

TILBURG



DECEMBER 2019 WWW.TILBURGBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Met leuke
cadeautips en
Bruist Deals

Vier deze
feestmaand
met Bruist



DE SPECIALIST IN XL TEGELS

Voordelig Vakmanschap Vertrouwen

Wilt u de
vloertegels van
XL Tegels met
eigen ogen zien?
Maak dan een
afspraak!
06-28 88 87 47

GROOT GROTER GROOTS

Geef uw huis een luxe en ruimtelijke look met de extra grote tegels van XL Tegels.

Trees Kinstraat 7, Rijen | 06 - 28 88 87 47 | www.xltegels.com

XL Tegels

is gespecialiseerd in het leggen van grootformaat vloertegels voor uw huiskamer. Wij verstaan onder XL tegels vanaf 75 x 75 cm. Met dit formaat krijgt een huiskamer al snel een uitstraling van een bijzonder luxe verblijf. Bovendien hebben XL tegels minder voegen en geven ze een huiskamer een extra touch. Bekijk ons assortiment op de website.



Jeroen van den Broek



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

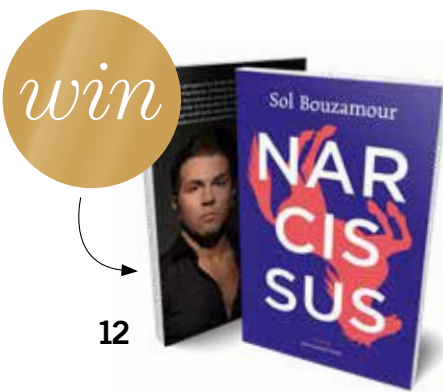
**BOREK • MAX&LUUK • SUNWOOD • RIZZ • BIG GREEN EGG
OUTDOORCHEF • DOMANI • ATELIER VIERKANT • LUCA LIFESTYLE • KYMO**



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



8



win

12



50

Inhoud



66



64



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 Astrid Berkhout
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Linda Groothuijse
ACQUISITIE Marcel Bossers, 06-34590975

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

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. Merknamen Tilburg Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootste 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, Prinsengebied, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schilderschoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

ADVERTEREN?
 Mail naar
 nl@nederlandbruist.nl
 of bel
 06-34590975



Foto: Ron Eskens, scoonpictures.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 Procompany en Counseling Innerlijke Kompas, 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 De Reeshof Bruist en Oisterwijk 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 kerstsfeer 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!



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





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 crépezoel, 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!

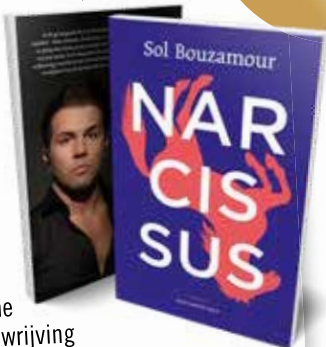
IN DECEMBER

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 perzikbloesem. 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 verzwart.



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



Uw woonstijl, uw droomstijl

Bij Koos Kluytmans Interieurs ondersteunen we graag de veelzijdige Leolux collectie deze biedt u een brede keuze in designmeubelen. In elke moderne stijl, van vertrouwd eigentijds tot avant-garde design.

Allemaal gemaakt op bestelling, zodat uw Leolux design meubel een heel persoonlijke invulling krijgt. U ziet het aan de verfijnde afwerking, u voelt het als u gaat zitten. Dit is een echte Leolux!

We zijn er dan ook trots op dat we ons een "Leolux Select Store" mogen noemen.

Wij tonen u een ruimere collectie, in een herkenbare Leolux studio. U bent hier beland bij een specialist, met de nieuwste modellen en actuele kennis van zaken.



Koos Kluytmans



Oudste én gezelligste poolcafé van Tilburg



Saints
POOLCENTER

Of je nu zin hebt om te poolen of liever gewoon gezellig een drankje drinkt met leuk gezelschap, bij Saints Poolcenter in Tilburg is iedereen meer dan welkom. “We zijn niet alleen het oudste, maar zeker ook het gezelligste poolcafé van Tilburg”, vertelt eigenaar Clemens Bosveld trots.

Eigenaar: Clemens Bosveld
Heuvelring 222, Tilburg
013-5367711
www.poolenintilburg.nl

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**.

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!*



Een betere beveiliging voor minder geld!



De focus ligt bij Mijland Security op een viertal disciplines: inbraakbeveiliging, toegangscontrole, brandbeveiliging en camerabeveiliging.

Door jarenlange ervaring in dit vakgebied kan ik mijn klanten perfect adviseren over een installatie op maat. Vaak worden we ingeschakeld om bestaande beveiligingsplannen en -maatregelen tegen het licht te houden en te checken of deze goed en doelmatig zijn. Dikwijls blijkt het dan mogelijk om met relatief simpele aanpassingen en beperkte investeringen de doelmatigheid van de beveiliging te verhogen en de exploitatiekosten in de hand te houden.

Oftewel: just to be safe...

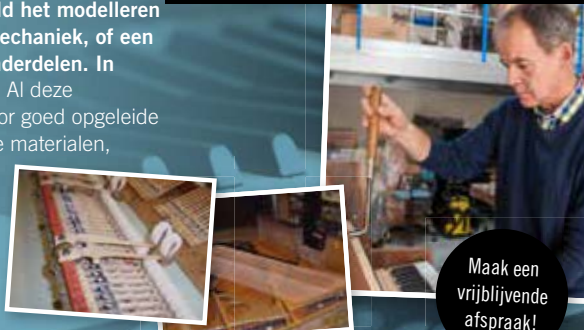


013-7200915 | info@mijland-security.nl | www.mijland-security.nl

Je piano laten repareren?

Na verloop van jaren kan het zijn dat uw instrument een reparatiebeurt nodig heeft. Dit kan een kleine reparatie zijn, bijvoorbeeld het modelleren van de hamerkoppen en het opnieuw afstellen van het mechaniek, of een grotere reparatie, zoals het vervangen van diverse (vilt)onderdelen. In sommige gevallen is zelfs een totale revisie noodzakelijk. Al deze reparaties worden uitgevoerd in onze eigen werkplaats, door goed opgeleide vakmensen. Vanzelfsprekend gebruiken wij alleen de beste materialen, omdat kwaliteit bij ons hoog in het vaandel staat.

Dat doe je bij Simons Piano!



Maak een vrijblijvende afspraak!

SIMONS PIANO



SIMONSPIANO.NL

Kraaivenstraat 25-11 Tilburg | info@simonspiano.nl | 013-5425374 | www.simonspiano.nl

Vishandel van Schooten

De lekkerste vis haal je bij

De gezelligste kraam van Tilburg & omstreken!
(en niet te duur)



Altijd lekker vers!
Proef het zelf!

- De lekkerste kibbeling
- Extra grote lekkerbekken
- Haring vers van het mes
- En nog veel meer!

Wij zijn op winkelcentrum Dalem de hele maand december gesloten.
Vanaf februari 2020 open op Dalem van woensdag t/m zaterdag
Vrijdag t/m zondag | Albert Heijn XL, Jan Heijnsstraat, Tilburg centrum

 vishandelvanschooten



SERVICE • KWALITEIT • KLANTVRIENDELIJKHEID

Zoek je een nieuwe of jong gebruikte auto?

Bij AutoKafoe kunnen ze je ongetwijfeld verder helpen. En dat inmiddels alweer twaalf jaar.



KOM SNEL EENS LANGS!

**AUTO
KAFOE**

Frank en Marc Kafoe zijn de oprichters van AutoKafoe v.o.f. Wij zijn een onafhankelijk, universeel autobedrijf, dicht bij De Reeshof, dat zich voornamelijk richt op de verkoop en inkoop van nieuwe en gebruikte auto's. U kunt bij ons terecht voor alle merken auto's. Wij zijn een bedrijf met zeer interessante occasions op voorraad. Ook voor zoekopdrachten kunt u bij ons terecht. Al onze auto's worden grondig nagekeken, voordat ze worden afgeleverd.

Rheastraat 25, Tilburg | 013-57 00 048 | info@autokafoe.nl | www.autokafoe.nl

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 wandelend 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**

Artinails & Beauty

Artinails & Beauty biedt alle gespecialiseerde behandelingen aan onder één dak. Voor nagelstyling, gelnagels, hand- en voetverzorging, schimmelnagels, behandelingen voor huidverzorging, anti-aging, definitief ontharen én make-up ben je bij Artinails & Beauty op het juiste adres.

Wendy van Strien en haar team van schoonheids-specialistes zijn steeds bezig om meer kennis op te doen en om de behandelingen nog succesvoller te maken. Het totale beautyconcept biedt dan ook resultaatgerichte behandelingen in een ontspannen sfeer, waarbij je kunt rekenen op persoonlijke aandacht en deskundig advies.

De gediplomeerde specialistes staan graag voor je klaar,

Wendy van Strien



Jouw beautyspecialist!

ALLE BEHANDELINGEN ONDER ÉÉN DAK

NAGELBEHANDELING

- Gellak
- Gel/Acryl/Polygel
- Spa-Manicure
- IBX-behandeling

GEZICHTSBEHANDELING / ANTI-AGING

- Hydraderm Youth behandelingen voor een zichtbaar jongere huid
- Hydraderm Lift behandeling
- Aromatic Visage voor een mooie en vitale huid
- Lift Summum behandeling versterkt en verbetert de gelaatstrekken
- Hydra Peeling, een effectieve manier om de huid mooi te houden
- Hydradermie Ooglift of Eye logic voor minder lijntjes rond de ogen
- Hydra Clean
- Hydra Care, deze behandeling verzorgt de huid

PEDICUREBEHANDELING

- Pedicure
- Spa voetbehandeling
- IBX-behandeling

Een ANG treatment, iets voor jou?

Tijdens de drukke decembermaand hebben we vaak niet de tijd om onze huid uitgebreid te pampere. Maar met de Essentials van A/N/G, die ook on the go gebruikt kunnen worden, krijgt je beautyroutine een extra dimensie. Gebruik ze los of in combinatie met elkaar!

A/N/G is een jong Nederlands merk dat effectieve maar pure cosmetica maakt in samenwerking met skinexperts. De lijn bestaat uit drie Essentials, hero products die alleen of samen gebruikt kunnen worden, in elke beauty routine. Het bijzondere werkzame ingrediënt in al deze producten is huididentiek collageen dat zorgt dat de huid steviger en voller wordt. De detoxbehandeling, die de huid intensief zuivert, in combinatie met het collageenmasker. Deze behandeling sluit namelijk goed aan bij de producten van ANG en werkt juist op de glow, lifting en fijne lijntjes.

Voor de aankomende feestdagen hebben wij speciaal voor jou twee sparkling offers om jou die sparkling glow te geven tijdens de aankomende feestdagen.

Voordelig een boost geven aan je huid? Dat kan!

Artinails & Beauty heeft deze maand namelijk een speciale aanbieding:



Lift Up Boost Bag
met de lift up
serum spray met
één eye-sheet.

Nu € 75,-
ipv € 89,95



Sparkling collagen Special Bag
hierin zit 1 lift up serum spray,
1 gezichtsmasker en 5 eye-sheets.

Nu € 150,-
ipv € 185,25

ZIE ER JAREN JONGER
UIT DANKZIJ EEN ANG
TREATMENT!

Artinails & Beauty
NAGELSTUDIO • SCHONHEIDSSALON
PEDICURE • DEFINITIEF ONTHAREN

BREDASEWEG 94A, TILBURG | 013-5439028 | INFO@ARTINAAILS-BEAUTY.NL
WWW.FACEBOOK.COM/ARTINAAILS-BEAUTY | WWW.ARTINAAILS-BEAUTY.NL



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**

tegels.com

*spectaculair in
tegels én sanitair*

ACTIE!

Vloertegel 80x80
incl. lijm, voeg en
plaatsen van de tegels

* Voorbehandeling ondergrond
uitgesloten

€ 79,00 /m²

Tegelprijs
€ 49,95 /m²

**van inspiratie
tot installatie**

NIEUW!

Ook badkamers
en sanitair in alle
soorten, maten,
kleuren en prijzen.



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

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.





maxaro®



Ruim 5.000 m²
inspiratie & beleving



MAXIMAAL
GESLAAGD
GARANTIE



Vanaf
€ 1.099,-

keukens

Samen ontwerpen
wij uw droomkeuken



Vanaf
€ 7,95 m²

vloeren

Ervaar de perfecte vloer
voor iedere kamer in huis



Vanaf
€ 2.400,-

badkamers

Alle stijlen badkamers
voor ieder budget

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

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

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.



Zutphen



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.

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!



ZUTPHEN/BRUIST

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 fietsenstalling 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 Wijnhuizen 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 chocomel op een van de gezellige markten.



DRIFTBUIEN, HOE GA JE ERMEE OM?

Vanaf 1 jaar gaan kinderen zelf lopen en steeds meer ondernemen. Je kind wil steeds meer zelf doen en bepalen wat er gebeurt. Dat kan niet altijd. Je kind kan driftig worden wanneer iets niet lukt.



We zijn een kleinschalig en professioneel kinderdagverblijf voor de opvang van kinderen van 0 tot 4 jaar.

In de opvang van kinderen vinden we een huiselijke omgeving en betrokkenheid van onze begeleiders van groot belang. Ontwikkeling van kinderen komt het best tot zijn recht als de omgeving hen in staat stelt om te onderzoeken en te ontdekken. Onze pedagogische medewerkers zijn hierin begeleidend. Een kind leert van de dingen die het zelf onderneemt en ondervindt, onze pedagogisch medewerkers dragen er zorg voor dat een kind voldoende uitgedaagd wordt.

Om kinderen duidelijkheid en structuur te geven, waar ze behoefte aan hebben, werken we met een vaste dagindeling. We hechten veel waarde aan een goede communicatie en afstemming met thuis. Zo vinden we het bijvoorbeeld belangrijk dat een kind zoveel mogelijk de slaap- en eetritmes kan aanhouden die het thuis ook heeft.



Boomstraat 81, Tilburg
06-27516568
www.kdvdekleineboom.nl



36



Geef positieve aandacht als je peuter weer rustig is

Het is heel belangrijk om positieve aandacht te geven zodra je peuter weer rustig is. Kom niet meer terug op wat er gebeurd is. Help je kind liever even op gang met een activiteit en geef het een knuffel.

Driftbuien rond 3 jaar zijn normaal

Driftbuien komen vooral voor tussen 2 en 3 jaar en horen bij de zogenaamde 'peuterpuberteit'. Vanaf 3 jaar wordt dit geleidelijk aan minder en rond het vijfde jaar zijn de driftbuien zo goed als verdwenen.

Zelf rustig blijven

Als je kind een driftbui heeft, is het lastig om zelf rustig te blijven. Vooral bij extreme driftbuien in het openbaar kun je je ongemakkelijk voelen en is de verleiding groot om je kind te sussen: 'Pak die snoepjes dan maar.' Als je dat doet, beloon je kinderen voor driftbuien en zullen ze die vaker krijgen. Geef je kind dus niet zijn zin. Hoe lastig het ook is, probeer je niets van aan te trekken van wat anderen vinden. Blijf rustig en houd vol tot de driftbui over is. Bedenk ook dat driftbuien er eigenlijk gewoon bij horen. Alle kinderen krijgen ze wel eens. Je kind begint nu langzaam zelfstandiger te worden.



Ron Adriaensen

Jouw bouwregisseur tijdens het bouwproces!

Van schets tot eindproduct gegarandeerde kwaliteit en alle zorgen uit handen!

Een eigen huis (ver)bouwen zonder zorgen?

Dat kan! Het vele regelwerk dat hierbij komt kijken, schrikt veel mensen echter af, maar daar komt Raad & Uitvoering om de hoek kijken!

Als 'privé-aannemer' van de klant kopen wij diensten in rechtstreeks bij de bron, waardoor je de juiste mensen op de juiste plek zet en meteen flink bespaart op je uitgaven.



Vertrouwd gevoel

Doordat ik al mijn hele leven in de bouwwereld zit, weet ik precies waar ik het over heb en kan ik klanten optimaal adviseren. Bovendien heb ik in de loop der jaren heel wat contacten opgedaan, waardoor ik precies weet wie geschikt is voor welke klus. Dat ik iemand ken, is overigens geen garantie dat hij de klus ook daadwerkelijk krijgt. Voor elke discipline vraag ik namelijk diverse offertes op, waaruit in nauw overleg met de klant uiteindelijk degene wordt gekozen die hen het meest aanspreekt. Dit biedt de klant de mogelijkheid om heel bewust te kiezen, wat meteen een vertrouwd gevoel geeft.

Kwaliteit

Eigenlijk heeft deze manier van werken alleen maar voordelen voor alle partijen. Behalve misschien dat het iets meer betrokkenheid vraagt van de klant, dan wanneer deze alles uitbesteedt via een hoofdaannemer. Daarvoor in de plaats krijg je echter wel kwaliteit en het best mogelijke eindresultaat van het project terug. Wat wil je nog meer?



Emma Goldmanweg 8c,
Tilburg
06-38379097
www.raad-uitvoering.nl

**Totale controle op het hele bouwproces,
dat wil jij toch ook? Bel dan voor een afspraak!**

37



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

Goed afscheid nemen?

Dat kan bij Dierencrematorium Memoria

Dat er grote behoefte in de omgeving was aan een dierencrematorium met een hoge servicegraad blijkt uit de reacties van onze klanten. Naast deze hoge servicegraad speelt onze prijsstelling een belangrijke rol, wij hanteren namelijk vaste lage prijzen.

Veel klanten maken gebruik van de mogelijkheid om zelf hun overleden huisdier te brengen en daarbij afscheid te nemen, zelfs in het weekend en de avonden. Inmiddels hebben we een fantastisch gemotiveerd team bestaande uit zes medewerkers die zich meer dan 100% inzetten voor onze klanten. Hierdoor kunnen we zeven dagen per week een goede service bieden. Een groot deel van de medewerkers is vanaf de opening betrokken, waardoor er inmiddels veel ervaring en kennis binnen Memoria aanwezig is.

Ondanks dat uw dierenarts wellicht een samenwerkingsverband heeft met een ander dierencrematorium is het mogelijk om Dierencrematorium Memoria het transport, het afscheid en de crematie te laten verzorgen.

Neem gerust contact met ons op en wij zullen zorgen dat u met veel liefde, persoonlijke aandacht en respect afscheid kan nemen van uw geliefde overleden huisdier.



EIGEN OPHALDIENST
Ook bij uw dierenarts



Wielevenweg 22, Tilburg | 013-5907716 | info@dierencrematorium-memoria.nl | www.dierencrematorium-memoria.nl

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



Foto Ralf Czogallik

Shoco

SHOTS COCKTAILS AND MUCH MORE



26 DECEMBER
22:00 - 04:00

JAARWISSELING
00:30 - LAAT

GROOVE
GARAGE
DISCO AND HOUSE CLASSICS

House en Nieuw

KAARTEN: VVK 7,50 / 10 EURO AAN DE DEUR

OPENINGSTIJDEN

Maandag	17:00 - 01:00	Donderdag	17:00 - 02:00
Dinsdag	gesloten	Vrijdag	17:00 - 04:00
Woensdag	gesloten	Zaterdag	17:00 - 04:00
		Zondag	17:00 - 01:00



Wat doe jij met de feestdagen?

LET'S CELEBRATE TOGETHER

CADEAUPAKKETTEN

BORRELS!

GOOD FOOD

Vraag naar het menu!

Cheers to a great Year!

Wil je heerlijk thuis met vrienden en familie genieten van een kerstdiner of oudejaarsdiner? Maar ben je geen culinaire prins of prinses? Of heb je simpelweg geen zin of tijd om de hele dag in de keuken te staan?

U schenkt een heerlijk wijntje in voor uw gasten en serveert alvast wat brood en smeerseltjes. In de tussentijd is het enige wat u zelf nog moet doen, de gevarieerde tapas gerechtjes te presenteren op een mooie plank, of borden en de warme gerechten te verwarmen met de bijgeleverde beschrijving en voilà, Bon appétit!

Samen genieten jullie dan ook weer van een feestelijk dessert plank, of bord, of tegel...

STEL UW EIGEN KERSTMENU SAMEN EN KIES EEN 2, 3 OF 4 GANGENMENU.

De gerechten worden geleverd in diverse plastic bakjes en magnetron bestendige bakjes en kunnen dinsdag 24-12-2019 tussen 17:00u en 18:00u worden afgehaald.

2-gangenmenu € 29,50
3-gangenmenu € 36,50
4-gangenmenu € 39,50 p.p.

WWW.TUINHUISCULINAIR.NL

WESTERMARKT 5 | 5042 MC TILBURG | T 013 - 46 34 868



Pinguinvloeren is een zelfstandig bedrijf dat gespecialiseerd is in het stofferen van vloeren, trappen en wandbekleding.

We leveren onze diensten aan particuliere en zakelijke klanten. Ook voor projecten kunt u ons prima inzetten.

Met een ervaring van ruim 20 jaar in de projectstoffering weet u zeker dat uw opdracht bij ons in goede handen is.



Hazennest-West 40-05, Tilburg
06-29032344
www.pinguinvloeren.nl

Kom langs en neem een kijkje in onze showroom

Industriële PVC vloer van mFLOR

Geniet van je PVC vloer

ZORGELOOS GENIETEN, OOK IN EEN INDUSTRIËLE STIJL



mFLOR.
enjoying life

**Nieuwe
fietseigenaar
gezocht!**



Knallende aanbiedingen!

**Wij ruimen onze gebruikte fietsen op om
plaats te maken voor het vuurwerk.**

OP=OP!



Bestel nu in de online voorverkoop
en ontvang gratis vuurwerk!

spijkers.bestelvuurwerk.nl

- 📍 Ringbaan Noord 136 TILBURG 📞 013 542 1767
- 🕒 Openings tijden: DI T/M VR: 9.00u - 18.00u
(DO TOT 20.00u) ZA: 9.00u - 17.00u.
- 🌐 [WWW.SPIJKERSFIETSEN.NL](https://www.spijkersfietsen.nl)

HET IS WEER TIJD VOOR
spijkers
FIETSEN

GENIET VAN EEN HEERLIJK KERSTONTBIJT OP UW BEDRIJF!



voor
€ 19,50
p.p.*

Inhoud Kerstontbijt • Roomboter croissant • Diverse luxe zachte broodjes • Kerstbrood gevuld met amandelspijs • Bolus • Gesorteerde mini muffin • Gekookt scharrelei • Assortiment zoet broodbeleg • Diverse verse vleeswaren • Roomboter en Becel • Verse jus d'orange • Verse halfvolle melk

Minimale afname 6 personen. Minimaal 2 werkdagen van te voren bestellen.

Wij bezorgen het kerstontbijt graag op uw bedrijf of bij uw thuis.

* (bestek, servies en glaswerk kan bijbesteld worden voor € 2,50 p.p.)

SUPERHANDIG VOOR PARTICULIEREN EN BEDRIJVEN!

Bezorgbakker Arno Hultermans | Phoenixplaats 3, Tilburg | 06-29006506 | arnohultermans@gmail.com | www.bakkerarno.nl

Kun je al presenteren, maar zou je jezelf hierin nog verder willen ontwikkelen?

Volg dan de coaching bij Cyrille van Hoof, presentatiecoach. Zij zorgt ervoor dat die presentatie een stuk natuurlijker en zelfverzekerder verloopt.

ZELFVERZEKERD PRESENTEREN

Zelfverzekerd
en krachtig
leren presenteren
en ervan
genieten!



Cyrille van Hoof Presentatiecoach

06-22514882 | www.cvanhoof.nl

Birdnesting: wat is dat?

Als ouders scheiden, betekent dat voor veel kinderen heen en weer gaan tussen twee huizen. Maar dat hoeft niet altijd. Er zijn ook kinderen die in hun eigen huis blijven wonen. Dit heet birdnesting. De kinderen blijven op het nest en vader en moeder vliegen om de beurt in. Beide ouders hebben naast de oude gezinswoning nog een ander woonadres.

Voordelen

Birdnesting voorkomt dat kinderen telkens van het huis van vader naar het huis van moeder moeten en omgekeerd. Birdnesting kan voor de kinderen voor rust en stabiliteit zorgen. Ze zijn in hun eigen vertrouwde omgeving en er is altijd één van de ouders aanwezig.

Nadelen

Als je de gezinswoning moet aanhouden en allebei nog een ander woonadres hebt, zorgt dat voor extra lasten. Daarnaast blijf je op deze manier wel heel erg met elkaar verbonden en is het de vraag in hoeverre je als ouder de kans krijgt een eigen leven op te bouwen. Daarom vindt birdnesting vaak alleen in de eerste fase van de scheiding plaats. Helaas komt het voor dat de ouders na een scheiding niet goed meer met elkaar kunnen opschieten. Ook dan is het lastig om dit soort afspraken te maken.

Birdnesting is niet voor alle kinderen geschikt. Ook rechters gaan hier verschillend mee om. In een zaak met een zeer jong kind heeft de rechter geen birdnesting toegestaan, omdat het kind vanwege de jonge leeftijd veel zorg nodig heeft. Continuïteit en voorspelbaarheid zijn in de verzorging belangrijk en om die reden heeft de rechtbank de ouders geadviseerd voor een andere omgangsvorm te kiezen. In een andere zaak is birdnesting wel goedgekeurd. De rechter vond birdnesting op dat moment het meest in het belang van de kinderen, nu birdnesting met name in de eerste periode van de scheiding voor heel veel rust en stabiliteit kan zorgen, doordat de kinderen in hun eigen vertrouwde omgeving kunnen blijven.



Chantal Dekkers

Als (overlegscheidings) advocaat en mediator begeleid ik al vele jaren mensen in scheidingssituaties. In een scheiding is er veel onzekerheid: op emotioneel, relationeel en financieel gebied. Mensen komen naar mij voor een respectvolle begeleiding bij het vinden van een duurzame oplossing, bij voorkeur in samenwerking met de ander.



Stationsstraat 19, Tilburg
013 - 207 07 40

chantal@dekkers-familierecht.nl
www.dekkers-familierecht.nl

Meer weten over
de verschillende
mogelijkheden?
Neem dan contact
met mij op.
013-2070740

Olifant, buffel, neushoorn, luipaard en leeuw

Spot jij de *Big*

Five?

De Big Five zien tijdens een reis door Afrika, staat het ook op jouw bucketlist? Bij ons wel! Het kan echter knap lastig zijn om deze dieren in het wild tegen te komen. Wij hebben een aantal tips opgesteld om de kans te vergroten deze vijf dieren tegen te komen.



De term Big Five komt uit de tijd van de 'big game' jagers. Tot deze groep behoorden de vijf lastigste, grote wilde dieren om op te jagen. Tegenwoordig wordt er gelukkig vooral nog met de fotocamera op de dieren gejaagd. De Big Five bestaat uit de olifant, neushoorn, buffel, leeuw en luipaard en heeft de naam te danken aan de grootte en gevaarlijkheid van de dieren.

Wildpark kiezen

De keuze voor het juiste wildpark is essentieel als je de Big Five wilt zien. Deze dieren zijn namelijk niet in alle wildparken aanwezig. Geloof ook niet zomaar alles wat reissites beloven. Prachtige accommodaties zijn leuk, maar geven geen garantie om de dieren te zien. Vanuit je accommodatie ga je met een safarivoertuig op pad om de dieren te zoeken. Doordat de dieren gewend zijn aan de auto's kun je vaak heel dichtbij komen.

Kies voor een gebied waar alle kampen en lodges actief betrokken worden bij het natuurbehoud en bescherming van de dieren. Om je kansen op het spotten van de Big Five te vergroten, boek je bij een organisatie waar rangers



en parkscouts in contact staan met het hoofdkwartier. Zij hebben een goede kijk op waar de dieren zich bevinden, wat de kans om ze tegen te komen flink vergroot.

In de buurt van water

Vaak is de beste plek om de Big Five en andere wilde dieren te spotten in de buurt van water. Water is immers nodig om te overleven, vooral in de winter wanneer het

schaars is. Ga daarom eens op zoek naar de dieren in de buurt van rivieren en waterpoelen.

Zelfs met deze tips is er geen garantie dat je alle dieren van de Big Five gaat zien, maar de kans is wel stukken groter. En wanneer je dan echt oog in oog staat met een van deze wilde dieren, is dat een ervaring om nooit meer te vergeten!

• BEN JIJ AL OP
• SAFARI GEWEEST?
• HET IS EEN
• VERSLAVING DIE
• NOOIT VERVEELT

De perfecte behandeling voor je auto of klassieker



Antoon en Marijke Michielsen werken al meer dan 25 jaar als lakspecialisten in de markt van duurzame lak bescherming.

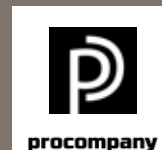
Wij onderzoeken en testen alles wat er in de markt aangeboden wordt op het gebied van coatings voor de lak dit zijn o.a. Glas coatings Ceramische-coatings UV coatings

Aan de hand van een intake en lakdiagnose van je autolak geven wij je een gepast advies. Daarnaast kunnen we je adviseren of het nodig is om naast de lak een aanvullende coating te kiezen, zoals een interieur coating of een coating voor je velgen.

Wij maken een advies op maat

Uitgevoerd door autoliefhebbers met een grote passie en oog voor detail en kwaliteit. Of je nu een nieuwe, gebruikte auto of een klassieker hebt wij zijn van alle markten thuis. Wij verwijderen krassen of lakimperfecties in bestaande lakken door middel van polijstechnieken en brengen de lak weer in perfecte staat.

Wie weet tot binnenkort!
Antoon en Marijke Michielsen



WINTERACTIE
Tijdens de wintermaanden krijg je bij je LAKBEHANDELING een gratis glascoating voor de voorruit t.w.v. € 85,-.



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.

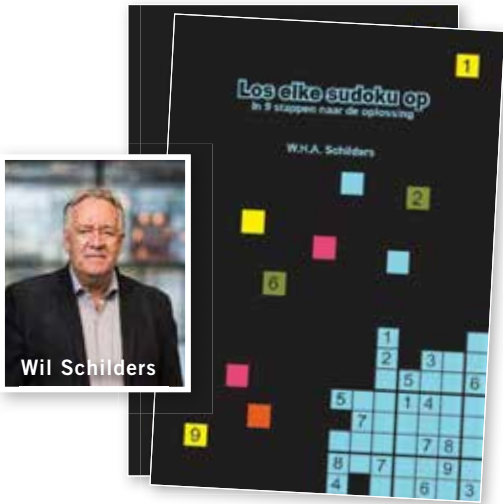
KENNIS DELEN

"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?**

200m²
speelplezier
met toezicht

Binnen
tien minuten
van Reeshof

4000M² SPORT EN ONTSPANNING TERWIJL UW KINDEREN SPELEN

KWALITEIT EN VAKMANSCHAP

Zitten de treden vol met lijmresten en is glad schuren echt geen optie meer?



Bel 076-5040722
voor een gratis
adviesgesprek
aan huis!



Vrijblijvende offerte

Uw wensen en eisen zijn belangrijk voor ons! Daarom komen wij altijd eerst vrijblijvend bij u langs om alles door te spreken en uit te leggen. Uiteraard wordt er ter plekke een vrijblijvende offerte uitgegeven. Zo komt u niet voor vervelende verrassingen te staan!

Perfectie

Christan staat voor kwaliteit boven kwantiteit. Wij streven naar perfectie en leveren alleen vakmanschap; lange werkdagen nemen we hierdoor voor lief.

Familiebedrijf

Christan is in 1995 opgericht door Christ Schuling. Later kwam dochter Ellie erbij om haar vader te ondersteunen. Inmiddels is Christan Traprenovatie een betrouwbaar, professioneel en kleinschalig familiebedrijf waarbij service, kwaliteit en vakmanschap vooropstaan!



- Vakmanschap
- Ruime ervaring
- Familiebedrijf
- 15 jaar garantie

- Gratis adviesgesprek
- Vele kleuren
- Topkwaliteit
- CBW erkend

Hoge Bremberg 23, Etten-Leur
076 50 40 722 | sales@christan-timmerwerk.nl

MATERIAAL EN ACCESSOIRES

Wij werken met verschillende soorten materialen, zoals eikenhout en HPL/CPL, om uw trap weer veilig, mooi en slijtvast te maken. Naast ledverlichting voor de trap hebben we ook rvs trapleuningen en bijpassend laminaat.



HPL / CPL



Eikenhout



PVC



Accessoires

www.christan-traprenovatie.nl

WIN EEN KERSTDINER VOOR 4

OP 2^E KERSTDAG OM 20.00 UUR
IN HOLLAND CASINO BREDA

HET LIEFST VIER IK KERST MET....

Stuur uw antwoord o.v.v. "prijsvraag december" met uw naam en geboortedatum **uiterlijk 15 december 2019** naar bruist@hollandcasino.nl
De winnaar ontvangt via de e-mail persoonlijk bericht, over de uitslag wordt niet gecorrespondeerd. Entreevoorwaarden: minimumleeftijd 18 jaar en geldige legitimatie.

Speel bewust 18+
Hollandcasino.nl

KERSTMENU

Amuse van de Chef



Voorgerecht

Tonijn & Avocado

Tartaar van tonijn met een spiraal van avocadocrème



Soep

Pompoen & Wortel

Cappuccino van pompoen met een schuim van winterwortel



Hoofdgerecht

Griet & Langoustine

of

Tournedos & Cèpes

Beide geserveerd met een bijpassend aardappel- en groentegarnituur



Nagerecht

Chocolade & Kersen

Grand Dessert van chocolade en kersen

€ 44,50 p.p.

Bel meteen om te reserveren: **076 - 525 11 00**
maandag t/m vrijdag van 10.00 tot 17.00 uur (vol = vol).

**HOLLAND
CASINO**

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!

Margreet van der Zee

Klankmassage

Klankmassage voor slaapproblemen, stress en burn-out

Klankmassage is in Duitsland veelvuldig onderzocht en uitgetest. De Peter Hess-methode die in Duitsland ook in de ziekenhuizen wordt gebruikt is, een professionele manier van klankmassage die gebruikt wordt om genezingsprocessen te bevorderen.

Bij klankmassage worden de schalen op het geklede lichaam gezet en met zorg aangeslagen. Tijdens de klankmassage ontstaat een sfeer van veiligheid en geborgenheid. Stress, angsten, zorgen, twijfel en andere gevoelens die een negatieve invloed hebben op de gezondheid kunnen worden losgelaten. We nemen ons lichaam en onze behoeften weer bewust waar. Malende gedachten komen tot rust en men ervaart weer ruimte voor ontwikkeling.

Om kennis te maken met deze vorm van ontspanning kunt u voor € 5,- een gezamenlijke klankbeleving bijwonen. De uitvoering is in 'De Duynsberg' op de 6e etage. Hierbij wordt op stoelen gezeten.

Zaterdag 23 november 19.00 uur & zondag 24 november 10.30 uur



Omdat er een beperkt aantal plaatsen is, kunt u een appje of een mailtje sturen om te reserveren. Margreet van der Zee, 'De Duynsberg' Indigolaan 100, Tilburg. Whatsapp 06 50628868 of e-mail cmzee@outlook.com



Margreet van der Zee is lid van de Nederlandse Beroepsvereniging Voor Hypnotherapeuten. Hypnotherapie kan mogelijk vergoed worden door de zorgverzekering onder alternatieve hulp. Klankmassage wordt niet vergoed door de zorgverzekering, een behandeling kost € 60,-.

De Duynsberg, Indigolaan 346, Tilburg, 3e verdieping, kmr 38 | 06 - 50628868 | cmzee@outlook.com

www.hypnotherapie-plus.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

Staan je tanden scheef, te ver naar voren of juist naar achter? Een behandeling met een beugel kan er dan voor zorgen dat uw tanden weer recht komen te staan. Ook als er te weinig ruimte is in uw mond of de tanden en kiezen passen niet goed op elkaar, kan een beugel de oplossing zijn.

Beugel nodig?

Vaak is er een combinatie van verkeerde groei van de kaken en een onregelmatige stand van het gebit.

Invisalign de onzichtbare beugel

Invisalign® is het meest geavanceerde clear alignersysteem dat ooit op de markt kwam. Elke functie is ontwikkeld om de glimlach te onthullen die u verdient.

U kunt de aligners comfortabel dragen gedurende de aanbevolen 22 uur per dag. De aligners zijn uitneembaar dus het is makkelijk om je mondhygiëne op peil te houden en te genieten van je gebruikelijke eetpatroon. Naarmate de behandeling vordert en je de aligners om de 1-2 weken vervangt, zullen mensen je veranderende glimlach opmerken.

Voor meer informatie kan je terecht bij een van onze tandartspraktijken of op de website van Invisalign.

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





**FASHION
FOR CURVES
SIZE 42&UP**

**LIFESTYLE
FASHION GIFTS**

TILBURGSEWEG 53 - GOIRLE
013-5913468 | INFO@FFLO.NL
WWW.FACEBOOK.COM/FFLOGOIRLE

Openingstijden:
Dinsdag t/m vrijdag 10.00 - 17.30 uur
Zaterdag 10.00 - 17.00 uur
Laatste zondag van de maand open
Maandag gesloten



De makelaar ook thuis in Hilvarenbeek

Voor meer informatie bel:
Via Paul
013 - 30 33 195

En je verrast met uitstekende service en scherpe courtage.

Persoonlijk, modern en servicegericht. Dat kenmerkt de dienstverlening van Via Paul Makelaardij. Wij zijn helemaal thuis in Tilburg, kennen de wijken van de stad en weten wat er lokaal speelt.

Bijzondere villa onder de aandacht Johanna van Brabantlaan 50, Hilvarenbeek



Kenmerken	
Woonoppervlakte	285 m ²
Perceeloppervlakte	1510 m ²
Inhoud	1113 m ³
Aantal kamers	6
Aantal slaapkamers	5
Bouwjaar	2006



www.viapaulmakelaardij.nl

Kempenaarplaats 8, Tilburg | 013-3033195 | info@viapaulmakelaardij.nl



Kom dichterbij jezelf

Altijd al had Anneke van Spaandonk interesse in hoe de mens in elkaar zit. Als kapster kwam ze met veel mensen in aanraking en hoorde ze veel verhalen. Ze besloot om verschillende opleidingen te volgen als counselor en verliesbegeleidster en haar eigen praktijk te beginnen. Anneke is gespecialiseerd in psychosociale hulpverlening en verlies in de ruimste zin van het woord. Ze helpt je om de relatie met jezelf en met anderen te verbeteren.

Benieuwd of counseling iets voor jou is? Plan dan een gratis kennismaking!

66



Therapie die bij je past

“Eigenlijk weet iedereen zijn eigen antwoorden al”, vertelt Anneke. “Ik help mensen om hun antwoorden te herontdekken.” Je kunt bij Counseling Innerlijke Kompas terecht voor begeleiding in verschillende vormen. Anneke kan je onder andere helpen met wandeltherapie, voicedialoog, gesprekstherapie en familieopstelling. Een unieke therapie die Anneke aanbiedt is ‘Counseling onder de Kap.’

Counseling onder de kap

Met Counseling onder de Kap biedt Anneke een laagdrempelige manier om te beginnen met de zoektocht naar jezelf. De therapie vindt plaats in een ontspannen situatie bij de kapper. Bij de kapper heb je vaak een luchtig gesprek over koetjes en kalfjes. Bij counseling onder de kap ligt dat net anders en wordt er actief aan jouw problemen gewerkt. Niet alleen je uiterlijk, maar ook je innerlijk wordt verzorgd.

Gratis kennismaking

Elk traject bij Counseling Innerlijke Kompas begint met een gratis kennismaking. Om met de counseling goede resultaten te behalen, is het belangrijk dat je een goede klik en vertrouwen hebt met de therapeut. Ook vertelt Anneke tijdens de kennismaking meer over de mogelijke methodes en kun je voor jezelf bepalen of deze methodes je aanspreken.

Anneke is geregistreerd therapeut. Een gedeelte van het consult kan vergoed worden door de zorgverzekeraar, afhankelijk hoe je verzekerd bent.

IK LOOP EEN STUKJE MEE EN LEER JE OM ZELF JE EIGEN PAD VERDER TE BEWANDELEN.

counseling
onder de kap



67

Kerst in de sneeuw...

Wil je de garantie op een witte kerst, blijf dan niet thuis in Nederland, maar trakteer jezelf op een reisje naar de sneeuw. Naar Oostenrijk om precies te zijn, een land dat alles te bieden heeft wat je je tijdens de kerstdagen maar kunt wensen.

SNEEUW, EEN SPROOKJESACHTIGE SETTING en een authentieke kerstsfeer, wat wil je nog meer zou je zeggen. Overdag leef je je uit op de pistes, 's avonds eet je je kerstdiner in een van de vele sfeerol aangeklede restaurants of misschien wel in je eigen skihut of appartement. Je hoeft immers niet met alle tradities te breken als je tijdens de kerstdagen richting de sneeuw vertrekt. Een eigen kerstdiner bereiden (of misschien zelfs wel gourmetten) kan natuurlijk ook als je dat wilt.

MOCHT JE DIT JAAR INDERDAAD VOOR EEN WITTE KERST naar Oostenrijk vertrekken, dan is het misschien wel leuk om wat te weten over de typisch Oostenrijkse kerstradities... Die zijn er namelijk volop aangezien het merendeel van de Oostenrijkers katholiek is en nog veel waarde hecht aan het kerstfeest. Daarom zul je in het hele land ook tal van kerstmarkten tegenkomen en merken dat de nachtdienst op kerstavond druk wordt bezocht.



VERWACHT OVERIGENS GEEN KERSTMAN op elke hoek van de straat, die kennen ze hier namelijk officieel niet – behalve dan de Kerstman die is 'overgewaaid' vanuit Amerika. Kerstcadeautjes, inclusief de kerstboom, worden volgens de overlevering dan ook door iemand anders stiekem gebracht, namelijk door het Christuskind. Leuk om te weten als je je kerst toch een beetje in Oostenrijkse stijl wilt vieren.

EEN TYPISCH OOSTENRIJKSE LEKKERNIJ DIE JE ONDER ANDERE VEEL TIJDENS DE KERSTDAGEN ZIET, IS HET LEBKUCHENHERTZ. ZEKER PROEVEN DUS!



ADD & ADHD...

en het selffulfilling prophecy gedrag

Al zo vaak meegemaakt in mijn praktijk... Dokter zegt tegen moeder van lastige puber...
"Laat hem eens testen op ADD of ADHD". Of nog zo een... advies van school: "Laten testen op ADHD".

Mijn advies: wacht daar maar even mee tot hij een paar sessies bij mij heeft gehad...
'Wat is dat toch?', denk ik dan. Waarom moeten kinderen zo snel getest worden? In een heleboel gevallen is er écht geen sprake van een diagnose! De symptomen lijken er misschien wel op, maar meestal zijn er andere dingen aan de hand.

Een onrustige thuissituatie, gebrek aan uitdaging op school, bewegingsbehoefte (voornamelijk bij jongens), faalangst, onstabiliteit in het familiesysteem (waar een kind last van kan hebben), trauma's van de ouders, en zo kan ik nog wel even doorgaan.

Het gevaar van te snel diagnosticeren is o.a. dat er 'selffulfilling prophecy' kan ontstaan. "Ik heb ADD, dus ik kan dat niet" (in plaats van Pipi Langkous's tekst: "Ik heb het nog nooit gedaan, dus ik zal het wel kunnen"...!), waardoor het dus ook niet lukt.

Ik zie dat zo vaak gebeuren! En dat is zo echt niet nodig!
Met zo'n fixed mindset komt helaas niemand een stap verder. Met een groei-mindset echter wel. En dat kan ik je kind en jou leren. Krijg jij ook weleens te horen dat er "iets mis" is met je kind en voel je je daar niet goed bij? Kom dan gerust bij me langs. Ik help jullie ontdekken wat er echt aan de hand is én wat je eraan kunt doen! Grote kans dat van een diagnose echt geen sprake is. Ik heb het al zo vaak meegemaakt!

Aangezien Lout4Kids dit jaar haar eerste lustrum viert is dit gehele jaar 2019 het intakegesprek à € 50,- GRATIS! Vermeld dan in je aanvraag-email via mijn website: de actiecode <BRUISTLOUT4KIDS>.

Met hartegroet, **Loutje**
Lout4kids
kindercoach praktijk

Kinder- en Gezinscoach
Hoolstraat 6, Berkel-Enschot | 06 - 252 939 92
info@lout4kids.nl | www.lout4kids.nl

Foto: Ellemieke Hulshof-Greving

COLUMN/LOUT4KIDS

Rijbewijs?

#iedereenwillem

Mijn naam is Willem van Rooij en ik ben de trotse eigenaar van Autorijschool Willem013. Ik zit alweer ruim 7 jaar in het vak en nog steeds ga ik elke dag met plezier de weg op! Hiervoor heb ik 5 jaar een franchise-onderneming gerund en al veel leerlingen op een leuke manier kunnen helpen aan het rijbewijs.

Om nog meer kwaliteit te kunnen bieden, ben ik mijn eigen rijtschool gestart. Iedere leerling heeft een persoonlijke begeleiding nodig die bij hem/haar past en dat vind ik de leukste uitdaging. Samen ervoor zorgen dat je het juiste niveau bereikt, zodat je straks zelfstandig en veilig de weg op kunt!

Je wilt graag je rijbewijs halen, maar wat houdt dat precies in? Deelnemen aan het verkeer is namelijk iets serieus, wat je zeker niet moet onderschatten. Je wilt straks graag zelfverzekerd en vooral veilig de weg op kunnen.

Een persoonlijke begeleiding met een vaste instructeur is hierbij dus erg belangrijk. De juiste 'klik' zorgt ervoor dat de leerling alles uit zichzelf kan halen. Bij de **gratis proefles** kun je dit allemaal eens ervaren en een inschatting maken welk pakket op jou aansluit!

MEER INFORMATIE?

Bel 06-13 06 39 38 of
kijk op www.willem013.nl



AUTORIJSCHOOL
WILLEM013

#iedereenwillem

autorijsschool@willem013.nl | www.willem013.nl

“Bij **Luxexcellent** kom je helemaal tot **rust**”

Optimaal relaxen in luxe privésauna

Luxexcellent heeft haar deuren geopend in de Hoolstraat te Nuland. Een luxe privésauna waar je in alle privacy, met maximaal 4 personen, kunt genieten van elkaars gezelschap en alle beschikbare faciliteiten.

TIP

Een verblijf bij Luxexcellent is erg origineel als verrassing voor je partner bij een speciale gelegenheid.

Tijdens je verblijf (vanaf 2 uur) kun je gebruikmaken van een saunacabine (80°C), een bubbelbad in de buitenlucht onder de sterrenhemel, douches, een relaxruimte met open haard en tv, een ruime tuin en een bed om te ontspannen. Ideaal voor stellen die op zoek zijn naar wat romantiek of vrienden en vriendinnen die een keer echt de tijd voor elkaar willen nemen.

Arrangement op maat

Je kunt je nog eens extra in de watten laten leggen door een massage bij te boeken of een heerlijke maaltijd bij te bestellen. Als je wilt, kun je bovendien samen lekker blijven overnachten in de slaapkamer op de eerste verdieping van het privé-saunacomplex. Om vervolgens in de ochtend wakker te worden van de geur van vers gezette koffie en warme broodjes.

Heb je speciale wensen?

Bij Luxexcellent denken we actief met je mee om er een onvergetelijke wellness-ervaring van te maken!



Hoolstraat 7 Nuland
06-36272536
info@luxexcellent.nl
www.luxexcellent.nl



De HuurHal
BETER PER METER³

**Sinterklaas, Zwarte Piet
en zelfs de Kerstman
hebben wel eens
ruimtegebrek...**

**...dan is De Huurhal
de ideale plek.**



www.huurhal.nl



Bruist wenst
alle lezers
fijne
feestdagen

Alleen deze maand kom je er mee weg

De nagelsalon ontploft van de glitters deze maand. Hate it or love it, uiteindelijk zwicht iedereen voor die kleine glinsterende diamantjes. En alleen deze maand kom je er mee weg.

Aan het eind van dag als ik de nagelsalon opruim en schoonmaak, gaat deze maand verdacht vaak de deurbel. Zo tegen acht uur 's avonds. Een tijdstip waarop je net op de bank wilt ploffen. En dan begint het; Goedenavond mevrouw, heeft u wel eens gehoord van de Hartstichting, Stichting Vrouwenbesnijdenis, Stichting Goed Doel enzovoort. En afhankelijk van het enthousiasme van de persoon aan de deur laat ik hem of haar even zijn standaard babbeltje doen.

En terwijl ik de deur al dicht begin te doen, ontstaat er een vreemd soort sympathie voor die gedreven verteller in de winterkou. En zijn woorden laten me het verdriet voelen van de zieke mensen, arme kinderen en misdeelde vrouwen in deze wereld. Mijn werk is om vrouwen mooie glitternagels te geven. Glitternagels! Daarmee help ik de wereld niet. Nee, ik doe iets fout. De verkoper ziet dat hij me bijna heeft. En ja hoor, daar ga ik, ik zwicht. Als ik de deur dicht doe, moet ik even slikken. Echt? Ga ik nu werkelijk drie jaar maandelijks doneren? Ik geloof mezelf bijna niet. Daar is die vlotte babbelaar mooi mee weggekomen. Die verrekte decembermaand!

Tot ziens in de nagelsalon!



Nagelstudio Elegant Tilburg
Outshoornstraat 14, Tilburg
06-18292778 | info@eleganttilburg.nl
www.eleganttilburg.nl



“Kwaliteit en een uitstekende service staan voor mij voorop”

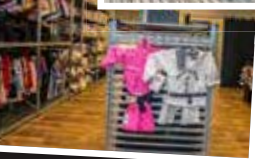
Vechtsportartikelen en sportvoeding

Bij Budoshop TeeJooS kunt u terecht voor artikelen als bokshandschoenen, judo-, taekwondo- en karatepakken, bokszakken en beschermmateriaal voor de diverse vechtsporten. “Maar ook kleding die hieraan gerelateerd is, zoals T-shirts en sweaters.” Daarnaast is er een uitgebreid assortiment van sportvoeding. “Denk hierbij aan eiwitten, pre workouts, weight gainers, fat burners, vitamines en mineralen.” De klanten van Budoshop TeeJooS zijn zowel recreatieve als professionele sporters die allemaal hetzelfde doel hebben: “Zichzelf verbeteren in datgene wat ze doen.”

Gezelligheid

“Ze komen hier enerzijds voor een stuk gezelligheid en wandelen regelmatig binnen voor een praatje en een kopje koffie. Anderzijds komen ze voor de kwaliteit en de service waar ik om bekend sta. Ik vind het belangrijk om mensen goed en eerlijk voor te lichten over de producten die ze kopen, zodat mijn klanten oprecht blij zijn met datgene wat ze uiteindelijk mee naar huis nemen.” Naast de verkoop aan particulieren levert Budoshop TeeJooS (tegen speciale prijzen) ook aan sportscholen en verenigingen.

“Klanten wandelen hier regelmatig binnen voor een praatje en een kopje koffie”



B U D O S H O P
TEEJOOS
VECHTSPOORTARTIKELN & SPORTVOEDING

WWW.BUDOSHOPTEEJOOS.NL

Paletplein 13 5044 JB Tilburg Tel. 013-5470878



Ingrid Blom
PRAKTIJK
VOOR
HUIDVERZORGING

CRYO BEHANDELINGEN

IPL ONTHARINGSBEHANDELINGEN

GEZICHTSBEHANDELINGEN

SPECIALE BEHANDELINGEN

LICHAAMSBEHANDELINGEN

WELLNESS ARRANGEMENTEN

DEEL BEHANDELINGEN

SEIZOENSBEHANDELING

Ingrid Blom is een gediplomeerd schoonheidsspecialiste sinds 1982. In haar praktijk wordt de klant op een professionele wijze tevreden gesteld door diverse huidbehandelingen en ook definitief ontharen door middel van IPL.

Kijk voor meer informatie op mijn website: www.ingridblom.eu

Burgemeester Verwielstraat 67, Oisterwijk
013 - 533 59 46 | 06 - 47307932
info@ingridblom.eu
WWW.INGRIDBLOM.EU

Vetcellen bevriezen met de Cryolipolyse 21

Het lichaam is opgebouwd uit miljarden vetcellen. Op het moment dat het lichaam volgroeid is, stopt de aanmaak van nieuwe cellen; ze kunnen alleen nog maar groter worden. Met de cryotherapie wordt de gehele vetcel verwijderd door middel van koude. Bij andere afslankmethoden wordt de vetcel weliswaar geleegd, maar blijft het omhulsel bestaan. De cel kan zich dan vervolgens weer vullen.

Door kou toe te passen kristalliseren de vetcellen. De behandelkop kan tot min tien graden. De vetcellen bereiken hierdoor een temperatuur van vier graden. Het gekristalliseerde vet wordt tot twee weken na de behandeling op een natuurlijke wijze door het lichaam afgevoerd. Cryotherapie brengt geen schade aan bij de omliggende weefsels. Het bevriezen van vetcellen is dus een zeer VEILIGE behandeling en heeft bovendien veel voordelen ten opzichte van andere behandelingen tegen vet.

Voordelen

- Figuur corrigerend
- Vermindering van cellulitis
- Strakkere huid
- Vermindering van vetophoping
- Gladdere huid
- Snel resultaat

Meer weten kijk op www.ingridblom.eu
Kennismaken? Bel voor een vrijblijvende afspraak!



Laat uw keuken, meubels of deuren opfrissen door Spuiterij Mika BV

Je (kantoor)meubels opknappen of bijvoorbeeld je keukendeurtjes van een andere kleur voorzien? Bij Spuiterij Mika BV kun je terecht voor allerlei spuitwerkzaamheden met een duurzaam resultaat!

“Ik ben in 2005 begonnen”, vertelt eigenaar Paul Verkooyen. “Vier jaar later, toen de economische crisis net begon, zijn we naar een groter pand verhuisd. Het was hard werken om het hoofd boven water te houden. Dankzij de klanten is het toch gelukt!”

Wat is kenmerkend voor jullie bedrijf?

“De snelheid. Ook komen we onze afspraken na en leveren vakwerk. En wanneer je echt vakwerk aflevert, is er maar weinig concurrentie. Mensen komen uit bijna heel Brabant langs voor ons spuitwerk.”



“Wanneer je echt vakwerk aflevert, is er maar weinig concurrentie”

MIKA bv

MIKA BV

Vollerstraat 5 - 5051 GV Goirle
013 - 5343200
info@spuiterijmikabv.nl
www.spuiterijmikabv.nl



Els Uitvaartzorg Els Barnhoorn

Ik vind het een eerzame taak om nabestaanden te mogen bijstaan. Om hun dierbare overledene te gedenken en het middelpunt te laten zijn. En ook mensen die zelf de invulling van hun uitvaart in handen willen nemen, begeleid ik met hart en ziel. Bij een uitvaart gaat het immers om de weergave van een waardevol leven in één dag.

Overlijden melden?
Bel dag en nacht op
088 - 21 40 400

info@elsuitvaartzorg.nl
www.elsuitvaartzorg.nl

Uitvaartverzekering

Een vrouw belt me op. Haar vader van 86 jaar is overleden en ze wil graag dat ik de uitvaart verzorg. Maar eerst wil ze weten of ze wel gebruik mag maken van mijn diensten; haar vader had namelijk een uitvaartverzekering en zij weet niet hoe dit werkt. Op de papieren van de verzekering staat dat ze eerst naar de verzekering moet bellen, maar dat wil ze eigenlijk niet. Wat nu?

Ik leg haar uit dat ze altijd zelf mag beslissen wie de uitvaart van haar vader verzorgt; de verzekeraar zal een bedrag uitkeren waarmee zij de uitvaartkosten kan betalen. Of er dan nog een aanvullend bedrag nodig is, hangt af van de wensen omtrent de invulling van de uitvaart. Eventueel kan eerst opgevraagd worden wat de verzekeraar uitkeert. Ze reageert opgelucht en wil dat ik naar haar toe kom.

Ze blijkt precies te weten wat ze wil: een crematieplechtigheid met een geestelijke als voorganger en een klassiek koor moet komen zingen. Teksten heeft ze al uitgezocht en de uitvoering van de traditionele rouwkaart heeft ze al voor ogen. In enkele uren werken wij alles uit en de kaarten worden gedrukt.

Na wat overwegingen besluit ze een koffietafel te organiseren in een restaurant vlakbij het crematorium. Ze hoeft zich dan niet aan de beschikbare tijd voor de koffiekamer in het crematorium te houden. Zo is er alle tijd de mensen te ontvangen en rustig na te praten. Het kost wat meer dan het arrangement in het crematorium, de kosten overschrijden het beschikbare budget van de uitvaartverzekering, maar dat wil ze graag zelf bijbetalen. In het restaurant weet ik goede afspraken te maken en zo ontstaat er een mooie invulling van de condoleance. Als ik op de dag van de uitvaart het restaurant verlaat, laat ik een dankbare dochter achter. Blij met de keuzes die ze heeft gemaakt.

Op dinsdag 17 december nodigt Els Uitvaartzorg u uit voor de herinneringsavond op Landgoed Baest. Voor meer informatie mail met info@elsuitvaartzorg.nl of bel 088-21 40 400.



Trimsalon de Vachtwacht

Dé trimsalon voor honden, katten en konijnen

Winter Vaak wordt er gedacht dat de hond in de winter niet naar de trimsalon hoeft te gaan. Maar helaas is dit een verkeerde gedachte. Veel mensen hebben moeite om een lange vacht klittenvrij te houden. Een lange vacht met klitten zal meer vocht opnemen en langer nat blijven. Hierdoor zal de hond het juist erg koud hebben. Om de vacht thuis goed te kunnen onderhouden, is goede vachtverzorging nodig. **Dus ook in de winter is een bezoek aan de trimsalon een must.**



Meer informatie vindt u op www.trimsalondevachtwacht.nl en op de Facebookpagina. Voor vragen of het maken van een afspraak kunt u bellen naar 06 22656432

Lovensekanaaldijk 21, Tilburg | 06-22 656 432 | www.trimsalondevachtwacht.nl



Op zoek naar een tweedehands motor?

Deze vind je bij Wheel Motoren!

Peter doet inkoop/verkoop van 2e hands motoren en daarnaast kunt u er terecht voor het onderhoud en reparaties aan alle merken.



Ook voor reparaties en onderhoud bent u aan het juiste adres!



Peter Weel-Moes

Lovensekanaaldijk 21, Tilburg | 06-30114922
www.wheelmotoren.nl | [f wheelmotoren](https://www.facebook.com/wheelmotoren)

Al 40 jaar is Welkom een begrip in Tilburg

De combinatie van oosterse tradities met de hedendaagse visie van Kwok vormde de basis van het voortdurende succes van Welkom.

De klant is Welkom

Klanten gaven lang geleden al aan behoefte te hebben aan het thuis eten van Chinees-Indische gerechten. Daarom besloot Kwok zich volledig te richten op het afhalen en bezorgen van gerechten en startte Welkom al in 1994 met het thuisbezorgen van maaltijden. Dit al lang voordat thuisbezorgdiensten zoals thuisbezorgd.nl hun intrede deden.

Verder werd het mogelijk gemaakt om online bestellingen te plaatsen en werd het interieur aan meerdere updates onderworpen. Dit alles om de klanten nóg beter van dienst te kunnen zijn en steeds een stapje voor te lopen op de rest.

Al 3 generaties

Niet alleen is Chinees Indisch Afhaalcentrum Welkom in de loop van de tijd overgedragen aan een nieuwe generatie, ook de loyaliteit van de klanten gaat van generatie op generatie. De kinderen en kleinkinderen van de klanten uit de beginjaren zijn nog steeds trouwe klanten. Dit kan alleen maar bereikt worden door met een

gepassioneerd team er bijna veertig jaar lang, iedere dag opnieuw weer hard voor te werken. Dit zorgt voor lekker eten en uitstekende dienstverlening. De feedback die team Welkom hierover krijgt, is dan ook zeer positief. Daarbij geven de klanten aan dat ze het fijn vinden dat Kwok en zijn team vloeiend Nederlands spreken.

Is bij u inmiddels ook het water in de mond gelopen?

Plaats dan snel en eenvoudig uw bestelling op www.afhaalcentrumwelkom.nl of bel met 013-4673707 (maandag gesloten). Het Verre Oosten was nog nooit zo dichtbij!



AL DRIE GENERATIES GENIETEN VAN ONZE HEERLIJKE KEUKEN



Eigenaar: Kwok Sung | Paletplein 11, Tilburg | 013 - 467 37 07 | www.afhaalcentrumwelkom.nl

Hoe bespaar ik?

Ik kan je uiteraard de standaard tips geven: douche korter (vijf minuten), het licht alleen aan waar jij bent, je auto vaker laten staan (of wegdoen!), goedkopere abonnementen enz.



Neem vrijblijvend contact met me op voor hulp bij je financiën.

Maar het internet staat vol met dergelijke tips. Ik vertel liever hoe je jezelf motiveert om deze tips op te volgen en vol te houden.

Maak een besparingsplan

Zet je uitgaven op een rijtje (herinner je je het kasboekje nog?). Maak onderscheid tussen moeten- en mogen-uitgaven.

Moeten-uitgaven zijn vaste lasten (huur/hypotheek, gas/water/licht, zorgverzekering enz.), boodschappen, kleding. Hierop kun je moeilijker besparen.

Mogen-uitgaven zijn extraatjes (bioscoop, sporten e.d.). Deze zijn makkelijk aan te passen, behalve natuurlijk dat je baalt dat het even niet kan. Maak een lijst van je mogen-uitgaven. Kies je top vijf en schrap de rest of maak deze goedkoper. Ook je top vijf kan waarschijnlijk goedkoper. Als de bioscoop favoriet is, ga dan minder vaak of tijdelijk niet.

Om goed te besparen is het wekelijks bijhouden van je kasboekje nodig. Je kunt sneller ingrijpen op mogen-uitgaven en je



kunt besparingen bijhouden. Hoeveel meer houdt je over of hoeveel minder kom je tekort deze maand? Dat inzicht is belangrijk om gemotiveerd te blijven om je besparingen door te zetten.

Heb je hulp nodig bij je plan of je kasboekje? Bel of mail me voor een vrijblijvende afspraak.

Volgende keer: de confrontatie met je uitgavenpatroon

Budgetcoach
Tamara Leijten

Huidverbetering JUIST in de winter!



Judith Tak

Last van een huidprobleem?

Maak dan eens een afspraak voor een intake-gesprek met een behandeladvies, plan dan telefonisch of via onze website online uw afspraak in.



Hilvarebeekseweg 60-18, Tilburg
013-5802050

Schoonhout 215, Etten-Leur
076-5032841

www.huidprof.nl



Heeft u last van acne of littekens ten gevolge van acne? Pigmentvlekken? Een door de zon beschadigde, verouderde of matte huid? Grove poriën of fijne rimpeltjes? Dan is een behandeling om de conditie van uw huid te verbeteren een juiste keuze.

Afhankelijk van uw wens zal tijdens een intake gesprek het meest effectieve pakket worden samengesteld. We maken dan de keuze om een peeling, microneedling, microdermabrasie of een combinatie hiervan te gaan toepassen.

Een **peeling** kan uit bestaan uit verschillende bestanddelen, deze zorgen voor een versnelde afbraak van de bovenste huidlaag. Hierdoor komen nieuwe huidcellen aan de oppervlakte, waardoor de huidstructuur verbetert.

Bij **microneedling** worden zeer fijne naaldjes gebruikt om de huid licht te beschadigen. Dit stimuleert de celdeling en de aanmaak van collageen en elastine, waardoor de huid sterker, soepeler en egaler van kleur wordt.

Met **microdermabrasie** worden met zoutkristallen gecontroleerde huidbeschadigingen toegebracht, waardoor de huid zichzelf opnieuw moet herstellen en er een snellere huidvernieuwing plaatsvindt.

Deze behandeling kan het beste in de winterperiode plaatsvinden. Door de behandelingen wordt uw huid tijdelijk kwetsbaarder voor UV-straling. In de winter loopt u minder risico.



DECEMBER-ACTIE

Start in december met het onze succesvolle en effectieve behandelingen voor huidverbetering!

Op vertoon van deze column, een waanzinnige actie: bij zes behandelingen betaalt u er slechts vijf en ontvangt u ook nog eens de nabehandelingsscrème ter waarde van € 19,95 gratis.

Duidelijke uitleg en communicatie



Ortho 013 is een nieuwe orthodontistenpraktijk in Tilburg die in augustus 2019 geopend is door orthodontisten

Eveline Feberwee en Aaltje de Wit-Sabelis.

De praktijk is gevestigd in Tilburg Stappegoor (Olympiaplein 391); dit is tegenover de Euroscop en in hetzelfde gebouw als de Jumbo Foodmarkt.

Bij Ortho 013 staat een GOEDE KWALITEIT van de behandeling centraal. Daarnaast is PERSOONLIJK contact met de patiënt en een DUIDELIJKE COMMUNICATIE omtrent het BEHANDELPLAN erg belangrijk.

Wij voeren behandelingen uit bij kinderen en volwassenen. Wij zijn ambitieus om voor iedereen een stralend gebit te bereiken.

Inschrijven op www.ortho013.nl verwijzing niet noodzakelijk.



Olympiaplein 391, Tilburg | 013-3034512
info@ortho013.nl | www.ortho013.nl

FEMALES IN SHAPE

Females In Shape (F.I.SH.) is opgericht voor vrouwen die naast alle hectiek van het dagelijks leven tijd voor zichzelf vrijmaken en aan de slag willen gaan met het bereiken van hun persoonlijke en sportieve doelstellingen.

Wekelijks heb je de mogelijkheid om in de vorm van een Small Group samen met maximaal vijf andere dames in een leuke, inspirerende entourage te werken aan je uithoudingsvermogen, lenigheid, flexibiliteit, fysieke en mentale kracht en uiteraard aan je ideale figuur.

Spaar voor korting en leuke extra's (o.a. een ontspanningsmassage) als je jouw vriendinnen introduceert. Dit kan zelfs oplopen tot één maand gratis sporten!

EEN UNIEKE MIX VAN

CIRCUITTRAINING

CARDIO-BOXING

PILATES

F.I.SH. heeft als missie om elke vrouw in haar kracht te zetten en haar te laten voelen als een vis in het water. Waar wacht je nog op?

JOIN THE MOVEMENT!

KRACHTIGE
RESULTATEN
OP PROFESSIONEEL EN
PERSOONLIJK VLAK?
BEL 06- 27343430

F.I.SH.

FEMALES IN SHAPE

BY

Pien Holleman



info@femalesinshape.nl
facebook.com/FemalesInShape
instagram.com/fish.femalesinshape
www.pienholleman.nl

Geschiedenis kan je ook verven!

Weet je al
welke kleur?
Kom dan
langs.



Little Greene is een Britse verfproducent, die staat voor een maatschappelijk verantwoorde productie van hoge kwaliteit verf. De Little Greene verffcollecties brengen de mooiste kleuren verf samen van de belangrijkste stijlperiodes uit de decoratiegeschiedenis. Alleen hier vindt u de bijzondere kleuren uit de jaren 50, authentieke Georgische grijs tinten en eigentijds helder rood. Bekijk al onze kleuren online of vraag een Little Greene kleurenkaart aan. In alle kleuren verf is een samplepotje beschikbaar, om thuis uit te proberen. Wilt u meer gedetailleerde informatie over de afwerking van onze verschillende soorten verf? Bekijk onze collectie op onze website.

verf- en behangspeciaalzaak
Marco van den Berg

Boxtelsebaan 28, Oisterwijk
013 - 528 21 62 | www.marcovandenberg.nl

Wij verkopen
de volgende
verfmerken

FARROW & BALL

HISTORICONE

Little Greene

BEAUFORT

Wijzonol

Colora

sikkens

tenco

SIGMA COATINGS

BEWAARDER
VORM & BEHEER

OSMO

BEAM



Sharon Bekkers is gediplomeerd medisch pedicure en gespecialiseerd in onder andere de diabetische voet en risicovoeten als de reumatische- en oudere voet. Haar ervaring en grote medische kennis maken haar tot een allround pedicure, die haar werk goed verstaat en verschillende behandelingen aanbiedt.

Medisch Pedicurepraktijk Robe

Voor voeten die gezien

Eigenaar Sharon Bekkers

OP DE BEEN BLIJVEN Voeten zijn de basis, we staan en lopen er de hele dag op. Het is dus belangrijk om ze gezond te houden! Vrij van eelt, eventuele likdoorns en ingroeiende teennagels. Bij een aandoening als diabetes is het extra belangrijk alert te blijven op een goede voetverzorging. Niet alleen de behandeling zelf, maar ook het advies wat ik mijn cliënten geef over het onderhouden van de voeten en goed schoeisel wordt enorm gewaardeerd. Ik neem hier graag de tijd voor, want ook het klantcontact maakt dat ik zoveel van mijn vak houd. Ik plan iedere behandeling ruim in om ervoor te zorgen dat de cliënt ontspannen in mijn stoel zit en ik rustig en niet gehaast hoeft te werken.

Sinds maart 2018 ben ik samen met kapster Michelle Meerdink van Total Haircare D'or Mies gevestigd aan het Transvaalplein 20 in Tilburg. Deze stap heeft er mede voor gezorgd dat mijn agenda voller werd en het voor mij haast niet meer mogelijk was om huisbezoeken af te leggen. Dit was geen makkelijke beslissing, omdat ik hierdoor helaas afscheid moest nemen van veel trouwe cliënten die niet mobiel genoeg zijn om naar mijn praktijk te komen. Gelukkig heb ik 2 pedicures gevonden die bereid waren om cliënten van mij over te nemen en ik weet zeker dat ze in goede handen zijn bij mijn vervangers.

Loop gerust eens binnen om een kijkje te nemen in de praktijk of voor meer informatie over mijn behandelingen. De praktijk is geopend van maandag tot en met zaterdag, maar alle behandelingen zijn uitsluitend op afspraak.



mogen worden!



Transvaalplein 20, Tilburg | 06-24562006 | info@pedicurepraktijkrobe.nl | www.pedicurepraktijkrobe.nl

Een begrip in de regio

JE INTERIEUR
MOET
AANVOELEN
ALS EEN
TWEDE HUID
WAARIN JE
JE VEILIG,
BESCHERMD
EN OP JE
GEMAK
VOELT. VAN
DE SANDE
WONING-
INRICHTERS
KAN HIERBIJ
HELPEN...

Familiebedrijf

"Van de Sande Woninginrichters is al sinds 1932 een begrip in de regio en zo'n twintig jaar geleden hebben mijn broer en ik, samen met onze partners, dit familiebedrijf overgenomen. Geweldig om met familie samen te werken; we weten precies wat we aan elkaar hebben, waardoor we onze klanten niets dan het beste weten te bieden."

Assortiment

"In onze winkel verkopen wij alles op het gebied van stoffering en vloerbedekking; van gordijnen tot tapijten en van zonwering tot pvc vloeren. Op onze website is al een goed beeld te krijgen van ons ruime assortiment, maar het best kun je eigenlijk gewoon eens een keer bij ons binnen komen lopen."

Keuze genoeg

"Wij staan voor kwaliteit en doen alles in eigen beheer, van het adviseren tot het installeren. Daarnaast staat service bij ons

zeer hoog in het vaandel en proberen wij ons telkens weer te onderscheiden door te blijven vernieuwen. Het assortiment wisselt dan ook continu en we houden de nieuwste ontwikkelingen nauwlettend in de gaten om de laatste trends te kunnen leveren. Maar tegelijkertijd ben je bij ons ook nog steeds aan het juiste adres voor een wat klassieker stijl. Kortom, we kunnen iedereen, met welke smaak dan ook, van dienst zijn. Onze grote showroom hangt altijd vol, dus keuze genoeg."

Alles kan

"Een mooi interieur creëren voor onze klanten, dat is het mooiste wat er is en vormt elke dag dan ook weer onze uitdaging. Of we nu voor een klant alleen een gordijn hoeven te verzorgen of dat we van een interieurbouwer de stoffering van een groot project mogen doen. Alles kan en vrijwel niets is ons te gek!"

vd. **SANDE**
Woninginrichters

GOIRKESTRAAT 53B, TILBURG

013-5360625 | WWW.VDSANDEWONINGINRICHTERS.NL



EEN TIENER EN ZIJN HOFNARREN

Onlangs was ik erg onder de indruk van Jort. Een welbespraakte, ondernemende 16-jarige op LinkedIn die met project Hofnar met ondernemers en bedrijven in dialoog wil over de heersende gedachte dat generatie Z “verwend, over het paard getild en ruggengraatloos” is. De jongste generatie die de eerste stappen op de arbeidsmarkt zet beoordelen naar traditionele maatstaven, zorgt alleen voor een onjuist beeld, is zijn mening. Het is zijn missie geworden om te bewijzen dat generatie Z wel degelijk waardevol kan bijdragen aan de arbeidsmarkt en de economie. En dat diens waarde niet onderschat mag worden.

En ondanks dat hij in zijn LinkedIn-post letterlijk stelt dat hij meer plezier haalt uit zijn missieactiviteiten dan uit games spelen, netflixen, vloggers volgen etc. zoals anderen, dringen enkele lezers erop aan om plezier te maken en “buiten te spelen” nu hij nog zo jong is. Ik denk dan: heb je niet gelezen dat hij het authentiek leuk vindt om actief bezig te zijn met zijn missie? Daarnaast maakt hij óók gewoon lol. Hij haalt energie uit zijn stem laten horen, is daar dan iets mis mee?

Hij zegt: de traditionele manier op school van kennisoverdracht en toetsing maakt lui. En dat wil deze generatie niet, ze zijn juist van de actie. Niet lullen, maar poetsen. Geef hen de ruimte, leer ze écht kennen. Deze Jort kan heel belangrijk worden in de bewustwording van de oudere generaties dat Z op een andere manier benaderd, beoordeeld en gewaardeerd mag worden. Ik zeg HULDE. Van mij mogen meer jeugd en jongeren opstaan voor hun identiteit en voor wat zij waard zijn. Ik zeg: “You go Z!”

Inspirerende groet, Emmy



EMMY SOPLANTILA – INSPIRATOR |
MOTIVATOR | FOCUSCOACH | AUTEUR |
MASTER COACH-GECEERTIFICEERD

FOOD FOR THE HEART AND MIND
ELKE WEEK (OF DAG) GRATIS INSPIRATIE
(AANMELDEN OP DE WEBSITE)



essential Connection
Tel: 06-40099251
info@essentialconnection.nl
www.essentialconnection.nl

Passie voor auto's is mijn drijfveer!

Auto's poetsen op een zeer hoog niveau, dat is wat Jeroen Bouman van TopEnd cardetailing vol passie en vakkennis doet. “Waar het standaard auto poetsen eindigt, daar begin ik met cardetailing.”

Wat is dat nu precies cardetailing? “Het detailen van auto's is met passie en verstand van zaken auto's weer in nieuwstaat brengen, de hoogst mogelijke glans geven en het aanbrengen van de ultieme lakbescherming. Voor deze ultieme lakbescherming werk ik vooral met de moderne 'glascoatings' Modesta en C-quartz Finest reserve, twee merken in het topsegment. Ook het polijsten van de lak (lakcorrectie) is één van mijn specialismes. Daar waar reguliere poetsbedrijven problemen aan de lak verhullen, pak ik de problemen bij de bron aan. Bijvoorbeeld: bij een diepe kras in de lak gaat men er al snel van uit dat deze overgespoten moet worden, terwijl ik in tachtig procent van de gevallen zo'n kras weg kan halen met mijn polijsttechnieken. Kwaliteit tegen een veel aantrekkelijkere prijs dus.”

Kwaliteit Ben je op zoek naar kwaliteit en wil je dat je auto er weer als nieuw uitziet, maak dan zeker een afspraak bij TopEnd cardetailing. “Ik durf wel te stellen dat ik erg goed ben in mijn werk, precies weet wat ik doe en altijd met passie aan het werk ga. Een compleet overzicht van alle werkzaamheden die ik uitvoer, is te vinden op www.topend.nl.

Ik zie je graag snel in Tilburg!”



LAKBESCHERMING



LEDER/INTERIEUR BEHANDELING



LAK CORRECTIE/POLIJSTEN



VELGEN BEHANDELING



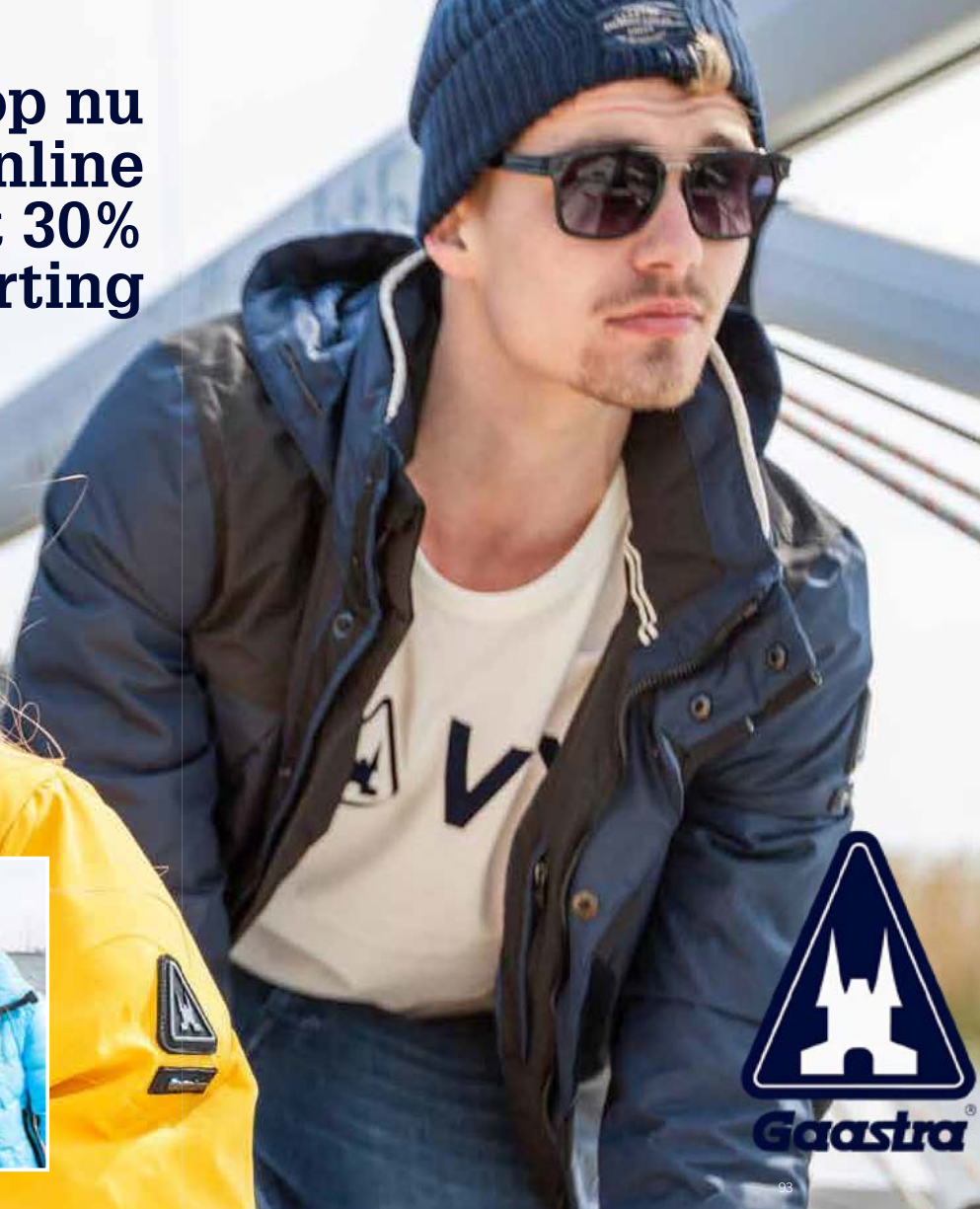
Aresstraat 13-01, Tilburg | 06-29498672 | www.topend.nl | Facebook: TopEnd cardetailing

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.

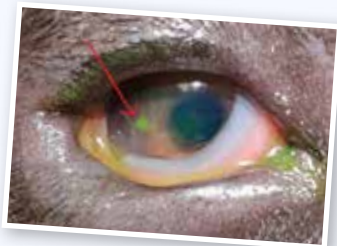
NAUTIC FASHION
ONLINE

hello@nauticfashion.online
NAUTIC FASHION.ONLINE

Een knipoog ;(

Het kan gebeuren dat je hond of kat ineens naar je zit te knipogen. Dat klinkt schattig, maar aanhoudend knipogen is een teken van pijn, wat we vaak zien bij een beschadiging van het oog.

Vaak is er een oppervlakkige beschadiging van het hoornvlies. Dit is de buitenste doorzichtige laag van het oog. Mocht er een bacterie in deze beschadiging komen, welke niet snel en op de juiste manier behandeld wordt, kan het gebeuren dat het oog dieper aangetast wordt met in het ergste geval verlies van het oog tot gevolg.



In de meeste gevallen zien we takken, grasaren, doorns, een kattenkrab, haren en een verminderde traanproductie als onderliggende oorzaak. Bij bepaalde rassen (honden met bolle ogen) zien we veel vaker oogproblemen, omdat hun ogen niet goed beschermd zijn door de oogkassen.

Wat kan uw dierenarts doen?

Uw dierenarts kan een oogonderzoek uitvoeren. Een onderdeel hiervan zal een kleuring zijn. Er wordt een kleurstof in het oog gedaan, wat blijft plakken aan het beschadigde deel van het oog, waardoor dit zichtbaar wordt. Hoe het probleem wordt behandeld, is afhankelijk van het probleem en de onderliggende oorzaak. Voor oppervlakkige beschadigingen wordt vaak een oogzalf voorgeschreven. Bij pijn kunnen we pijnstillers geven en een kraag wordt vaak gebruikt om extra schade door in het oog te wrijven te voorkomen. Vroege behandeling geeft de meeste kans op een goede genezing. Mocht uw hond een dichtgeknepen of rood oog hebben of afwijkende uitvloeiing, maak dan op korte termijn een afspraak bij de dierenarts.



AniCura
DIERENZIEKENHUIS
TILBURG



Koningsoordlaan 2, Berkel-Enschot | 013-5400215 | dzt@anicura.nl | www.anicura.nl/dierenziekenhuistilburg

Tijd voor beweging!

Wat houdt trainen bij WorkOutDoor in?

WorkOutDoor is een sportbedrijf voor outdoor fitness. Trainen bij WorkOutDoor betekent in blokken van 8 weken in groepsverband werken aan conditie, kracht, uithoudingsvermogen, flexibiliteit en stabiliteit. Dit doen wij altijd met twee deskundige instructeurs en lekker in de buitenlucht. WorkOutDoor is echter geen bootcamp: het gaat bij ons om de totale training van het lichaam en sporten op de juiste manier. Onze lessen zijn **geschikt voor iedereen**, ongeacht leeftijd, sportervaring, conditie of blessures. Iedereen wordt maximaal uitgedaagd op zijn of haar eigen niveau. Daarnaast bieden we ook personal trainingen, bedrijfsclinics en trailrun trainingen aan.

Waarom trainen bij WorkOutDoor?

Allereerst is sporten in de buitenlucht veel gezonder dan binnen sporten. Frisse lucht, meer zuurstof en energie, minder stress en spanning; wie wil dat nu niet? Ook kan er op deze manier gewerkt worden aan de opbouw van een **goede weerstand en conditie**. Niets is leuker dan dit buiten te doen, met de materialen die de natuur en de stad je geven. De trainingen van WorkOutDoor zijn voor iedereen geschikt en worden professioneel begeleid door gekwalificeerde en enthousiaste instructeurs. Trainen in groepsverband is bovendien heel motiverend en gezellig, maar vergis je niet: er wordt wél keihard gewerkt!

Waar zijn de lessen van WorkOutDoor?

De groepslessen vinden plaats op woensdag- en zaterdagochtend 09.00u, en zondagochtend 10.00u in Goirle (Gorp & Rovert), op dinsdagavond 19.30u in Tilburg (Piushaven) en op donderdagavond 19.30u in Berkel Enschoot (Boerderij Denissen).

Benieuwd? Kijk voor meer informatie op www.workoutdoor.nl en meld je aan voor een gratis proefles!



Meer informatie of een gratis proefles?
Kijk op www.workoutdoor.nl of stuur een e-mail naar info@workoutdoor.nl. Tot snel!



**WORK
OUT
DOOR**

Huub Jacobs
06 11385006
info@workoutdoor.nl
www.facebook.com/workoutdoornederland
www.workoutdoor.nl



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.



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 - 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.



96

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.

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.



97

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.

EMDR

Eye Movement Desensitization and Reprocessing is één van de vormen van therapie om trauma los te koppelen uit de hersenen. EMDR is gebaseerd op het overbelasten van het werkgeheugencapaciteit en het activeren van het natuurlijk verwerkingsysteem in de hersenen.

Hoe werkt EMDR?

Door de traumatische herinnering naar voren te halen in de gedachten en tegelijkertijd de hersenen te belasten met oogbewegingen of klikjes op de oren, raakt het werkgeheugencapaciteit als het waren overbelast. Hierdoor zijn de hersenen niet meer in staat de emoties en sensaties aan de traumatische herinnering te koppelen, waardoor de hoge lading van het beeld verdwijnt. De hersenen zien hierdoor geen bedreiging meer in de herinnering, zodat het niet meer wordt opgeslagen, maar netjes wordt verwerkt.

Heb jij last van een angst, verdriet, boosheid, schaamte of spijt waar je niet vanaf komt?

Dan kan EMDR iets zijn voor u!

Deze behandelingsmethode is wetenschappelijk aangetoond en uiterst effectief. Door het afwisselend links, rechts stimuleren van het brein, wordt het eigen verwerkingsysteem in de hersenen op gang gebracht en kan de gestagneerde verwerking alsnog plaatsvinden.

Wil je meer informatie of een afspraak inplannen, bel 06-24218363.

vooruit zenden  HR.

**Blijf niet stilstaan,
en spring vooruit**

**...naar je
volgende baan!**

Check snel op
www.voruitzenden.nl

VOOR MATCHEN & UITZENDEN

ŠKODA KAMIQ
vanaf € 23.790



ŠKODA
SIMPLY CLEVER



Van Mossel ŠKODA Tilburg Kraaivenstraat 13 - T: +31 13 547 00 40
Van Mossel ŠKODA Waalwijk Van Anandelstraat 11 - T: +31 416 65 15 90

Van Mossel