

**GINNEKEN** BAVEL  
ULVENHOUT



JANUARI 2020 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.GINNEKENBRUIST.NL

# BRUIST

*Uitgerust het  
nieuwe jaar in!*

Even bijkomen van  
de drukke feestmaand

*Nieuwste  
woontrends  
voor 2020*





**NEXT**  
OUTDOOR

BOREK • MAX&LUUK • MINOTTI • B&B ITALIA • KETTAL

Het Open Huis Designcenter

Newtonweg 18 | Gorinchem | T: 0183 218 008 | info@next-outdoor.nl

next-outdoor.nl



# 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!*





8



56



21



win

14



35



23

# COLOFON

**UITGEVER** Nederland Bruist B.V.  
 Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout  
 T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl  
 www.nederlandbruist.nl  
 f nederlandsbruist

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Ron Schouwenaar  
**THEMATEKSTEN** Maaike van Helmond  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Ron van Kuijk

f Like ons op Facebook.com/ginnekenbruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl  
 of bel Loes Levy, 06-14569873 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Alkmaar 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 is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Foto: Ron Eskens, soowpictures.nl



Om te beginnen: gelukkig nieuwjaar! Hopelijk heb je net als wij volop genoten van de decembermaand en alle bijbehorende warmte en gezelligheid. Voor ons ligt weer een compleet nieuw jaar dat wij, zoals je van ons gewend bent, bruisend tegemoetzien.

Ben jij eigenlijk al klaar voor 2020? En is je woning dat ook al? Niet? Dan heb je geluk! Verderop in deze nieuwste editie van Bruist geven we je namelijk diverse tips om je woning eenvoudig 2020-proof te maken.

## Bruisende lezer,

Als het aanpassen van je woning een van je goede voornemens is voor dit nieuwe jaar, dan kun je daar beter maar meteen mee beginnen. Uit onderzoek is namelijk gebleken dat slechts acht procent van de mensen zich daadwerkelijk langdurig aan hun goede voornemens houdt. Dus hoe sneller je dit voornemen af kunt vinken, hoe beter!

Gelukkig kunnen wij je garanderen dat wij zeker wél bij die acht procent horen. Wat ons goede voornemen dan is? Elke maand weer een bruisend magazine voor je samenstellen, met veel bijzondere ondernemers uit jouw regio. Benieuwd naar wat we nog meer voor je op papier hebben gezet? Lees dan vooral verder...

Veel leesplezier!  
**Lea en Marcel Bossers**

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

# Inhoud



# Is *jouw woning* al 2020-proof?

Is jouw goede voornemen om je inrichting nu eindelijk eens die langverwachte make-over te geven? Lucky you! Speciaal voor jou zetten we namelijk een aantal woontrends voor 2020 op een rijtje. Laat je inspireren...

## Trend: groen!

En dan hebben we het niet over de kleur groen, maar over duurzaam wonen. Een trend die tot uiting komt in het gebruik van natuurlijke materialen zoals hout, linnen, hennep en riet, maar ook in de keuze voor handgemaakte producten en het toepassen van bijvoorbeeld ledlampen en zonnepanelen.

## Trend: ronde vormen

Een trend die doorzet in 2020 is de voorkeur voor ronde vormen. Heb je strakke, hoekige meubels en wil je die liever niet vervangen? Geen probleem! Door het toevoegen van ronde accessoires zoals kleden, lampen of kussens maak je het al een stuk zachter.

## Trend: slim wonen

Er zijn steeds meer technologische snufjes die wonen een stuk aangenamer kunnen maken. Van gordijnen met een afstandsbediening tot verlichting die je bedient met je telefoon. Gemak dient de mens.

## Trend: multifunctioneel

Steeds meer mensen wonen op een klein oppervlak. Om dit te compenseren zien we dat men kiest voor een slimme en multifunctionele inrichting. Hierbij kun je denken aan een uitklapbare eettafel, een salontafel met opbergruimte of de ruimtebesparende 'fiets aan de muur'-trend. Klein, maar fijn!

## Trendkleuren: warme tinten

Ook kleuren zijn van grote invloed op je interieur. Dit jaar kiezen we wederom massaal voor warme tinten zoals terracotta, okergeel en oudroze, zo is de verwachting. Of je dit nu subtiel doet door de kleuren terug te laten komen in accessoires of het meteen wat grootser aanpakt, is geheel aan jou.

Wat de trends ook zijn, het belangrijkste blijft dat jij kiest voor een interieur dat bij jou past. Toch liever vierkant en harde knalkleuren? Doen! Dat is dan gewoon jouw persoonlijke trend voor 2020.

Wil jij meer weten over de trends voor 2020? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je altijd wel een interieurspecialist in jouw regio die je hier uitgebreid over kan informeren.



# Van wens tot realisatie

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

## SPECIALIST IN GLAS

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



## KLANTGERICHT

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

Tolweg 9, Ulvenhout | [info@westbrabant.glassinside.nl](mailto:info@westbrabant.glassinside.nl) | 076-5640280 | [www.glassinside.nl](http://www.glassinside.nl)



Mitchell Lotterjouw

die met de klant meedenkt in de mogelijkheden. De producten worden nauwkeurig ingemeten om ze vervolgens op maat te produceren en te bevestigen. Daarbij is het bedrijf erg flexibel in de service naar de klant en zullen ze altijd nakomen wat er wordt beloofd. De medewerkers van Glass Inside zijn pas tevreden als de klant dat ook is.

***"Wij maken glas als geen ander"***

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

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

# JOOP BRUGEL

## Woondesign

Vloeren

Raamdecoratie

Gordijnen

Kasten op maat

Verf & behang

Stalen deuren

Interieuradvies



**Genieten van wonen, naar je eigen smaak en sfeer?**

Kom langs in onze showroom in Breda.

**Ginnekenweg 72, Breda**

Openingstijden: ma. gesloten,  
di. t/m vr. 9:30 - 17.30 uur, za. 9:30 - 17:00 uur



*De beste wensen voor 2020  
Joop en Linda Brugel*

Voor inspiratie en maandacties

[joopbrugelwoondesign.nl](http://joopbrugelwoondesign.nl)  





# Hét adres voor al je boodschappen

“Een echte buurtwinkel”, zo omschrijft supermarktmanager Corne van Helvert ‘zijn’ Albert Heijn filiaal in Bavel. “Maar dan wel een buurtwinkel van formaat” voegt hij er lachend aan toe.

## Verhuizing

Was AH Bavel voorheen nog een relatief kleine winkel, sinds de verhuizing naar een nieuw pand twee jaar geleden is er van dat kleine geen sprake meer. “Het winkelloppervlak is destijds meer dan verdubbeld, van 630 m<sup>2</sup> naar 1350 m<sup>2</sup>. Een enorme vooruitgang waardoor we onze klanten nu alles kunnen bieden waar ze behoefte aan hebben.”

## Servicegerichte medewerkers

En dat moet ook wel, want deze Albert Heijn is de enige supermarkt in heel Bavel. “Doordat wij nu een zeer uitgebreid assortiment kunnen bieden, hebben de bewoners van Bavel ook minder reden om naar een supermarkt buiten het dorp te gaan.” Maar dat is volgens de enthousiaste

supermarktmanager niet de enige reden waarom klanten voor ‘zijn winkel’ kiezen. “Dat komt ook door de medewerkers die wij elke dag weer motiveren om zo klantvriendelijk en servicegericht mogelijk te werken. Klanten begroeten, ze helpen als dat nodig is... We zetten graag een stapje extra voor onze klanten. Ontzettend belangrijk, helemaal in een dorp.”

## Dynamisch werk

Corne ziet elke dag weer als een nieuwe uitdaging. “En dat is ook het leuke van dit werk; geen dag is hetzelfde en dat maakt het werk ontzettend

dynamisch. Iets waar ik echt enthousiast van kan worden en dat enthousiasme probeer ik ook over te dragen op mijn medewerkers én op onze klanten. En met succes, want de sfeer is hier altijd ontzettend goed.”

*Corne van Helvert*

**Boodschappen nodig?**  
Kom dan gewoon naar AH Bavel!



EEN BUURTWINKEL  
VAN FORMAAT



Voor een heerlijke appel ...



vers gesneden brood ...



of een lekker stukje kaas



## SUSTOILABLE: NATUURLIJK PUUR!

Goede huidverzorging kan ook met pure, natuurlijke producten. Geen gedoe met toevoegingen, kleuren en geuren. De producten van sustOILable bieden uitstekende verzorging voor het hele lichaam: verzorgende huid- en haarolie (in stijlvolle, navulbare pipetflesjes), handgemaakte stukken zeep, heerlijke geuroolie en natuurlijk wasmiddel (wasnoten). Laat je verrassen door de pure producten!

[www.sustOILable.com](http://www.sustOILable.com)



## LEZERSACTIE

**Wil jij kans maken op een natuurlijk verzorgingspakket?**

De producten van sustOILable bieden uitstekende verzorging voor het hele lichaam. Van huid- en haarolie en handgemaakte zeep tot natuurlijk wasmiddel (wasnoten).

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



win

## BIOLOGISCHE PASTA

Een chocoladepasta zonder palmolie, conserveringsmiddelen en kunstmatige smaakstoffen. Deze Nocciolata van Rigoni di Asiago bestaat alleen uit biologische ingrediënten. Er is ook een melk-vrije versie. Liever witte Nocciolata? Die is er! Met meer hazelnoten en 30% minder suiker. [www.rigonidiasiago.nl/nocciolata](http://www.rigonidiasiago.nl/nocciolata)



# Bruisend het nieuwe jaar in!

## BELEEF KOFFIE

De koffiemachine van JURA maakt van koffiedrinken weer een beleving. Met één touch op het strakke kleurendisplay kun je kiezen uit twaalf verschillende koffiespecialiteiten van Zwitserse kwaliteit. Alle specialiteiten zijn ook nog eens naar wens in te stellen (koffiesterkte, temperatuur en hoeveelheid melk). [www.jura.com/nl](http://www.jura.com/nl)



# BRUIST Deals

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

## LEZERSACTIE

**Maak kans op het boek Costa del Coke.**

Een zinderende roadtrip langs de Zuid-Spaanse kust in het spoor van de cokemaffia, geschreven door Arthur van Amerongen en Ivo Teulings. Aangeboden door Uitgeverij Just Publishers.

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. #COSTA DEL COKE naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**



## SHOPPING/NEWS

## LEZERSACTIE

**Heeft u borstkanker (gehad) of kent u iemand met borstkanker? U maakt nu kans op een speciaal boezemkussen.**

Stichting Boezemkussen maakt hartvormige kussens die klachten in oksel- en borstgebied na borstkanker verlichten. Aangeboden door [JouwTransformatie.nl](http://JouwTransformatie.nl)

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



## GEZOND H2O

Het drinken van Kangen Water® bestaat in Japan al meer dan 40 jaar. Kangen - een Japans woord - betekent terug naar de bron. Hiromari Oshiro maakte zich als doel om gezond water met een hoge pH-waarde voor iedereen toegankelijk te maken en ontwikkelde een machine die dit mogelijk maakt. Zo ontstond het Kangen Water®-apparaat. Kraanwater gaat door een actief koolstoffilter, waarbij het filter onzuiverheden, zware metalen, eventuele pesticiden en hormonen uit het water filtert. Belangrijke mineralen die ons lichaam nodig heeft, worden niet gefilterd.

**Ga voor meer informatie naar [www.waterdetox.nl](http://www.waterdetox.nl). Rob Pessers, 06-54605704.**





# Een nieuw *begin*

Heerlijk, een nieuw jaar, nieuw begin. Een lege pagina. Wat staat er op je wensenlijst voor 2020? Wat ga je doen? En ook belangrijk, wat wil je vooral niet meer doen? Denk je hier wel bewust over na? En handel je er ook naar? Of doe je maar wat en laat je de dagen aan je voorbijgaan?

Geniet je wel voldoende? Waar word je eigenlijk blij van? Stel dat je over twaalf maanden terugkijkt op 2020, hoe zag het aankomende jaar er dan uit? Doe je ogen dicht en denk er eens bewust een paar minuten over na. Wat wil je écht? Wat vind je belangrijk? Heb je plannen en concrete doelen voor 2020? En ik bedoel geen loze goede voornemens. Wat ga je doen?

Nu je dit leest lijken dit wellicht oppervlakkige woorden, maar ze zijn van onschatbare waarde als je er serieus over gaat nadenken en er vooral ook iets mee gaat doen.

Stel dat je leven een boek is en jij bent de schrijver van het verhaal. Hoe wil jij dan dat het verhaal verloopt? 365 lege pagina's. Het is aan jou.

Hasta la proxima.

*Michael Pilarczyk*

[www.meditationmoments.com](http://www.meditationmoments.com)



Traditioneel worden op 6 januari, **Driekoningen**, de kerstboom en de kerstversiering opgeruimd. Hier langer mee wachten zou ongeluk brengen.

**Januari** is de maand van de goede voornemens. Slechts 8% van de mensen houdt zich hier ook echt langdurig aan. Misschien is het daarom ook wel de maand waarin de meeste echtscheidingen plaatsvinden.

**Klein wonen** is de trend. Steeds meer mensen kiezen er daarom voor om in zogenaamde **tiny houses** te gaan wonen. Volwaardige woningen, maar dan in het klein.

Een slimme, multifunctionele inrichting kan heel wat ruimte besparen.

**'Blue monday'**, oftewel de meest deprimerende dag van het jaar, valt dit jaar op maandag 20 januari.

Jongens die in januari zijn geboren, **trouwen** vaak met een 'oktobermeisje'.

18 januari is het weer internationale **Winnie de Poeh**-dag. Poeh-poeh, wat een dag!



## AUTORIJLES ACTIEPAKKET 2020

- 25 autorijlessen
- Praktijkexamen
- Gratis proefles

€ 1095,-

>>> Betaling in termijnen is mogelijk!

Vraag proefles of informatie aan via onze website.

# Fixatie disparatie



## Klachten

Fixatie disparatie is een probleem van de oogsamenwerking dat grote gevolgen kan hebben voor het functioneren op het werk, school, in het verkeer en bij het sporten. Eigenlijk speelt het een rol bij alle dagelijkse activiteiten, omdat 80% van de informatie die ons bereikt via de ogen gaat.

Het uit zich in verschillende klachten zoals: onrustig kijken, hoofdpijn, vermoeide ogen, gevoelig voor licht en duizeligheid.

Abstract text block, likely a placeholder or bleed-through from another page.



De optometristen van Bielars geven u graag advies en vertellen u welke mogelijkheden er allemaal zijn! **Kom langs in onze winkel in Breda en laat u ook adviseren!**



# Een echte zaak voor lekkernijen.

Bij ons geniet u van luxe Bacchi's koffie, smaakvolle Or Tea? en heerlijke Callebaut warme chocolademelk in zeven smaken.

Voor de lekkere trek is er een ruime keus aan gebak (o.a. van Teurlings Patisserie), Luikse wafels en vooral heel veel Leonidas chocolade, die wij als enige in Breda verkopen. Met meer dan 80 verschillende smaken in ons Leonidas chocolade assortiment is er voor ieder wat wils!

Nieuw zijn de Bites van SUE. Zoet zonder suiker, lactosevrij, glutenvrij en vegan. Al onze warme dranken schenken wij ook met Soja en kokosmelk.



De sfeervolle en luxe aankleding van Lin's Lounge & Chocolat Bar nodigt uit om even heerlijk bij te komen van een dagje winkelen of om lekker bij te kletsen met vrienden.

Iedereen is welkom om in alle rust te komen genieten van al het lekkers wat wij te bieden hebben, ook voor een gezellig praatje komen onze klanten graag bij ons terug.

## Heeft u al eens een proeverij geprobeerd?

Keuze uit de Dip in Heaven, een twee rondes Lin's proeverij, een piccolo of grande ijsproeverij, een wafelproeverij of een heerlijke chocoladeproeverij! Allemaal even lekker en erg gezellig om te doen. Check onze website [linsbreda.nl](http://linsbreda.nl) voor meer info over de mogelijkheden. (ons ijsseizoen start 1 april.)



**Op zoek naar een leuk cadeautje?** Wij helpen u graag een keuze maken uit ons ruime aanbod van servies, servetten en kaarsen van PPD Products, Ambiente en Me & Mats. Genoten van onze smaakvolle thee in de Lounge? De kleurrijke Or Tea? producten verkopen wij ook in ruim 18 heerlijke smaken.



## Leonidas chocolade, wie

**kent het niet?** Terug in Breda en inmiddels al door velen van u weer ontdekt. Wij genieten er van om voor u een zo mooi mogelijk doosje bonbons te maken, of u kiest zelf, uit onze ruim gevulde balie.



**Geven is genieten en van klein tot groot cadeau of relatiegeschenk, wij denken met u mee! Tot ziens bij Lin's!**

## Verzorgt met liefde de crematie van uw overleden huisdier

Uw huisdier maakt deel uit van uw leven en uw gezin. Maar u weet dat het moment zal komen dat u afscheid moet nemen van uw kameraadje. Steeds vaker kiezen mensen ervoor hun geliefde huisdier na overlijden te laten cremeren. Een respectvol afscheid doet recht aan de liefde voor uw huisdier en de emoties die het verlies met zich meebrengt.

## Meer weten?

Op onze website kunt u alles lezen over de mogelijkheden die Dierencrematorium Majesta Schagerbrug u kan bieden. Ook vindt u er veel nuttige informatie die voor u, als eigenaar van een huisdier, van belang kan zijn. Want als het moment daar is, dat u afscheid moet nemen, dan is het prettig dat u een weloverwogen besluit kunt nemen. Zo krijgt u achteraf geen spijt. Uiteraard zijn onze medewerkers altijd bereid om, geheel vrijblijvend, uw vragen te beantwoorden.

## Dierenuitvaartcentrum Majesta Breda

Oude Baan 60, Breda | 076 - 700 23 42  
[info@dierenuitvaart-breda.nl](mailto:info@dierenuitvaart-breda.nl)  
[www.dierenuitvaart-breda.nl](http://www.dierenuitvaart-breda.nl)



Onderdeel van Majesta Uitvaartzorg voor dieren

# Mooie vitrage voor de ramen? Zoek niet langer!

Wij hebben kijk op gordijnen, raamdecoratie en vloeren. Om een goed advies te geven kan dat het beste bij u thuis, zo kunnen we uw stijl en smaak beter ervaren.

De inrichting en het kleurgebruik in uw woning zijn ook van belang om een goed advies te kunnen geven. U hoeft niets zelf in te meten, dit doen wij.

**Ontzorgen van A tot Z is één van onze krachten.**

**Kwaliteit tegen een scherpe prijs!**



**20% KORTING  
ROLGORDIJNEN  
EN JALOEZIEËN**



## Dina Raamdecoratie

Oude Bredasweg 26, Etten-Leur | 076-5022747 | [dinaraamdecoratie@planet.nl](mailto:dinaraamdecoratie@planet.nl) | [www.dina-raamdecoratie.nl](http://www.dina-raamdecoratie.nl)  
Open: dinsdag t/m vrijdag van 9.00 - 17.00, zaterdag van 9.30 - 15.00 uur en zondag en maandag gesloten

# DAGJE UIT IJSBEELDEN FESTIVAL



Het Nederlands Ijsbeelden Festival is een uniek winterevenement voor jong en oud! Tot en met zondag 1 maart zijn de IJsselhal in Zwolle omgetoverd tot een adembenemende wereld van kraakhelder ijs en glinsterende sneeuw. De beste ijskunstenaars ter wereld zijn hier rondom het thema 'R-ijs door de tijd' aan de slag met 275.000 kilo ijs en 275.000 kilo sneeuw en bouwen ijs- en sneeuwsculpturen tot wel zes meter hoog. Om lange wachtrijen te voorkomen tijdens dit unieke winterevenement wordt er dit jaar gewerkt met tijdsblokken. Bestel een ticket voor de datum en het tijdsblok van jouw keuze en geniet zolang je wilt van deze magische wereld.

**Kijk voor meer informatie op [www.ijsbeelden.nl](http://www.ijsbeelden.nl)**

# FILMPJE KIJKEN DOLITTLE

BINNEN/BUITEN

Na het verliezen van zijn vrouw zondert John Dolittle (Robert Downey Jr.), een dokter uit het Victoriaanse tijdperk, zich af van de wereld met enkel zijn exotische dieren als gezelschap. Wanneer de jonge koningin Victoria echter ernstig ziek wordt, wordt John gedwongen af te reizen naar een mythisch eiland om op zoek te gaan naar een remedie. Tijdens zijn zoektocht wordt hij vergezeld door een jonge leerling en een hoop dieren, waaronder een angstige gorilla, een vrolijke ijsbeer, een enthousiaste eend, een cynische struisvogel en een eigenzinnige papegaai.

**Dolittle draait vanaf 16 januari in de bioscoop.**



# BOEKJE LEZEN DANIEL ARÉVALO



Chris en Alice zijn gelukkig getrouwd, hebben een dochtertje en verwachten een tweede kind. Dan wordt Alice gebeld dat Chris een auto-ongeluk heeft gehad op een plek waar hij volgens Alice helemaal niet langs zou komen. Ze wordt gegrepen door het verlies, maar ook door de angst dat hun relatie niet zo perfect was als het leek. Alice gaat op zoek naar antwoorden en volgt zijn laatste reis tot aan het epicentrum van het mysterie: Robin-eiland, Cape Cod, Massachusetts. Tijdens haar zoektocht dringt zich de vraag op: hoe goed kende ze haar man? Hoe goed kent ze zichzelf?  
**Alice op het eiland van Daniel Arévalo ligt vanaf medio januari in de boekhandel.**





New in stores

Aandacht voor been- en ondermode is aandacht voor jezelf. Bij Sven&Sophie beseffen wij dat als geen ander. Daarom biedt onze winkel meer dan alleen een ruim assortiment eerste klas producten van toonaangevende merken.

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

sven &  
sophie

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

24

LEKKER BIJ GEERT KIP

[geertkip.nl](http://geertkip.nl)

extra aanbieding voor lezers van dit magazine  
kijk op [geertkip.nl/ginnekenbruist](http://geertkip.nl/ginnekenbruist)



Nieuwe Haagdijk 34 4811 TE Breda (076) 521 70 55 [info@geertkip.nl](mailto:info@geertkip.nl)

# STIJLVOL ALLURE

Zijn je ogen de spiegels van je ziel; spiegels zijn de ogen van je huis. Ze vergroten letterlijk je leefwereld doordat de kamer optisch verruimd wordt. De ronde ATYM CIRCUM heeft een houten rand en zacht gekleurd glas dat de kleuren van jouw interieur onderstreept. Gun jezelf dit stijlvolle stukje allure en hang één grote op een saaie muur of combineer verschillende maten met elkaar. Voor de prijs hoeft je het niet te laten...  
Herken jezelf bij **MEIJSWONEN**.

## MEIJSWONEN

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

SPIEGELS ATYM CIRCUM BLACK, ROSÉ, AMBER OF TAUPE

70  
cm

90  
cm

110  
cm





# En dan is het *winter*

Het is koud, guur, de feestdagen zijn voorbij en de januarimaand is volop bezig. Maar ja, deze maand moeten we toch door, dus aan Blue Monday of andere sombere dagen, daar doen we gewoon niet aan. Stay positive!

1. Couture Blush van Yves Saint Laurent, € 48,50 [www.ysl.com](http://www.ysl.com)

2. Clean it Zero Foam Cleansing Water van Banila Co, € 22,50 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)

3. L'Absolue Rouge Ruby Cream van Lancôme, € 35,50 [www.lancome.nl](http://www.lancome.nl)

4. Clarity Peptides van Medik8, € 64,50 [www.medik8.nl](http://www.medik8.nl)

5. Baked highlighter palette van essence, € 8,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)

6. Geurkaars van Cire Trudon, € 85,- [www.debijkorf.nl](http://www.debijkorf.nl)

7. Verstevigende Gezichtsolie van Weleda, € 27,99 [www.weleda.nl](http://www.weleda.nl)

8. 4-In-1 Eye Palette Place de l'Opéra Rose Nude Edition van Bourjois, € 23,99 [www.bourjois.com/be-nl](http://www.bourjois.com/be-nl)

9. Birch Algae Facial Soap van Mádara, € 7,95 [www.debijkorf.nl](http://www.debijkorf.nl)

10. Essie nailpolish don't be choco-late, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)

# Leer blind typen

ALLEEN MAAR  
VOORDELEN



Typen, vrijwel iedereen doet het regelmatig, of je nu nog op school zit of al aan het werk bent. Om te zorgen dat er ook daadwerkelijk 'goed' wordt getypt, biedt Clasin Dehing met Typecursus Breda diverse cursussen voor jong en oud.



## Standaard vaardigheid

"Helaas wordt er door veel mensen, zowel kinderen als volwassenen, nog steeds slecht getypt. En dat terwijl typen volgens mij een standaard vaardigheid zou moeten zijn die iedereen beheerst, net als zwemmen of fietsen", meent Clasin. "Vandaar dat ik vijf jaar geleden ben begonnen met Typecursus Breda om zoveel mogelijk mensen op de juiste manier blind te leren typen."

## Dyslexie

Typen is een vaardigheid die je volgens Clasin binnen tien weken moet kunnen beheersen. "In mijn opleidingscentrum combineer ik online oefeningen met een wekelijkse typeles op locatie. Je krijgt dus ook echt huiswerk mee om goede vorderingen te kunnen maken." Daarnaast biedt ze ook een speciale typecursus voor kinderen met dyslexie. "Gebleken is dat deze kinderen na het volgen van een typecursus beter kunnen lezen en spellen, dus het is zeker een aanrader!"

## Voorkom klachten

Maar waarom is het dan zo belangrijk om 'goed' blind te kunnen typen? "Om te beginnen bespaart dit je tijd en daarnaast kan het nek-, rug- en RSI-klachten helpen voorkomen doordat je niet meer continu naar beneden naar het toetsenbord hoeft te kijken en je een meer ontspannen werkhouding aan kunt nemen. Alleen maar voordelen. Tegenwoordig is het bovendien bij veel banen zelfs een pre als je blind kunt typen, het helpt je ook nog eens in je werk."

## Persoonlijke aandacht

"Een van de pluspunten van het volgen van een typecursus bij ons is dat we altijd in kleine groepjes werken van maximaal tien personen. Hierdoor kunnen we iedereen meer dan genoeg aandacht geven voor de best mogelijke begeleiding. Wil je ook in tien weken blind leren typen? Meld je dan zeker aan voor een van onze cursussen."



# *Drijf* de decemberstress van je af...

Hoe leuk december ook is, het is en blijft óók een ontzettend drukke feestmaand waarin we rennen van de ene sociale 'verplichting' naar de andere. Januari is dus dé maand om even heerlijk bij te komen na al die hectiek.

Nu kun je dat bijkomen natuurlijk op heel veel verschillende manieren doen, maar een optie die steeds meer aan populariteit wint, is het zogenaamde floaten. Bij floaten drijf je - zonder prikkels om je heen - op een laag zout water dat verwarmd is tot lichaamstemperatuur. Iets wat we al kennen van het drijven op de dode zee, maar wat nu dus ook gewoon in Nederland kan in een speciale floatcabine, een thermaalbad of een zoutwaterbad.

## **Alleen met het water**

Het voordeel van floaten in een speciale floatcabine is dat je hierheen volledig wordt afgesloten van alle prikkels (zoals geluid, licht en zwaartekracht) om je heen. Je bent als het ware alleen met het water en je gedachten en kunt volledig ontspannen. Hierdoor wordt het door sommige mensen ervaren als zweven.

Het gevoel van even gewichtloos zijn, werkt zeer ontspannend en rustgevend. Een uur floaten zou dan ook gelijkstaan aan maar liefst drie tot vijf uur slapen.

## **Nog meer voordelen**

En dat is niet het enige voordeel van floaten. Het heeft namelijk ook een positief effect op stressklachten, (chronische) pijn, je concentratievermogen, je slaappatroon, je creativiteit, de bloedsomloop, sportprestaties en het bevordert het herstel van je spieren na (intensief) sporten. Niet zo vreemd dus dat (top)sporters het floaten al jaren geleden hebben ontdekt. Nog een pluspunt: tijdens het floaten komt er heel wat endorfine vrij. Dit zogenaamde gelukshormoon geeft je een gevoel van euforie en zorgt er ongetwijfeld voor dat je alle stress van de decembermaand weer van je af kunt schudden.

Benieuwd of je ook bij jou in de buurt kunt floaten? Via [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je heel wat heerlijke wellness aanbieders. Reken maar dat daar ook een 'float adresje' tussen zit.

EEN UUR  
FLOATEN STAAT  
GELIJK AAN  
DRIE TOT VIJF  
UUR SLAPEN

# Een nieuwe look bij YORIMAGE

Iedere dag happy de deur uit met een coupe die bij je past? De ervaren kappers en stylisten van Yorimage weten als geen ander het mooiste in je naar voren te halen. Door onze trainingen blijft het hele team up-to-date met de nieuwste technieken en trends. Doe hier inspiratie op in verschillende stijlen. **We nodigen je van harte uit in de salon voor een vrijblijvend persoonlijk advies.**



**YORIMAGE**  
BY VANESSA

Bjorn van Gool & Vanessa Aalbersberg

Baronielaan 286, Breda | 076 - 522 46 88 | info@yorimage.nl  
Wilhelminastraat 27, Breda | 076 - 521 32 63 | www.yorimage.nl

34

# Mediation bij scheiding

COLUMN/PRAKTIJK MOOS

Wanneer je uit elkaar gaat moet er veel geregeld worden, bijvoorbeeld het verdelen van jullie gezamenlijke woning en bezittingen, het splitsen van jullie financiën en afspraken over jullie kinderen. Hier komen veel vragen bij kijken; waar kun je straks wonen, hoe ziet mijn toekomst er dan uit, hoe regelen we het goed voor onze kinderen?

Wanneer je kiest voor een mediationstraject bij Praktijk MOOS word je zowel door Berry als door Joyce begeleid. Aan een scheiding zitten namelijk twee heel verschillende kanten. Enerzijds gaan jullie uit elkaar en dient alles wat jullie in de jaren financieel samen hebben opgebouwd ontvlecht te worden. Anderzijds blijven jullie na de scheiding samen ouders van jullie kinderen, wat een nieuwe (andere) verbinding vraagt. Berry en Joyce hebben beiden gekozen voor hun eigen expertise. Dit maakt dat jullie op beide vlakken de beste begeleiding krijgen.

**Wanneer Mediation?** Op het moment dat jullie besluiten, of je partner besluit, te willen scheiden is het heel prettig om begeleid te worden door iemand met kennis van zaken. Er komt zo veel op je af. Onder onze begeleiding doorloop je alles wat nodig is om goed uit elkaar te gaan. Wij begeleiden jullie bij het in goed onderling overleg maken van de nodige keuzes en beslissingen en leggen dit op de juiste manier vast. Voor ons is de mediation geslaagd als jullie beiden, los van elkaar, een goede nieuwe start kunnen maken en ondertussen samen ouders van jullie kinderen kunnen blijven.

Bel voor een  
afspraak:  
06-14126234



Niet alleen bij de start van een scheiding is mediation een goed idee. Wanneer jullie al enige tijd gescheiden zijn, kan het lastig blijken gezamenlijk het ouderschap over jullie kinderen vorm te blijven geven. Los van elkaar blijken jullie bijvoorbeeld toch anders in bepaalde opvoedingskwesaties te staan of één van jullie blijkt het lastig te vinden om eerder gemaakte afspraken na te blijven komen. Ook hier biedt Praktijk MOOS uitkomst in de vorm van ouderschapsbemiddeling. Kijk op de website voor meer informatie.

**MOOS**  
PRAKTIJK VOOR MEDIATION &  
ONDERSTEUNING BIJ SCHEIDING

Ondernemer: Joyce Ferket | Wethouder van Haperenstraat 36E, Breda  
06-14126234 | joyceferket@praktijkmoos.nl | www.praktijkmoos.nl

35



**Trendia**  
VLOER & WAND



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



## bestaat 80 jaar

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

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

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

**KOM LANGS!**

Frens en zijn  
team staan voor  
je klaar met het  
juiste advies.



BRUISENDE/ZAKEN

# New Støff

## meubelstoffering en meer

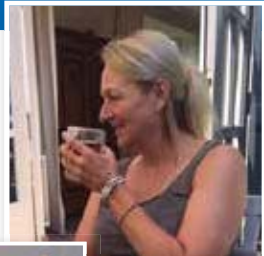
'New Støff, meubelstoffering en meer' is in mei 2017 opgericht door Josette van den Hoek. Hiermee heeft zij een lang gekoesterde wens om met haar passie bezig te zijn in vervulling laten gaan. Het vak van meubelstoffeerder heeft ze begin jaren 90 geleerd bij een vakman in Enschede.

Voorop staat het kunnen behouden van kostbare en dierbare meubelstukken, werken met mooie en duurzame materialen, en het in ere houden van ambachtelijke methodes.

Josette heeft verschillende stoffen- en leercollecties, onder andere Linwood, VanO meubelstoffen, Joka en Ohmann Leather, maar kan via haar stoffeerdernetwerk beschikken over vele andere stofmerken.

Van jaren 60 cocktailstoel, tot oma's favoriet, die oude Artifort, of mooie 3 zits-bank: het is allemaal mogelijk. Bent u geïnteresseerd, maak dan een afspraak voor een offerte of een bezoek aan het atelier op de Teteringsedijk 89E in Breda, en bekijk haar werk op [www.newstoff.nl](http://www.newstoff.nl)

**Gun je lievelingsbank of stoel een tweede leven!**  
Bel 06-23572966 voor een afspraak!



EEN WERELD  
VAN VERSCHIL!





Pieter-Jaap & Pascal

**HACIENDA**  
TAPASBAR

### Écht Spaans

De gerechtjes zijn Spaans, net als de bieren en de wijnen en zelfs de inrichting is Spaans met echte Spaanse tegeltjes.

**Gewoon een heerlijk avondje uit in een ontspannen setting, of het nu gaat om een gezellig etentje of wellicht een verjaardag of bedrijfsborrel.**

Baronielaan 320 Breda  
076-5320184

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

# Tapasbar Hacienda

**Namens het volledige team van Tapasbar Hacienda wensen wij iedereen een onbeperkt gelukkig nieuwjaar!**



Ook in 2020 staan wij uiteraard voor u klaar met onze heerlijke gerechten. Een keur aan overheerlijke tapas waarvan je op woensdag en donderdag in Breda aan de Baronielaan onbeperkt kunt genieten. Geen moeilijke menu's, maar gewoon een heerlijk gevarieerd aanbod van de meest verse en smakelijke tapas.



Al ruim dertien jaar is Tapasbar Hacienda een begrip in Zwijndrecht en sinds 2018 ook in Breda op een prachtige locatie aan de Baronielaan. Twee gezellige restaurants waar je in een typisch Spaanse sfeer geniet van een breed scala aan overheerlijke tapasgerechten. Genoten van een heerlijke middagwandeling in het Mastbos? Vanaf 16.00 uur ben je bij ons van harte welkom om je weer lekker op te warmen aan de Spaanse toppers uit onze keuken, vergezeld van een echte Spaanse vino of cerveza.



**Neem voor meer informatie of om een tafeltje te reserveren gerust eens een kijkje op [www.tapasbarhacienda.nl](http://www.tapasbarhacienda.nl).**



Van 12 tot en met 16 december 2019 vond 's werelds grootste premium lifestyle beurs Masters of LXRY weer plaats in de RAI in Amsterdam. Vijf dagen lang konden bezoekers zich tijdens The LOVE Edition onderdompelen in de liefde van wereldmerken, shows, primeurs, charity, glamour, design, entertainment en gastronomie. Tijdens de VIP Night spraken wij met dé man achter Masters of LXRY: Yves Gijrath.

**LOVE**  
edition

## Masters of LXRY 2019 bruis!

### Hoe verklaar je het succes van Masters of LXRY?

Niemand in de hele wereld doet het zoals wij het doen. Boten naast de satébar, sterrenchefs die bij auto's staan... Alles wat niet logisch is, hebben wij op onze geheel eigen manier logisch gemaakt. Beursorganisatoren uit het buitenland snappen er helemaal niets van. Die zeggen "dat willen wij ook". Maar wij blijven het gewoon hier doen en zeggen "kom maar naar ons". Onze kracht zit echter ook in de variëteit. En in de enorme gezamenlijkheid die we met elkaar hebben.

### Wat maakt dit jaar anders?

We hebben bewust gekozen voor het thema LOVE. Liefde is iets waar we zeker in het huidige tijdperk behoefte aan

hebben. Uiteindelijk zoeken we allemaal naar verbinding. Daarbij maakt het niet uit waar je vandaan komt of wie je bent. Die boodschap willen we dan ook meegeven. Als we gewoon aardig zijn tegen elkaar, hebben we allemaal een leuk leven en daar gaat het uiteindelijk om.

### Hoe kan ik als ondernemer deelnemen aan Masters of LXRY?

Ons belangrijkste criterium is kwaliteit. We leggen de lat behoorlijk hoog. Het is niet zo dat je per se een Porsche moet zijn. We willen ook mensen die debuten een kans geven, maar dan moet je wel laten zien wie je bent. Durf origineel en creatief te zijn. Uiteraard binnen het domein dat we bestrijken, maar dat is zo gigantisch groot, daar is heel veel vraag naar.

**"Samen zoeken naar verbinding"**



Masters of LXRY | 020-8511450 | [info@lxry.nl](mailto:info@lxry.nl) | [www.lxry.nl](http://www.lxry.nl)



# Handel aan de wandel

**H**andelswaar moet ‘aan de man/vrouw’ worden gebracht. Maar, wie slijt die handelswaar? De mogelijkheden zijn legio, overlappen elkaar en hebben juridisch gezien ieder hun voor- en nadelen.



foto: Hylke Greidanus Photography

De aanbieder van een product kan gebruik maken van:

- a) een werknemer;
- b) een agent;
- c) een commissionair;
- d) een distributeur;
- e) een franchisenemer.

De werknemer, agent en commissionair verkeren in dezelfde positie, in die zin dat zij voor rekening van de aanbieder (respectievelijk hun werkgever/principaal/committent) overeenkomsten sluiten met afnemers. De agent en commissionair zijn tevens lasthebber.

De commissionair, de distributeur en de franchisenemer hebben met elkaar gemeen dat zij, anders dan de werknemer en de agent, in eigen naam overeenkomsten sluiten met afnemers, zij het dat de distributeur en de franchisenemer, anders dan de commissionair, voor eigen rekening overeenkomsten afsluiten. De distributeur en de franchisenemer zijn daarmee een klant van de aanbieder.

Een werknemer geniet arbeidsrechtelijk gezien een sterke bescherming. Indien tussen de principaal en de agent in feite een loon- en gezagsverhouding bestaat, dan is er geen sprake van agentuur, maar van een arbeidsovereenkomst. De ‘agent’ komt dan de sterke arbeidsrechtelijke bescherming toe.

Agentuur is in de wet vastgelegd. Dat is niet het geval bij distributie en franchise. Wel is ten aanzien van franchiseovereenkomsten een wet in de maak om de positie van de franchisenemer in de praktijk te versterken.

### Ziet u door de bomen het bos nog?

Het wordt nog complexer, zodra we juridisch gezien de verschillende gevolgen van de diverse samenwerkingsvormen en de diverse valkuilen bij het opstellen van de overeenkomsten onder de loep gaan nemen.

**Wenst u meer informatie of heeft u hulp nodig, bel of mail mij gerust!**

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



# GENIETEN VAN DE VERLICHTING IN JE TUIN?

**Van Kemenade Bestratingen is ook hét adres voor alle denkbare vormen van verlichting in uw tuin. Het leveren van verlichting is het vak dat ze verstaan en waar ze u gratis en professioneel over kunnen adviseren.**

Onze filialen in Son en Bavel zijn uitgerust met een moderne showtuin, voorzien van de laatste trends. Ook vindt u hier een groot aantal rekken waarin onze leveranciers hun huidige aanbod aan u laten zien. Het is altijd belangrijk en prettig om het materiaal in het echt te zien, te voelen en te ruiken. Daarnaast is het ook nog eens een leuke manier om inspiratie op te doen wanneer u nog niet zo goed weet wat u wilt, of nog twijfelt tussen enkele soorten. Van Kemenade Bestratingen beschikt over een showtuin van 2000 m<sup>2</sup> met 300 tegelsoorten.



### Bent u benieuwd naar de mogelijkheden en/of prijzen?

Kom langs, bel met een van onze verkoopvestigingen of breng een bezoek aan onze website ([www.vankemenadest.nl](http://www.vankemenadest.nl)) en vraag vrijblijvend een offerte aan.



**VAN KEMENADE**  
BESTRATINGEN

### Van Kemenade Bestratingen Bavel

Gilzeweg 36, Bavel | 0161 43 39 59  
Dagelijks geopend 07.30 - 18.00 uur (zaterdag 08.00 – 14.00 uur)

### Van Kemenade Bestratingen Son

Ekkersrijt 1509, Son | 0499 37 15 45  
Dagelijks geopend 07.30 - 18.00 uur (zaterdag 08.00 – 14.00 uur)



Move your body, relax your mind

### TACOYO staat voor:

- Training | Ademhaling | Conditie
- Ontspanning | Yoga | Omgaan met stress



Peter en Annette van Broekhuizen

### CONDITIE EN ONTSPANNING

- Tacoyo is een body & mind conditietraining op muziek.
- Tacoyo verbetert je houding, coördinatie en souplesse.
- Tacoyo ontspant en werkt stressreducerend.
- Tacoyo stimuleert de vetverbranding en verbetert het uithoudingsvermogen.

### HOE ZIET EEN TACOYOLES ERUIT?

- Je traint in een ontspannen, niet-prestatiegerichte sfeer.
- Bij Tacoyo beweeg je op prettige muziek, een gevoel voor ritme is geen vereiste.
- Je volgt de les in een groep, maar altijd op je eigen niveau.
- Tacoyo is een no-nonsensetraining, zonder apparaten.

### TACOYO - BIJDRAGE AAN EEN GEZONDE LEVENSTIJL

- Is er voor iedereen, jong en oud, man en vrouw.
- Wordt door een professionele instructeur begeleid.
- Wordt ook aanbevolen door fysiotherapeuten.
- Is niet zweverig en is een beproefde Nederlandse methode.

### BOEK NU EEN GRATIS PROEFLES



25 JAAR TACOYO IN 2020

Start deze maand en krijg het inschrijfgeld ter waarde van € 25,- kado.

# Voor elke ruimte een passende kast

GRATIS INMEET SERVICE



JongWonen Kastsystemen is de maatwerkspecialist in kasten met een grote winkel van 1000 m². Wij bieden u dé oplossingen op het gebied van **open haardkasten**, slaapkamerkasten, woonkamerkasten, deursystemen, badkamerkasten, kantoorkasten, bijkeukenkasten, garderobes, schoenenkasten en keukenrenovatie.

### Kasten op maat

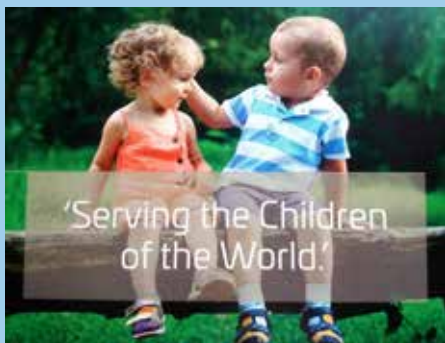
Natuurlijk wilt u dat uw meubels geheel aan uw wensen voldoen. Daarom is het verstandig om ze op maat te laten maken. Heeft u specifieke wensen betreffende de afmetingen en materialen? Tijdens een persoonlijk kennismakingsgesprek maken we aan de hand van uw wensen een 3D-ontwerp zodat u een duidelijk beeld krijgt en wij zeker weten dat we op een lijn zitten. Het is verstandig om vooraf een afspraak in te plannen zodat we voldoende tijd voor u hebben.





# Voor kinderen die wat extra's kunnen gebruiken

Wij, de vrouwen van Kiwanisclub Breda – Aa of Weerij, zetten ons in om geld in te zamelen. Geld voor projecten voor kinderen uit de regio die een beetje extra goed kunnen gebruiken. Kiwanis is een wereldwijde organisatie van vrijwilligers. Het motto is: *Serving the children of the world.*



**Kiwanis**  
BRED A - AA OF WEERIJS



## Van verjaardagsbox tot VR-bril

Met allerlei publieksacties brengen wij dit geld bij elkaar. Het gaat jaarlijks om zo'n € 2.500 tot € 3.000 euro. Een greep uit de goede doelen:

- Verjaardagsboxen voor kinderen uit gezinnen die geen geld hebben voor een feestje (via stichting Happy Hippo).
- Filmkaartjes voor kinderen tussen de 13 en 17 jaar (via de Voedselbank).
- Voor dezelfde groep een kledingbon bij H&M, vlak voor de start van het nieuwe schooljaar (via de Voedselbank).
- VR-brillen voor zieke kinderen in het Amphia-ziekenhuis, zodat ze in die nare tijd toch een beetje op avontuur kunnen (via stichting TopopKids).
- Een leuke theatermiddag voor kinderen van asielzoekers.
- Theatermiddagen voor de schooljeugd van Breda (via het Chassé Cultuurfonds).
- Activiteiten voor de kinderen van Visio Blauwe Kamer.

## Gezelligheid en vriendschap: iets voor jou?

In onze club is het goede doel erg belangrijk. Net als de goede onderlinge contacten. Samen gaan wij op stap, samen zetten wij onze acties op. Een ondernemende club waar fun, friendship en fundraising centraal staan. We kunnen altijd actieve vrouwen gebruiken die zich herkennen in deze elementen.

**Heb je belangstelling of wil je meer informatie, ga dan even naar onze website [www.kiwanis.nl/weerij](http://www.kiwanis.nl/weerij).**



**Drs. Niels Deenen, dermatoloog**

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

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

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

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

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

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

**ceulen klinieken**

polikliniek huidziekten en spataderen

Zomergemstraat 2a, Breda

085 - 043 24 54

# Botox en fillers

De laatste decennia is gebleken dat het werkingsmechanisme van Botox niet alleen voor medische doeleinden, maar eveneens ter bestrijding van huidverouderingsverschijnselen kan worden ingezet. Ceulen Klinieken gebruikt Bocouture, Dysport en Botox, alle drie zijn merknamen van Botuline toxine. Voor het leesgemak gebruiken we in de tekst de kortere en bekendere term Botox.

## Wanneer gebruikt u Botox?

Storende rimpels, plooiën of huiddefecten in het gezicht kunt u laten behandelen bij Ceulen Klinieken door middel van Botox en fillers. Rimpels worden veroorzaakt door het samentrekken van aangezichtsspieren die vlak onder de huid liggen. Wanneer u lacht, frons of boos kijkt, vormen zich fijne lijntjes. Naarmate we ouder worden, wordt onze huid minder elastisch en zijn deze rimpels steeds beter zichtbaar. Injectables, waartoe Botox en fillers behoren, worden gebruikt om rimpels te verzachten of zelfs geheel te laten verdwijnen.

## Hoe werkt Botox?

Botuline toxine, kortweg Botox, is een middel dat de aangezichtsspieren in de huid tijdelijk verslapt en uitschakelt. Het kan de rimpels op het voorhoofd, boven de neus en rond de ogen (kraaienvoetjes) verzachten of zelfs geheel laten verdwijnen. Botox wordt via een minuscule naald rechtstreeks in de spier gespoten. Na enkele dagen is dit merkbaar en na twee weken optimaal. Na vier tot zes maanden is de Botox uitgewerkt en uit uw lichaam verdwenen. U kunt dan kiezen voor een herhalingsbehandeling. Een Botoxbehandeling bij Ceulen Klinieken duurt ongeveer vijftien minuten. De behandeling is vrijwel pijnloos, een verdoving is dan ook niet nodig.

## Resultaat

Ongeveer drie dagen na de behandeling is vijftig procent van het eindresultaat reeds zichtbaar. Het optimale resultaat kunt u twee weken na de behandeling verwachten. Het cosmetisch effect blijft vervolgens drie tot zes maanden behouden, afhankelijk van het aantal behandelingen en de kracht van de spieren.

# Stralend wakker worden?

Het kan nu bij Talia PMU

Het adres voor permanente make-up, micro haarpigmentatie, medische pigmentatie en weglaseren tatoeages.



Maak nu een  
AFSPRAAK!  
06-81028031



Eigenaar: Natalie Biyikli | Haagweg 309/2 | 06-81028031



Gecertificeerd



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

# Relatietherapie

## blijkt uitkomst voor acht van de tien stellen!

Stellen die onze praktijk bezoeken, ervaren langdurige problemen op het gebied van communicatie en intimiteit. Door **Emotionally Focused Therapy (EFT)** wordt betrokkenheid en verbinding tussen partners weer teruggehaald. Jullie krijgen hulp om weer samen te gaan praten, een uitgedoofde relatie nieuw leven in te blazen of een relatie die verkeerd dreigt te gaan te redden. Doel is een diepere en meer bevredigende relatie.

Bel voor informatie of afspraak: 030-2729401



drs. Gerard Dikschei, Registerpsycholoog NIP

PRAKTIJKADRES: GRAAF HENDRIK III PLEIN 29, BREDA | 030-2729401 | WWW.RELATIEPSYCHOLOGEN.NET | INFO@RELATIEPSYCHOLOGEN.NET



HUIS

ADMINISTRATIE

AGENDA

KANTOOR

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

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



Hobokenstraat 359, Breda  
06 - 46 2222 78

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

# Krijg weer grip op je leven!

Is het op verschillende plekken in jouw huis rommelig? Liggen er overal spullen en kun je niets meer vinden? Ben je het overzicht hierdoor kwijt? Wil je graag starten met opruimen maar is de achterstand dusdanig opgelopen en weet je niet meer waar en hoe je moet beginnen?

**Saskia van Leenen van Organizing op Maat biedt uitkomst!**

Zij gaat samen met jou aan de slag met opruimen en leert jou om gemakkelijker keuzes te maken over spullen en om weer ruimte en overzicht te creëren in huis. Aan de hand van een op maat gemaakt plan van aanpak werk je er samen naartoe dat achterstanden verdwijnen. Daarnaast krijg je tijdens de opruimsessie(s) voldoende opruimtips en tips om je huis op orde te houden. Jij bepaalt jouw einddoel en Saskia zal met respect en geduld het proces ernaartoe begeleiden.

**Een opgeruimd huis zorgt ervoor dat je:**

- afscheid hebt genomen van ongebruikte spullen
- spullen niet langer verspreid liggen in huis en makkelijk te vinden zijn
- gelijksoortige spullen netjes hebt geordend
- spullen praktisch en overzichtelijk zijn opgeborgen en een vaste plek hebben gekregen
- tijd bespaart doordat je spullen sneller kunt vinden
- ruimte en overzicht in huis hebt en rust in je hoofd
- huis als een echt thuis voelt

**Wie weet tot binnenkort!**

Saskia van Leenen



EET BEWUST,  
EET BIOLOGISCH  
OF VEGETARISCH

# *Bewuste keuzes* maak je zo!

Feestdagen en eten worden vaak in één adem genoemd. Heb jij je ook lekker laten gaan op culinair vlak, je principes losgelaten en heb je daar nu spijt van? Geen probleem, die pak je deze maand net zo makkelijk weer op.

Veel mensen hebben sowieso het gevoel dat ze in januari het een en ander moeten compenseren qua eten en drinken. De een wil per se op dieet om de feestkilo's kwijt te raken, de ander wil vooral even een maandje wat bewustere keuzes maken na alle overdaad van de decembermaand. Dit betekent overigens niet dat je minder of minder lekker hoeft te eten, want ook 'bewust eten' kan ontzettend lekker zijn.

koken, maar dan met zo'n vervangend product. Voor veel mensen is helemaal geen vlees meer eten net een stap te ver. Geldt dat ook voor jou, dan kun je er ook voor kiezen om in ieder geval te minderen met hoe vaak je vlees eet en dus (een tijdje) flexitairisch gaan leven, zoals ze dat ook wel noemen.

## **Of toch biologisch**

Een andere bewuste keuze die je op het gebied van eten kunt maken, is de keuze voor biologische producten. Bij de productie hiervan wordt zoveel mogelijk rekening gehouden met de omgeving. Argumenten als 'daarvoor moet ik hélemaal naar een speciale winkel' of 'dat is toch veel te duur' gaan tegenwoordig niet meer op, want elke supermarkt heeft inmiddels een ruim aanbod biologische producten tegen een schappelijke prijs. Ga het zelf maar eens bekijken. En wie weet zet dit 'verantwoorde maandje' je wel aan tot blijvend bewuste keuzes.

## **Maandje zonder vlees**

Zo kun je er bewust voor kiezen om eens een maand geen vlees te eten. Volgens sommige mensen een gezondere manier van leven en bovendien beter voor de dieren en het milieu. Geen zin om allemaal 'ingewikkelde' vegetarische gerechten te moeten bereiden, met ingrediënten waar je nog nooit van hebt gehoord? Dat hoeft ook niet, er zijn tegenwoordig zo veel lekkere vleesvervangers te vinden in de supermarkt dat je ook gewoon je normale maaltijden kunt

Wil jij ook bewustere keuzes maken om bij te komen van de feestdagen?

Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je ongetwijfeld ondernemers in jouw regio die je hierbij kunnen helpen.

# Gaastra

Shop nu  
online  
met 40%  
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*

**40% korting**  
PROMOCODE: BRUIST  
SHOP NU OP  
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





‘Kwaliteit tegen een scherpe prijs!’

Maandag & dinsdag korting op knippen voor studenten en 65+

Kinderen knippen vanaf	€ 9,00
Heren knippen	€ 13,00
Dames knippen	€ 17,50
Dames kleuren vanaf	€ 25,00
Permanentent incl. knippen vanaf	€ 42,50
Epilieren met touw vanaf	€ 8,00



Afspraak?  
076-5144407  
Maandag  
geopend

Dames en heren kapsalon  
**Coiffure de Milano**

Wij werken met producten van **L'ORÉAL**

Eigenaresse Anneke Damen

Mgr Nolensplein 26, Breda | [coiffuredemilano@gmail.com](mailto:coiffuredemilano@gmail.com)

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



**HOET  
IJZERWAREN  
GEREEDSCHAPPEN**

**JAAK VAN WIJCK**  
Ginnekenweg 146  
BREDA  
[www.jaakvanwijck.nl](http://www.jaakvanwijck.nl)



**Altijd een sleutel die op uw slot past!**

We zijn per slot van rekening niet voor niets De Sleutelspecialist

**DUS MAAK NU  
EEN RESERVE!**  
Wij hebben de juiste sleutel voor u!

 **QoQo**  
massage clinics - preventive health care

# Masseur gezocht!

Kom jij ons team versterken en ben jij:



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

**Werken bij QoQo Massage Clinics?**

**Wat bieden wij?**

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

**Wie zoeken wij?**

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

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

**Solliciteren?** Dat kan via onze website : [www.qoqomassage.com](http://www.qoqomassage.com) of stuur je CV op naar [recruitment@qoqomassage.com](mailto:recruitment@qoqomassage.com). Voor vragen bel naar : 088-8100876



# Wat brengt **januari** jou?



E  
P H  
N D S  
B E O F  
C G H J I  
T F O R L U  
D X V W A K M

**Bel mij nu!**  
voor een afspraak  
**076 56 12 888**

## Keuring voor rijbewijs A of B nodig?

**Praktijk Hoogmoed in Ulvenhout is al ruim 16 jaar  
het vertrouwde adres voor uw rijbewijskeuring**  
De keuringskosten zijn slechts € 36,-. Er is ruime parkeergelegenheid.

**WWW.BREDARIJBEWIJSKEURING.NL**



## Steenbok

Definieer de  
grenzen in je  
relatie, wat  
goed is en  
wat niet.

### Ram 21-03/20-04

Januari brengt voor iedereen geboren onder het teken Ram veel ervaring, vooral in carrière. Rammen zullen overvloeien door veel originele ideeën.

### Stier 21-04/20-05

Aan het begin van een nieuw jaar is elke Stier op zoek naar nieuwe informatie en educatie. Er is een grote kans dat januari je iemand brengt met dezelfde hobby's en interesses.

### Tweelingen 21-05/20-06

De Tweeling kan een januari verwachten die in het teken van relaties staat. Je bent geïnteresseerd in zelfeducatie, maar Venus brengt je iemand met dezelfde interesses.

### Kreeft 21-06/22-07

Aan het begin van het jaar wil je alle nieuwe dingen ervaren. Elke Kreeft kan een januari tegemoet zien vol met onverwachte momenten en intense emoties.

### Leeuw 23-07/22-08

Aan het begin van het jaar voel je je wat langzaam. Het kan lijken alsof de tijd stilstaat, wat zich toont in je werk. Maak je geen zorgen.

### Maagd 23-08/22-09

Januari zou een maand van de succesvolle carrière moeten zijn voor iedereen die geboren is onder het teken van de Maagd. Je doelen bereiken is heel makkelijk.

### Weegschaal 23-09/22-10

Januari brengt veel interessante gebeurtenissen en zelfs mogelijkheden op je werk die je onmiddellijk met beide handen moet aangrijpen.

### Schorpioen 23-10/22-11

De Schorpioen kan een kalm begin van het jaar verwachten. De momenten die je het meeste waardeert, zijn de momenten dat je alleen bent, dus ga daar naar op zoek.

### Boogschutter 23-11/21-12

Wees niet zo onderdanig. Dit geldt zowel voor je carrière als je liefdesleven. Wees niet bang om je mening te geven en jezelf te zijn. Anders zul je nooit krijgen wat je wilt.

### Steenbok 22-12/20-01

Definieer de grenzen in je relatie, wat goed is en wat niet. Op die manier kun je veel toekomstige genante situaties of problemen voorkomen.

### Waterman 21-01/19-02

Waterman is omgeven door nieuwe ontdekkingen en ervaringen vanaf het begin van het jaar. Als je single bent, zal januari je waarschijnlijk een nieuwe kennis brengen.

### Vissen 20-02/20-03

Vissen kunnen rust en balans verwachten aan het begin van het jaar. Januari brengt je een stoot positieve energie die je het best kan inzetten op je werk.



# Mogen wij in 2020 uw wereld weer kleuren?

In ons eerste jaar hebben we mooie en bijzondere ontmoetingen gehad met mensen die wel wat steun konden gebruiken. Trots zijn we op wat we hebben mogen betekenen en blij met het vertrouwen in ons.

Ook in 2020 zijn we er weer voor u. **Wij adviseren en begeiden mensen, jong en oud**, bij bijvoorbeeld persoonlijk ontwikkeling, zingeving, uw netwerk, zelfredzaamheid, relaties, werk en onderwijs.

Kortom zaken die de wereld om ons heen vaak vanzelfsprekend vindt maar die je als mens heel anders kunt ervaren. Een luisterend oor of een kleine tip maakt vaak een groot verschil.

**Creativiteit in denken én doen is ons kenmerk! Komt u ook?**

**Advies, Begeleiding & Creatieve Vorming**

**06 - 508 46 336**

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

**Onze aanpak is helder, warm en oprecht. Zónder betutteling. Want dat is er al genoeg.**

**Meer weten?  
Bel 06-50846336**

*Wij wensen u een kleurrijk nieuw jaar!*



## Mooie protheses zijn er voor jong en oud

In de voetsporen van haar vader studeerde Inge van der Gaag in 1994 af als tandtechnicus. Na een aantal jaren ervaring te hebben opgedaan, voltooide ze in 2003 haar driejarige opleiding tot tandprotheticus. Aansluitend opende ze in Breda haar eigen praktijk.

In Nederland dragen meer dan twee miljoen mensen een kunstgebit. Bij het woord prothese wordt snel gedacht aan een doelgroep van vijftig jaar en ouder. Maar Inge behandelt in haar praktijk ook jongere mensen die bijvoorbeeld als gevolg van een ziekte of ongeluk een prothese nodig hebben.

### Waarin ben je gespecialiseerd?

“Eigenlijk in alles wat uitneembaar is in de mond. Ik vervaardig in nauw overleg met de patiënt kunstgebitten, klikgebitten op implantaten en plaat- of frameprotheses.”

### Uit hoeveel afspraken bestaat de behandeling als je aan een kunstgebit toe bent?

“Normaal gesproken uit zes afspraken. Allereerst is er een intakegesprek waarin de patiënt zijn of haar wensen kenbaar kan maken. Dan worden ook de eerste afdrucken gemaakt. De definitieve afdrucken worden tijdens de tweede afspraak gemaakt. Bij het derde bezoek worden de beethoogte en de stand van de tanden bepaald. Vervolgens beoordeelt de patiënt de proefprothese. Als die goed zit, wordt het echte kunstgebit geplaatst. De laatste afspraak is bedoeld voor controle.”

### Wat mogen je patiënten verwachten?

“Een kunstgebit dat niet alleen prachtig oogt, maar ook perfect past. Alles gaat in overleg, alle wensen en ideeën zijn bespreekbaar. Service staat bij mij hoog in het vaandel. Alleen het beste van het beste is goed genoeg voor mijn patiënten.”

### Bent u benieuwd naar wat Tandprothetische praktijk Inge van der Gaag voor u kan betekenen?

Maak dan een afspraak voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek.



De specialisaties van de praktijk liggen op het gebied van implantaten, protheses, frames en gedeeltelijke protheses. Het beroep tandprotheticus bestaat al enige decennia en is sinds 1989 een beschermde beroepstitel.

**Mensen kunnen bij mij ook terecht voor controles en reparaties.**

**Wij zijn dagelijks telefonisch bereikbaar.**

**Snelle service bij reparatie. U krijgt een advies op maat met een kosten en vergoedingen begroting.**

**Een eerste consult is bij ons altijd gratis!**

Alard Duhamelstraat 78, Breda  
(076) 587 70 20

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



# Vitamine D

Allereerst willen wij, het team van Brocks Homeopathie, u het allerbeste wensen voor het nieuwe jaar in goede gezondheid.

Januari is de tijd dat er weer meer mensen gaan 'kwakkelen' met hun gezondheid. Een reden hiervoor kan zijn dat het vitamine D gehalte in het lichaam weer op een laag peil is gekomen (voor de mensen die geen extra vitamine D slikken).



Een optimale vitamine D status is goed voor de weerstand. Onze huid kan onder invloed van zonlicht vitamine D aanmaken. Echter, op onze breedtegraad en met de huidige luchtverontreiniging is aanmaak van vitamine D, zeker in de winter, zeer beperkt!

Vitamine D is verkrijgbaar in verschillende sterktes en vormen zoals tabletten, kauwtabletten, capsules of druppels, ook vegan.



**BROCKS**  
HOMEOPATHIE

Ginnekenweg 28 Breda  
076-5219313  
www.brockshomeopathie.nl

BIJ ELK LUXE BROODJE  
OP VERTOON VAN DEZE ADVERTENTIE



DE BROODTOREN  
B R E D A

TORENSTRAAT 16, BREDA | 076 - 785 66 11

## Bijna alles mogen eten en toch afvallen?

*Al 25 jaar een bewezen succes!*

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



Bel ons vandaag nog voor meer informatie!  
**0183 820208 / 06 247 047 01**  
www.makeiteasy.nl | marion@makeiteasy.nl

Endermologie voor het lichaam

# Uw huid weer jong, soepel en stralend!

Op een natuurlijke en pijnloze manier worden door middel van deze technologie 'slappende' huidcellactiviteiten 'wakker gemaakt' en wordt de huid van binnenuit gestimuleerd en getransformeerd met afslanking en veroudering trotserende effecten als gevolg.

Deze unieke techniek helpt bij het elimineren van hardnekkige vetten op specifieke plaatsen die niet direct verdwijnen door lichamelijke beweging en diëten waarbij je over het gehele lichaam afvalt en vaak juist niet op de plekken waar je dit nou juist zo graag zou zien. We werken hiervoor met de LPG Cellu M-6 Alliance, de allermooiste apparatuur op dit gebied.

### De oplossing voor:

- Vetvrijgave
- Versoepelen van de huid
- Het lichaam opnieuw vormgeven
- Huidversteving
- Cellulitis en sinaasappelhuid
- Huidplooiën
- Verslakte huid bij de armen
- Het krijgen van een slanke taille
- Striae, zwangerschapsstriemen
- Dikke armen
- Buikvet
- Lovehandles
- Platte billen
- Dikke dijen
- Benen verlichten

Ontdek de nieuwe generatie Cellu M6® Alliance bij:

  
**Oyu Pretty Beauty**  
HEALTH & WELLNESS

Boschstraat 40a, Breda | **076-5620552**  
www.oyuprettybeauty.nl | info@oyuprettybeauty.nl

Maak een afspraak!  
076-5620552



Oyunaa Haag



# Viskoekjes

## met sperziebonen

4 PERSONEN - 25 MINUTEN

### INGREDIËNTEN

- 2 blikjes roze zalm of tonijn
- 3 bosuitjes
- 4 sneetjes witbrood
- 1 ei
- zout en peper
- 800 gr. aardappelpartjes
- 6 eetl. olijfolie
- sperziebonen

Laat de zalm of tonijn uitlekken (evt. vel en graten verwijderen). Maak de bosuitjes schoon en snijd ze in ringetjes. Snijd de korsten van het brood en verkruimel het brood (in een keukemachine). Meng het broodkruim met de vis, het ei en zout en peper naar smaak. Schep de bosui erdoor. Bak de aardappelpartjes in de helft van de olijfolie. Vorm ondertussen van het vismengsel met natte handen vier platte schijven en bak deze in de rest van de olijfolie in circa 6 minuten gaar en goudbruin. Kook de sperziebonen met een beetje zout in 6 minuten beetgaar. Serveer de viskoekjes met de aardappelpartjes en de sperziebonen.



### **Annemiek**, grafisch vormgever bij Bruist

Deze recepten zijn bij ons thuis de twee grote favorieten. Als ik vraag: “Wat eten we vandaag?” dan wordt stevast geroepen: viskoekjes of ‘chique pasta’. Wij noemen dat chique omdat het net iets specialer is dan de gewone spaghetti met gehakt, groente en tomatensaus. Maar het is wel heel eenvoudig te maken. Kip en ingrediënten in een schaal en de oven doet de rest. Het recept van de heerlijke viskoekjes is eigenlijk met zalm, maar wij gebruiken meestal tonijn. **Tip:** ze zijn koud ook heel lekker als snack.

# Italiaanse

## kipschotel

### met broccoli

4 PERSONEN - 20 MINUTEN + 30 MIN. OVENTIJD

### INGREDIËNTEN

- 350 g kipfilet
- 125 g mozzarella
- 2 eetl. olijfolie
- 2 tenen knoflook
- peper
- 600 g pastasaus of een blik tomatenblokjes
- 1 theel. Italiaanse kruiden
- 1 theel. gedroogde oregano
- 300 g spaghetti
- 800 g broccoli

Verwarm de oven voor op 200 °C. Snijd de kipfilet in plakken en de mozzarella in plakjes. Vet een ovenschaal in met de olijfolie. Leg de kipfilet dakpansgewijs in de ingevette ovenschaal. Pers de knoflook erboven en bestrooi de kip met peper. Schenk de kant-en-klare pastasaus erover. Als je tomatenblokjes gebruikt, voeg dan wat extra peper en Italiaanse kruiden toe. Leg de plakken mozzarella op de kip en bestrooi met de oregano en peper. Bak de kipschotel in de oven in circa 30 minuten goudbruin en gaar. Kook ondertussen de spaghetti volgens de aanwijzingen op de verpakking beetgaar. Verdeel de broccoli in roosjes en snijd de steel in plakjes. Kook de broccoli in 6 minuten beetgaar. Serveer de kipschotel met de spaghetti en broccoli.



# CULINAIR NIEUW JAAR!

en natuurlijk ook een héél gezond, gezellig, gelukkig 2020 toegewenst!

Dat we je in het nieuwe jaar weer vaak in onze winkel mogen begroeten!

ONZE OPENINGSTIJDEN.  
MA 11.00-18.00  
DI T/M VR 09.00-18.00  
ZA 08.00-17.00

ONS ADRES.  
De Burcht 8,  
076 521 0569  
SLAGERIJIPIETERKLING.NL

SLAGERIJ  
**PIETER KLING**  
anno 1984



## VVV BREDA TIPS

JAN.  
2020

ALTIJD WAT TE DOEN IN BREDA!

11 JANUARI

### New Cool Collective

Trek je dansschoenen maar aan want New Cool Collective komt naar MEZZ! De band lanceerde het twintigste album. New Cool Collective is al jaren pionier in de jazzscene en met een unieke mix van jazz, dance, latin en salsa hebben de mannen duidelijk een eigen stijl op de kaart weten te zetten.

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

12 JANUARI

### Legends Live Breda

De legendarische concertreeks Legends



Live toert langs alle Nederlandse provincies. Bij Leisure Center Optisport Breda kun je een totaalbeleving verwachten met special effects en de muziek van onder meer U2, Queen, Foo Fighters, Abba, Bon Jovi en Muse.

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

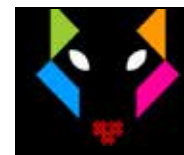
### Meer informatie over Breda:

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

25 JANUARI

### Cultuurnacht Breda

Breda staat weer bol van (nachtelijke)



culturele avonturen. Tientallen musea, galeries, theaters en andere kunst- en cultuurinstellingen zetten van 16.00 tot

(in de meeste gevallen)

24.00 uur hun deuren open voor bijzondere activiteiten. [www.cultuurnachtbreda.nl](http://www.cultuurnachtbreda.nl)

25 EN 26 JANUARI

### Mastboscross

De Mastboscross Breda staat bekend als de gezelligste en modderigste bikkelcross van Nederland, met misschien wel één van de meest uitdagende parcoursen. Een must



voor iedere hardloper! De cross is er voor iedereen, van de jongste toekomstige hardlopers tot

(inter)nationale wedstrijdlopers.

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



**BREDA**  
BRENGT HET SAMEN



# Dolcevita



*Altijd de zomer in je bol...*

**Van Mossel Breda** Minervum 7001C | T: 076 522 25 33 | [info.fiat@vanmossel.nl](mailto:info.fiat@vanmossel.nl)

**Van Mossel Tilburg** Kraaienvstraat 20 | T: 013 594 39 50 | [www.vanmossel.nl/fiat](http://www.vanmossel.nl/fiat)



# Van Mossel