

BREDA 

MAART 2020 [WWW.BREDA-BRUIST.NL](http://WWW.BREDA-BRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST

Ga jij voor  
*standaard?*

Hoera, het  
is bijna  
*lente!*



# VOOR HET ULTIEME BUITENGEVOEL



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





**Wil je weer optimaal genieten van de stilte om je heen?**

Onze missie is om uw hoorproblemen zo goed mogelijk op te lossen, zodat u weer met plezier in contact kunt treden met uw omgeving.

Wij geloven dat wij dit het beste kunnen realiseren door goed te luisteren naar uw wensen en door goed met u samen te werken gedurende én na het revalidatietraject. Wij zien het revalideren van uw gehoor als maatwerk en vinden het belangrijk om u hierbij voldoende tijd, een professioneel advies en realistische verwachtingen te geven.

Sluit u aan bij die mensen die inmiddels naar tevredenheid weer profiteren van een optimaal gehoor en informeer naar wat wij voor u kunnen betekenen.



KOM LANGS  
WE HELPEN JE  
GRAAG AAN EEN  
GOED GEHOOR



UW GEHOOR, ONZE UITDAGING

## ① INTAKE

- Gehooronderzoek
- Luisteronderzoek
- Medische indicatie

## ② OPLOSSING

- Kosten
- Vergoeding

## ③ ERVARINGSPERIODE

- Aanmeten
- Controle
- Eindcontrole

## ④ NATRAJECT

- Onderhoud
- Nacontrole

# Hét adres voor al je bestrating

Op zoek naar bestrating, nieuw of gebruikt? Dan ben je bij Van Kemenade Bestratingen gegarandeerd aan het juiste adres. “Wat je smaak, budget of kwaliteitseis ook is, wij hebben voor ieder wel wat wils”, aldus Harm van Kemenade.

VAN DE GOEDKOOPSTE KLINKER  
TOT DE DUURSTE TEGEL

## Het begin

“Mijn opa begon het familiebedrijf meer dan zestig jaar geleden”, vertelt Harm. “Hij begon met het vervoeren van melkbussen, maar de handelaar in hem zag overal werk in. Er was vraag naar fourage, dus ook dat ging hij bezorgen en aangezien de boeren waar hij kwam ook verharding van hun terrein nodig hadden, kwam daar gaandeweg bestrating bij.” Toen de vader van Harm het bedrijf in de jaren tachtig overnam, werd de handel in bestrating en het transport daarvan de core-business van Van Kemenade. “En inmiddels ben ik dus alweer de derde generatie binnen het bedrijf.”

## Nieuw en gebruikt

Hoewel Van Kemenade Bestratingen van oudsher bekend staat vanwege de handel in gebruikte bestrating, benadrukt Harm dat ze tegenwoordig ook dé specialist zijn in nieuwe bestrating en alle

directe toebehoren. “Het aanbod is dus zeer breed. Wat je kwaliteitseisen ook zijn, we kunnen eraan voldoen en vinden ook altijd wel iets dat past bij je smaak en budget. Van de goedkoopste klinkers tot de duurste tegels, je vindt ze bij ons. En of je nu komt voor één steentje of voor 1.000 m<sup>2</sup> bestrating, maakt voor ons niet uit. Iedereen is welkom!” Ook voor verlichting trouwens. “Want die hebben we met ingang van dit jaar toegevoegd aan het assortiment in onze vestiging in Bavel.”

## Service

“Het geven van goed advies en de best mogelijke service staat bij ons altijd voorop. We beschikken over twee vestigingen, in Son en Breugel en in Bavel, en verzorgen ons eigen transport waardoor wij bovendien zeer flexibel zijn. Alles om de klant de bestrating te bezorgen die hij zoekt.”

**HK**  
VAN KEMENADE  
BESTRATINGEN







10



74



64



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** Maaïke van Helmond  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Maaïke van Helmond  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Maaïke van Helmond

f Like ons op Facebook.com/bredabruist

**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. Breda 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.**



12



71



# Inhoud



Foto: Ron Eskens soopictures.nl

Het is bijna zover... de winter gaat weer plaats maken voor de lente! En hoewel maart de buienmaand bij uitstek is, merk je aan alles dat we weer richting de warmere maanden van het jaar gaan. Heerlijk! Wat ons betreft kan dat voorjaar niet snel genoeg zijn intrede doen.

Voor veel mensen vormt het voorjaar dé aanleiding voor een grote schoonmaak in huis. Maar ook om het interieur eens goed onder de loep te nemen. Wordt het niet weer eens tijd voor wat nieuws?

# Bruisende lezer,

Voor iets anders dan anders? Dan kan maatwerk de oplossing zijn voor jou. Een kast of bijvoorbeeld deur op maat zorgt namelijk gegarandeerd voor een unieke en persoonlijke uitstraling. Daarover vertellen we je dan ook graag wat meer.

Zo blijven we je elke maand verrassen met de meest inspirerende verhalen. Met de lente in onze kop bruisen wij weer van de ideeën, net als alle ondernemers die ook deze maand weer hun verhalen met je delen. Zoek dus een heerlijk plekje in het (bijna) voorjaarszonnetje, sit back, relax en geniet van deze nieuwste editie van Bruist.

**Lea en Marcel Bossers**

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

# 'Op maat gemaakt'

Deuren, je kunt ze in verschillende soorten en maten kopen. Standaardmaten welteverstaan. Maar wat nou als jouw huis geen standaard deurmaten kent? Of als je gewoon iets anders dan anders wilt? Maatwerk is het antwoord!

Vooral in oudere woningen willen de deurmaten nog weleens afwijken van wat tegenwoordig als standaard wordt beschouwd. Maar ook in modernere huizen met hoge plafonds is er allesbehalve sprake van standaardmaten. In dergelijke gevallen ontcom je er bijna niet aan om de hulp in te schakelen van een maatwerkspecialist die voor jou een deur op maat maakt.

## Uniek & persoonlijk

Groot voordeel daarvan is dat je de deur volledig af kunt stemmen op jouw wensen. Niet alleen de maat is immers aan te passen, maar ook het volledige uiterlijk van de deur. Het materiaal, de kleur, het deurbeslag, wel of geen glas (en wat voor glas). Je kunt het eigenlijk zo gek niet bedenken of er is vast wel iemand die het voor je kan maken. Maatwerk zorgt voor een unieke en persoonlijke uitstraling. Dat is dan ook meteen de reden waarom veel mensen toch voor deuren op maat kiezen terwijl ze gewoon een huis hebben met standaardmaten.

## Kasten op maat

En dat geldt niet alleen voor maatwerkdeuren, maar eigenlijk voor al het maatwerk in je woning. Zo kiezen ook steeds meer mensen voor maatwerkkasten die bijvoorbeeld perfect in die ene hoek in de woonkamer passen, of onder dat schuine dak in de slaapkamer, of in die nis in de gang, om maar wat voorbeelden te noemen. Helemaal nu kleiner wonen de trend lijkt te zijn, geven maatwerkkasten niet alleen een unieke touch aan je interieur, maar zorgen ze er ook nog eens voor dat je optimaal gebruik maakt van de beschikbare ruimte.

## Prijskaartje

Een belangrijke afweging is (tenzij maatwerk echt noodzakelijk is) of je er dat extra geld voor over hebt. Vaak hangt er namelijk wel een iets hoger prijskaartje aan een maatwerkdeur of -kast. Maar heb je dat er voor over, dan is maatwerk altijd een meerwaarde voor je interieur.

Ben jij ook op zoek naar maatwerk voor in jouw huis?  
Op [www.nederlandbruiist.nl](http://www.nederlandbruiist.nl) vind je altijd wel een maatwerkspecialist in jouw regio.

MAATWERK  
ZORGT VOOR EEN  
UNIEKE TOUCH



### HAUTE COUTURE

Stolichnaya Vodka vormt de basis voor de heerlijkste cocktails voor alle seizoenen. De Haute Couture wordt gereserveerd met Stoli Cucumber, dry white vermouthe en komkommersliertjes op een spiesje. Voor wie het graag wat zoeter heeft, is de 'Strike A Pose' een aanrader. Dit is een lekkere mix van Stoli Vodka met vers limoensap, siroop en verse limoen. Enjoy! [www.stoli.com](http://www.stoli.com)



### LEKKER PITTIG

Al sinds 1994 brouwt de Scheldebrouwerij heerlijke karaktervolle biertjes. Probeer eens het heerlijke biertje Oosterstout. Dit pittige biertje kent een zoete smaak door karamel. Ideaal voor op een terrasje tijdens de eerste zonnestralen!

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

## 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.

# Het voorjaar hangt in de lucht!

win

### LEZERSACTIE

Maak nu kans op luxeuze huidverzorgingsproducten van MGC Derma

Het merk is ontwikkeld door experts op het gebied van natuurlijke huidverzorging en ze hebben gebruik gemaakt van de meest hoogwaardige ingrediënten.



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

12

### KLAAR VOOR ROKJESDAG

Dit voorjaar introduceert Wilkinson een nieuw lid uit haar Intuition-familie: de Intuition Complete. Dit roze scheermes speciaal voor vrouwen heeft vijf Skin Perfect-mesjes en een slanke scheerkop, waardoor je nu nog makkelijker bij de lastig bereikbare plekjes komt. Zo zijn jouw benen, oksels en intieme delen in een handomdraai spring ready! [www.wilkinsonsword.nl](http://www.wilkinsonsword.nl)



### LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 10 Hop On Hop Off tickets van Dordrecht Tours.

Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier. Aangeboden door:



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

### LEZERSACTIE

Maak kans op een Wilkinson Intuition F.A.B. scheermesje.

Dit systeem scheert moeiteloos in beide richtingen - f(orwards) a(nd) b(ackwards). Je had nog nooit zo snel een gladde huid.



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



### MANNEN MET BAARDEN

Het Britse mannenmerk Bulldog biedt een ruim assortiment aan mannelijke verzorgingsproducten. Mannen met baarden vinden het wel zo fijn om hun baard goed te verzorgen. Bulldog heeft een 2 in 1 shampoo die aloë vera, kamille olie en groene thee extracten bevat. Zo kun jij met een frisse en verzorgde baard de deur uit. [www.bulldogskincare.com](http://www.bulldogskincare.com)

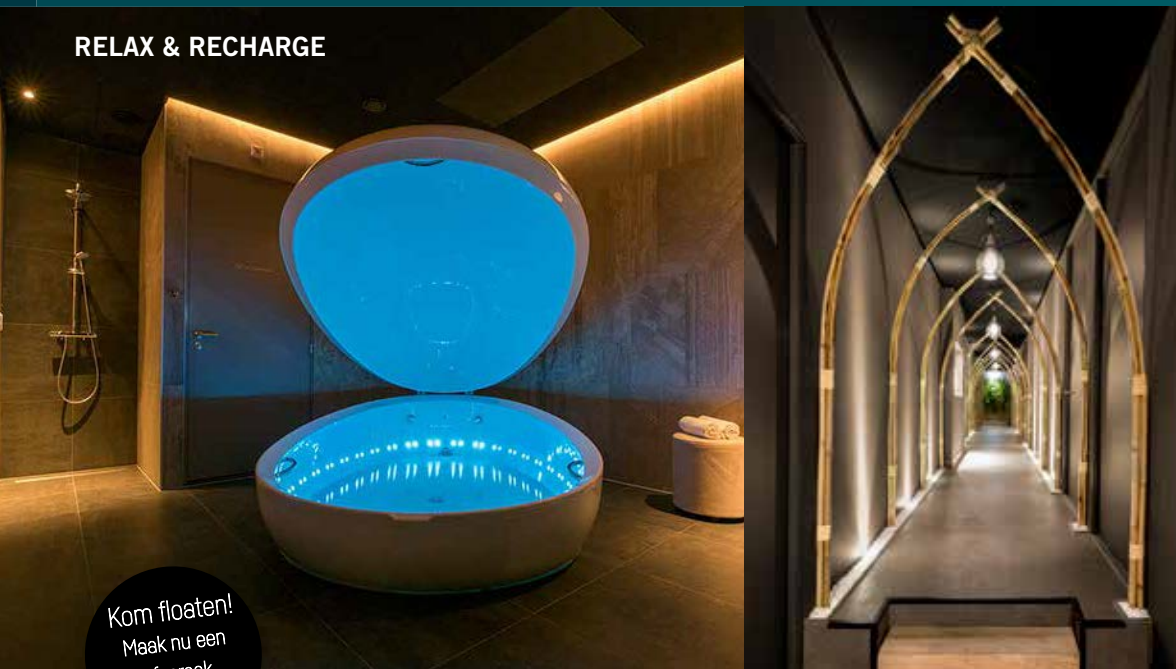
13



# Ervaar de kracht van magnesium

Magnesium is bewezen onmisbaar voor het welzijn van lichaam en geest. Iets waar Maik Lipsius en Marian van der Heijde zich maar al te goed van bewust zijn. "En die ervaring willen wij nu met zoveel mogelijk mensen delen bij SenseCity", aldus Maik.

## RELAX & RECHARGE



Kom floaten!  
Maak nu een  
afspraak  
076-785 74 65

Sinds begin dit jaar zijn Maik en Marian de trotse nieuwe eigenaren van SenseCity. "De kans om dit mooie bedrijf over te nemen kwam precies op het moment dat wij ons Magnesium Experience Center uit wilden gaan breiden. Zelf werken wij al jaren met magnesium en we merkten dat meer en meer mensen zich bewust worden van de kracht van dit mineraal. Via SenseCity kunnen wij hier nog meer mensen kennis mee laten maken."

### Goed voor lichaam en geest

"Naast zuurstof en water is magnesium de derde levensbehoefte van ons lichaam. Het speelt een rol bij meer dan driehonderd lichaamsprocessen (zoals het stimuleren van de vetverbranding, het voorkomen van bloedstolsels en het versoepelen van gewrichten) en zorgt voor geestelijke rust en meer energie. Helaas krijgen veel mensen dagelijks niet voldoende magnesium binnen

waardoor een tekort ontstaat met alle gevolgen van dien. Dit tekort kan het snelst en het meest effectief worden aangevuld via de huid en dat is precies wat wij bij SenseCity doen. En dat dan ook nog eens in een zeer mooie en ontspannen setting waardoor het optimaal genieten is."

### Behandelingen

SenseCity heeft nog steeds dezelfde vertrouwde sfeer en uitstraling als voorheen. Het enige verschil is dat er nieuwe behandelingen zijn bijgekomen en dat ze deze allemaal combineren met magnesium.

"Tijdens onze Magnesium Experience onderga je vijf magnesium behandelingen, die er voor zorgen dat je opgeladen, herboren, met meer energie naar huis gaat. Op onze website kun je precies vinden wat voor behandelingen dat zijn en wat we daarnaast nog meer bieden."



SenseCity®



Eigenaren: Maik Lipsius en Marian van der Heijde | Ginnekenweg 11-13, Breda | 076-785 74 65

[www.sensecity.nu](http://www.sensecity.nu)



# Elke kast heeft een eigen verhaal



Of het nu gaat om de buffetkast waar bij jouw oma de snoepot in stond of een linnenkast die we op één van onze zoektochten in Normandië hebben gevonden. Elke kast heeft een eigen verhaal. Ons doel is om dat verhaal zo mooi mogelijk te maken.

**ZUKINI**

## 1 maart is in Nederland **ationale complimentendag**.

Mensen die in maart geboren zijn, zijn volgens antropoloog Gerhard Weber over het algemeen **langer** dan gemiddeld.

Oudere huizen kennen vaak geen standaardmaten, **maatwerk** is daarvoor de oplossing.

Internationale **Vrouwendag** wordt elk jaar gevierd op 8 maart. Op deze dag vragen vrouwen wereldwijd aandacht voor onder andere gelijkheid en economische zelfstandigheid.

Maart is de buienmaand bij uitstek. Vandaar ook de uitspraak 'maartse buien en aprilse grillen'.

21 maart is het weer zover: het is **lente!**

Met een maatwerkkast kun je invulling geven aan loze ruimtes waardoor je de beschikbare ruimte **optimaal benut**.

In het laatste weekend van maart wordt in de nacht van zaterdag op zondag **de klok** een uur vooruitgezet.

**Lammetjesmaand** is een van de vele bijnamen van de maand maart.

# Ervaar **het echte Ibiza** bij **HOTEL GARBI**

Hotel Garbi, het viersterrenhotel aan Playa d'en Bossa, het populaire strand van Ibiza. 'Garbi' betekent letterlijk 'zuiver'. Het hotel heeft dan ook een hippe, moderne en frisse uitstraling. Je hebt keuze uit standaardkamers, superior, suite en premium suite met bubbelbad en uitzicht op het strand. Met ons gezin verblijven wij er twee weken.

Je kunt kiezen voor half board. Dat wil zeggen inclusief ontbijt en diner. Ondanks dat het hotel volgeboekt is, merk je de drukte niet. Dit geeft een zeer relaxed gevoel en het personeel is overal supervriendelijk. Bij het zwembad zijn er genoeg bedden. Tevens zijn er tweepersoons Bali bedden te huur inclusief Cava Sangria.

Garbi Chill Out Lounge en tevens restaurant, ligt aan het strand en heeft een spectaculair uitzicht op zee. Tijdens de lunch genieten wij van geweldige gerechten. Een populair gerecht is de Poke Bowl. Daarnaast heeft dit restaurant een aparte bar voor

cocktails maar ook gezonde smoothies. In de avond is er live muziek of speelt er een DJ.

Het hotel heeft een Spa en gasten kunnen gratis gebruikmaken van het binnenzwembad en sauna. Daarnaast biedt het hotel ook diverse schoonheidsbehandelingen, yoga en massages. Hotel Garbi is verder de perfecte uitvalsbasis om de rest van het eiland te verkennen. Discotheken zoals Ushuaia en Hi Ibiza zijn op loopafstand te vinden.

Wij hebben ontzettend genoten van ons verblijf bij Hotel Garbi. Het is dus zeker een aanrader.

*Marcel, Lea, Tessa & Lidiano*



BRUISEND/BEZOEK

**KOMENDE ZOMER ZIJN  
WE WEER VAN DE PARTIJ!**



Kijk voor meer informatie op [www.hotelgarbi-ibiza.com](http://www.hotelgarbi-ibiza.com)

Calle de La murtra 5, 07817 San Jordi, Ibiza | [info@garbi-hotel.com](mailto:info@garbi-hotel.com) | +34 971 300007



# Oogmode en trends



## Uw brillenspecialist in Breda

Als brillenspecialist in Breda passen we onze brillen graag aan aan de oogmode van deze tijd. Hiervoor bekijken we met heel het team welke nieuwe brillen we niet mogen missen. Van lichtgewicht tot super degelijk en met bijzondere materialen zoals hout, leder, buffelhoorn, titanium en goud. Daarnaast kunt u bij ons natuurlijk ook terecht voor de echte klassiekers op het gebied van brillen.

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!**

Mathenessestraat 63A, Breda | **076-5870283** | [info@bielars.com](mailto:info@bielars.com) | [www.bielars.com](http://www.bielars.com)

**BIELARS**  
Optiek & Optometrie



Aan het woord: Manon Marijnissen

## Wij coachen je naar een gezonde en gelukkige leefstijl!

Iedereen wil gezond en gelukkig zijn. Maar toch kampen steeds meer mensen met overgewicht, stress, vermoeidheid, hoofdpijn en andere klachten. De balans tussen ontspanning, beweging en gezonde voeding is vaak ver te zoeken. Slechte eetgewoonten en onvoldoende beweging en training zorgen ervoor dat men meer risico's loopt op allerlei ziekten, zoals hart- en vaatziekten, diabetes en dergelijke. Van alle Nederlanders drinkt tien procent te veel alcohol, een kwart van de mensen rookt, een derde beweegt te weinig en bijna alle mensen eten te weinig groente en fruit.

Grote kans dat jij daar ook bij hoort. Misschien ben je al een tijd van plan om gezonder te gaan leven, af te vallen of ben je er klaar mee om je moe en futloos te voelen. Door de vele bestaande diëten zie je door de bomen het bos niet meer. Heb je al veel pogingen gedaan, loop je vast of weet je niet waar je moet beginnen? Dan ben je bij Move35 op de goede plek! De coaches van Move35 helpen je de beste keuzes te maken die goed en gezond zijn voor jou. Die passen bij wie je bent en wat je wilt in het leven. Gezond eten volgens de Schijf van Vijf, menu's op maat gemaakt en voldoende beweging zorgen ervoor dat jij weer lekker in je vel zit.

**Wil je je leefstijl aanpakken? Dan moet er iets veranderen. Motivatie is de eerste voorwaarde voor verandering. Ben jij klaar voor verandering? Kom dan naar Move35 en wij helpen jou!**

**Manon Marijnissen**

Coach en voedingsdeskundige



Ter Merwestraat 1 Breda  
076 50 10 700  
Whatsapp: 06 45835485  
[info@move35.nl](mailto:info@move35.nl)  
[www.move35.nl](http://www.move35.nl)

# Shaboot!

Unieke dames- en kinderschoenen, vrijwel nergens in Nederland verkrijgbaar!

Naast de unieke collectie hanteren we ook service excellence binnen ons bedrijf. Wij zetten net een stapje extra voor de klant. Heb je zin in een kopje koffie of moet je dringend naar het toilet, kom gewoon even langs. We willen onze drempel zo laag mogelijk houden voor de klant.



BRIONY EN CLAUDIA LETTIUS

Sint Annastraat 8, Breda  
[www.shaboot.nl](http://www.shaboot.nl)



WALKING DOWN  
THE *Street*...

Loop eens binnen of  
ga naar [www.shaboot.nl](http://www.shaboot.nl)

## DAGJE UIT HISWA BOAT SHOW 2020



De HISWA Amsterdam Boat Show is het grootste evenement van Nederland op het gebied van watersport, lifestyle en recreatie. Of je nu op zoek bent naar een nieuwe boot (tot circa 10 meter), onderdelen of accessoires, informatie zoekt voor een bootvakantie, alles wilt weten over de mooiste recreatiegebieden, liefhebber bent van klassieke schepen of zelf een aantal watersporten wilt uitproberen, de HISWA Amsterdam Boat Show is the place to be voor iedere (potentiële) watersportliefhebber! Van 11 tot en met 15 maart vormt de RAI in Amsterdam weer het podium voor 50.000 m<sup>2</sup> aan watersportplezier.

**Kijk voor meer informatie en het bestellen van kaarten op [www.hiswarai.nl](http://www.hiswarai.nl).**

## FILMPJE KIJKEN ESCAPE FROM PRETORIA

In hun strijd tegen de apartheid verspreiden Tim Jenkin (Daniel Radcliff) en Stephan Lee (Daniel Webber) illegale ANC-pamfletten onder de Zuid-Afrikaanse bevolking. Ze worden op heterdaad betrapt en veroordeeld tot een jarenlange gevangenisstraf. Eenmaal onder de vleugels van politiek activist Denis Goldberg besluiten ze samen met medegevangene Alex Moumbaris om een ingenieus plan te bedenken om te ontsnappen. Al snel blijkt de uitvoering een stuk ingewikkelder dan gedacht en moeten er nog vele hindernissen genomen worden...

**ESCAPE FROM PRETORIA draait vanaf 19 maart in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN DE NOBELE AUTIST



Zittend aan het ziekenhuisbed van haar autistische zoon overdenkt een moeder het leven van haar kind. Hij ligt in coma en het is onzeker of hij weer bij bewustzijn zal komen. Ze denkt aan zijn geboorte, zijn jongste jaren en herinnert zich het geluk van het fietsen op de tandem en de ontbijtjes in bed, maar ook de wanhoop, het onbegrip en de angst voor escalaties. Hij dwong haar te focussen, hij liet haar de wereld zien door zijn ogen, zonder zich te laten misleiden door sekse, status, huidskleur of handicap.

**DE NOBELE AUTIST van Romana Vrede is vanaf 3 maart verkrijgbaar in de boekhandel.**



# MAANDAG 2=1 SPECIAL

Uw bezoek aan Holland Casino Breda krijgt nog meer cachet met een smaakvolle beleving in ons restaurant. In maart en april kunt u elke maandag genieten van de **Maandag Special**, 2x een hoofdgerecht voor de prijs van 1.

## DE VOLGENDE MAANDAG SPECIALS WORDEN GESERVEERD TUSSEN 17.00 & 21.00 UUR:

Elke 1<sup>e</sup> maandag schnitzel

Elke 2<sup>e</sup> maandag sliptong

Elke 3<sup>e</sup> maandag spareribs

Elke 4<sup>e</sup> maandag kreeft

De 5<sup>e</sup> maandag in maart mosselen

Kom smaakvol dineren in Holland Casino Breda.

**Vooraf reserveren is gewenst via 0031 - 765 251 100. Eet smakelijk!**

Niet geldig in combinatie met andere acties. Zolang de voorraad strekt.

Speel bewust 18+  
Hollandcasino.nl

24

# SMAAKVOL GENIETEN

2=1 ELKE MAANDAG EEN  
ANDER HOOFDGERECHT



MAART & APRIL  
BREDA

HOLLAND  
CASINO

NIEUW

25



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 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](http://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!



## Apotheekgroep 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  
Medicatierollen  
Medicatiekluisjes

Medicatie =  
Apotheekgroep Breda

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

# 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 slaapruimten.



## 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!**

*Apotheekgroep Breda helpt u graag met de juiste producten!*





# Lentekriebels

Kun je ook niet wachten tot het voorjaar komt en heb je nu al lentekriebels? Met deze producten laat je de lente gewoon lekker eerder beginnen en stap je straks helemaal voorbereid dit heerlijke seizoen in.

1. Clay And Glow Mask, € 26,50 [www.clayandglow.com](http://www.clayandglow.com)
2. Hydrate & Recharge Shampoo van JOHN FRIEDA®, € 10,99 [www.etos.nl](http://www.etos.nl)
3. Classique Pin-up Eau De Parfum Limited Edition van Jean Paul Gaultier, € 107,05 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
4. ROUGE G Lipstick van Guerlain, Shade € 34,- en Case, € 22,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
5. MutinyTM Squalane-Based Alternative Lip Balm van Medik8, € 34,95 [www.medik8.nl](http://www.medik8.nl)
6. kissed by mist front van essie, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)
7. Foamie Conditioner Bar, € 4,95 [www.etos.nl](http://www.etos.nl)
8. Cleve Clay Bag van Cowboysbag, € 149,95 [www.cowboysbag.com/nl](http://www.cowboysbag.com/nl)
9. La Vie est Belle Intesément van Lancôme, vanaf € 80,14 [www.lancome.nl](http://www.lancome.nl)
10. Roselift Collagène Jour van Payot, € 79,- [www.payot.com](http://www.payot.com)
11. Sea Horse Plankton Gel Cleanser van Beauty Kitchen, € 17,49 [www.hollandandbarrett.nl](http://www.hollandandbarrett.nl)
12. CHOOSE YOUR Glow! highlighter palette van essence, € 4,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)

# Alles voor je planten onder één dak



HÉT ADRES VOOR  
EXCLUSIEVE PLANTEN

“Wij staan voor exclusiviteit en kwaliteit”, vertelt Rene Wawrzyniak trots. Samen met zijn broer, vrouw en dochter runt hij ENRW Trading, speciaalzaak op het gebied van land- en tuinbouwproducten. “Daarin zijn wij echt dé specialist.”



## Aan ervaring geen gebrek

De liefde voor planten en dergelijke is Rene en zijn broer eigenlijk al met de paplepel ingegoten. “Toen we klein waren, gingen we al met onze vader met bloemen en planten langs de deuren, bemanden we in het weekend een bloemenstand en verzorgden we ook de aanleg en het onderhoud van tuinen.” Aan kennis en ervaring dus zeker geen gebrek. Helemaal niet als je bedenkt dat ook dit bijzondere familiebedrijf zelf alweer zo’n 25 jaar bestaat.

## Bijzonder assortiment

“Bij ons ligt de focus op de wat apartere producten. Dus niet de dingen die je overal kunt kopen, maar juist exclusieve planten, waaronder heel veel groenteplanten die je niet overal vindt, echt mooie potten en allerlei soorten kruiden

om zelf thuis te kweken. Daarnaast hebben we bijvoorbeeld ook een heel leuk aanbod orchideeën en een zeer breed assortiment in potgrond en allerlei soorten voeding om je planten in optimale conditie te kunnen houden. Oftewel: alles voor je planten onder één dak.”

## Jungle Meubelen

Sinds ongeveer twee jaar verkoopt ENRW Trading ook producten van Jungle Meubelen. “Hardhouten meubels die speciaal uit Indonesië worden geïmporteerd. Onder onze klanten was er vraag naar mooie meubels voor in de tuin en als ondernemer speel je dan uiteraard op zo’n vraag in. Bovendien past het merk perfect bij wat wij ook als onderneming uit willen stralen: exclusiviteit en kwaliteit.”

Eigenaar: Rene Wawrzyniak | ENRW Trading BV, Haagweg 22, Breda | 076-5300702





DO IT  
YOURSELF!

# Nieuwe kleren? *Maak ze gewoon zelf!*

‘Do it yourself’, oftewel DIY, is hipper dan ooit. Steeds meer mensen kiezen ervoor om zelf dingen te maken. Zo ook kleding. Want waarom kleding kopen als je ook zelf unieke kleding kunt maken?

Misschien zie je bij het zelf maken van kleding meteen het beeld van je moeder of oma achter de naaimachine voor je. Vroeger was het namelijk veel normaler om zelf je garderobe te maken. Een trend die nu weer een ware opmars beleeft, mede doordat duurzaamheid steeds belangrijker wordt.

## Oefening baart kunst

Zelf kleding maken is daarnaast ook gewoon ontzettend leuk. En helemaal niet zo moeilijk als je misschien denkt. Als je met een simpel patroon begint en de lat in eerste instantie niet te hoog legt, zul je zien dat je het naaien al snel onder de knie krijgt. Oefening baart kunst! Mits je goede patronen hebt natuurlijk, maar die zijn tegenwoordig heel eenvoudig online te vinden, in speciale tijdschriften en natuurlijk bij handwerk winkels. Keuze genoeg, dus er zit vast wel een patroon naar jouw wens bij. En het leuke is: je kunt dit nog helemaal eigen maken door de stof (en

de furnituren) die je kiest. In één kleur of met een vrolijk printje, maar net wat jij mooi vindt.

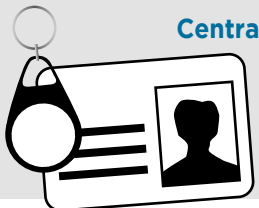
## Unieke kleding op maat

Het lijstje benodigdheden om voor de eerste keer aan de slag te gaan, is gelukkig ook niet heel uitgebreid. Natuurlijk heb je het patroon en geschikte stof nodig en ook een naaimachine is handig, tenzij je alles met de hand wilt doen. Daarnaast is het zeker ook aan te raden om een goede stofschaar aan te schaffen, eventueel een klein schaarje, patroonpapier, garen, spelden en naalden, kleermakerskrijt en een meetlint. En dan ben je er eigenlijk al wel. Natuurlijk heb je nog tal van andere gadgets, maar die kun je wellicht beter in een later stadium aanschaffen. Eerst maar eens zien of dat zelf kleding maken ook echt iets voor jou is. Is het antwoord daarop ‘ja’? Dan loop jij binnenkort in unieke kleding, geheel op jouw maat gemaakt.

Wil jij ook zelf kleding (leren) maken? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je ongetwijfeld een ondernemer in jouw regio die je hierbij kan helpen.

## LEDENFACTURATIE- EN INCASSEERSERVICE

Betalingsverwerking van alle bestedingen in de kantine en online via de ledenwebshop  
All-in abonnement voor verenigingen (incl. touch kassa en ledenwebshop)



### Centrale transactieverwerking van alle uitgaven in de kantine

- Touch kassa (koop/huur) voor elke verenigingskantine
- Cashless afrekenen met ledenpas of tag o.b.v. incassomachtiging
- Ook betaalwijzen iDEAL, PIN, contant (voor gasten)
- Kassa met bonprinter, lade, optie PINapparaat



### Centrale transactieverwerking van alle uitgaven in de gratis ledenwebshop

- Jaarlijkse contributie
- Diverse bijdrage(n)
- Sportkleding, huur materialen etc.
- Alle kantinebestedingen (ouder/kinderen)

Het iDEALnet betaalcentrum zorgt automatisch voor wekelijkse / maandelijkse en jaarlijkse (verzamel-)facturen en volautomatisch debiteurenbeheer incl. herinneringen (WIK).

Wij zoeken voorzitters/penningmeesters die de service aan hun leden willen verhogen en af willen van de arbeid voor het innen van gelden en het bijhouden van Excell lijstjes etc.



Administratiepartner iDEALnet betaalcentrum:

**Ria Mureau - Murlen dienstverlening VOF**

**T** (085) 2734910 **E** murlen@murlendienstverlening.com

**www.murlendienstverlening.com**



Jolien en Kees van Vliet

### De beste plek voor al je creatieve uitpattingen!

We hebben een uitgebreid assortiment naaimachines, lockmachines, borduurmachines en coverstitch machines.

Heb je al een goede machine? Vergeet dan niet dat onderhoud belangrijk is! Of heeft je machine kuren? Wij hebben een eigen technische dienst.

Daarnaast hebben we natuurlijk veel fournituren, verschillende soorten naai- en lockgaren en een goede collectie naaipatronen (Burda, Simplicity en La Maison Victor).

Ook voor breien en haken ben je bij ons aan het juiste adres. Er is een prachtige collectie wol van o.a. LangYarns, Phildar, Borgo de Pazzi en Scheepjes, brei- en haaknaalden en mooie patroonboeken.

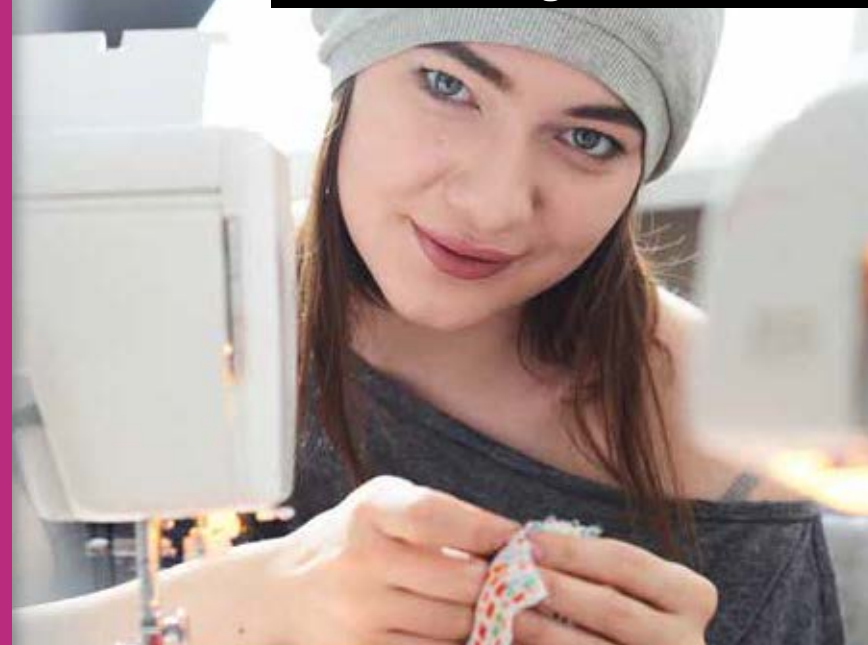
**vanvliet**  
naaimachines

Spinveld 13a-2, Breda  
076-5216827

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

# Naaiessen op je eigen niveau?

Van starter tot gevorderde



Je werkt op je eigen naaimachine in kleine groepen, zodat er voor iedereen persoonlijke begeleiding is. Knippen, spelden, stikken... Harriëtte leert je alle kneepjes van het vak.

**Voor meer info en je opgeven: bel (076) 521 68 27.**

**Het kan bij Van Vliet!**

**Gratis parkeren voor de deur**



# 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!*





**DUS WACHT NIET LANGER**  
Bekijk al onze houtproducten!

**Van Wijck voor als u van hout houdt!**

Waar de gemiddelde bouwmarkt ophoudt, gaan wij nog net even een paar stappen verder.



**HOUT IJZERWAREN GEREEDSCHAPPEN**

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



**Salon La Beauté**  
Schoonheidsverzorging, pedicure en visagie

GEZICHTSBEHANDELING	<b>Rust, ontspanning, verzorging. Even aandacht voor het lichaam. Een massage kan een ware traktatie zijn voor je lichaam.</b>
MASSAGES	De volgende massages zijn te reserveren:
PEDI / MANI	• Ontspanningsmassage 30 min / 60 min • Antistressbehandeling 45 min
MAKE-UP	• Bindweefselmassage (eerste keer met intake) 30 min
HARSEN	• Indian head massage 30 min • Voetreflexmassage 45 min

Verlaat de bekende paden van het dagelijks leven en vind je oase van rust! Voor meer informatie neem vrijblijvend contact met mij op of kijk op mijn website.


**VOOR MEER INFORMATIE**  
Bel 06-33901408 of kijk op de website.

**Joyce Stallen - van Hattum | Gouddonk 3, Breda | 06-33901408 | [www.salon-labeaute.nl](http://www.salon-labeaute.nl)**

# Help! Ik kan niet meer stoppen!

COLUMN/JOHANNA WAGNER

Nieuwsgierig  
of meer info?  
Bel:  
06-48201582



Relax, enjoy & live.



EIGEN WEG

**Je hebt het gevoel in een achtbaan te zitten die, als de rit voorbij is en je karretje dreigt stil te staan, plotseling weer hetzelfde rondje doet. Je hebt geen controle over de rem en het lijkt alsof je geen andere keuze hebt dan alsmaar door te gaan. Je wordt steeds vermoeider, je gaat steeds minder vaak de deur uit, slapen gaat slechter en je hoofd staat niet meer stil.**

Alles in je schreeuwt dat het niet meer gaat, maar je verstand zegt dat je door moet omdat je anders uit de bocht dreigt te vliegen. Dan plots ben je niet meer vooruit te branden. Je lijf geeft aan dat het niet meer gaat. Je bent opgebrand, uitgeblust. Je hebt last van ongezonde stress, je bent overspannen óf je hebt een burn-out.

Het goede nieuws is: er is iets aan te doen. Ik snap dat je op dit moment door de bomen het bos niet meer ziet, maar ik kan je een helpende hand bieden. Met Less Stress bied ik je de mogelijkheid om met jezelf aan de slag te gaan waardoor je niet langer vanzelfsprekend meegaat in de stroom van alledag. Ik werk volgens de uitgangspunten van de ACT (acceptance and commitment therapie) waarbij je leert de signalen van stress te herkennen en in een ander perspectief te plaatsen. Het doel is niet om stress te verwijderen uit

je leven, maar om er anders mee om te leren gaan. Op deze manier word je bewuster van je eigen emoties en gedachten en kun je beter binnen je eigen grenzen blijven.

Elke eerste donderdag van de maand start de cursus Less Stress. In vier bijeenkomsten van 2,5 uur leer je hoe stress ontstaat, wat je kunt doen om stress te verminderen, op welke manier je ongezonde stress kunt voorkomen en hoe je met stress in het algemeen kunt omgaan. Je kunt ook kiezen voor een individueel traject.

**LET'S ACT!**

**Johanna Wagner**



**LESS STRESS**

Bastionstraat 13, Breda  
06-48201582  
[www.lessstress.nu](http://www.lessstress.nu)





# Bij Schietecat moet je zijn

Schietecat Tweewielers, al 66 jaar dé fietsenspecialzaak van Breda. En dat merk je aan alles. Niet alleen aan de bijzonder uitgebreide collectie, maar zeker ook aan de vakkennis en de topservice waar ze bij Schietecat om bekendstaan.

DÉ TWEEWIELER-  
SPECIALIST VAN BREDA



“Schietecat Tweewielers is een echt familiebedrijf”, begint eigenaresse Mayke Schietecat haar bevolgen verhaal. “Mijn opa begon het bedrijf zo’n 66 jaar geleden, daarna hebben mijn ouders het jarenlang gerund en sinds een aantal jaar sta ik aan het roer. Maar mijn vader denkt op zijn tijd nog steeds graag met mij mee, dus los van mijn eigen ervaring kan ik ook nog uit zijn kennis en ervaring putten.”

## Kwaliteit

Wat voor fiets je ook zoekt, bij Schietecat Tweewielers slaag je gegarandeerd. “Van stadsfietsen tot (elektrische) scooters en van vouwfietsen en compacte fietsen tot e-bikes en elektrische steps en alles ertussenin, we verkopen het allemaal. Ik durf ons assortiment wel uniek en zeer uitgebreid te noemen. Bovendien verkopen we vrijwel uitsluitend de betere merken, dus we staan ook nog eens voor kwaliteit.” Die kwaliteit stopt trouwens niet bij de fiets, scooter of step die ze verkopen. “Ook de service

die wij leveren is kwalitatief zeer hoog, net als onze reparatie- en onderhoudswerkzaamheden die we in onze eigen werkplaats uitvoeren. Wat we doen moet gewoon goed zijn en dat waarderen onze klanten!”

## Vertrouwen

Mayke vindt het erg belangrijk dat klanten vertrouwen hebben in Schietecat. “Ik wil dat mensen denken: ‘bij Schietecat moet je zijn, want daar zit je altijd goed’. Met ons team doen we er dan ook elke dag weer alles aan om onze klanten zo goed mogelijk van dienst te kunnen zijn. Of ze nu komen voor een nieuwe fiets of voor een reparatie of onderhoud, iedereen is bij ons welkom!”

**Schietecat**  
tweewielers 

Korte Boschstraat 1 - 3 / Boschstraat 119 Breda



**Geef mij tijd.**

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

Samen komen we steeds dichterbij

KWF KANKER BESTRIJDING



**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](http://www.tobedazzle.nl)





**Petra Busio**

*Praktijk voor natuurgeneeskundige, energetische en paranormale therapie*

Door energetische therapie of door automatisch te schrijven komt er inzicht en overzicht in het leven. En dan gaat het weer een heel stuk gemakkelijker.

**Kom eens langs voor een energetische behandeling voor:**

- Burn-out
- Het wegnemen van blokkades in het lichaam
- Pijnbestrijding
- Lichamelijke klachten
- Je loopt vast in het leven
- Inzicht krijgen

Bel of mail voor meer informatie en een afspraak.

Door de meeste zorgverzekeraars vergoed!

**Energetisch therapeut**

Zandheuvel 59, Oosterhout  
06-10564703 | [info@petrabusio.nl](mailto:info@petrabusio.nl)  
[www.petrabusio.nl](http://www.petrabusio.nl)



**KOOTSTRA RIJOPLEIDINGEN.nl**  
T 088 - 9800300



**GRATIS PROEFLES**

Intake voor € 42,-

- 14 motorrijlessen
- 1 x Voertuigbeheersing AVB
- 1 x Verkeersdeelname AVD
- Gratis proefles

Vraag proefles of informatie aan via onze website.

**€ 975,-**

>>> Inclusief gebruik motor, helm en motorkleding

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

Lid van: 



# 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

44

# LEKKER BIJ GEERT KIP

*geertkip.nl*

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



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

# De strijd tegen *ongewenste haren*

Veel mensen hebben last van ongewenste haargroei, oftewel haargroei op plekken waar ze dat liever niet zouden hebben. Iets waardoor sommige mensen zich onzeker kunnen voelen. Maar gelukkig ook iets waarvoor diverse oplossingen zijn.

De ernst van het probleem verschilt van persoon tot persoon. De een heeft slechts enkele ongewenste donshaartjes terwijl de ander last heeft van opvallende, dikkere en donkere haren. En of het haar dan ook daadwerkelijk ongewenst is, hangt ook weer van de persoon af. De een kan er prima mee leven, de ander schaamt zich erdoor.

## Scheren

Is de haargroei echt extreem en wil je ervan af, dan is het aan te raden om een afspraak te maken bij je huisarts die je vervolgens kan doorverwijzen naar een specialist. In de wat minder extreme gevallen kun je vaak zelf de strijd tegen de haren aangaan. Daarvoor bestaan verschillende methodes waarvan scheren nog wel de bekendste (en meest gebruikte) is. Nadeel hiervan is echter dat de haren snel terug groeien en dan meestal hard en stug aanvoelen. Niet de meest geschikte methode dus voor alle plekken op je lichaam...

## Waxen

Als alternatief kiezen veel mensen voor waxen. Voordelen hiervan zijn dat het haar langer wegblijft, dunner terugkomt en je ook geen last hebt van scheerbultjes. Bovendien hoeft je het niet per se zelf te doen, maar kun je ook naar een salon gaan om je professioneel te laten waxen. Nadelen zijn dat waxen niet geheel pijnloos is en dat je ook een iets grotere kans hebt op ingegroeide haren dan bij scheren.

## Laseren

Andere 'oplossingen' zijn bijvoorbeeld het gebruik van ontharingscrèmes, epileren, bleken en harsen. En natuurlijk het permanente alternatief: laseren, waarvoor tegenwoordig steeds meer mensen kiezen. Bij het laseren worden de cellen van de haarwortel zo beschadigd dat er geen haar meer kan groeien, oftewel: het resultaat is meestal blijvend. Laseren werkt echter niet altijd even goed bij mensen met blond of rood haar. Zij kunnen dus beter voor een van de andere oplossingen kiezen.

Heb jij ook last van ongewenste haargroei? Kijk dan eens op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl). Hier vind je vast wel een specialist in jouw regio die je van je probleem af kan helpen.

LASEREN IS  
MEESTAL PERMANENT,  
MAAR WERKT NIET  
BIJ IEDEREEN



# Verhuizen zonder zorgen

Van Ravels Verhuizingen is een echt familiebedrijf. Ooit opgericht door Frits van Ravels die in 2017 het stokje doorgaf aan zoon Boy. Op de achtergrond helpen vader en moeder nog steeds mee. “Al onze medewerkers maken onderdeel uit van de Van Ravels familie”, benadrukt Boy.



'GEEN VERHUIZING IS ONS TE GEK'

“We werken dag in dag uit samen als team. Iedereen heeft zijn of haar eigen rol waardoor alles soepel verloopt. Natuurlijk is verhuizen een serieuze business, maar een grapje op z'n tijd doet veel voor de sfeer. We beseffen als geen ander hoeveel spanning een verhuizing kan oproepen en doen ons best om mensen in alle opzichten te ontzorgen. De wensen van de klant staan bij ons voorop. Goed luisteren is daarvoor essentieel. We gaan dan ook bijna altijd bij de mensen thuis langs om persoonlijk kennis te maken en voor een eerste inventarisatie. Daarbij geven we precies aan wat er wel en niet mogelijk is. In alle gevallen denken we actief mee om tot een passende oplossing te komen.”



Van Ravels Verhuizingen | Kleine Krogd 31, Breda  
076-2600032 | [info@vanravelsverhuizingen.nl](mailto:info@vanravelsverhuizingen.nl)  
[www.vanravelsverhuizingen.nl](http://www.vanravelsverhuizingen.nl)

## Uniek: verhuislift

“Wilt u zorgeloos verhuizen, dan kunnen wij uw spullen in- en uitpakken en zorgen voor demontage en montage van uw meubels. Tot een week voor de verhuizing kunt u nog wijzigingen op de offerte doorgeven.

Als enige in Breda beschikken wij over een verhuislift die tot de tiende etage komt, deze kunt u ook gewoon huren.”



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

cesar  
therapie  
Janssen  
weer langdurig fit

Weer optimaal  
en fit bewegen?

**Maak nu een afspraak! Cesar therapie Janssen werkt!**

Zandhovenstraat 2, Breda | 076-5879960  
info@cesarofentherapie.net | www.cesarofentherapie.net

## Wees voorbereid!

Het aantal eikenprocessierupsen zal  
in 2020 verder stijgen.



De rupsen die in 2019 zijn uitgegroeid tot vlinders en nieuwe eitjes hebben gelegd op twijgen en takken van de eikenboom, zullen in 2020, bij het uitblijven van een strenge winter, overlast geven. Normaal komen de eitjes uit in april, maar als het weer zacht blijft, kan dit ook al in maart gebeuren.

De brandharen van de eikenprocessierups zorgen bij aanraking met de huid, ogen of luchtwegen voor zeer vervelende of zelfs ernstige klachten:

- Uitslag en rode bultjes
- Jeuk
- Kriebel in de mond en keel
- Hoesten en benauwdheid
- Oogklachten
- Koorts en braken

**Kom langs voor een goed advies.**



**BROCK'S**  
HOMEOPATHIE

Ginnekenweg 28 Breda  
076-5219313  
www.brockshomeopathie.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 bloedvatafzetten 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

COLUMN/NIELS DEENEN

## 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 (kraaienpootjes) 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 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.







# PIZZA?

**BIJ DOLCE E SALATO  
MAKEN WE AL MEER DAN 12 JAAR DE  
BESTE PIZZA'S VAN BREDA.  
KOM LANGS EN PROEF HET ZELF!**

AKKERSTRAAT 9 4811JL BREDA | 076-5320751 | DOLCEESALATO.NL

# MOEKE LAAT DE LENTE BRUISEN

ANNO  1893

## MOEKE

GINNEKEN

Moeke Ginneken - Ginnekenmarkt 17 - 4835 JC Breda  
076 5607020 - info@moekeginneken.nl

IK ZIT EVEN BIJ MOEKE

## Net als in de film...

In Amerikaanse advocatenseries wordt het beroep van advocaat nogal eens 'geromantiseerd'. Toegegeven, het is een geweldig interessant en dynamisch beroep, waarvoor niet alleen juridisch intellect nodig is, maar ook de eigenschap om goed met cliënten, rechters, collega-advocaten, wederpartijen, deskundigen, media, openbaar ministerie en andere derden om te kunnen gaan.



foto: Hylke Greidanus Photography

En met 'goed' wordt dan bedoeld met respect, daarbij de belangen van de cliënt niet uit het oog verliezend. En juist deze belangen worden temeer gediend indien de advocaat zich (ook) in het verleden heeft bewezen als een juridisch kundig en sociaal vaardig advocaat, waarbij betrouwbaarheid een toverwoord is. Het is dan ook niet voor niets dat de gedragsregels bepalen dat *'De advocaat zich zodanig dient te gedragen dat het vertrouwen in de advocatuur of in zijn eigen beroepsuitoefening niet wordt geschaad.'*

Maar goed, saaie personages verkopen in filmland natuurlijk niet! Toch is de romantisering van de Amerikaanse advocaat niet helemaal onterecht. In Amerika (en ook bijvoorbeeld Groot-Brittannië)

wordt in bepaalde zaken recht gesproken op basis van 'trial by jury'. Niet juridisch geschoolde en beïnvloedbare burgers worden dan als jury bij de rechtspraak betrokken. Advocaten zullen er dus alles aan doen om de jury met vlammeende en soms kolderieke betogen te beïnvloeden. De juridische gedegenheid van de betogen is minder interessant. In Nederland daarentegen spreken uitsluitend juridisch geschoolde, onpartijdige, onafhankelijke en (doorgaans) niet beïnvloedbare rechters recht.

Het is dan zinloos om een toneelstuk op te voeren. Het gaat om de kracht van het juridische betoog. Saaier, maar naar mijn mening wel een rechtvaardiger rechtssysteem!

Wilt u meer  
weten, neem dan  
contact op  
076-5227798

 **WOLFHAGEN**  
ADVOCATUUR

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

# Ik ben dankbaar

Zeg vaker 'dank je wel', al is het in stilte. Drie kleine woordjes met een grote betekenis. Wees dankbaar voor wat je hebt. Wees niet ongelukkig over wat je niet hebt. Dankbaarheid geeft een gevoel van verlichting en geluk.

Je kunt je staat van bewustzijn en je energieniveau verhogen door dankbaarheid te tonen. Wanneer je oprecht dankbaar bent, is dat een blijk van waardering en een uiting van vriendelijkheid.

Dankbaarheid kun je elke dag beoefenen. Bijvoorbeeld 's avonds. Neem voordat je gaat slapen tien minuten tijd en rust voor jezelf. Sluit je ogen en adem een paar keer ontspannen diep in en uit. Voel wat er in je lichaam gebeurt. Vervolgens vraag je aan jezelf: waar ben ik vandaag dankbaar voor? Stel die vraag vanuit je hart. Waar ben ik vandaag dankbaar voor? Elke dag zijn er dingen om dankbaar voor te zijn.

Met een positieve gedachte je dag afsluiten beïnvloedt je onderbewustzijn positief. Als je dat elke avond doet, zul je ontdekken dat je met een prettig gevoel gaat slapen. Wees dankbaar en je zult je gelukkiger voelen.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

# '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!"





# Écht iets voor een ander betekenen. Maakt u het verschil?

**Weltevree Colours adviseert en begeleidt mensen met vragen die met het leven te maken hebben. Vragen over bijvoorbeeld zingeving, persoonlijke ontwikkeling, zelfredzaamheid, zorg, relaties, werk en onderwijs. Creativiteit in denken én in doen is ons kenmerk! Onze aanpak is helder, warm en oprecht. Zonder betutteling. Dat is er al genoeg!**

Sinds eind 2019 is Weltevree Colours ook een driejarige samenwerking aangegaan met Stichting Mentorschap Midden en Noordoost Brabant. Wij voeren het project **'Samen zorgen voor goed Mentorschap'** uit. Mentorschap is bedoeld voor mensen die niet goed voor zichzelf kunnen opkomen en geen familie of anderen hebben om op terug te vallen. Het gaat om meerderjarige personen die door hun ziekte of beperking moeite hebben met het begrijpen van informatie en het nemen van beslissingen. Voor hen is het ingewikkeld de regie te houden wanneer het gaat over hun verzorging, verpleging, begeleiding en behandeling. Een mentor helpt hen daarbij. Voor Stichting Mentorschap zijn wij op zoek naar nieuwe mentoren. Maakt u het verschil?

**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)



**Mentor nodig  
of  
mentor worden?**

**WELTEVREE  
COLOURS**

Bel 06 – 508 46 336

Of kijk op  
[www.weltevree-colours.nl](http://www.weltevree-colours.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 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 vergoedingsbegroting.**

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

Alard Duhamelstraat 78, Breda  
(076) 587 70 20

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





Voor losse bloemen, boeketten, planten, bruidswerk, rouwwerk, plantarrangementen voor huis of kantoor bent u bij ons aan het juiste adres. Met zijn drieën doen wij er alles aan om u de beste beleving te geven, zowel in de winkel als bij u aan de voordeur! En vers is bij ons ook echt vers.

DE MOOSTE BOS  
haal je bij ons.  
Kom langs!

BLOEM & PLANT

Bloemwerk voor  
alle gelegenheden

By Dennis Kuylars

Halstraat 19 • Breda • verkoop@marijnkroese.nl • 076- 522 27 23



Beeldentuin  
**Titambire**



Kunst uit Zimbabwe



Vedelring 184 | 4876 ET Etten-Leur | +31 62 90 555 41 | www.titambire.nl

**Het feest begint hier!**




**Heeren van Breda**  
*Dorpscafé in het centrum van Breda*

Grote Markt 31, Breda | 06 30606322 | heerenvanbreda

# Hoofd- of nekpijn?

Daan Bredewout, gespecialiseerd manueel therapeut



Afspraken ook 's avonds of in het weekend mogelijk  
[www.praktijkbredewout.nl](http://www.praktijkbredewout.nl)

Bel nu voor  
een afspraak:  
06 30705262



Bij Praktijk Bredewout kunt u terecht voor:

- Kaakpijn
- Hoofdpijn
- Nekpijn
- Gezichtspijn
- Tinnitus
- Zenuwpijn
- Slikklachten
- Stemklachten
- Duizeligheid
- Echografie





Je vakantie  
begint al  
vóór de reis!

- Jouw agenda is leidend. Boek waar en wanneer het jou uitkomt!
- Makkelijk via telefoon, per mail, bij jou thuis of op kantoor
- Goede adviezen en persoonlijke tips, voor particuliere en zakelijke reizen!
- 24/7 service, waar je ook bent!



Ruby Verboom, voor al je reiswensen!

+31 (0) 6 28 47 18 06

Ruby.Verboom@personaltouchtravel.nl

www.RubyVerboomReizen.nl



PersonalTouchTravel®



# Voel je thuis en **geniet!**

Wie zin heeft in een heerlijke maaltijd in een gemoedelijke en sfeervolle setting, moet zeker eens een kijkje gaan nemen bij Eeterij d'n Bal in Oosterhout. Eigenaren Nicolay en Esther van Duuren staan daar vol enthousiasme voor al hun gasten klaar.

## THUISKOMEN

“Eeterij d'n Bal is al bijna 25 jaar een begrip in Oosterhout en de wijde omgeving”, begint Nicolay zijn verhaal. “Wat in 1994 ooit begon als bruin café, is in de loop der jaren uitgegroeid tot eetcafé met nog steeds dat gezellige 'bruine sfeertje' van toen. Mijn vrouw en ik runnen deze zaak inmiddels al weer negen jaar met ontzettend veel plezier. De eerste keer dat we hier binnenkwamen, voelde meteen als thuiskomen en zo voelt het eigenlijk nog steeds.”

## SPARERIBS EN MEER

En dat is ook precies het gevoel dat ze met hun gasten willen delen. “Iedereen moet zich hier thuisvoelen en in een ongedwongen sfeer kunnen

genieten van al het lekkers dat we op tafel toveren. Wat onze specialiteiten zijn? Saté en natuurlijk onze spareribs. Niet voor niets is onze slogan: de lekkerste spareribs van Oosterhout, Brabant en de rest van de wereld. Maar daarnaast staan er natuurlijk nog tal van andere lekkernijen op de kaart. Voor ieder wel wat wils. We kunnen zelfs met alle mogelijke allergieën of diëten rekening houden als daar behoefte aan is. Alles wat bij Eeterij d'n Bal uit de keuken komt, is zelfgemaakt, uiteraard van verse ingrediënten. En dat proef je!”

## JONG EN OUD, IEDEREEN IS WELKOM BIJ EETERIJ D'N BAL.

“En ook voor feesten, partijen en catering ben je bij ons aan het juiste adres. En heb je geen zin om zelf te koken, maar wil je wel gewoon thuis eten? Afhalen kan ook en we bieden zelfs een bezorgservice aan huis. **Wees dus welkom bij Eeterij d'n Bal!**”



Eigenaren: Nicolay en Esther van Duuren  
Bakkerstraat 21, Oosterhout | 0162-438336 | [www.denbal.nl](http://www.denbal.nl)

De lekkerste  
spareribs van  
Oosterhout,  
Brabant en de  
rest van  
de wereld!

TRENDIA IS VAN OUDSHER  
EEN FAMILIEBEDRIJF.  
DIT JAAR BESTAAT  
DE ZAAK AL 80 JAAR.

**Trendia**  
VLOER & WAND



Trendia is een echt familiebedrijf en al meer dan 80 jaar een begrip in Breda en omstreken. Voorheen stond het bedrijf bekend onder de naam Tegel Super Hoornick. Met de nieuwe naam gaat Trendia mee met de moderne tijd. Tegenwoordig staat Frens Hoornick als derde generatie aan het roer van het bedrijf. Samen met zijn gezellige team verwelkomt hij je graag in de vernieuwde zaak.

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

# Een begrip in tegels

## Geef karakter aan je woning

Met een vernieuwde naam, showroom en assortiment is er voor Trendia een nieuw tijdperk aangebroken. Je bent er aan het juiste adres voor mooie vloer- en wandtegels die passen bij de laatste trends op woongebied. Zo zie je tegenwoordig bijvoorbeeld veel betonlook en houtlook tegels. De showroom is ruimtelijk opgezet en zo ingericht dat je meteen een goed beeld krijgt van het karakter dat de tegels aan een woning geven.

## Een compleet pakket

Naast prachtige tegels voor vloeren en wanden, kun je bij Trendia ook rekenen op de allerbeste service. Frens en zijn team weten alles als het op tegels aankomt en adviseren je graag. Wanneer je tegels koopt bij Trendia, kunnen zij ook vakkundige tegelzetter regelen of vloerverwarming laten aanleggen. Je kunt dus rekenen op het complete pakket als het op nieuwe tegels aankomt.

## Uniek assortiment aan steenstrips

Trendia is een speciaalzaak op het gebied van wand- en vloertegels. Ook kun je er terecht voor een uniek assortiment aan steenstrips. Vooral baksteenstrips zijn tegenwoordig populair. Met deze steenstrips geef je eenvoudig een industrieel karakter aan een ruimte. Je vindt de steenstrips in de showroom of bestelt ze online via [Steenstripwinkel.nl](http://Steenstripwinkel.nl).

De grote showroom van Trendia is dé plaats om inspiratie op te doen voor het nieuwe interieur van jouw woning. Frens en zijn team staan voor je klaar om jou te voorzien van deskundig advies.

**KOM LANGS!**

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



Eigenaar: Frens Hoornick | Spinveld 60, Breda | [www.trendia.nl](http://www.trendia.nl) | 076 - 521 38 60 | [info@trendia.nl](mailto:info@trendia.nl) | [www.trendia.nl](http://www.trendia.nl)



# Cowboys & indianen

COLUMN/MAJESTA



**Clint is er niet meer.** Ik ben opgegroeid met Clint, onze grijze roodstaartpapegaai. Ik ben nu 43 en ik weet niet beter dan dat hij in mijn leven was. Hij kon praten als de beste: hij vertelde mij als klein jongetje dat ik niet te dicht bij hem mocht komen: *"Pas op: niet aankomen hè!"* Hij imiteerde het geluid van de telefoon zo goed dat mijn moeder iedere keer weer voor niks de telefoon opnam. En dan zei Clint: *"Ja, hallo?"* Het mooiste vond hij ouderwetse cowboyfilms, met veel schieten. Dan danste hij heen en weer op zijn stok en deed mee met het schieten en de indianengeluiden, compleet met galopperende paarden. Een keer heeft hij mijn moeder een rood hoofd bezorgd, omdat hij het stopwoordje van de boekhouder precies getimed nadeed. De boekhouder zei altijd *"Eh..., zeker, zeker."* En na de zoveelste keer *"Eh..."* zei Clint *"zeker, zeker."* Als hij je met pelpinda's zag aankomen, riep hij al van verre *"Clint is lief! Clint is lief!"* Hij kon ook intens tevreden op je schouder in zichzelf zitten keuvelen.

En nu is Clint er niet meer. Van ouderdom overleden. Nooit meer: *"Goeoeodemorrrrrgen!"* Clint is gecremeerd en zijn as staat in een urntje in de vensterbank. Het is heel stil nu bij mijn ouders.

 **Dierenuitvaartcentrum  
Majesta Breda**

Oude Baan 60, Breda | 076 - 700 23 42  
info@dierenuitvaart-breda.nl  
www.dierenuitvaart-breda.nl



Onderdeel van Majesta Uitvaartzorg voor dieren

64

COLUMN/BUDGETCOACH

# De confrontatie met je uitgavenpatroon

We zijn het er allemaal wel over eens: besparen is helemaal niet leuk!



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

We geven ons geld liever uit. En dat is natuurlijk hartstikke logisch. Naast alle noodzakelijke uitgaven, wil je ook weleens zelf bepalen waar je geld naartoe gaat. Uiteraard naar iets leuks.

Vorige keer had ik het over een besparingsplan. Daarvoor moet je je uitgaven minimaal wekelijks bijhouden. Je kunt dan precies zien welke uitgaven niet nodig waren en ervoor zorgen dat je daar deze maand niets meer aan uitgeeft.

En die confrontatie is nou precies wat we niet leuk vinden, want dan zien we dat alle kleine, leuke dingetjes bij elkaar opgeteld eigenlijk best veel geld kosten en dat het vaak ongemerkt gaat. Totdat je geconfronteerd wordt met de werkelijke cijfers, kun je het voor jezelf nog ontkennen. Maar met een kasboekje zien we dat we bijvoorbeeld toch weer € 50,- euro aan kleding hebben uitgegeven, terwijl we een kast vol kleding hebben.



En dat is goed! Ga de confrontatie met jezelf aan en zorg dat je weer controle krijgt over je uitgaven. En word niet boos op jezelf als het een keertje misgaat, want als je mijn tips opvolgt, ben je al op de goede weg!

*Wil je de confrontatie niet alleen aangaan? Bel me dan voor een vrijblijvende afspraak.*

**Volgende keer: wat als je in de schuldhulpverlening komt?**

Budgetcoach  
*Tamara Leijten*

Budgetcoach Tamara Leijten | 06 - 103 069 38 | info@tamaraleijten.nl | www.tamaraleijten.nl

# Hoe bijzonder mag uw vloer zijn?

*glad*  
GIETVLOEREN

Minervum 7003, Breda

076-5323914

[www.glad-gietvloeren.com](http://www.glad-gietvloeren.com)



# Voor elke ruimte een passende kast

GRATIS  
INMEET  
SERVICE



JongWonen Kastsystemen is dé maatwerkspecialist in kasten met een grote winkel van 1000 m<sup>2</sup>. Wij bieden u 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 één lijn zitten. Het is verstandig om vooraf een afspraak in te plannen zodat we voldoende tijd voor u hebben.

*JongWonen*  
KAST SYSTEMEN

Haagdijk 50, Breda | (076) 522 85 33 | [info@kasten.nl](mailto:info@kasten.nl) | [www.kasten.nl](http://www.kasten.nl)

# Weer blij de deur uit?

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



## Podologie & voetzorg sinds 1985



- Dé professional in paramedische voetzorg
- Behandeling voet- en enkelklachten
- Voetzorg bij diabetes, reuma, vaatlijden, sport
- Oncologische voetzorg en overige risicovoeten
- NATUURLIJK ÓÓK VOOR GEWONE VOETZORG

Nauwe samenwerking met fysiotherapie, medisch specialist, POH/huisarts Ingeschreven in het Register Paramedische Voetzorg.

Behandeling op afspraak

**Podologie en Voetzorg Erna Smans**

Roeselarestraat 480, Breda | 076 - 587 35 50

HET SOCIALE LUNCHRESTAURANT MET DE  
**LEKKERSTE TOSTI'S!**

**HAPPY TOSTI**

Veemarktstraat 3 Breda  
076 889 3929

Wacht niet langer en kom proeven!

## 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

## Alles in huis voor een stralende en gezonde lach Mondzorg Tridenzo breidt haar service uit

**Mondzorg Tridenzo is 4,5 jaar geleden gestart als een nieuwe tandartspraktijk en sinds 2017 mogen wij onafgebroken en nu al voor het vierde jaar het kwaliteitskeurmerk 'De Lieve Tandarts' voeren. Hier zijn wij als team Tridenzo erg trots op.**

De ontwikkelingen in de mondzorg staan niet stil en de behoefte van onze patiënten aan een gevarieerde mondzorg neemt duidelijk toe en daarmee de behoefte aan meerdere specialisaties binnen onze praktijk. Om die reden is Mondzorg Tridenzo per 1 januari 2020 uitgebreid met tandarts/implantoloog Goce Gjorgjioski (BIG geregistreerd). Hiermee is de tandartscapaciteit niet alleen vergroot, maar kunnen wij binnen de praktijk ook meerdere behandel-mogelijkheden aanbieden.

Tandarts Gjorgjioski is een zeer toegankelijke en empathische tandarts met vijftien jaar ervaring in diverse tandheelkundige specialisaties. U zou hem zelfs de verpersoonlijking kunnen noemen van **'De Lieve Tandarts'**.

Mondzorg Tridenzo blijft uw praktijk voor algemene tandheelkunde - ook voor angstpatiënten - en voor mondhygiëne, maar zal vanaf nu tevens de specialisaties implantologie, chirurgie, endodontologie en esthetische en prothetische tandheelkunde kunnen aanbieden.

In het derde kwartaal van dit jaar zal team Tridenzo nog een keer worden uitgebreid met een gespecialiseerde tandarts, waarmee ook de disciplines kindertandheelkunde en orthodontie beschikbaar komen.

Kortom, team Tridenzo biedt in 2020 volledige en toegankelijke tandheelkunde van hoge kwaliteit onder één dak, voor iedereen en alle leeftijden.

**Wij nodigen nieuwe patiënten graag uit om een kijkje te komen nemen in onze moderne praktijk, Vijfhagen 43 in Breda.**



VIJFHAGEN 43, 4812 XT BREDA  
076-5324960 | WWW.TRIDENZO.NL

TRIDENZO MONDZORG  

# Passie voor auto's is mijn drijfveer!

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



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

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

**Ik zie je graag snel in Tilburg!"**



Aresstraat 13-01, Tilburg | 06-29498672 | [www.topend.nl](http://www.topend.nl) | Facebook: TopEnd cardetailing



LAKBESCHERMING



LEDER/INTERIEUR BEHANDELING



LAK CORRECTIE/POLIJSTEN



VELGEN BEHANDELING



# VVV BREDA TIPS

MRT.  
2020

ALTIJD WAT TE DOEN IN BREDA!

T/M 23 AUGUSTUS

## Save me from this cold

Stedelijk Museum Breda toont videoportretten door Martin en Inge Riebeek. Zij vroegen mensen over de hele wereld naar de essentie van hun leven. Thema's: de positie van de vrouw, het verlangen naar liefde en geborgenheid, geloof en moraal. [www.stedelijkmuseumbreda.nl](http://www.stedelijkmuseumbreda.nl)



talige artiesten als John West, Feestteam, de Gebroeders Ko en vele anderen. [www.bredainconcert.nl](http://www.bredainconcert.nl)



21 EN 22 MAART

## Molen wijk-end

Na een grootse restauratie is de molen in Bavel weer klaar om te malen. Daarom een weekend lang rondleidingen en activiteiten. [www.molenbavel.nl](http://www.molenbavel.nl)



28 MAART

## Gin & Rum Festival

Feest in de Koepel! Tien jaar geleden niet denkbaar, maar tijden veranderen. Proef meer dan honderd verschillende soorten gin en rum, luister naar prachtige verhalen, volg workshops en waag een dansje bij de silent disco. [www.ginrumfestival.nl](http://www.ginrumfestival.nl)



14 MAART

## Breda in Concert indoor

Na het succes van Breda in Concert op het Chasséveld, nu de indoorversie in het Leisure Centre Optisport Breda. Met optredens van de grootste Nederlands-

**Meer informatie over Breda:**

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



**BREDA**  
BRENGT HET SAMEN



# maxaro®

5.000 m<sup>2</sup> inspiratie

## Badkamers

Alle stijlen badkamers voor ieder budget

Vanaf

€ 1.799,-

## Vloeren

Stijlvolle vloeren voor elke kamer in huis

Vanaf

€ 7,95 m<sup>2</sup>

## Keukens

Kwaliteitskeukens voor ieders persoonlijke smaak

Vanaf

€ 1.099,-

Slag maximaal op [www.maxaro.nl](http://www.maxaro.nl) óf in één van onze megastores aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal** of aan de **Hertogswetering 175 te Utrecht**.

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

Blox is de eerste en enige leverancier die met eenheid en luxe materialen uit voorraad een woning of bedrijf kan voorzien van een architectonisch verantwoorde tijdloze high-end uitstraling.

# BLOX<sup>®</sup>

## Handmade Luxury Furniture

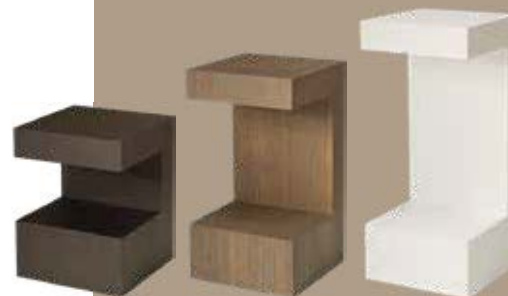
Uw woning, bedrijf, kantoor of hotel in een stijl exclusief voor u geleverd. Blox biedt u een eigen architectonische eenheid, in uw eigen stijl en in uw eigen kleur gespoten. Honderden high-end mogelijkheden van natuurlijke en hoogwaardige materialen tegen middensegment prijzen.

Blox: architectonische eenheid in stijl en kleur, desgewenst gecombineerd met luxe hardsteen en stoffering. Laat u vrijblijvend en professioneel informeren door een van onze dealers. **Ervaar nu zelf de vele mogelijkheden van dit unieke Blox concept op [www.blox.sale](http://www.blox.sale).**



## Blox zoekt professionele samenwerkingen door geheel Nederland

Wij staan open voor een samenwerking met stylisten, architecten en luxe meubelwinkels. Graag willen wij samen met u dit unieke modulaire Blox concept op de kaart zetten.



Maak geheel vrijblijvend een afspraak in ons Blox innovation office. Wij komen ook graag bij u langs om de mogelijkheden van dit unieke Blox dealerconcept vrijblijvend toe te lichten.

**Neem daarvoor contact op met:**

**Pierre de Wit** +31 (0)6 580 61 339  
**René van de Pol** +31 (0)6 580 61 319



# BLOX<sup>®</sup>

Blox Luxury Furniture | Raadhuisstraat 19, 5066 AP Moergestel | +31 (0)85 020 59 53  
[info@blox.sale](mailto:info@blox.sale) | [www.blox.sale](http://www.blox.sale)



# WELKE KIES JIJ?



RIJKLAAR  
€ 13.995



RIJKLAAR  
€ 15.995



€ 13.995 of € 239 p/m (60 mnd / 10.000 KM)

€ 15.995 of € 265 p/m (60 mnd / 12.000 KM)

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

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

# Van Mossel