

GINNEKEN BAVEL
ULVENHOUT



FEBRUARI 2020 GRATIS MEENEMEN!
WWW.GINNEKENBRUIST.NL

BRUIST



*Planten en
bloemen,*
het mooiste cadeau!

Mag ik jouw
valentijn
zijn?



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



16



44



23

COLOFON

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

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 grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt.
Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.



Bruisende lezer,

All you need is love! De Beatles zongen het ooit al en nog steeds 'predikt' Mister Love Robert ten Brink dit met grote regelmaat op de Nederlandse televisie. En geef ze eens ongelijk... Liefde is toch ook een van de belangrijkste dingen in het leven?! De liefde mag wat ons betreft dan ook zo vaak als mogelijk gevierd worden. Gelukkig doen we dat deze maand wereldwijd weer massaal op Valentijnsdag. En wij vieren die liefde met jullie mee!

we je ook nu weer heel wat te vertellen over tal van bruisende onderwerpen. Vertelden we vorige maand bijvoorbeeld nog dat 'groen wonen' – in de zin van duurzaam wonen – de trend was, deze maand vertellen we je meer over het letterlijk wonen tussen het groen. Want ook dat is dit jaar dé trend. Op naar het tuincentrum dus en tover jouw huis om tot je eigen private jungle. Verderop in dit magazine geven we je hiervoor maar al te graag wat inspirerende tips.



Natuurlijk draait deze nieuwste editie van Bruist niet alleen om de liefde. Zoals elke maand hebben

Vier het leven en vier de liefde!
Lea en Marcel Bossers



Foto: Ron Eskens, soowpictures.nl



12



42



Inhoud

WONEN
TUSSEN HET
GROEN

Verander je huis in een trendy *jungle*

In de vorige editie van Bruist vertelden we het al: groen wonen is de trend. Vorige maand doelden we daarmee specifiek op duurzaam wonen, dit keer willen we het echter hebben over letterlijk wonen tussen het groen.

En dan bedoelen we wonen in een huis vol groene planten, want ook dat is een van de trends voor 2020. Om precies te zijn: groene (niet bloeiende) planten met grote bladeren die jouw huis het hele jaar door de uitstraling geven van jouw eigen 'private jungle'. Kies bijvoorbeeld voor een Monstera (gatenplant), palm, Alocasia (olifantoor) of Pilea (pannenkoekenplant). En ook cactussen en vetplantjes doen het bijzonder goed binnen deze trend, klein of groot, alleen of meerdere bij elkaar, maar net wat jij het mooist vindt.

De juiste verzorging

Als je dan kiest voor al dat groen in je huis, is het natuurlijk wel belangrijk dat het ook echt groen blijft. Sommige planten hebben voldoende aan alleen wat water op zijn tijd, anderen hebben meer verzorging nodig. Internet kan hiervoor natuurlijk een eenvoudige bron van informatie zijn, maar bij een goed tuincentrum kunnen ook de medewerkers

je meer vertellen over de verzorging van jouw aankoop, zodat je zo lang mogelijk van je groene huis kunt genieten.

Nooit uit de mode: rozen

Ook op het gebied van bloemen kent 2020 natuurlijk weer de nodige trends. Je bloemist kan je hier ongetwijfeld meer over vertellen. Maar het belangrijkste blijft dat je kiest voor een boeket dat jij echt mooi vindt en dat bij jou of degene voor wie je het koopt past. Maar als we je dan toch een tip mogen geven: het is natuurlijk februari, de maand van Valentijnsdag en bij deze dag van de liefde horen... rozen! Wat ons betreft een trend die nóóit uit de mode zal raken. Verras je geliefde met één enkele roos of een prachtige bos rozen (eventueel aangevuld met wat groen) en diens dag kan zeker niet meer stuk. De liefde mag immers gevierd worden!

Wil jij meer weten over de planten- en bloementrends voor 2020? Op www.nederlandbruist.nl vind je altijd wel een specialist in jouw regio die je hier uitgebreid over kan informeren.

KOOTSTRA RIJOPLEIDINGEN.nl

T 088 - 9800300



AUTORIJLES ACTIEPAKKET 2020

- 25 autorijlessen
- Praktijkexamen
- Gratis proefles

€ 1095,-

>>> Betaling in termijnen is mogelijk!

Vraag proefles of informatie aan via onze website.

Optometrisch onderzoek

BIELARS

Optiek & Optometrie



Optometrisch onderzoek

Wanneer er aanleiding voor is of wanneer u er op prijs stelt, kunnen onze optometristen ook een verdergaand optometrisch onderzoek doen. Zij beoordelen daarbij de gezondheid van uw ogen. Dankzij hun opleiding zijn zij in staat en bevoegd al in een zeer vroeg stadium eventuele afwijkingen of beginnende problemen te herkennen.



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!**

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 navulbare pipet flesjes), handgemaakte stukken zeep, heerlijke geurolie en natuurlijk wasmiddel (wasnoten).

www.sustOILable.com



**50% KORTING MET DEZE
BRUIST**



Deal
SHOP JOUW
GAASTRA
MODE MET
PROMOCODE
BRUIST

Ga naar www.nederlandbruist.nl/lezersacties

**WHERE STYLE MEETS
COMFORT!**

Deze eetkamerstoel doet je hart sneller kloppen. Het zwart metalen frame is gecombineerd met een comfortabele zitting bekleed met een velours stof in diverse trendy kleuren. Om urenlang samen met jouw valentijn te genieten van een romantische avond.

www.livinroom121.be

LEZERSACTIE

**Maak kans op een
mooie, sterke rugzak
t.w.v € 49,99**

Maak de blits met deze rugzak gemaakt van soepel canvas, stijlvol met subtiel details. En... hij is waterafstotend!



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

Verwen jouw valentijn!

win

LEZERSACTIE

**Maak nu kans op een
Paradise PINK kussen
t.w.v. € 32,-**

Zacht velours kussen met aan beide zijden een mooie Paradise-print erop. 60 cm x 40 cm. Aangeboden door Liv'in Room 121 in Antwerpen. www.livinroom121.be



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. #PINK KUSSEN naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

**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. www.mgcterma.nl

LEZERSACTIE

**Maak kans op een
Peach Blossom Smoothing
Body Wash.**

Verras jouw valentijn met deze heerlijke body wash op basis van perzikenbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met deze 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. #PEACH BLOSSOM naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



BRUIST

Deal

Neem jouw valentijn mee naar Gran Canaria

Verblijf in een prachtig complex met een zwembad en een geweldig uitzicht. 1-slaapkamerappartement € 85,- per nacht* 2-slaapkamerappartement € 105,- per nacht*

**€ 85,-
p. nacht***

Ga naar www.nederlandbruist.nl/lezersacties en reserveer met promocode **BRUIST**

Luister jij?
Als iemand zijn verhaal kwijt wil...

Word vrijwilliger!

deluisterlijn.nl/vrijwilliger

Help door
te luisteren
anoniem - dag en nacht



Cosmetische Plastische Chirurgie

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

Bij Kliniek Heyendael houden we ons iedere dag bezig met professionele behandelingen om mensen hun zelfvertrouwen terug te geven.

Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Neuscorrectie** ▶
- Liposculptuur/Lipofilling
- Spataderbehandeling
- Ooglidcorrectie
- Facelift (MACS-lift)
- Borstverkleining
- Rimpelbehandeling
- Armlift - Halslift
- Contourverbetering
- Oorcorrectie
- Labiacorrectie

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



Neus-correctie?

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

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

Neuscorrectie behandeling

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

Overweeg je een neuscorrectie?

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

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

Betrouwbare en betaalbare neuscorrectie.

Voor meer info
024 - 845 05 06

Verkouden?

Bij een verkoudheid zijn de luchtwegen besmet met een virus. Helemaal te voorkomen is verkoudheid meestal niet. Maar u kunt wel proberen het risico erop te beperken. Hoe? Dat leest u hier.

Hygiëne

- Gebruik bij voorkeur papieren zakdoeken of tissues en gooi deze na gebruik weg.
- Maak voorwerpen die door iedereen in huis veel worden aangeraakt, zoals deurklinken, vaak schoon. Dit geldt ook voor speelgoed van verkouden kinderen.
- Was beddengoed op 60 °C.
- Was de handen regelmatig.
- Ventileer woon- en slaapruidten.



Goede nachtrust

Uit onderzoek blijkt dat mensen die minder dan zeven uur per nacht slapen drie keer meer kans hebben om ziek te worden dan degenen die minimaal acht uur in dromenland doorbrengen. Zorg dus dat u voldoende nachtrust krijgt!

Veel water drinken

Drink minimaal anderhalve liter water per dag. Dit houdt het immuunsysteem in een goede conditie en voorkomt uitdroging van de slijmvliezen. Deze zijn belangrijk bij het tegenhouden van verkoudheidsvirussen.

Vitamines

Een goede conditie en weerstand verkleinen de kans op een verkoudheid, Deze krijgt u door minstens een half uur per dag te bewegen, gezond en regelmatig te eten. Vitamines zorgen voor een goede weerstand. Als het niet lukt om er voldoende van binnen te krijgen, kunt u kiezen voor een multivitamine.

Verkouden?: neem de juiste voorzorg!

Apothekergroep Breda helpt u graag met de juiste producten!

Dit jaar telt februari niet 28 maar 29 dagen. Deze **schrikveldag** is ooit ingevoerd omdat anders de lente steeds vroeger zou beginnen.

14 februari vieren we wereldwijd **de liefde**, het is Valentijnsdag.

In een kamer met planten werkt je **geheugen** maar liefst 20% beter.

De geboortesteen voor februaribaby's is **de amethyst**, deze steen symboliseert moed en klasse.

Rode rozen staan voor romantiek, gepassioneerde liefde en verleiding. Geef je je geliefde 1 rode roos, dan wil dat zeggen: ik houd nog steeds **alleen van jou!**

Mensen die in februari (of januari) geboren zijn, hebben volgens een onderzoek meer kans om **beroemd** te worden.

Het verzorgen van planten blijkt een perfecte manier te zijn om **stress te verminderen**.

4 februari is het Wereldkankerdag. Op deze dag wordt wereldwijd stilgestaan bij de **impact van kanker**.

Apothekergroep Breda

Apotheek van den Bergh
Apotheek Brabantpark
Apotheek Doornbos
Apotheek FarmaZorg
Apotheek Heusdenhout
Apotheek Teteringen
Apotheek Woltermann
Wondzorg Breda

De grootste groep
zelfstandige apotheken
van Breda e.o.

Medicatiebewaking
Medicatiebegeleiding
Medicatiebereiding
Medicatiebeoordeling
Medicatie rollen
Medicatiekluisjes

Medicatie =
Apothekergroep Breda

www.apothekergroep.nl

DE KRACHT
VAN PERFECTE
KOSTUUMS



NEDERLANDS DANS THEATER

Sometimes, I Wonder

Nederlands Dans Theater (NDT) bestaat zestig jaar. Dit wordt gevierd met de prachtige dansvoorstelling *Sometimes, I Wonder*. Deze is volledig opgedragen aan Jiří Kylián, een van de meest diepzinnige, toonaangevende kunstenaars uit de geschiedenis van NDT. Zijn creatieve visies hebben het gezelschap naar ongekende hoogte gebracht.

De kostuums spelen een belangrijke rol in de voorstelling. “De dansers worden uitgedaagd om op topniveau te dansen. Wij mogen hen daar niet bij hinderen, wat betekent dat de kostuums perfect om het lichaam moeten, zitten zodat ze vrij kunnen bewegen”, vertelt *Yolanda Klompstra* gedreven. Samen met haar team is zij verantwoordelijk voor de kostuums van NDT. “Tegelijkertijd moet het er natuurlijk wel goed uitzien en recht doen aan het beeld dat de betreffende choreograaf én de ontwerper voor ogen hebben. Dat is en blijft een geweldige uitdaging.”

Creativiteit

Ook voor *Sometimes, I Wonder*, dat in feite drie aparte voorstellingen van Kylián omvat, mogen de naaisters weer veel mooie dingen maken. “Denk aan korset jasjes en een grote, roze, zijden rok met meer lagen voor *Bella Figura*, stijlvolle,

Victoriaanse kostuums voor *Claude Pascal* en fijn geplisseerde, tweekleurige jurkjes voor *Vanishing Twin*. We kunnen er al onze creativiteit in kwijt en spelen met kleuren en materialen.”

Tot het allerlaatste moment

“Als kostuummaker blijf je eigenlijk altijd bezig. Soms is een danser bijvoorbeeld afgevallen en moeten we de tailleband weer innemen. Vandaar dat we ook die laatste week, tot vlak voor de première, met onze naaimachine klaarzitten in het Zuiderstrandtheater om de laatste aanpassingen te kunnen doen. Het is keihard werken, maar ontzettend leuk om te doen. Je moet ook echt een passie hebben voor dit veeleisende vak, anders houd je het niet vol. We zijn allemaal superblij als het weer gelukt is. En tijdens de première is het ook voor ons genieten geblazen, dan zien we waar we het allemaal voor hebben gedaan!”

Op 6 februari 2020 gaat *Sometimes, I Wonder* in première in het Zuiderstrandtheater in Den Haag. Kaarten zijn te koop via www.ndt.nl.



‘Een goede schoen is de basis’

Hardlopen is zijn grootste passie. Een passie waarvan Berry Snoeren zo’n tien jaar geleden zijn beroep heeft gemaakt. “Ik ben eigenaar van de nummer één hardloepschoenenwinkel in Breda”, vertelt hij trots. “De perfecte plek om mijn passie met anderen te delen!”

Goede pasvorm

“Als je echt plezier wilt hebben in het hardlopen, dan is een goede schoen de basis”, daar is Berry van overtuigd. “Bij de aanschaf daarvan is het belangrijk om niet meteen naar de prijs en de kleur te kijken, maar vooral te zoeken naar een schoen die echt goed zit, dat is het belangrijkste. Als ‘ie er dan vervolgens ook nog leuk uit blijkt te zien, is dat mooi meegenomen.”

Loopanalyse

En voor zo’n goed passende schoen ben je bij Berry aan het juiste adres, net als voor de bijbehorende kleding en accessoires. “In mijn winkel werken uitsluitend hardloofanaten die allemaal, net als ik, kritisch naar het materiaal kijken. Dat moet immers gewoon goed zijn om

optimaal van het hardlopen te kunnen genieten. Daarnaast pakken wij niet zomaar een paar schoenen voor je, maar we kijken aan de hand van een uitgebreide loopanalyse met behulp van een RS Scan welk type schoen het beste bij jou past. Vervolgens geven we je een aantal opties die je kunt testen op de loopbaan in onze winkel. Alles om ervoor te zorgen dat jij met een schoen naar huis gaat die het best bij jou past, zodat jij net zoveel plezier aan het hardlopen beleeft als wij.”

Uitdaging

Berry is ervan overtuigd dat hij op deze manier in principe iedereen kan laten hardlopen. “Dat ook daadwerkelijk voor elkaar krijgen, is de leukste uitdaging van mijn werk. Want hardlopen is geweldig!”



Lopers Company | Haagdijk 251, Breda | 076-5221561 | www.byberrys.nl

20

LEKKER BIJ GEERT KIP

geertkip.nl

extra aanbieding voor lezers van dit magazine
kijk op geertkip.nl/bredabruist



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

WAAROM OP DE REST WILLEN LIJKEN?



Van Mossel Jeep

Breda | Minervum 7001C | T: 076 522 25 33 | info.jeep@vanmossel.nl
Tilburg | Kraaivenstraat 20 | T: 013 594 39 50 | www.vanmossel.nl/jeep

Jeep

THERE'S ONLY ONE

Van Mossel

DAGJE UIT BLUES FESTIVAL DELFT



14, 15 en 16 februari vindt in Delft weer het grootste indoor blues-festival van Nederland plaats. De programmeurs stellen ieder jaar een divers programma samen waarin verschillende bluesstijlen te beluisteren zijn. Bij de ruim dertig locaties hoor je onder andere delta blues, Chicago blues, Texas & Westcoast blues, jump'n'Jive, bluesrock, Americana, rock-a-billy en versterkte en akoestische livemuziek. Volop variatie dus! Naast alle gratis toegankelijke optredens, staan tijdens deze 22e editie eveneens bijzondere specials op het programma, waaronder een speciale filmvertoning in filmhuis Lumen, theatervoorstellingen in het Rietveld Theater, een gospel-optreden in de Maria van Jessekerk en een mondharmonica workshop. **Meer info op www.delftblues.nl**

FILMPJE KIJKEN THE CALL OF THE WILD

Deze film volgt Buck, een hond met een groot hart. Zijn normale huisdierenbestaan in Californië komt op z'n kop te staan wanneer hij tijdens de goldrush aan het einde van de negentiende eeuw naar de wildernis van de Alaskanse Yukon wordt gestuurd. Buck word de minst ervaren toevoeging aan een hondensleeteam dat post moet gaan bezorgen. Later groeit de heldhaftige hond uit tot de leider en beleeft hij het avontuur van z'n leven. Op deze manier vindt Buck zijn ware plek in de wereld en wordt hij eindelijk z'n eigen baas.

**THE CALL OF THE WILD is vanaf
19 februari te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN THOMAS VERBOGT



De hoofdpersoon in de nieuwe roman van Thomas Verbogt wil graag een verbond vormen met Sander, zijn pleegbroer, maar dat lukt niet. Er staat iets in de weg, iets wat hij niet kan duiden, maar wat hem een leven lang achtervolgt. Wanneer hij afscheid neemt van zijn ouderlijk huis en daarmee ongewild ook zijn grote liefde uit het oog verliest, begint hij aan de zoektocht naar zijn eigen leven. Die zoektocht is onlosmakelijk verbonden met het geheim dat tussen Sander en hem in stond. Als je de stilte ziet is een diep ontroerende roman over verlangen, vluchtigheid en betekenis geven aan het leven. **Vanaf 24 februari verkrijgbaar bij de boekhandel.**

Dé gietvloeren specialist

van Noord-Brabant en omgeving

Zeg ja
tegen een
gietvloer
van Céjess
Flooring!



“Waarom voor ons kiezen?
Natuurlijk vanwege ons vakmanschap
en jarenlange ervaring”

Voor elk type vloer bieden wij de perfecte oplossing. Gietvloeren zijn overigens niet het enige wat Céjess Flooring te bieden heeft. Daarnaast verkopen we namelijk ook coatingvloeren en mortelvloeren. **Bel dus gewoon eens voor een afspraak om de mogelijkheden bij u thuis of binnen uw bedrijf te bespreken.**

Céjess Flooring | Eigenaar: Frederick Mann | Roosendaal | 06-20955772 | www.cejess.nl

24

DE CAMMELEUR



Huys

We zien je graag!

25

PROGRAMMA
FEBRUARI/MAART 2020

JORIS LINSSEN & CARAMBA

RAAK! (REPRISE)
ZATERDAG 21 MAART | 20.15 U

Laat je verrassen door het enthousiasme van zanger/ tv-presenter Joris Linssen en zijn muzikale vrienden. Al meer dan tien jaar zetten ze elke theaterzaal op de kop. Een theaterconcert vol interactie, energie en ontroering. Recht in het hart: RAAK!

MAAR WE HEBBEN MEER:

ANGELA GROOTHUIZEN
LUEKE BINGE
ZONDAG 9 FEBRUARI | 15.00 U

NIELS HOUTEPEN
CHOICE
ZATERDAG 7 MAART | 20.15 U

PIETER JOUKE
GLOEIENDE PLAAT (REPRISE)
ZATERDAG 14 MAART | 20.15 U

De Cammeleur
Hoge Ham 126 | 5104 JK Dongen | 0162 31 20 00
WWW.DECAMMELEUR.NL

YOU GIVE ME FEVER

Sommige mensen hebben er al vroeg in het jaar last van: hooikoorts, in het Engels hay fever. Wij van Meijs Wonen zijn altijd koortsachtig op zoek naar het mooiste, meest pure design en krijgen het wel warm van de HAY stoelen, maar dat is geen allergische reactie. Integendeel! Het ontwerp zit heel lekker met een hoge rugleuning en een royale zitting, is verkrijgbaar in gepolijst of gepoedercoat zwart aluminium en met een keur aan bekledingsopties. Zo vormt HAY een mooie basis die niet snel verveelt en zich aanpast aan elk interieur. Herken jezelf bij **MEIJSWONEN**.

MEIJSWONEN

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



HAY ABOUT A CHAIR AAC22 STOEL



All you need is... *love*

Februari is de maand van valentijn. Pak dus dit moment en laat je partner, familie en vrienden weten wat ze voor je betekenen. Een beetje extra liefde doet wonderen.

1. Amor Amor Eau de Toilette van Cacharel, vanaf € 42,- www.iciparisxl.nl
2. Body van Leg Avenue, € 40,95 www.legavenue.eu
3. Showergel van de Hema, € 4,- www.hema.nl
4. Kalan, € 210,- www.parfumerie.nl
5. Scandal'Eyes Volume on Demand Mascara van Rimmel, € 15,99 www.rimmellondon.nl
6. essie limited valentine's day collection, € 9,99 www.essie.nl

7. Rouge Pur Couture Collector van Yves Saint Laurent, € 38,70 www.ysl.com
8. Revitalift Red Cream van L'Oréal Paris, € 24,95 www.loreal-paris.nl
9. Tas Florian Fire van SMAAK Amsterdam, € 249,- www.smaakamsterdam.nl
10. Fruit kiss caring lip balm van essence, € 1,59 www.essence.eu
11. Olympéa Onyx Eau de Parfum 80ml van Jean Paul Gaultier, € 109,25 www.douglas.nl
12. Sneakers van s'Oliver Women, € 89,95 www.soliver.nl

Wij bouwen de kast die bij je past!



Dé kastenspecialist van Midden-Brabant

Bij Hamers@Home hebben wij voor elke ruimte (en budget) een kastoplossing, of het nu gaat om een eenvoudige vrijstaande kast, een luxe inloopkast of een tv-meubel. In onze ruime showroom zie je talloze voorbeelden van woon- en slaapkamerkasten, industriële schuif- en taatsdeuren en nog veel meer. Met ons eigen team regelen wij alles voor je, van ontwerp tot plaatsen. Het resultaat is een kast waar wij trots op zijn en waar jij straks jarenlang plezier van hebt, elke dag weer.

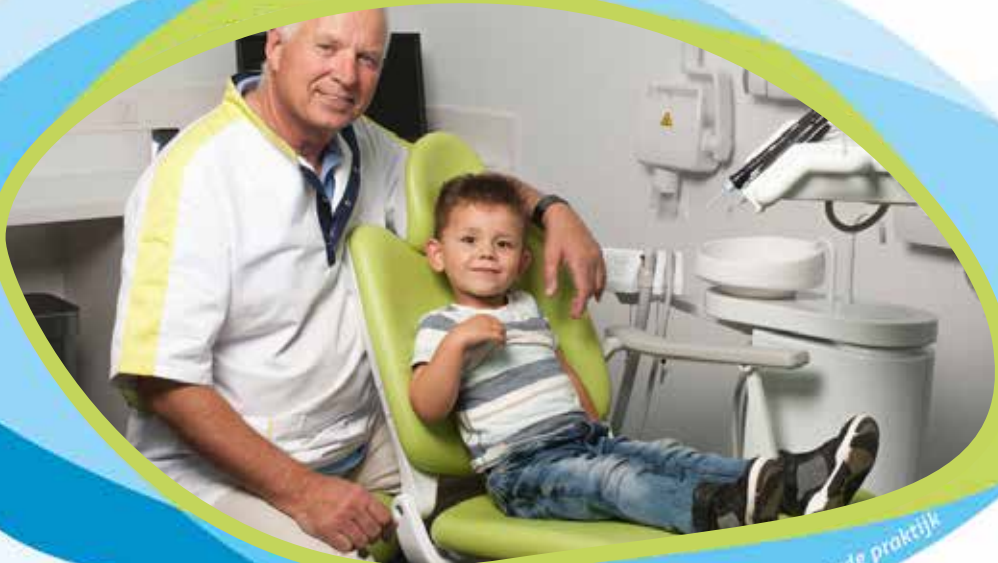
Leon Hamers



RINGBAAN-ZUID 372 | TILBURG | T 013 4627420 | WWW.HAMERSTILBURG.NL

Welkom bij Mondzorg Baliëndijk!

Met tandprotheticus Cor van der Wal als dé specialist voor uw kunstgebit



Mondzorg Baliëndijk is een ISO 9001 gecertificeerde praktijk

Complete gebitszorg op één plek

Mondzorg Baliëndijk is meer dan alleen een moderne tandartspraktijk. Naast algemene tandheelkunde zijn wij ook gespecialiseerd in implantologie en protheseoplossingen. Als allround tandheelkundig centrum - met een in pandig tandtechnisch laboratorium - kunnen wij elk gebit in huis behandelen, van kindergebit tot kunstgebit.

Een mooie en gezonde lach op elke leeftijd

Onze eerste zorg is uw gebit zo lang mogelijk in goede conditie te houden. Mocht er toch een tand of kies verloren gaan, dan is implantologie een duurzame en comfortabele oplossing. Een implantaat is een kunstworteltje van lichaamsvriendelijk materiaal dat in de kaak wordt vastgezet. Een kroon op een implantaat voelt en functioneert als een natuurlijke tand. Implantaten kunnen ook een uitkomst zijn voor mensen die last hebben van een loszittend of pijnlijk kunstgebit. Bij een tandeloze mond worden doorgaans twee implantaten in de onderkaak geplaatst waarop een kunstgebit vastgeklikt kan worden. Zo'n klikgebit zit stevig vast, maar kan ook worden uitgenomen voor reiniging.



Aandacht voor tanden en mensen

Mondzorg Baliëndijk vindt het belangrijk dat goede (prothetische) mondzorg voor iedereen toegankelijk is. Als laagdrempelige praktijk bieden wij kwaliteit tegen betaalbare tarieven. Mensen kunnen altijd bij ons binnenlopen voor vragen of advies, ook over kosten, vergoedingen en financieel haalbare oplossingen. Persoonlijke aandacht en toewijding gaan verder dan de tandartsstoel.


Mondzorg
Baliëndijk

Praktijk Breda
Baliëndijk 10 • T: 076 - 572 98 00

Praktijk Oosterhout
Leijzenhoek 46 • T: 0162- 46 66 61

info@mondzorgbaliendijk.nl
www.mondzorgbaliendijk.nl



ALL YOU
NEED IS
LOVE!

Laten we *de liefde* vieren!

14 februari, Valentijnsdag... de dag waarop wereldwijd in heel veel landen de liefde wordt gevierd. De een doet dit met een (anoniem) kaartje, de ander pakt groots uit. En weer een ander... die vindt het de grootste commerciële onzin die er is.

Zo mysterieus als het ontvangen van een anonieme valentijnskaart is, zo mysterieus lijkt de oorsprong van deze dag van de liefde. Vaak wordt gezegd dat deze teruggaat naar de derde eeuw na Christus toen er in Rome een priester woonde met de naam Valentinus. Hij stond bekend om de goede daden die hij verrichtte voor armen, ouderen en kwetsbaren. Deze Valentinus werd op 14 februari 270 echter onthoofd vanwege zijn geloof, maar later (in 496) werd hij door de kerk juist heilig verklaard. Sindsdien zou 14 februari een feestdag zijn, de dag van de Heilige Valentijn.

Paringsdrang

Andere bronnen beweren echter dat Valentijnsdag is ontstaan vanuit het Romeinse Lupercalia feest (een vruchtbaarheidsfeest). En er zijn zelfs mensen die beweren dat het puur te maken heeft met het feit dat rond 14 februari de vogels beginnen met paren

en dat ook de mensen rond die tijd weer 'last' krijgen van paringsdrang.

De liefde is mooi

Hoe het ook zij, feit is dat deze dag van de liefde pas in de jaren negentig echt goed vanuit Amerika naar Nederland is overgewaaid. Sindsdien verrassen ook wij massaal onze geliefde op 14 februari. Waar dat in de jaren negentig vooral nog gebeurde met dat anonieme, handgeschreven kaartje via de post, staan veel winkels in aanloop naar 14 februari tegenwoordig volledig in het teken van Valentijnsdag. Ook de meeste restaurants en wellnesscentra spelen hier volop op in, bijvoorbeeld door het aanbieden van speciale Valentijnsdagarrangementen. Commercieel? Ongetwijfeld, maar geef ze eens ongelijk. Elke kans om de liefde te vieren is er immers een die je met beide handen moet grijpen! De liefde is mooi, dus geniet ervan, óók op 14 februari...

Wil jij ook je geliefde verrassen op Valentijnsdag? Op www.nederlandbruist.nl vind je altijd wel een ondernemer in jouw regio die je hier met liefde bij wil helpen.



Ben je op zoek naar een opleiding tot nagelstyliste? Dan wil je natuurlijk de allerbeste opleiding vinden. Of het nu om een basisopleiding gaat of om een workshop om een specifieke techniek te verbeteren: je wilt perfectie bereiken. **ProNails** helpt je verder verder in een van de twaalf volledig uitgeruste opleidingscentra.

WIL JE VAN JE PASSIE JE BEROEP MAKEN?

We werken uitsluitend met trainers met jarenlange expertise die maar al te graag al hun kennis met je delen. Je volgt les in kleine groepjes, zodat we een persoonlijke aanpak kunnen garanderen.

ProNails Nederland
Voorerf 27, Breda
(0)76 75 04 867
breda@pronails.nl
www.pronails.nl

NEEM JE TOEKOMST IN HANDEN: WORD NAGELSTYLISTE!

Heb je altijd al gedroomd van een toekomst als nagelstyliste? Is jouw grote wens je eigen nagelsalon openen en klanten gelukkig maken? Dan moet je geen moment langer wachten. Maak van je passie je beroep!

MASTER
WORKSHOP

ONE
WORKSHOP

BASISOPLEIDING
NAGELSTYLISTE



Wil je graag nagelstyliste worden? Maar heb je nog geen ervaring? Dan is dit de perfecte opleiding voor jou! Je leert werkelijk álles: van een perfect uitgevoerde manicure tot een onberispelijke gel-, of acrylnagel. Correct vijlen, een kleur mooi aanbrengen of de verfijnde french manicure? Dat lukt je na deze opleiding zeker!

Mediation bij scheiding

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 mediationtraject 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.

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.

Bel voor een
afspraak:
06-14126234



MOOS
PRAKTIJK VOOR MEDIATION &
ONDERSTEUNING BIJ SCHEIDING

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

Verbeter je gezondheid door reiniging

INWENDIGE REINIGING HELPT JE OP WEG NAAR JOUW PERSOONLIJKE RECEPT VOOR WELZIJN

Brigitta van Koppen had altijd al interesse in gezondheid en welzijn. Na een avontuurlijke levensloop en een jarenlang verblijf in het buitenland, besloot ze de stap te zetten om een eigen praktijk te openen. Ze volgde verschillende opleidingen en ging vervolgens in het pand van Yogasite in Breda aan de slag als natuurgeneeskundig therapeut.

Opruimen is opknappen

“Mijn passie ligt bij inwendige reiniging”, vertelt Brigitta. “In de periode dat ik heb gewerkt in een kuuroord, heb ik gezien en zelf ervaren wat een goede resultaten je hiermee kunt behalen. Je geeft je lichaam de gelegenheid om opgeslagen afval los te laten. Hierdoor voel je je na afloop ontspannen en opgeruimd en bruis je weer van energie. Het mooie is dat je dit kunt ervaren op alle niveaus; lichamelijk, emotioneel, mentaal en energetisch.”

Herstellen van de natuurlijke beweeglijkheid

“Veel klachten zijn terug te voeren op verontreiniging en verkramping. Als gevolg van voedings- en leefgewoonten die niet goed bij ons passen of door stress kunnen in de loop der tijd obstakels ontstaan die de doorstroming van onze energie beperken. Het gaat erom deze op te sporen en op te ruimen, zodat onze natuurlijke beweeglijkheid wordt hersteld.”

Ondersteunen zelfgezend vermogen

“De behandelvormen waaruit je kunt kiezen zijn massage, detox reflexzonetherapie (voet of buik), colon hydrotherapie (reiniging van de dikke darm), klankheling met de stem en meditatie. Al deze behandelingen vinden hun oorsprong in de natuur en ondersteunen het zelfgezend vermogen van het lichaam.” De behandelingen kunnen los worden gegeven of met elkaar worden gecombineerd.

Je beste vriend

“Je lichaam is in wezen je beste vriend en is het waard om goed voor te zorgen. Je brengt je auto ook regelmatig naar de garage. Onderhoud in de vorm van inwendige reiniging zorgt ervoor dat je eigen motor goed blijft draaien.”



BRIGITTA VAN KOPPEN
praktijk voor natuurgeneeskunde

Heelwording door reiniging



Voor meer informatie
kijk op www.brigittavankoppen.nl
of bel 06-45359588

Remedies bij digitale betaalincidenten

Stel, op een dag constateert u dat tienduizenden euro's van uw rekening zijn afgeschreven voor een aankoop waar u geen weet van heeft en waar u dus ook niet van heeft kunnen genieten. Het is het schrikbeeld van iedere rekeninghouder. Phishing oftewel internetfraude!



foto: Hylke Greidanus Photography

Een oplichter lokt de gedupeerde naar een echt lijkende valse (bank)website, waarop de gedupeerde vervolgens nietsvermoedend zijn/haar rekeningnummer en inloggegevens met de oplichter deelt. Ook komt het regelmatig voor dat de oplichter telefonisch contact opneemt met de gedupeerde en zich voordoet als een bankmedewerker en in dat gesprek om inloggegevens vraagt. De oplichter ontvangt het op uw naam gekochte goed van de verkoper, u betaalt!

Een rekeninghouder is verplicht om 'alle redelijke maatregelen te nemen om de veiligheid van de persoonlijke beveiligingsgegevens te waarborgen'. Bij het niet daaraan voldoen blijven de gevolgen – zeker in geval van grove schuld – voor eigen risico en rust op de bank geen vergoedingsplicht. Hetzelfde geldt indien per ongeluk een fout IBAN-nummer is ingevoerd bij de overmaking.

Het geluk voor u is dat u het ten onrechte overgemaakte bedrag op grond van onverschuldigde betaling van de ontvanger van het bedrag kan terugvorderen. Indien deze ontvanger verkoper is en het verkochte al aan de oplichter geleverd heeft, dient deze de koopsom op de oplichter te verhalen. Op hem/haar rust immers de plicht om zich te vergewissen van de juiste identiteit van de koper. De ontvanger komt er niet mee weg aan u eigen schuld tegen te werpen.

Met andere woorden: het geld is niet altijd gevlogen!

Voor optimale incassokansen of voor meer informatie over dit onderwerp, bel of mail mij!

Wilt u meer weten neem dan contact op
076-5227798

Heerbaan 161, Breda | 076-5227798
info@wolfhagenadvocatuur.nl | www.wolfhagenadvocatuur.nl

GEKNIPT & geschoren

MAN/CAVE

Ging je voorheen 'gewoon' naar de kapper, tegenwoordig brengen weer steeds meer mannen een bezoekje aan de barbier. De laatste paar jaar schieten de 'old school' barbershops dan ook als paddenstoelen uit de grond en viert het beroep van barbier hoogtij.



Niet alleen omdat de man van nu waarde hecht aan een goede scheer- en/of knipbeurt, maar vanwege de gehele ervaring. Bij een barbier wip je namelijk meestal niet snel even binnen. Je neemt de tijd, laat je knippen en/of scheren en geniet ondertussen van een drankje en een praatje met de andere mannen in de shop. Oftewel: 'the barber experience'!

Allrounders

Barbieren van nu zijn overigens veel meer allrounders dan de barbieren van vroeger. Destijds ging je hoofdzakelijk naar de barbier om je baard of snor te laten knippen, scheren en verzorgen. De naam barbier zegt het eigenlijk al, want die is afgeleid van het Latijnse woord barba dat baard betekent. Voor hun kapsel gingen mannen meestal naar een gewone (heren)kapper. Tegenwoordig beheersen veel barbiers beide disciplines en kun je er dus zowel je baard en snor als je kapsel onder handen laten nemen. Maar dan net even in een iets andere setting dan bij een traditionele kapperszaak, door vakspecialisten met ontzettend veel passie voor hun werk.



WE FLOOR.YOU ADORE



HOUSE OF FLOORING

Familiebedrijf WOOD! produceert en verkoopt high-resistance, customized eikenhouten vloeren voor commerciële en particuliere projecten



CREATE YOUR COLOUR

We hebben een groot kleurenprogramma en dit wordt transparant gepresenteerd, maar je kunt ook je persoonlijke, unieke en betaalbare vloer laten maken in ons WOOD! L A B ®

VLOEREN VAN DUURZAAM HOUT IN JOUW PERSOONLIJKE STIJL!



Michel Vorselaars

Bekend van



Nautilusstraat 167, Tilburg
013 - 206 11 00
www.woodbyvorselaars.nl

Mode met een missie

Elke vrouw is een powervrouw met ambities, daar is Julie Jabonillo, eigenaresse van **FemmePatron.nl**, van overtuigd. Met de mode die zij verkoopt via haar webshop hoopt deze ambitieuze ondernemster ook andere vrouwen weer meer zelfvertrouwen te geven.

"Ik vind dat vrouwen die weten wat ze willen en zelfverzekerd zijn, een heleboel kunnen bereiken door alleen al hun uitstraling", vertelt Julie. "Er zijn zoveel kansen voor het grijpen, dus waarom grijp je je kans niet! Elke dag zie ik weer talloze vrouwen die onzeker zijn en dat ook uitstralen. Zo zonde, want elke vrouw is een powervrouw met ambities, maar de meeste vrouwen vergeten dat of staan er niet echt bij stil. Ik wil ze dan ook weer stylen tot de powervrouw die ze in zich hebben."

Dromen waarmaken

Vorige maand runde Julie **FemmePatron.nl** nog naast haar andere baan, maar binnen een maand is ze ermee gestopt om zich fulltime op haar webshop te kunnen richten. "Werken in loondienst is geen optie voor mij. Ik wil mijn passie elke dag kunnen beleven. Je kunt je met onze collectie dan ook van top tot teen in het nieuw steken en de bedoeling is dat het aanbod steeds verder wordt uitgebreid."

"Neem dus snel een kijkje op FemmePatron.nl en ga voor je geluk en je ambities, want elke badass als jij verdient dat!"



Ons motto is Lief, Leuk & Hip!

To Bedazzle is dé webshop voor al uw unieke haaraccessoires. Wij maken haarbandjes, speldjes en elastiekjes voor jong en oud.

Neem een kijkje in onze webshop en laat u verrassen!

To Bedazzle
Handmade Hair Accessories
www.tobedazzle.nl

Laat zieke en gehandicapte kinderen lachen, ontspannen & genieten.



Doneer en steun!
Elke euro maakt verschil.



www.cliniclowns.nl



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 de communicatielijnen kort te houden en de behandeltrajecten zo efficiënt en doelmatig mogelijk te laten verlopen heeft Ceulen Klinieken korte wachttijden.

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 onder andere ontsierende bloedvaatjes en pigment.

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

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 het effect merkbaar en dit houdt drie tot zes maanden aan. Na deze periode kunt u 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 na verloop van 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.



zkn
ZIEKENHUIS
KLINIEKEN NEDERLAND

WERKT ADVERTEREN?

In deze nieuwe rubriek vertellen adverteerders aan de hand van vijf vragen hoe ze de samenwerking met Bruist ervaren. Deze maand met **Inge van der Gaag** die met Tandprothetische praktijk I.A. van der Gaag al jaren te vinden is in onze glossy magazines. Deze trouwe klant is zeer tevreden over onze samenwerking en daar zijn wij op onze beurt erg trots op!



*Marcel en Lea Bossers,
directie Nederland Bruist*

Met 37 magazines per maand is uitgeverij Nederland Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland, België én in Spanje. Ons streven is om uit te groeien naar minstens vijftig edities. Onze visie is: ondernemers helpen om op de juiste manier te adverteren, waardoor de naamsbekendheid omhooggaat. Daarom komen de ondernemers in onze magazines en op onze website op een unieke manier aan het woord en in beeld.

Wil jij ook opvallend adverteren in Bruist? Bel 076-7115340 of mail naar nl@nederlandbruist.nl

Hoe ben je bij Bruist terechtgekomen?

Loes heeft mij heel wat jaren geleden benaderd. Ik vond haar een leuke meid en zodoende trok ze mij al vrij snel over de streep. Daarbij was ik zelf ook heel enthousiast over het magazine. Er ontstond al snel een goede samenwerking.

Waarom heb je gekozen om te adverteren bij Bruist?

Ik vind het magazine inhoudelijk sterk, je stopt hem makkelijk in je tas door het formaat en je leest de stukken makkelijk weg. Daarbij is het magazine bijna overal te vinden. Dankzij de diverse onderwerpen en leuke recepten is het blad ook erg vrolijk. Het blad past goed bij mij als persoon en is erg nuttig voor mijn praktijk.



Inge van der Gaag

Hoe vind je de samenwerking met Bruist?

Met onze samenwerking ben ik superblij. Ik kan fijn afspraken maken, omdat ze nakomen wat ze mij beloven. Daarnaast helpt Bruist mij ook met mijn persoonlijke marketing. Een extra service waardoor ik de samenwerking nog meer waardeer.

Wat heeft adverteren bij Bruist je opgeleverd?

Er zijn veel nieuwe klanten naar mij toegekomen die daarbij vertelden dat ze me hadden ontdekt via het magazine. Ook vinden veel bestaande klanten het leuk om mij in het blad tegen te komen. Al met al zorgde Bruist voor veel meer naamsbekendheid.

Zou je Bruist aanbevelen?

Jazeker! Zoals ik net toelicht, hebben de advertenties in de magazines van Bruist mij veel opgeleverd. Daarbij kan ik me focussen op mijn werk binnen de praktijk, omdat Bruist advertenties voor mij publiceert. Ieder zijn specialiteit: ik ben goed in protheses en Bruist in advertenties!

ZEKER WETEN!

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



Kom tot rust in de sauna

Heerlijk ontspannen, hebben we daar op zijn tijd niet allemaal behoefte aan? Jezelf even opladen zodat je weer klaar bent voor de ratrace van het dagelijks leven. En waar kun je dat nu beter dan in de sauna?!

Als je nog nooit in een sauna bent geweest, kan de drempel om ernaartoe te gaan misschien wat hoog zijn. 'Al die naakte mensen, is dat wel wat voor mij?' zul je je wellicht afvragen. Er zijn echter ook genoeg sauna's die speciale badkledingdagen bieden en anders zijn er ook nog de privésauna's waar je bijvoorbeeld in alle privacy heerlijk samen met je lief kunt genieten (tip: leuk cadeautje voor Valentijnsdag).

Alleen maar voordelen

Het is namelijk wel echt een aanrader om regelmatig naar een sauna te gaan. Niet alleen omdat je er dus heerlijk kunt ontspannen, maar zeker ook omdat het goed voor je is. Zo vermindert een bezoekje aan de sauna je spierpijn, zorgt het voor een betere doorbloeding, vermindert het stress, verdwijnen afvalstoffen uit je lichaam door het zweten en zorgt het voor een betere weerstand. Daarnaast zijn er ook

mensen die beweren dat het helpt als je wil afvallen. En inderdaad, na een bezoek aan de sauna ben je meestal lichter door het vele vocht dat je verliest door het transpireren. Dit gewichtsverlies is echter maar tijdelijk doordat je het vocht weer aanvult (tijdens een bezoek aan de sauna is het sowieso belangrijk om veel water te drinken om dit vochtverlies te compenseren). Als je na de sauna een plons neemt in een ijskoud dompelbad, kan dit echter wel de vetverbranding stimuleren...

Als herboren

Zoals je kunt lezen zijn er genoeg redenen om je eventuele saunavrees te overwinnen. En je zult zien: na afloop ga je als herboren weer naar huis. Volledig ontspannen na dit moment voor jezelf, met een rozige huid en klaar voor de dag van morgen. Heb jij je volgende saunabezoek al gepland? Wij wel!

Wil jij ook even heerlijk ontspannen in de sauna? Op www.nederlandbruist.nl vind je altijd wel een sauna of wellnesscentrum in jouw regio.



ZWEET
DE STRESS
VAN JE AF

Gaastra

Shop nu
online
met 50%
korting

Met de kleding van Gaastra komt u altijd sportief voor de dag! Gaastra maakt een mooie collectie casual kleding en is sterk in jassen, fleecvesten en softshells in mooie kwaliteiten en frisse kleuren. De kleding van Gaastra is sportief, comfortabel en ideaal om prettig in te bewegen.

Bekijk onze Gaastra collectie online en ontvang korting met promocode **BRUIST!**



BRUIST
Deal

50% korting
PROMOCODE: BRUIST
SHOP NU OP
NAUTIC FASHION.ONLINE

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



Bij laten punten?



DAAR IS HAARIDEE @ MARLOES HÉT ADRES VOOR!

Toe aan een nieuwe coupe? Of wil je misschien een fris kleurtje in je haar of het gewoon wat bij laten punten? Maak dan snel een afspraak bij Haaridee @ Marloes. **“Mijn doel is om al mijn klanten weer blij de deur uit te laten gaan”**, aldus eigenaresse Marloes Kleinjan.

Haaridee @ Marloes

Marloes Kleinjan | Meidoornstraat 2, Breda | 06-41141564



**HOUT
IJZERWAREN
GEREEDSCHAPPEN**

JAAK VAN WIJCK

**Ginnekenweg 146
BREDA
www.jaakvanwijck.nl**



**DUS WACHT
NIET LANGER**

Bekijk onze zee aan mogelijkheden!

**Een greep uit onze
vernieuwde collectie**

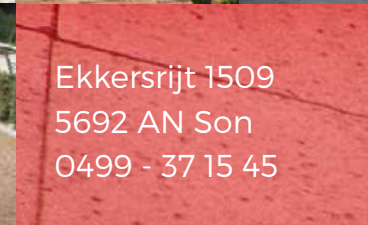
Graag begroeten we u in onze showroom en vertellen we u meer over de mogelijkheden.

HK

**VAN KEMENADE
BESTRATINGEN**



Bent u op zoek naar bestrating voor uw terras, oprit of bedrijfsterrein?



Ekkersrijt 1509
5692 AN Son
0499 - 37 15 45

Maximaal tuinplezier met de juiste bestrating

Bij Van Kemenade kiest u uit een compleet assortiment uw kwaliteitsbestrating waarvan u gegarandeerd jarenlang gaat genieten.



Gilzeweg 36
4859 AB Bavel
0161 - 43 39 59

www.vankemenadebest.nl

Eigen risico gespreid betalen

Veel mensen zijn ongelukkig met hun gebit, hebben constante pijnklachten aan tanden en kiezen of een slecht passend kunstgebit. Nergens voor nodig, aldus tandprotheticus Inge van der Gaag. "In mijn tandprothetische praktijk kan ik een oplossing op maat bieden."

15 jaar werkervaring

Een oplossing in de vorm van een implantaat, prothese, frame of gedeeltelijke prothese, want dat is waar Inge zich in heeft gespecialiseerd. En met vijftien jaar werkervaring weet ze precies waar ze het over heeft. "De oplossingen die ik bied zorgen niet alleen dat je pijnklachten verdwijnen, maar geven in veel gevallen je zelfvertrouwen ook een boost doordat je eindelijk weer een mooie glimlach kunt tonen."

Gespreid betalen

In haar praktijk merkt Inge echter maar al te vaak dat mensen het aanmeten van een prothese uitstellen tot het eind van het jaar als ze zeker weten dat ze hun eigen risico op hebben gemaakt. "Tegen het eind van het jaar wordt het daardoor steeds drukker in mijn praktijk, terwijl het voor mij natuurlijk veel fijner zou zijn als het werk wat meer over het hele jaar zou worden verspreid." En niet alleen voor Inge zou dat fijn zijn, vooral ook voor de mensen die nu langer dan wenselijk met klachten rond blijven lopen. "Ook dat is nergens voor nodig. Wat veel mensen namelijk niet weten is dat ze hun eigen risico vooraf gespreid kunnen betalen zodat ze niet in één keer het complete bedrag op hoeven te hoesten. Ik informeer mijn patiënten hier maar al te graag over, maar ze kunnen natuurlijk ook even contact opnemen met hun zorgverzekeraar om te informeren naar de mogelijkheden. Wel zo fijn als je daardoor meteen je klachten kunt laten verhelpen."



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 beschermd 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 vergoedingsbegroting.

Een eerste consult is bij ons altijd gratis!

Alard Duhamelstraat 78, Breda
(076) 587 70 20

www.tppvdgaag.nl



Vind jij de liefde in februari?

Ram 21-03/20-04

Hoewel februari een hectische periode is voor de Ram, moet je de mensen in jouw omgeving niet vergeten. Laat stress geen invloed op jouw gezondheid en rust hebben.

Stier 21-04/20-05

Februari kan een emotionele verandering brengen, maar dit is geen groot probleem voor de Stier. De mening van anderen deert je niet.

Tweelingen 21-05/20-06

Een vriendelijke en sympathieke houding verzekert je van een zeer succesvol februari. Familie- en liefdesrelaties blijven zonder moeite harmonieus.

Kreeft 21-06/22-07

Het wereldbeeld van de Kreeft is realistisch. In het geval dat iemand hem kwetst, zal hij zijn gevoelens voor zich houden. Hij deelt zelfs zijn liefdesgevoelens met niemand.

Leeuw 23-07/22-08

Je kunt een neergang ervaren in je privéleven, maar in je carrière zul je het goed doen. In het gezelschap van geliefden kom je tot andere gedachten.

Maagd 23-08/22-09

In relaties zal de Maagd de neiging hebben om eerder haar hart te volgen dan haar hoofd. Op zo'n moment zul je kwetsbaar zijn, dus kijk uit bij wie je jouw hart openstelt.

Weegschaal 23-09/22-10

Je moet niet verlegen zijn om een helpende hand te bieden als iemand je nodig heeft. Je zult vertrouwen van deze persoon krijgen en later voor jouw actie worden beloond.

Schorpioen 23-10/22-11

Je hebt heel veel energie en je besteedt je vrije tijd aan sporten en het verbeteren van je conditie. Je wilt niet nadenken over werk, dus stel belangrijke beslissingen uit.

Boogschutter 23-11/21-12

Februari brengt een goede bui en optimisme met zich mee. Dankzij deze positieve energie heeft de Boogschutter veel interessante ideeën.

Steenbok 22-12/20-01

Als je lange tijd alleen bent geweest, is het misschien moeilijk om weer aan relaties te wennen. Je was rust gewend, maar je zult al snel merken dat het de moeite waard is.

Waterman 21-01/19-02

Je wordt geconfronteerd met een belangrijke beslissing die jouw hele carrière kan beïnvloeden. Weeg zorgvuldig alle opties en doe niets overhaast.

Vissen 20-02/20-03

Laat je door niemand iets aanpraten. Je weet alleen zelf het beste wat je wilt en wat goed voor je is, dus geef niet toe en houd vast aan zekerheden en stereotypen.

Waterman
Je wordt
geconfronteerd
met een
belangrijke
beslissing.

Natuurlijke schoonheid

'la vera', de waarheid in het Latijn, staat voor effectieve, innovatieve en duurzame cosmetische producten.

Al meer dan 30 jaar is Lavera een bekende speler op het gebied van natuurlijke en biologisch gecertificeerde persoonlijke verzorging. De unieke samenstellingen perfectioneren schoonheid ongeacht leeftijd.

Sinds kort hebben wij dit heerlijke merk in ons assortiment.

Komt u gerust eens binnen om kennis te maken met de pure producten en geuren van dit fijne merk.

**Nu in de maand februari
10% korting op het
gehele assortiment van
Lavera.**

Lavera staat voor echte, natuurlijke schoonheid.



BROCK'S
HOMEOPATHIE

Ginnekenweg 28 Breda
076-5219313
www.brockshomeopathie.nl

AMSTEL HOUSING
UW HUUR- EN
VERHUURMAKELAAR

**WONING
(VER)HUREN?
NEEM DAN
CONTACT OP!**

Suzanne Koetsheid



Van Coothplein 41A, Breda | 076-889 03 08 | 06-1868 8967
breda@amstelhousing.nl | www.amstelhousing.nl/breda

Winterschilders



VRAAG EEN
OFFERTE AAN!

**Haanskorf
& Van Beers**
SCHILDERWERKEN



MARIJN VAN BEERS
06 22 72 06 19

info@vanbeers-schilderwerken.nl
Monnikenmoer 3, Sprundel

DANNY HAANSKORF
06 24 46 37 71

info@haanskorfschilderwerken.nl
Kievitstraat 36, St Willebrord

WWW.HAANSKORFVANBEERS.NL

Hoorservice Schram is uw audicien

Uw audicien voor:

- Het aanmeten en onderhoud van uw hoortoestellen
- Het aanmeten van gehoorbescherming
- Persoonlijk advies over uw gehoor
- Controle en heraanpassing van uw bestaande hoortoestellen

Bel vrijblijvend
voor een afspraak:
076-5649706



GROOT YPELAARDREEF 169 - BREDA
(TEGENOVER WINKELCENTRUM DE BURCHT)
T. 076-5649706
WWW.HOORSERVICESCHRAM.NL

Leef vanuit *liefde*

Leef vanuit liefde en je zult je gelukkig voelen. Liefde heeft geen oordeel, liefde is. Liefde maakt je puur, vermindert pijn en problemen, liefde is alles en alles is liefde.

Als je je ogen sluit en je hart opent, dan verdwijnen je gedachten. Op dat moment ben je in je hart en dan zie je alleen liefde. We willen liefde zien met onze ogen, maar dat lukt niet. Alleen ons hart kan liefde zien. Laat je gedachten los, wees in dit moment en laat alles zijn zoals het is. Dat is liefde.

‘Alleen met het hart kun je goed zien. Het wezenlijke is voor de ogen onzichtbaar’, schreef Antoine de Saint-Exupéry in De kleine prins, een van mijn favoriete boeken. Zolang wij niet kijken met ons hart, maar de wereld om ons heen alleen aanschouwen door onze ogen, zullen we geen vrede vinden. Wees vandaag vriendelijk en verdraagzaam naar jezelf en naar anderen.

Leef vanuit liefde.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

www.meditationmoments.nl

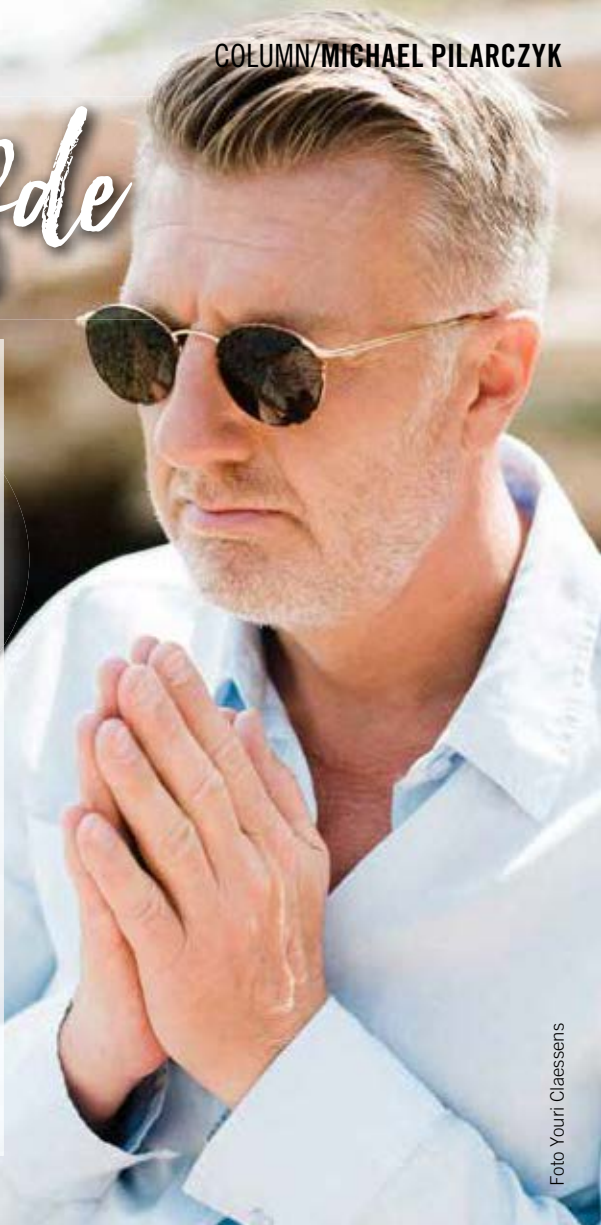


Foto Youri Claessens

Natuurlijk val je af!

99%
beveelt ons aan
& daar zijn
we trots op!



toen



NU!



Lekker blijven eten!

START VANDAAG
NOG MET AFVALLEN!
WWW.NEWFYSIC.NL



Paddenstoelen *risotto* met portobello

2 PERSONEN - 30 MINUTEN

INGREDIËNTEN

300 gr gemengde paddenstoelen (oesterzwammen, cantharellen, kastanjechampignons)
1 portobello
60 gr walnoten
1 ui
2 eetl olijfolie
peper en zout
1 knoflook teentje
80 gr volkoren risottorijst/
zilverviesrijst (ongekookt)
50 ml droge witte wijn
300 ml tuinkruidenbouillon
10 gr gehakte peterselie
1 eetl Zwitserse strooikaas

Veeg de paddenstoelen en portobello schoon met een borsteltje en snijd in kleine stukjes. Hak de walnoten fijn en snipper de ui. Verhit de helft van de olie in een hapjespan en bak de paddenstoelen op hoog vuur bruin. Schep ze op een bord en bestrooi met peper en zout. Schenk de rest van de olie in een pan en bak de ui 3 minuten zachtjes. Pers de knoflook erboven uit en bak de risottorijst even mee, tot alle korrels glazig zijn. Voeg de wijn toe en laat verdampen. Roer een scheut bouillon door de rijst met een pollepel. Voeg de volgende scheut pas toe als de vorige is opgenomen door de rijst. Maak zo alle bouillon op en laat de risotto zachtjes doorkoken tot de rijstkorrels beetgaar zijn (totaal circa 20 minuten). Schep de paddenstoelen en noten door de risotto en warm de risotto nog even door. Breng op smaak met wat extra peper en zout. Schep de peterselie erdoor, verdeel de risotto over twee diepe borden en bestrooi met Zwitserse strooikaas.



Loes, senior media adviseur bij Bruist

Deze heerlijke gerechten van New Fysic zijn mijn favoriete recepten. Ik ben 19 kg kwijtgeraakt met New Fysic. Ineke, mijn coach in Breda, heeft mij hier goed bij begeleid. Ik vind New Fysic geen straf om te volgen en ik heb me er altijd heerlijk bij gevoeld. Daarnaast sport ik bij Move 35 in Breda. Inmiddels ben ik al een half jaar op mijn streefgewicht, maar ik vind deze recepten nog steeds heerlijk om te maken ook al volg ik geen dieet meer. Mijn gezin kan ook mee-eten en deze recepten zijn erg lekker, gezond en makkelijk om te maken. **Geniet ervan en smakelijk eten**

Runderreepjes met broccoli, ui en sesamzaadjes

2 PERSONEN - 30 MINUTEN

INGREDIËNTEN

2 kleine struikjes broccoli
1 ui
stukje verse gember, 2 cm
1 teentje knoflook
80 gr volkoren noedels
Frylight bakspray
250 gr runderreepjes
1 dl kippenbouillon (tablet)
1 eetl sojasaus
1 theel sesamolie
half Spaans pepertje
peper en zout
1 theel sesamzaadjes

Verdeel de broccoli in kleine roosjes. Schil de stelen en snijd deze in dunne plakjes. Blancheer de roosjes 2 minuten in kokend water en laat ze daarna kort onder de koude kraan 'schrikken', zo blijven ze mooi groen en garen ze niet verder. Snipper de ui, gember en de knoflook. Kook ondertussen de volkoren noedels volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar. Spray wat Frylight bakspray in een wok en bak de knoflook, ui en gember circa 2 minuten op middelhoog vuur. Zet dan het vuur hoog en voeg de runderreepjes toe. Bak circa 3 minuten. Zet het vuur weer wat lager en voeg de broccolistukjes toe. Bak 2 minuten en blus af met de bouillon. Laat het geheel nog 2 minuten pruttelen. Haal de wok van het vuur en voeg de sojasaus, sesamolie en Spaanse peper toe. Breng verder op smaak met peper en zout en bestrooi met de sesamzaadjes. Verdeel over 2 borden en serveer met de volkoren noedels.



ÓF JE SNERT LUST

Lekker makkelijk, probeer onze klant-en-klare vers gemaakte erwtensoep!

ONZE OPENINGSTIJDEN.

MA 11.00-18.00
DI T/M VR 09.00-18.00
ZA 09.00-17.00

ONS ADRES.

De Burcht 8
076 521 0569
0113 231 111



SLAGERIJ
PIETER KLING

anno 1984



VVV BREDA TIPS

FEB.
2020

ALTIJD WAT TE DOEN IN BREDA!

7 T/M 9 FEBRUARI

Festival 39Graden

Festival 39Graden is dé start voor jonge theater talenten van 15 t/m 21 jaar. Met eigenzinnige en tegendraadse performances op allerlei gebieden gaan ze de strijd aan met het vooroordeel dat kunst sááááái is. www.39graden.nl



9 FEBRUARI

Upcycle je kleding!

Fashion gaat prima hand in hand met duurzaam en milieubewustzijn. Anouk Tates laat je bij Boerderij Wolfslaar zien hoe je kleding gemakkelijk kunt herstellen. Zelfs met twee linkerhanden! Zo geniet je nog langer van je lievelingskleding. www.hetboshuis.com



Meer informatie over Breda:

www.welkominbreda.nl of kom langs in onze pop-up VVV-winkel, Stadserf 2.



BREDA
BRENGT HET SAMEN

22 T/M 25 FEBRUARI

Carnaval

Carnavalspakske aan, hoedje op en erop uit. Vier alles wat er te vieren valt! Het motto van carnaval in 't Kielegat is 'Draoj'ut is om'. www.kielegat.nl



29 FEBRUARI

Rondje Breda

Wél met een gids Breda ontdekken, maar zonder rondleiding door de Grote Kerk en het Kasteel? Dan is het Rondje Breda iets voor jou. Een VVV-gids neemt je 1,5 uur mee voor een informeel 'rondje' langs de mooiste plekjes in het Bredase centrum. www.welkominbreda.nl



NIUW IN HET SCHAP!

*Heerlijk gekoelde
frisdrank!*



Ken je dat gevoel dat je behoefte hebt aan een heerlijk een koel drankje? Of gewoon ijskoud het lekkerst! Dat kan nu bij Albert Heijn Bavel.

Zien we je
binnenkort
voor een koel
drankje?

Pastoor Doenstraat 4, Bavel
(0161) 432526

Ma t/m za 08.00 - 21.00 uur
Zondag 10.00 - 19.00 uur



Albert Heijn Bavel