Snijd dunne plakjes met een dunschiller. Die smeert je eenvoudig uit op je broodje.



Klaar zijn
voor morgen
is kinderen
een kans
geven.



tailored telecom

ROGIER

Kapper - Lifestyle

Fijne feestdagen

Het beste van
twee werelden