

LAND VAN CUIJK 

APRIL 2020 GRATIS MEENEMEN!
WWW.LANDVANCUIJKBRUIST.NL

BRUIST

Maak je tuin
2020-proof

*Jouw tuin
als (groen)
verlengstuk
van je woning*



INTERIEURONTWERP



“

Mooie dingen ontwerpen en realiseren, dat is mijn doel. Een weldoordacht plan van aanpak en uitvoering gaat alleen in goede samenspraak.

”

Middels 3D impressies komen uw woonwensen tot leven. Zo is het voor u als klant eenvoudiger om te visualiseren hoe het uiteindelijke eindresultaat eruit zal gaan zien. Dit bespaart u niet alleen hoge kosten, maar levert ook een enorm transparante samenwerking op.



“What you see is what you get!”

DESIGNED BY
PAUL CLEVEN

HET OBLATENKLOOSTER | GROTESTRAAT 41 CUIJK | 06 83 60 2909 | INFO@PAULCLEVEN.NL | WWW.PAULCLEVEN.NL

NODIG?



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



12



10

Inhoud



19



22



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 - Ramon Heeren
THEMATEKSTEN Maaïke van Helmond
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Maaïke van Helmond

f Like ons op Facebook/Land van Cuijk Bruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl
of bel Raoul Bosman 06-15948855

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Land van Cuijk 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.



April, de maand van Pasen, van Secretaressedag en van Koningsdag. Maar meestal ook de ideale maand om weer heerlijk naar buiten te gaan en je tuin klaar te maken voor de mooie maanden die voor ons liggen. Kan je tuin wel een metamorfose gebruiken? Blader dan vooral snel verder, want in deze nieuwste editie van Bruist delen we de laatste tuintrends met je. Wie weet zit er wel een trend tussen die bij jouw tuin past!

Bruisende lezer,

Zelf genieten wij deze maand ook optimaal van de eerste zonnestralen die de lente inluiden en ons stiekem al doen verlangen naar de zomer. De winter was weliswaar niet extreem koud dit keer, maar desondanks is het mooie weer wat ons betreft meer dan welkom. Heerlijk als je alles langzaam weer in bloei ziet staan en het leven zich beetje bij beetje weer naar buiten verplaatst.

Spot je dus een van die eerste zonnestralen, maak daar dan gebruik van! Op naar buiten, dit magazine mee en heerlijk in het zonnetje genieten van alle bruisende verhalen die wij weer voor je op papier hebben gezet. Be inspired!

Raoul Bosman

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook De Maashorst Bruist en Rijk van Nijmegen Bruist.

Maak je tuin *2020-proof*

Het voorjaar is weer begonnen: hoog tijd om ook je tuin weer klaar te maken voor de mooie maanden die voor ons liggen. Wat de trends zijn voor dit jaar? We zetten ze voor je op een rijtje.

DUURZAAMHEID
SPEELT EEN
BELANGRIJKE ROL
BIJ ALLE DRIE
DE TRENDS

Volgens Tuinbranche Nederland gaan we dit jaar drie opvallende trends tegenkomen in de Nederlandse tuinen: Inner Retreat, Blended Cultures en Street Savage. Mooie benamingen, maar wat houden ze precies in?

Inner Retreat

Tuinen die vallen onder deze eerste trend, staan geheel in het teken van rust en onthaasten. In deze tuin tref je geen heftige kleuren of extreme vormen aan, maar juist transparante en natuurlijke materialen, wittinten, organische vormen en een vijver die samen zorgen voor eenheid. In het dagelijks leven zijn we al druk genoeg, waardoor het fijn is om thuis te komen in een oase van rust.

Blended Cultures

In tuinen die behoren tot de Blended Cultures trend vind je een mix van materialen, werelden en kleuren. De tuin biedt plaats aan een bonte mix van verschillende planten waarbij natuurinten spelen met felle accentkleuren. Ook wat het tuinmeubilair betreft. Daarbij zien we een vrolijke en ongedwongen

mix van lokaal en globaal, wat zorgt voor een ietwat folkloristische sfeer.

Street Savage

Houd jij niet zo van perfectie, maar ben je meer een liefhebber van imperfectie en vrijheid, dan is dit jouw trend. Tuinen die vallen onder de Street Savage trend, kennen (kleurrijke) invloeden uit de hiphopscene en van de straat. Wat je ook terugziet in het tuinmeubilair, dat bovendien veelal industrieel oogt. Zelfs graffiti wordt in deze tuinen niet geschuwd, maar juist toegejuicht. Alles om te zorgen voor een onconventionele uitstraling, oftewel allesbehalve het geijkte plaatje.

Groen

Bij alle drie de trends is er veel aandacht voor duurzaamheid, biodiversiteit en watervriendelijkheid, wat past in deze tijd waarin we steeds bewuster met alles omgaan. Daarnaast is er volop ruimte voor groen, wat bijdraagt aan wat we eigenlijk allemaal willen: een groene en gezonde woonomgeving voor mens (en dier) en het ideale verlengstuk van je woning.

Wil jij ook een van deze trends toepassen in je tuin?

Op www.nederlandbruist.nl vind je vast een ondernemer in jouw regio die je daarbij kan helpen.



DE WEIJER



Wieke Vrijhoef
programmadiirecteur

Spannend

Hé, hoi! Leuk dat je leest.

Ik ben theaterprogrammeur bij De Weijer: een piepklein, gezellig theatertje in Boxmeer. Het theaterprogramma is nét rond voor het komende seizoen. Zo'n spannend moment!

Afgelopen september ben ik begonnen met het benaderen van artiesten en zeker voor de grote namen moeten de kleine zaaltjes er vroeg bij zijn. In mijn geval fiets ik een rondje door Amsterdam, langs de boekingskantoren. Dat doe ik al vanaf het begin dat ik bij De Weijer werk, 7 jaar geleden. Toen totaal onwetend, maar vanaf die tijd met grote dromen. "Als Youp komt optreden, dan ben ik klaar." Dacht ik. "Beter kan ik mijn werk niet doen". Het duurde even, maar inmiddels is hij hier geweest en met hem nog zoveel andere geweldige cabaretiers, grote muzikanten en dito acteurs. Terugkijkend kan ik het zelf maar half geloven.

Toch maakt het me net zo blij dat hij volgende seizoen weer naar Boxmeer komt: DE Youp van 't Hek. Hij speelt een leesvoorstelling voor zijn oudejaarsconference. Maar goed, laten we het daar vooral nog niet over hebben: de lente is net begonnen! Eerst genieten van het zomerprogramma in ons buitentheater. Ook spannend.

Dat gezellige theatertje draait trouwens helemaal zonder subsidie, maar wel met een grote missie: het voortzetten en verder uitbouwen van dit prachtige theater. Het behouden van dit culturele hart voor het dorp en voor de wereld. Alles wat je hier doet, draagt daar direct aan bij. Een kopje koffie, naar een voorstelling, vergaderen, uit eten of een yogalesje? Je investeert ermee in deze plek. Of, zoals wij onze vrienden noemen: je bent een meemaker!





DE SMAAK VAN ITALIË

Een frisse citroenlikeur gemaakt volgens een authentiek familierecept.

kenners zeggen dat de Pallini Limoncello de perfecte balans heeft gevonden en een unieke frisse smaak heeft gecreëerd, die niet te zoet of zuur is. Dat komt door het gebruik van de speciaal gekweekte citroenen aan de Amalfi kust. Een likeur die heerlijk te nuttigen is, zowel als aperitief als digestief, en die cocktails een unieke smaak geeft. **Pallini limoncello**



KLAAR VOOR DE ZON

Wilkinson introduceert de Intuition Complete, speciaal voor vrouwen. Door de slanke scheerkop met vijf Skin Perfect-mesjes kom je nu nog gemakkelijker bij alle lastig bereikbare plekje. Het mooie design en roze kleurtje van de Intuition Complete maken van elke scheerbeurt een fijne beauty treatment! Zo zijn jouw benen, oksels en bikinilijn in een handomdraai zijdezacht. www.wilkinsonsword.nl

BRUIST Deals

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

LEZERSACTIE

Maak nu kans op 2 entreekaartjes voor Linnaeushof.

Linnaeushof mag zich met recht Europa's grootste speeltuin noemen. Er zijn meer dan driehonderd-vijftig speeltoestellen en attracties.



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



Leve de *lente*

LEZERSACTIE

Maak kans op een vouchercode voor thrillerserie Thin Ice op lumiereseries.com

ledere week verschijnt een nieuwe aflevering van de thrillerserie Thin Ice over de smeltende ijskappen op de Noordpool en internationale geopolitiek. BRUIST verloot 10 vouchercodes. lumiereseries.com



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. #THIN ICE naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

VOOR DE OLIFANT

Amarula is een Zuid-Afrikaanse likeur afkomstig uit Phalaborwa. De likeur is gemaakt van suiker, room en de vrucht van de Marulaboom. Een boom die ook wel bekendstaat als de 'olifantenboom', omdat de dieren de vrucht ook een heerlijke snack vinden. Het merk zet zich daarom in voor het behoud van het Afrikaanse wildlife en voor olifanten in het bijzonder. **Amarula likeur**



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.**

DE GEUR VAN HAWAII

Al meer dan 45 jaar biedt het zonverzorgingsmerk Hawaiian Tropic luxeuze verzorging aan om je zintuigen te verrassen terwijl je geniet van de zon. Hawaiian Tropic wil voor vrouwen een verwenmoment creëren om te genieten van een leven in de zon, goed beschermd en gevoed.

Hawaiian Tropic



Beauty & Wellnesscare Luna
'The Health & Lifestyle
Salon' biedt een totaalpakket
aan behandelingen voor
de innerlijke en uiterlijke
schoonheid. Van verzorgende
gelaatsbehandelingen gericht
op huidverbetering tot luxe
wellnessbehandelingen om
even te ontsnappen aan alle
stress en drukte van alledag.



Eva van Kollenburg



If you can squeeze it, we can freeze it!

Hoe werkt cryolipolyse?

Vetcellen in het onderhuidse vetweefsel zijn vooral cellen die rijk zijn aan verzadigde vetzuren en die niet bestand zijn tegen temperaturen onder de 4°C. Andere cellen en omringende weefsels, zoals zenuwen, bloedvaten en pigment, zijn niet gevoelig voor deze lage temperatuur.

Bij Cryolipolyse worden vetcellen sterk afgekoeld. Door de kou ontstaat er cel-apoptose, de vetcellen worden geleidelijk afgebroken en op natuurlijke wijze door het lichaam afgevoerd. De Cryo Cool MED maakt gebruik van een vacuüm zuigkoelsysteem, in tegenstelling tot de veelal gebruikte koelplaten. De probleemzones worden effectief behandeld door het onderhuidse vet af te koelen met behulp van koel-applicators. De Cryo Cool MED kan hierdoor veel gecontroleerder, sneller en efficiënter koelen.

Cryolipolyse is dé nummer 1 behandeling om plaatselijk vet snel en doeltreffend te verminderen. Met deze bewezen techniek is een verlies van vetweefsel tot 30% mogelijk na slechts één behandeling!

Behandelzones zijn:

- Bovenarmen = 1 zone
- Taille = 1 zone
- Love handles = 1 zone
- Zwembandjes = 1 zone
- Binnenkant bovenbenen = 1 zone
- Bovenbenen = 1 zone
- Buik boven navel = 1 zone
- Onderbuik = 1 zone

Buik is altijd in overleg tijdens het GRATIS intakegesprek. Dit om dan duidelijk te bepalen hoe de zones van de vetcellen verdeeld zijn. Kuren worden direct na de eerste behandeling in zijn geheel betaald.



Zowel voor
mannen als
vrouwen

Behandeltarieven actie:

BEHANDELING

(1 zone = 2 kopstukken)

€ 295,-

NU VOOR € 225,-

KUUR 1

(1 zone, 3 behandelingen)

€ 740,-

NU VOOR € 560,-

KUUR 2

(2 zones, 3 behandelingen)

€ 980,-

NU VOOR € 800,-

KUUR 3

(3 zones, 3 behandelingen)

€ 1250,-

NU VOOR € 1050,-

Ontspanning voor jou en je baby



Met trots kan ik zeggen dat ik als eerste in Noord-Brabant de mensen mag laten kennismaken met het concept baby spa. Baby's van 14 dagen tot 6 maanden kunnen hier heerlijk komen ontspannen. Maar ook moeders in spe, oma's, tantes, vriendinnen (en noem maar op) zijn van harte welkom voor een heerlijke ontspannende massage bij mij in de praktijk.

Voor je baby

- Happy newborn float (14 dagen tot 3 maanden)
- Happy regular float (3 maanden tot 6 maanden)
- Duo vriendjes float (14 dagen tot 6 maanden)
- Float only (14 dagen tot 6 maanden)
- Triple vriendjes float (14 dagen tot 6 maanden)

Voor mama

- Zwangerschapsmassage
- Ontspanningsmassage
- Stoelmassage
- Hotstonemassage

Boek nu online: www.babyspa-justrelax.nl



Boxmeerseweg 23, Beugen | **06 22 76 53 53**
babyspajustrelax@gmail.com | www.babyspa-justrelax.nl

De oudste geschreven vermelding van **1 april** als dag van de grap dateert uit 1508 en is in Frankrijk gevonden.

Duurzaamheid vormt een steeds belangrijker aspect in de tuin van nu.

Als je trouwt in april heb je een grotere kans op een goed huwelijk.

Ben je in april geboren, dan heb je **minder** kans op **allergieën** dan mensen die in de herfst zijn geboren.

Steeds meer mensen zien hun tuin als (groen) **verlengstuk** van hun woning.

Elk jaar is het op de derde donderdag van april **Secretaressedag**. Denk er dus aan om jouw secretaresse in het zonnetje te zetten.

Kinderen die in april zijn geboren, zijn **sterke persoonlijkheden** en vaak heel populair.

Tuinbranche Nederland heeft weer wat mooie namen bedacht voor **de tuintrends** van dit jaar: Inner Retreat, Blended Cultures en Street Savage.

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

Word
vrijwilliger!

[deluisterlijn.nl/
vrijwilliger](http://deluisterlijn.nl/vrijwilliger)

Help door
te luisteren
anoniem - dag en nacht



Heb jij het lef om naar jezelf te kijken?

Coaching is voor **iedereen** die het lef heeft om naar zichzelf te kijken!

Je kunt coaching inzetten als:

- je het gevoel hebt dat je stilstaat
- je jezelf beter wilt leren kennen
- je klachten ervaart zoals innerlijke onrust en stress
- je keuzes wilt maken en in actie wilt komen

Benieuwd wat ik voor je kan doen?

In mijn praktijk in het prachtige Maasheggenlandschap bespreken we samen vrijblijvend jouw mogelijkheden.



Marieke Kersten is coach en begeleidt particulieren en ondernemers in hun ontwikkeling.

COACHING
PAARDENCOACHING
WANDELCOACHING



Marieke Kersten Life Coaching
Erf de Schutkooi
Veerweg 3, Vortum-Mullem
+31 6 115 648 23
www.mariekersten.nl

Dankers

dé leerspecialzaak van Nederland

Bent u op zoek naar een mooi lederen item, dan bent u bij ons aan het juiste adres. Wij zijn al ruim 42 jaar gespecialiseerd op het gebied van lederen kleding en accessoires.

Alles van een jas, tas, broek of rok, wij hebben het. Ruim 4.000 artikelen op voorraad. Tevens wordt alles kosteloos vermaakt in ons eigen atelier. U bent van harte welkom aan de Hurksestraat 21 in Helmond.

Kom vrijblijvend een kijkje nemen onder het genot van een kop koffie.



Grote collectie
dames- en
herenmode van
vele verschillende
merken.

0492-522923
www.dankersleder.nl

Een unieke SMAAK- BELEVING

RESERVEER
ONLINE
OP DE SITE

"Onze spareeribs staan in de Top 10 van Brabant"

Grotestraat 10, Cuijk
0485-750612 | www.bigstreetcuijk.nl

Binnen de kundalini yoga traditie kennen we een heel veilige en effectieve manier van vasten. Om je lichaam wel de helende bestanddelen (voedingsstoffen) te geven die het nodig heeft en tegelijkertijd te detoxen is het monovasten ontwikkeld.

Monovasten

WAAROM VASTEN OP DE JUISTE MANIER WEL EEN GOED IDEE IS

Met monovasten kun je klachten aanpakken als vermoeidheid, allergieën, darmklachten, slecht slapen, huidproblemen, stramme spieren en pijnlijke gewrichten. Ook emotionele klachten zoals burn-out, stress, verdriet, depressie en boosheid kunnen worden verlicht. Zeker wanneer je, zoals heel veel mensen, voedsel gebruikt om emoties te onderdrukken (de zogenaamde emotie eters). Daarnaast biedt het je de mogelijkheid om verslavingen te doorbreken zoals roken, het drinken van alcohol, overmatig eten/snacken en suikerverslaving.

Je geeft jouw organen de kans om tot rust te komen, schoon te worden en gifstoffen los te laten. Deze keer geven we extra aandacht aan de lever, de nieren en de darmen. Tussendoor mag je fruit als snack nemen. Het resultaat is meer energie en vitaliteit, een stralende huid, meer rust in je hoofd en veel vage klachten zullen verdwijnen.

Binnen de kundalini yoga doen we het monovasten vaak gezamenlijk (voor wie dat wil). Op deze manier kunnen we elkaar ondersteunen en inspireren. Tijdens het vasten volgen we een dieet dat volledig bestaat uit mungbonen, rijst en groenten. Vind je 21 dagen wat veel, begin dan met een paar dagen of een week. Ook dan zal het monovasten al gunstige effecten hebben.

Ben je geïnteresseerd en wil je meer info? Neem dan gerust contact op!

Sat Nam Ram Nishan Kaur/Linda



Kundalini Yoga Linda
Linda en Jan Hidde Landstra
06-19300945
www.kundaliniyogalinda.nl

DAGJE UIT ER OP UIT IN DE NATUUR



Of je nu van bos, heide of strand houdt, Nederland heeft vele mooie natuurgebieden. Ervaar en ontdek hoe mooi de natuur is en trek er op uit. En de natuur maakt je ook nog eens gelukkiger! Het aanbod van activiteiten en evenementen in de natuur is reuze, voor zowel jong als oud. Als je érgens goed van kunt uitwaaien is het wel aan zee. Niets is zo ontspannend als een wandeling over het strand. Met zicht op een verre horizon en alleen het geluid van de zee en zingende meeuwen. Maak bijvoorbeeld een strandwandeling tussen de bosjuten in Rockanje of ga wiewalen spotten bij Lauwersoog. **Kijk voor vele mooie wandelingen in de mooiste gebieden van Nederland op www.anwb.nl/ wandelen.**

FILMPJE KIJKEN THE SECRET GARDEN

The Secret Garden is gebaseerd op het gelijknamige kinderboek van Frances Hodgson Burnett. Wanneer de ouders van de tienjarige Mary Lennox (Dixie Egerickx) overlijden, wordt ze naar haar oom (Colin Firth) in Engeland gestuurd. In het grote landhuis ontmoet ze haar zieke neefje Colin die eigenlijk het huis niet uit mag. Samen gaan ze op onderzoek uit in de honderden kamers en uitgestrekte tuinen. Daar ontdekken ze een mysterieuze deur die toegang geeft tot een geheime tuin die sinds de dood van haar tante niet meer open is geweest.

THE SECRET GARDEN en andere films zijn te bekijken via Pathé Thuis.



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN LOOP NOOIT WEG ZONDER HELM



Isidore Mazal is elf en de jongste zoon in een gezin met zes kinderen. Zijn broers en zussen zijn allemaal superintelligent, hij is gevoelig. Berenice, Aurore en Leonard behalen al voor hun vierentwintigste doctoraten. Jeremy is een muzikaal genie en Simone van dertien is overal goed in. Alleen Isidore heeft nog nooit een klas overgeslagen of een proefschrift geschreven. Maar wanneer de familie Mazal getroffen wordt door een tragedie, is hij de enige die hen kan helpen. Als hij voor die tijd tenminste niet is weggelopen van huis. **LOOP NOOIT WEG ZONDER HELM van Camille Bordas verschijnt 21 april.**

Weten & begrijpen

Vader vraagt aan zoon: “Heb je je proefwerk geleerd? Begrijp je alles?” De zoon antwoordt dat alles duidelijk is. Hij heeft alles geleerd, kortom: hij denkt dat hij alles weet.

Na afloop van de toets vraagt de vader hoe het ging. Er volgt een opsomming van verantwoordiging. Er werd van alles gevraagd wat ze nog nooit hadden behandeld, wat de zoon niet had geleerd en hij heeft zelfs meer dan de helft niet kunnen beantwoorden. Het cijfer was volkomen onterecht een twee. Volgens de zoon onterecht, want hij had alles geleerd en hij was ervan overtuigd dat hij alles wist.

Je denkt soms, of vaak, of altijd, dat je ‘het weet en begrijpt’, maar dat is nog weleens een misperceptie. Hoe vaak denk jij ‘het te weten’? Hoe weet je dat? En weet je dat zeker? Er is nog veel te leren. Dat inzicht is waardevol, want dan ontstaat er weer ruimte voor groei en ontwikkeling.

Michael Pilarczyk

DÉ E-BIKE SPECIALIST UIT DE REGIO!



Wist u dat wij in het seizoen altijd zo'n 20 elektrische demo-fietsen van verschillende merken op voorraad hebben om te testen?

KOGA E-NOVA

De Koga E-Nova belooft je veel comfort, zowel in gebruik als in onderhoud. De comfortabele zithouding, betrouwbare Bosch ondersteuning en de onderhoudsarme naafversnelling vormen de ideale combinatie voor elke fietsrit.

WIJ ZIJN E-BIKE DEALER VAN:

Gazelle
Koga
Batavus
Sparta

Rih
Cortina
Specialized
Merida



THIJS HENDRIKS
TWEEWIELERS

Kom je ook naar
Veer's feestje?

Samen met de pony's Lighting & Lotje vullen je kinderen de middag met spel en avontuur!

Bij Veer kun je terecht voor al je feestjes. High tea met je vriendinnen, schatzoeken en nog veel meer!

Kies het thema wat bij jou past.

Midden in de natuur tussen de paarden op avontuur!

Bel Veer voor meer info.

Like ook mijn pagina op Facebook voor snelle ditjes, datjes en weetjes!



Putter 14, Boxmeer | www.veersfeestje.nl
whatsapp: 0627144906

BRUIST

Lente!

Kom, laten we buiten gaan
flierefluiten



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



Ook creatief bezig zijn met draad?

Workshops

- haken
- breien
- macramé
- vilten

Cursussen kleding maken

XXL breien en haken



Interesse in een workshop?
Vraag naar de mogelijkheden

Haken en Zo Workshops

Arnoud van Gelderweg 99 (1e verdieping) Grave
06-18489646 | www.hakenenzoworkshops.nl

Altijd al gitaar willen spelen?



Je muzikale vaardigheden willen uitbreiden?

Net dat beetje extra hulp nodig bij het komen tot de volgende stap?

Gitaar is een veelzijdig instrument. Het geeft de mogelijkheden tot het spelen van akkoorden om je eigen of anderzang te begeleiden. Maar ook het spelen van solo's van bekende popliedjes of mooie Spaanse of Zuid-Amerikaanse stukken is mogelijk.

Er kan zonder enige voorkennis al gestart worden. In de lessen wordt het noten lezen en alles daaromheen behandeld. Akkoordspel komt snel aan bod en vele melodieën van bekende liedjes zullen voorbijkomen om uiteindelijk bij meerstemmig gitaarspel uit te komen.

De lessen worden gegeven door ervaren en professioneel docent Marcus de Jong. Hij geeft wekelijks gemiddeld honderd leerlingen les die allemaal de kneepjes van de gitaar willen leren. Hierbij komen beginners op les, maar ook ver gevorderde leerlingen van alle leeftijden. De jongste leerling begint al op zijn vijfde jaar.

- ✓ Kriebelde het al een tijdje om gitaar te spelen?
- ✓ Nieuwsgierig geworden?

Maak dan nu gebruik van de actie en volg 4 gratis verkenninglessen inclusief gitaar. Meld je aan voor het maken van een afspraak.

Breidt je muzikale kennis uit, versterkt je motoriek en geeft muzikaal plezier

Volg **4 gratis** verkenninglessen inclusief gitaar bij
gitaarschooldegitarist.nl
06 421 487 52 degitarist@hotmail.nl



En dan is het *voorjaar*

In maart denk je dat het nooit meer goed komt, maar dan ineens voel je in april die heerlijke lentezon! Gelukkig, ze is er weer! Dat belooft wat voor de komende maanden.

1. BLOOM BABY, BLOOM! eyeshadow palette van essence, € 7,99 www.essence.eu
2. Petal Flower Mineralize Skin Finish van MAC, € 35,50 www.maccosmetics.nl
3. Twist Ultra-Shiny Gloss van Pupa, € 18,99 www.pupa.nl
4. Replica Bubble Bath Eau de Toilette van Maison Margiela, € 95,- www.iciparisxl.nl
5. Acqua Colonia Lychee & White Mint van 4711, € 22,50 www.4711.com
6. La Laque Couture van YSL, € 29,- www.ysl.com

7. Joli Blush van Clarins, € 36,- www.clarins.com
8. After Sun Body Butter van Hawaiian Tropic, € 15,99 www.hawaiiantropic.com
9. Cleansing Oil with 5 Omega's van Novexpert, € 32,95 www.iciparisxl.nl
10. Anticellulite Cryo-Gel van Collistar, € 58,99 www.collistar.nl
11. Hello Sunny Sun Stick Glow SPF 50+ van Banila Co, € 27,95 www.douglas.nl
12. Lady Million Empire Eau de Parfum Collector van Paco Rabanne, € 110,10 www.douglas.nl



PerfectSmile by Laura!



voor



na

De perfecte lach met mooie witte tanden! Dat wil jij toch ook?

Iedereen wil een mooie witte smile!

Wil jij ook je tanden laten bleken?

Kijk voor meer informatie op de website
of bel 06-132 451 50

PerfectSkin
by Laura



Laura Hendriks | Pastoor van Delftlaan 3, Sint Anthonis
06-13245150 | PerfectSkin-by-Laura

Feit of Fabel?

**Voedselbanken geld nodig?
Die krijgen toch alles gratis?**



VOEDSELBANKEN.NL www.voedselbankennederland.nl

Feit! Wij krijgen voedsel inderdaad gratis. Maar we hebben wel degelijk kosten; benzine, verzekeringen, koelwagens, kratjes etc. Uw steun is zeer welkom. Voor € 3,50 helpt u een gezin aan een voedselpakket.

Geef voor nieuwe
doorbraken in
kankeronderzoek.

Ga naar
kwf.nl/doneer

Samen komen we steeds dichterbij



ALS SPORTER GA JE MET JE VOETEN NAAR DE SPORTPEDICURE!



Jouw behoefte aan voetzorg is tenslotte een direct gevolg van de impact van jouw sport op jouw voeten. Die intensieve belasting, die repeterende beweging en frictie zijn oorzaken van buitenaf. Je voeten krijgen telkens heel wat te verduren en de herstelperiode is kort.

**Functionele oplossingen, daar draait het om, zodat jij lekker door kunt sporten...
omdat niet sporten voor jou nou eenmaal geen optie is..!**

BarreVoets
MEDISCH PEDICURE PRAKTIJK

sportpedicure
Medisch Pedicure Sport

ELLY WOLFRAAD | BARREVOETSMPPCUIJK.NL | 0485 844470

Doe eens wat *anders* dan *anders...*

De dagen worden steeds langer en we krijgen weer zin om de deur uit te gaan. Tijd voor wat meer actie! Geen zin in alle geijkte uitjes? Er zijn ook heel wat bijzondere dingen te doen.

Paragliden, paintballen, overnachten op bijzondere locaties, whiskyproeven, racen op het circuit... en zo kunnen we nog wel even doorgaan. Zoek via Google op 'bijzondere uitjes' en het aantal hits is enorm. Je kunt het zo gek niet verzinnen, of je kunt het wel ergens doen.

Escaperoom

Sinds een aantal jaar zijn de escaperooms enorm in opkomst, een bijzonder uitje voor een date of voor een uitstapje met je gezin of vriendengroep. In elke regio zijn tegenwoordig wel de nodige escaperooms te vinden. Voor wie hier nog nooit van gehoord heeft: in een escaperoom word je met je gezelschap in een afgesloten ruimte geplaatst, die je aan de hand van puzzels en raadsels binnen een bepaalde tijd moet zien te ontvluchten. Ontzettend spannend, want lukt het jullie wel of niet om op tijd het geheim van de escaperoom te 'kraken'? Een uitdaging die vaak ook vraagt om het nodige teamwork. Wel zo fijn dus als

jullie op zijn minst een beetje kunnen samenwerken tijdens deze race tegen de klok.

Blotevoetenpad

Een bijzonder uitje van een totaal ander kaliber is het bewandelen van een blotevoetenpad. Ja, je leest het goed en de naam zegt eigenlijk al precies wat het is. Blotevoetenpaden zijn namelijk wandelpaden die speciaal zijn aangelegd om op blote voeten door de natuur te lopen. Iedereen die weleens blootsvoets over het strand heeft gewandeld, weet hoe heerlijk dat is. Inmiddels zijn er in Nederland meer dan twintig speciale blotevoetenpaden te vinden, waar je op je blote voeten een (korte) wandeling maakt over verschillende soorten ondergrond: van zacht gras tot grind en van houtsnippers tot schelpen. Elke nieuwe ondergrond zorgt weer voor een andere ervaring. Leuk voor jong en oud en weer eens wat anders dan anders! Toch?!

Ben jij ook op zoek naar een bijzondere activiteit in jouw regio? Neem dan zeker eens een kijkje op www.nederlandbruist.nl.



VAN ESCAPEROOM
TOT BLOTEVOETENPAD,
ER ZIJN HEEL WAT
BIJZONDERE UITJES

Allround dj voor een compleet feest

De drive-in shows van Allround DJ Mark maken van uw (bedrijfs)feestje, uw bruiloft of evenement een fantastisch feest. Wij combineren licht en geluid tot een totaalbeleving!



JA IK WIL
...een knalfeest

DJ MARK WEDDINGSHOWS

Allround
DJ MARK

Allround DJ Mark | Mark van Berlo
Heihoekscheweg 8, Vierlingsbeek
06-53226555 | www.jaikwilfeest.nl

Problemen met je hond?

Gedraagt je hond zich soms niet helemaal zoals je het het liefste zou willen en weet je niet hoe dit op te lossen? Ik help je verder!

Een paar voorbeelden:

- een pup die veel bijt
- je hond trekt aan de lijn
- je hond valt uit naar andere honden
- je hond misdraagt zich als er bezoek komt
- je hond springt op de bank / eet van tafel

Ik kom bij je thuis en we bespreken het gedrag van je hond en hoe je daar tot nu toe op gereageerd hebt. Ik geef je suggesties en uitleg over de mogelijke oplossingen en daarna gaan we oefenen!

Zijn er problemen als je met de hond buiten bent? Dan gaan we samen wandelen en help ik je met tips en passende oefeningen hoe je prettiger met de hond kunt wandelen.

Bel mij gerust voor informatie of voor het maken van een afspraak.

Brigitte Versterre



BV. DOGTRAINING

Hendriksweg 12, Langenboom | 06-29128303
info@bv-dogtraining.com | www.bv-dogtraining.com

Cuijk verrassend - apr/mei 2020

11 april

Brandweerman Sam Live! (2+)
Schouwborg
14.30 uur

16 april

Opiniecafé
Schouwborg
20.15 uur

18 april

Checkpoint Theater (8+)
Schouwborg
19.30 uur

22 april

Tineke Schouten
Schouwborg
20.15 uur

26 april

Het jaar 250 na Beethoven
Schouwcafé
11.00 uur

1 mei

Venice
Schouwborg
20.15 uur

3 mei

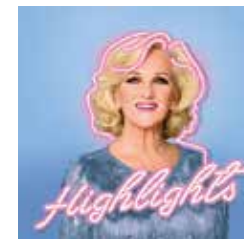
Combattimento
Martinuskerk
16.00 uur

10 mei

6-zondagen zeilcursus
Bij Ceulemans Beers
10.00 uur

17 mei

FoodTour
Cuijk centrum vanaf
12.00 uur (op=op)



Cuijk en omstreken

Cuijk is een bruisend stadje waar veel georganiseerd wordt. Rondom Cuijk liggen plussengebieden die werken als een magneet op de watertoeristen.

Tot ziens in Cuijk!



Cuijk verrassend

Uitgelicht

17 mei

FoodTour
Cuijk centrum vanaf
12.00 uur (op=op)



Romige wraps

met kip en avocado

4 PERSONEN - 20 MINUTEN

INGREDIËNTEN

300 gram kipfilet
peper en zout
1 avocado
50 gram geraspte mozzarella
50 gram geraspte oude kaas
koriander
4 tortilla's
1 el olijfolie
tabasco

Snij de kipfilet in reepjes en kruid deze goed met peper en zout. Grill daarna de kipreepjes in de pan tot ze mooi goud kleuren. Prak de avocado. Meng de kip, mozzarella, oude kaas, koriander en de avocado en breng op smaak met peper en zout. Verdeel dit mengsel over vier tortilla's en vouw de tortilla's dicht.

Verhit een klein beetje olijfolie in een grillpan. Leg de tortilla's in de pan en grill ze twee minuten per kant tot ze goudbruin zijn. Lekker met een beetje tabasco!

Het leuke van dit recept is, dat je met de ingrediënten kunt spelen. Wees niet bang om af en toe ingrediënten af te wisselen of nieuwe ingrediënten toe te voegen, zoals rode ui of bacon.



Sander, media-adviseur bij Bruist

“Deze wraps zijn een waar meesterwerk. Supermakkelijk om te maken en net zo makkelijk mee te nemen als lunch de volgende dag. Als media-adviseur bij Bruist ben ik altijd onderweg. Voor mij is het dus erg handig om een goed vullende maaltijd bij te hebben, die mij veel energie geeft. Deze goddelijke rollen van waar genot maak ik vaak voor mijn ouders en vrienden, aangezien ze er geen genoeg van kunnen krijgen.”

En zeg nou eerlijk, het ziet er toch ook verrukkelijk uit?

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[®]

Handmade Luxury Furniture

Uw woning, bedrijf, kantoor of hotel in één 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 één van onze dealers. **Ervaar nu zelf de vele mogelijkheden van dit unieke Blox concept op www.blox.sale.**



38

Blox dealers

Ontdek de mogelijkheden via onze Blox verkooppunten en plaats hier uw bestelling

ART 2 GO Interieurprojecten | Baarle-Nassau
www.art2gointerieurprojecten.nl

Bjorn Interieurontwerp & Realisatie | Schaijk
www.bjorninterieur.nl

D!Zit | Eindhoven
www.dzit.nl

Ikomo | Uden
www.ikomo.nl

Interieurhuys Ontwerp & Advies | Werkendam
www.interieurhuys.nl

Klomp Keukens & Interieurbouw | Mill
www.klompkeukens.nl

LinQ23 | Helmond
www.linq23.nl

Peter Claessens Interieur en bouwprojecten | Ysselsteyn
www.claessenstimmerwerken.nl

Place & Space Interieur | Oss
www.placeenspace.nl

Projectinrichting Lavoir | Arnhemuiden
www.projectinrichtinglavoirl.nl

Sharon Roest Interieur & Styling | 's-Hertogenbosch
www.sharonroest.com

Studio C Interieurs | Erp (Veghel)
www.studiocinterieurs.nl

Verheggen Interieur- en meubelatelier | De Rips
www.verheggenmeubelen.nl

Wire Furniture Projecten | Erp
www.wire-furniture.nl

Binnenhuisarchitect.online | Eindhoven
www.binnenhuisarchitect.online

My Dream Property | Sotogrande, Spanje
www.my-dream-property.com

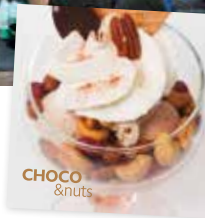


.BLOX[®]

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

39

Het lekkerste ijs van Overloon en omstreken



• liefde choco, witte chocolade of chocolade smaak met versen van slagroom of yoghurt	€ 3,50
• liefde choco, witte chocolade of chocolade smaak met versen van slagroom of yoghurt	€ 3,50
• nachtwacht choco, witte chocolade of chocolade smaak met versen van slagroom of yoghurt	€ 3,50
• rozeblauw choco, witte chocolade of chocolade smaak met versen van slagroom of yoghurt	€ 3,50
• after eight choco, witte chocolade of chocolade smaak met versen van slagroom of yoghurt	€ 3,50
• choco fantasia choco, witte chocolade of chocolade smaak met versen van slagroom of yoghurt	€ 3,50
• liefde choco, witte chocolade of chocolade smaak met versen van slagroom of yoghurt	€ 3,50
• puntje choco, witte chocolade of chocolade smaak met versen van slagroom of yoghurt	€ 3,50
• prinses (oud goud) choco, witte chocolade of chocolade smaak met versen van slagroom of yoghurt	€ 3,50

Een nieuw ijsseizoen.

Met een nieuwe kaart. **Laat je verrassen en geniet!**



CLEVERS

Venrayseweg 5, Overloon

0478 64 17 33 | www.clevers.nl