

DE MAASHORST



MEI 2020 GRATIS MEENEMEN!
WWW.DEMAASHORSTBRUIST.NL

BRUIST

**Groen
wonen**
is de trend

10 mei
Moederdag





HET NIEUWE TUINMEUBELMERK

POWERED BY BOREK



**SIT
RELAX
EN YOI**

夏
NATSU

Japans voor zomer. Nooit meer winter. Deze comfortabele modulaire serie heeft een oriëntaals lijnenspel in de teak inlays van de side- en coffee table.



融和 **YUWAA**

Japans voor fusie. Diverse materialen zijn gecombineerd in deze serie met de juiste dosering. De kunst van het weglaten, modern met een vleugje oriëntaals.



木 **KI**

Japans voor boom. Deze serie heeft kenmerkende ronde spijlen die als twijgen aan elkaar lijken te zijn geknoopt. Met comfortabele kussens voor het optimale zen gevoel.

Inspired by Relaxation

Deze collectie van Nederlandse bodem is ontworpen met de achterliggende gedachte dat relaxen niet alleen goed moet zijn, maar ook mooi. Het zijn stuk voor stuk Europese ontwerpen met een vleugje Oosterse mystiek, met Japan als inspiratiebron. Zoals geschreven staat YOI voor 'goed', maar ook voor goed vertoeven, een beetje zen met comfortabele en zacht aanvoelende bekleding. In de collectie zijn moderne combinaties van materialen gebruikt, zoals aluminium, rope en teakhout. YOI tuinmeubelen zijn stuk voor stuk aantrekkelijk geprijsd en hebben een subliem zitcomfort.

Het is uiteraard geen toeval dat dit jaar de Olympische Zomerspelen in (Japan) Tokio plaats zullen vinden en dat YOI als derde tuinmeubel label afkomstig uit het Borek huis wordt geïntroduceerd. Alle series van YOI hebben namen in het Japans, afkomstig uit de natuur.

Voor de YOI verkooppunten zie vermelding op yoi-furniture.com.

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!*





Inhoud



COLOFON

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

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

f Like ons op Facebook.com/demaashorstbruist

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. De Maashorst 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.**



ADVERTEREN?

Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
of bel
06-15948855



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

We leven momenteel in een onzekere tijd. Niemand die precies weet hoe lang deze crisis gaat duren en wat ons nog allemaal te wachten staat. En juist daarom is het belangrijk om positief te blijven en vooruit te kijken.

Bruisende lezer,

Dat is dan ook precies wat wij doen. Stilstaan is wat ons betreft geen optie en dat kan ook helemaal niet, want we willen dat jullie ook deze maand (en de komende maanden) gewoon kunnen genieten van een mooi magazine dat we speciaal voor jullie hebben samengesteld. Precies zoals jullie van ons gewend zijn!

Gelukkig denken de vele ondernemers met wie wij bij Bruist samenwerken er net zo over. Ook zij kijken vooruit naar de toekomst en zijn klaar voor de tijd na corona als het dagelijks leven weer zijn normale vormen aanneemt. Vandaar dat je ook in deze nieuwste editie van Bruist weer een aantal inspirerende verhalen van bruisende ondernemers kunt lezen. En dat niet alleen, we hebben namelijk nog veel meer voor je in petto! Wat? Blader verder en lees het zelf!

Lea en Marcel Bossers

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Rosmalen Bruist en Land van Cuijk Bruist.

EEN BEETJE
GROEN BRENGT
JE BADKAMER
TOT LEVEN



Badderen tussen *het groen*

In de voorgaande edities van Bruist kon je het al lezen: groen wonen is dit jaar de trend. Eén ruimte in huis wordt daarbij echter vaak vergeten: de badkamer. Zonde, want wat groen in je badkamer brengt ook deze ruimte tot leven.

En dan hebben we het niet over een lik groene verf op de muur (hoewel dat natuurlijk ook een ontzettend leuk effect kan hebben), maar over groen in de vorm van planten. Ongemerkt breng je dagelijks waarschijnlijk toch behoorlijk wat tijd door in je badkamer – de meeste mensen beginnen en eindigen er sowieso hun dag – dus waarom zou je het ook daar niet een beetje gezellig maken?

Badkamerproof planten

Hoe meer planten in huis, hoe beter. Alleen geldt voor de badkamer dat lang niet elke plant geschikt is voor deze vochtige ruimte waar vaak niet veel daglicht binnenkomt. Houd daar dus rekening mee als je op plantenjacht gaat. Planten die het bijvoorbeeld bijzonder goed doen in badkamers zijn graslelies, varens, aloë vera, lepelplanten en sanseveria's. En ook de orchidee overleeft met de juiste zorg prima

in je badkamer. Om er zeker van te zijn dat je echt de juiste planten koopt, kun je je altijd even laten voorlichten in het tuincentrum. Daar kunnen ze je bovendien vertellen welke planten nog meer geschikt zijn voor je badkamer en hoe je deze het beste kunt verzorgen.

Stand of hangend?

Maar waar zet je die planten dan vervolgens neer? Dat is natuurlijk afhankelijk van de grootte van je badkamer. De badrand is een leuke plek, net als de vensterbank. Of zet een plant in een mooie pot op een krukje in een hoek. Is je badkamer wat aan de kleine kant, dan is het misschien ook nog een idee om je planten op te hangen. Aan het plafond of... in de douche. Houd er in dat laatste geval wel rekening mee dat dit planten moeten zijn die echt heel goed tegen vocht en veel water kunnen.

Wil jij ook wat groen in je badkamer? Op www.nederlandbruist.nl vind je altijd wel een specialist in jouw regio die je hierover kan adviseren.

je ziet er geen barst meer van!

Al 25 jaar helpt Antoine vele klanten veilig op weg door het repareren of het vervangen van de ruit. Elke dag staat hij samen met collega's Tim en Robbie klaar om binnen 24 uur vele vervoersmiddelen te herstellen. "We lopen net even een extra meter voor onze klanten. Goed gedaan voelt beter dan goed gezegd!"

Elke dag een nieuwe uitdaging.

"Het werk blijft leuk. Waar we vroeger meer een ruitenboer waren, zijn we tegenwoordig de echte specialist. Een voorruit zetten wordt steeds complexer, aangezien er steeds meer technieken in ruiten worden verwerkt."

Sterrenteam.

Antoine, meer bekend als Toine, is sinds 1994 in dienst van Autotaalglas en sinds 2 jaar eigenaar van Autotaalglas Oss. Zijn loopbaan begon als melkboer. "Daarna wilde ik graag iets anders. Ik wilde met mijn handen werken. Het is fantastisch om te zien hoe bijvoorbeeld tandwielletjes in elkaar grijpen. Daar kan ik gruwelijk van genieten!" Toen Antoine in 2017 de zaak overnam, is Tim in dienst gekomen. "Een hardwerkende en eerlijke jongen, een echte perfectionist. Hij kan alles!" "Aanstormend talent Robbie is bijna net zo vrolijk als ik en niet snel van zijn stuk te brengen. Een echte aanwinst!"

Kijkje achter de ruiten.

Een dag bij Autotaalglas Oss begint al vroeg in de ochtend. Dan komen de nieuwe ruiten binnen. Bijna alle klanten hebben binnen 24 uur een nieuwe of gerepareerde ruit. "Het zorgt altijd weer voor een glimlach om vele mensen binnen één dag te kunnen helpen!"



Auto taal.

"Goed gedaan voelt beter dan goed gezegd is ons motto", aldus Antoine. "Soms denken mensen dat we imitatie ruiten verkopen. Ze komen echter allemaal rechtstreeks van de fabrikant en zijn dus van de beste kwaliteit en volledig nieuw."

Autotaalglas helpt.

"Voor een reparatie kun je altijd binnen komen rijden. We repareren het direct. We hebben een stilteruimte waar onze klanten kunnen werken met uitstekende Wifi en lekkere koffie. En heb je geen tijd? Dan staat er een gratis leen-Mini, leen-scooter of leen-fiets voor je klaar!"



Tips van Antoine

"Ruitschade is lastig te voorkomen. Heb je een sterretje? Plak deze dan direct aan de buitenkant af met tape of onze servicepas. Hierdoor houd je de beschadiging schoon en is het mooier te repareren. Kom zo snel mogelijk bij ons langs. Een sterretje tot de grootte van een 2 euromunt is vaak nog te repareren. De kosten voor het repareren van een sterretje worden vaak volledig vergoed door de verzekering. Of dit voor jou ook zo is, kun je terugvinden in je polis. Of wij zoeken het graag even voor je uit!"

Glas.

"Je kunt met elk vervoersmiddel bij ons terecht. Elk merk auto, graafmachine, bouwkraan, camper of vrachtauto.... Alles wat glas bevat, kunnen wij maken. Mits er natuurlijk wielen onder zitten!"

Oss.

"We wonen alle drie vlakbij Oss. Elk jaar doen we mee aan de Classic Car Rally. Een erg leuk lokaal evenement waar we als spin in het web mee-helpen om de dag goed te laten verlopen!"


autotaalglas helpt



"Goed gedaan voelt beter dan goed gezegd."

Autotaalglas Oss
Parallelweg 7a
5349 AD Oss

0412-651600
oss@autotaalglas.nl
au.nl/oss



win

SPECIAAL VOOR HEM

De verzorgende scrub van Bulldog geeft het gezicht een oppepper terwijl het op milde wijze alle dode huidcellen verwijdert. De scrub bestaat uit eerlijke ingrediënten en alle producten worden met grote zorg en integriteit geproduceerd.
bulldogskincare.com



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.

BRUIST Deals



Stay home and stay safe

LEZERSACTIE

Maak deze maand kans op 1 van de 20 streamingcodes voor jouw favoriete serie van lumiereseries.com

We blijven massaal thuis om het coronavirus onder controle te krijgen. Daarom verloot BRUIST 20 streamingcodes voor vier verschillende series. Zo komen we die extra tijd wel 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. #LUMIERE** naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

**#STAY HEALTHY**

De Drinking Vinegars van Lima zijn verfrissend, verkwikkend en heilzaam voor het lichaam.

Bovendien zijn ze vegan, 100% biologisch en bevatten ze geen toegevoegde suikers. Perfect 's ochtends vermengd in een glas koud water of kruidenthee voor een gezonde start van de dag. Of gebruik de Vinegars in een vinaigrette voor bij een salade.

www.limafood.com

**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.

**LEZERSACTIE**

Maak kans op 1 van de 10 Hop On Hop Off tickets van Dordrecht Tours.

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

Tickets blijven geldig!



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.

WAAN JE OP VAKANTIE

Een stralend én beschermd gezicht deze zomer dankzij Hawaiian Tropic. De Silk Hydration Air Soft Face Lotion is niet vetteg, voedt en hydrateert de huid tot 12 uur lang. En dankzij de heerlijke tropische geur waan je je gelijk op vakantie. Deze face lotion is verkrijgbaar in factor 30 vanaf € 18,99.

www.hawaiiantropic.com



TUINAANLEG VAN A TOT Z

Ruim 27 jaar geleden begon Alex Ulijn naast zijn werk als vrachtwagenchauffeur als stratenmaker. Langzaam maar zeker breidden de werkzaamheden zich uit en Alex startte zijn eigen bedrijf. Inmiddels legt hij samen met zijn team complete tuinen aan in Uden en de wijde omgeving. Daarbij nemen zij alles uit handen: van het aanbrengen van bestrating tot het planten van groen.

WE HOUDEN PAS OP ALS DE KLANT HELEMAAL TEVREDEN IS

Omdat Alex zelf een kunstknief heeft, moet hij het uitvoerende werk voor een groot deel overlaten aan zijn 'jongens'. "Ik heb twee vaste medewerkers die al negentien jaar voor me werken", vertelt Alex enthousiast. "Daar vertrouw ik helemaal op. In drukke tijden of bij grotere klussen betrek ik nog wat extra mensen bij wat we doen, stuk voor stuk vaklui. Voor het groenwerk werk ik samen met een vriend van me, Chris Castelein, hij is hovenier. Ieder zijn vak; we vullen elkaar qua kennis en expertise perfect aan."

Groot en klein "Ik ga eerst met de klant rond de tafel zitten om de wensen te bespreken en bekijk de situatie ter plekke. Daarna brainstorm ik met mijn mensen om een plan op te stellen dat past bij het budget, wat dat betreft is het echt teamwork. Vervolgens vertalen we dat in een tekening die een duidelijk beeld geeft van wat de klant kan verwachten. En natuurlijk kunnen we zelfs als we al bezig zijn eventueel nog iets aanpassen. Die flexibiliteit hebben we." Een complete tuin aanleggen is mogelijk, maar ook afzonderlijke werkzaamheden als tuinonderhoud, grondwerk, het aanbrengen van alle mogelijke bestratingen en het maken van terrassen, schuttingen en overkappingen. "Of het nu gaat om een groot of een klein project, we besteden er evenveel aandacht aan, zodat jij straks lekker kunt genieten van je tuin."

Vertrouwd en overzichtelijk "Als klant heb je te maken met één aanspreekpunt, dat ben ik. Ik regel alles wat er nodig is en zorg ervoor dat alles goed loopt. Als er iets is, kun je ook bij mij terecht. Zo houden we het vertrouwd en overzichtelijk. Dat is belangrijk, want je komt toch bij de mensen thuis. In de offerte maak ik inzichtelijk welke kosten er worden gemaakt. Wil je zelf het afval afvoeren? Ook prima, dan hoeft je er ook niet voor te betalen. Sowieso zorgen we dat het allemaal weer netjes is als we klaar zijn met de klus en we doen ook nog eens ons best om het een beetje leuk te houden." Eveneens bijzonder: Alex geeft 26 weken garantie op het uitgevoerde werk.

De uitdaging "Het bezig zijn in het groen is een hobby van mij. Het is natuurlijk geweldig dat ik daar mijn werk van heb kunnen maken. Het is steeds weer een uitdaging om samen met de klant tot een plan te komen. We sparen net zo lang tot het helemaal naar wens is en ook in de uitvoering gaan we net zo lang door totdat iedereen – zowel wij als de klant zelf – tevreden is. Van niets iets moois maken, dat is en blijft het leukste wat er is. Ik maak ook altijd foto's van de beginsituatie én van het eindresultaat, zodat je kunt zien hoe het is geworden. Als je dan hoort hoe blij mensen zijn met wat je hebt gedaan... Dat is toch waar je het voor doet."



Alex Ulijn Tuinaanleg | Luitstraat 30, Uden | 06-23033390 | info@alexulijn.nl | www.alexulijn.nl

Welkom bij **PILZ&GRILLZ**

Als je **goede dorst** en **flinke honger** hebt, ga je naar Pilz & Grillz aan de haven. Wij bieden u een prima combinatie voor een avondje uit: lekker eten en drinken in een sfeervolle omgeving.

Gerechten zonder gekke fratsen en van hoge kwaliteit.

Iedere woensdag **onbeperkt genieten** van onze heerlijke **malse spareribs**.

Pilz & Grillz
Heilig Hart Plein 29
Veghel
0413-769059
06-53966524
www.pilzandgrillz.nl

Mensen die **in mei zijn geboren**, zijn over het algemeen ontzettend gemotiveerd én **ambitueus**.

Planten in huis verlagen de kans op een verkoudheid en een **verstopte neus** met 30%.

Zondag 10 mei is het weer **moederdag**.

Tijd om je moeder **in het zonnetje** te zetten!

Orchideeën kunnen prima overleven in de badkamer en zorgen daar bovendien voor wat **kleur**.

Uit onderzoek blijkt dat **meikinderen** het meest **optimistisch en positief** ingesteld zijn van alle kinderen.

De bladeren van planten kunnen achtergrondgeluiden absorberen en daardoor de **akoestiek** in een ruimte verbeteren.

De periode van 11 tot en met 15 mei wordt ook wel

Ijsheiligen genoemd. Volgens de volksweerkunde zijn dit de laatste dagen in het voorjaar waarop nog **nachtvorst** op kan treden.

Een belevenis met voor elk wat wils

In juli 2019 heb ik mijn droom kunnen waarmaken. Een gezellige, huiselijke winkel waar je je als klant thuis zal voelen. Ik ben Sanne van Hout, 24 jaar oud en bij mij ben je altijd van harte welkom aan de Galerij 29 te Uden. Daar tref je een winkel waar ik mijn hart en ziel in leg. Het is een belevenis om hier te komen.

De klanten wordt koffie, thee of iets fris aangeboden, datzelfde geldt natuurlijk ook voor de mannen die even moeten wachten. Voor de kinderen heb ik snoepjes staan. Tijdens het wachten kunnen ze aan een grote tafel zitten waar ze ook iets kunnen lezen. Ik wil mijn klanten de perfecte beleving geven in een unieke winkel met een fijne Ibiza-sfeer. Tussen de kleding die ik verkoop, zit voor ieder wat wils. Van maat xxs tot xxl, stuk voor stuk van aantrekkelijke merken. Van casual, klassiek of sportief tot Ibiza-stijl. De prijzen zijn geschikt voor elke portemonnee. Naast kleding vind je in de winkel schoenen, tassen, accessoires en riemen. Klanten gaan met een goed gevoel de deur weer uit.

Ik ben iedere dag geopend vanaf 10.00 uur tot 17.30 uur. Op koopavond tot 21.00 uur en op zaterdag tot 17.00 uur. Ben je geïnteresseerd, kom dan gerust eens bij ons langs.

Tot gauw!

Sanne van Hout en team Bij ons Sann.



Onze merken

Galerij 29, Uden | 06 39012717 | [f bijonsSann](#)



De kozijnenspecialist



MN Kozijn Uden

Bent u op zoek naar kozijnen, deuren in kunststof, aluminium en hout en een betrouwbaar bedrijf dat perfect werk levert voor de scherpste prijs?

Kom langs bij MN Kozijn Uden voor meer informatie of een kijkje in onze showroom.

MN Kozijn Uden
Erfstraat 9, Uden
0413/24 99 66
info@mnkozijnuden.nl
www.mnkozijn.nl/kozijnen-uden

Jouw woning, jouw wensen

Kozijnen op maat

Innovatie en expertise staan voorop



Depressief, burn-out, chronisch vermoeid, relatiecrisis, werkstress of slopende gedachten?

VAN ALLES GEPROBEERD OM DAT TE VERANDEREN, MAAR ZONDER SUCCES?

Blijvend anders biedt je mogelijk een andere oplossing. Een oplossing die ervoor zorgt dat jij in de gaten krijgt hoe het werkt in jezelf en waar dingen vandaan komen, om vervolgens écht te kunnen veranderen.

JUIST NU! DIGITALE HULPVERLENING

Juist in deze moeilijke tijden waarin we afstand moeten houden van anderen, terwijl de afstand naar onszelf en de mensen waarmee we samenwonen kleiner wordt, kan wat hulp en begeleiding noodzakelijk zijn.

Neem vrijblijvend contact op met Rob Droog via info@blijvendanders.nl en zet de eerste stap op weg naar verandering.



Voor vragen of aanmelden: info@blijvendanders.nl

Snavelbiesstraat 12, Landhorst | 06-24110827 | www.blijvendanders.nl

20

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

Word vrijwilliger!

deluisterlijn.nl/vrijwilliger

Help door
te luisteren
anoniem - dag en nacht



Is jouw bedrijf écht beveiligd tegen virussen en hackers?

Bijna alle zzp'ers en MKB-ondernemers hebben wel een software-pakket draaien met een antivirus en firewall. Maar hoe veilig ben je met zo'n simpele (vaak lekker goedkope) oplossing? Weet je zeker dat er geen virussen en hackers doorheen komen? **Marcel Martens van M • IT Services** "Ondernemers vertrouwen helaas te vaak op een pakket dat niet op maat is afgesteld of dat niet meer actueel is."

"Vraag jezelf eens kritisch af: wat mag je nu eigenlijk écht verwachten van goedkope, bijna-gratis software? Natuurlijk is het fijn dat je met een paar euro klaar bent, maar ben je er dan ook klaar mee? Een béétje beveiligen helpt niet. Dat zien wij vaak terug in de praktijk. Dan komt een ondernemer in paniek naar ons toe als al zijn of haar bestanden beschadigd of 'gekidnap't zijn. Het standaard pakketje dat zij hebben draaien doet niet wat het moet doen en daar komen ze pas achter als het te laat is."



"Speciaal voor ondernemers hebben we een pakket samengesteld: 'Altijd veilig in bedrijf'. Dit is inclusief serieuze antivirus en firewall. We stellen de beveiliging dan op de juiste manier in. Plus we zorgen ervoor dat we blijven updaten, zodat alle bestanden en systemen optimaal beveiligd zijn én blijven. Dus kom je dan een keer op een verkeerde site terecht of open je een fout mailtje... dan ben je niet gelijk alles kwijt."



Achterste Groes 13, Heesch • 0412-744300
info@mitservices.nl • www.mitservices.nl

FIT BLIJVEN YOGA VOOR THUIS



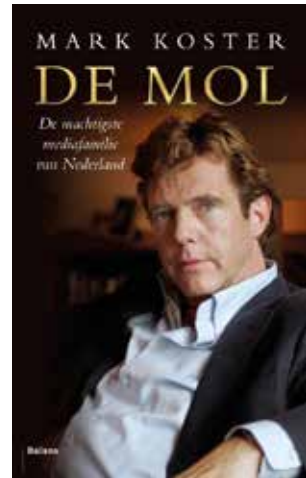
Als je de hele dag thuis moet blijven, is het ook wel verstandig om fit te blijven. Waarom niet beginnen aan yoga? Het voorkomt dat je de hele dag alleen maar op die stoel zit of in die bank hangt. En je kunt het zo zwaar maken als je zelf wil. Je bent even helemaal bezig met je lichaam en geest, zonder afleiding van je smartphone of tablet. Er zijn volop oefeningen die vrij simpel thuis te doen zijn. Je krijgt er sterkere spieren van en vergroot er je flexibiliteit mee, je vermindert je stress, leert te ontspannen en vannacht zul je heerlijk slapen.

Kijk voor oefeningen om thuis te doen op www.freshhh.nl/bewegen/yoga-oefeningen-thuis

BOEKJE LEZEN DE MOL

John, Linda en Johnny de Mol zijn overal. Zij zijn de grote spelers van de entertainment-industrie. Maar waar komt het enorme succes van de familie eigenlijk vandaan? Hoe werden de De Mols opgevoed? Wat drijft hen? Hoe zijn ze geworden wie ze nu zijn? Op zoek naar antwoorden op deze vragen dook Mark Koster in de familiegeschiedenis. In dit fascinerende en onthullende familie-epos schetst hij hoe een hyperambitieuze familie via netwerken, werklust en zakelijk opportunisme haar dromen wist waar te maken en nu al decennialang bepaalt wat wij aan nieuws, muziek en vermaak krijgen voorgeschoteld.

DE MOL ligt nu in de boekhandel.



BOEKJE LEZEN ZILVEREN VLEUGELS



Net als Faye begint te denken dat de rust in haar leven is teruggekeerd, wordt ze plotseling weer in het nauw gedreven. Ze is in het buitenland een heel nieuw leven begonnen; haar ex-man Jack zit in de gevangenis en haar bedrijf Revenge is waanzinnig succesvol. Maar vlak voordat Revenge in de VS gelanceerd gaat worden, wordt het bedrijf serieus bedreigd en is Faye gedwongen naar Stockholm terug te keren. Met de hulp van een zorgvuldig geselecteerd team van vrouwen gaat ze de strijd aan om haar bedrijf veilig te stellen en om zichzelf en degenen die ze liefheeft te beschermen. **ZILVEREN VLEUGELS van Camilla Läckberg is vanaf 28 mei verkrijgbaar.**

Ruim 30 jaar vakmanschap

**KWALITEIT EN KLANT-
VRIENDELIJKHEID
STAAN VOOROP**

John Moes repareert al sinds zijn zeventiende schoenen. Hij leerde alle facetten van het vak bij een schoenmaker in 's-Hertogenbosch. Sinds 1998 heeft John zijn eigen schoenmakerij midden in het centrum van Oss. Nog steeds doet hij zijn werk met veel plezier en een lach op het gezicht.

“Het contact met de mensen is een van de leukste dingen van het werk”, vertelt John enthousiast. “Ik ben zelf heel open en neem altijd de tijd voor een babbeltje. Dat maakt dat mensen mij ook makkelijk in vertrouwen nemen en hun verhaal vertellen. Verder is het werk zeer afwisselend. Geen enkele dag is hetzelfde.”

Vakkundige reparaties

Naast schoenen repareert John ook tassen, van leer of van kunststof. Ook het korter maken van riemen en het vervangen van ritsen in rijlaarzen behoort tot de mogelijkheden. “Ik probeer het zo goed mogelijk te maken, zodat je er nog lang plezier van hebt.”

Sleutels maken

“Verder kan ik bijna alle sleutels vervaardigen, ook met transponder ofwel beveiliging. Zelfs een gebroken sleutel is vaak nog te herstellen.”

Onderhouds- en verzorgingsproducten

John beschikt over een zeer uitgebreid assortiment aan onderhouds- en verzorgingsmiddelen, van veters en schoenpoets (in alle kleuren, voor alle materialen) tot sleutelhangers. “Daarnaast heb ik inlegzolen, met of zonder steun, wel of niet absorberend. Bijzonder zijn de speciale gevormde inlegzolen van MySole voor berg- en werkschoenen. Deze zijn bij uitstek geschikt als je bijvoorbeeld een platvoet of doorgezakte voorvoet hebt. Met behulp van een passschijf bepalen we welke inlegzool je nodig hebt.”

Klantvriendelijkheid

“Het geeft voldoening als je mensen tevreden kunt stellen met je reparatie. Ik zal niet snel ‘nee’ verkopen en geef een eerlijk advies. Als je ergens mee komt, doe ik mijn uiterste best om het op te lossen. Klanten zeggen dan ook vaak: ‘Ga maar naar John Moes toe, dan komt het wel goed’. En zo is het!”



Heuvel 20 K, Oss | 0412-643062





Yellow *fever!*

Bij de maand mei denken we gelijk aan de kleur geel. Geel doet ons denken aan de zon en maakt je vrolijk. Voilà: heerlijke beautyitems om blij van te worden!

- 1. ICONails Gel Lacquer van Catrice, € 2,99 www.catrice.eu
- 2. Drink Up 10 Minute Hydrating Mask van Origins, € 23,- www.origins.eu/nl
- 3. Remix Cologne limited edition van 4711, € 22,50 www.4711.com
- 4. Hello Sunny Sun Stick Aqua SPF50+ van Banila Co, € 27,95 www.douglas.nl
- 5. Dry Touch Sun Care Cream SPF 30 Face van Clarins, € 31,- www.clarins.nl
- 6. Extra Balm Rinse van Bobbi Brown, € 69,- www.bobbibrown.nl

- 7. NATA Hand Cream 30 ml van Benamor, € 8,- www.babassu.nl
- 8. Rum Bar Soap van (MALIN+GOETZ), € 18,- www.retreat.nl
- 9. Instamud van Glamglow, € 39,90 www.douglas.nl
- 10. Organic Nailpolish Lemon van Kure Bazaar, € 17,50 www.shizo.nl
- 11. Shalimar Eau de Parfum Limited Edition 2020 van Guerlain, € 103,50 www.guerlain.nl
- 12. Invisible Physical Defense SPF 30 van Dermalogica, € 59,- www.dermalogica.nl

Kom heerlijk genieten!



Wacht niet langer
HET BIER
staat al
koud!

't Oventje
gewoon genieten

Voor-Oventje 32, Zeeland | 0486-453962
info@hetoventje.nl | www.hetoventje.nl

In de Roos
Bloem & Cadeau

Breng het zonnetje in huis!

Het adres voor:

- bloemenabonnement
- rouwarrangement
- trouwarrangement

**Bestel via onze
webshop of kom langs!**

Dorothea Bimbergen



Wilhelminastraat 9, Megen 0412-48 05 52
info@inderoos-bloemcadeau.nl | www.inderoos-bloemcadeau.nl

Huidverzorging op maat



Wij zijn gespecialiseerd in het
aanbrengen van permanente make-up
en microskinpolish.

**Beautysalon
Estilo**

Zwervend erf 30, Oss | 06-13154618
www.beautysalonestilo.nl

In Tilburg en Oss op zoek naar
een deskundige tandarts die
uw gebit samen met u gezond
houdt en waar u tevens voor
cosmetische behandelingen
terchtkunt?

Kom dan naar
Tandarts
STEENBERGEN

Wij willen u graag laten zien wat
wij zoal voor u kunnen betekenen
en hoe we met onze patiënten
omgaan.

Tot ziens!
We hopen u
binnenkort
te mogen
verwelkomen.



Medicijnstraat 120, Oss
0412-639722
Kruisvaardersstraat 157, Tilburg
013-5352535
www.tandarts-steenbergen.nl

Net zulke mooie tanden hebben als Sylvie Meis of Yolande Cabau? Dat kan gewoon in onze praktijk in plaats van in speciale klinieken. U hoeft niet langer een vip te zijn om uzelf dergelijke ingrepen te gunnen.

Stralen als Sylvie?

Met de huidige technieken is de lach van een schoonheidskoningin ook voor mensen met een modaal inkomen betaalbaar geworden.

Cosmetische tandheelkunde

De lachlijn (de lijn waarbij tijdens een glimlach de bovenlip perfect lijnt met de rij tanden en kiezen van het bovengebitt) kunnen wij met diverse kleine en grote ingrepen weer regelmatig en representatief maken. Soms is het plaatsen van porseleinen kronen en/of bruggen noodzakelijk, maar steeds vaker blijkt ook met behoud van eigen tanden en kiezen een opzienbarende metamorfose mogelijk. Verkleurde en/of scheefstaande tanden en kiezen kunnen opzienbarend worden gecamoufleerd. Deze behandelingen zijn vrijwel pijnloos. Ook hebben we methodes waarbij door onzichtbaar te beugelen de tanden weer keurig in een rij komen te staan.

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



XXS

To Be

Voor papa en mama in spe!

De zwangerschap is een bijzondere tijd, waar je ontzettend van zult genieten. Wij helpen je daar graag bij. Bij XXS To Be kun je terecht voor (zwangerschaps)massage, beautybehandelingen, coaching, bootcamp, pedagogisch advies, vragen aan onze diëtiste en nog veel meer tijdens en na de zwangerschap.

Een zwangerschap is iets heel moois, iets heel bijzonders, maar kan ook ontzettend zwaar zijn. Vooral de laatste loodjes zijn voor veel vrouwen erg pittig. Hoe leuk is het dan om door je vriendinnen, moeder of zussen verrast te worden met een babyshower. Gezellig een middagje samen spelletjes doen, namen raden, babyhapjes proeven, een rompertje bedrukken, schilderijtjes maken voor de babykamer... de mogelijkheden zijn eindeloos. Niets is ons te gek en alles is bespreekbaar.

Maak van je echo een feestje!

Wil je de echo nog specialer maken? Boek dan een Special bij XXS To Be. Neem gezellig je hele familie of je liefste vrienden mee en begin de echo met een glaasje roze of blauwe bubbels. Tijdens de echo krijgen jullie ook iets lekker (uiteraard ook in thema) en de zwangere krijgt een presentje. Heel bijzonder om op deze manier dit mooie moment te delen met familie en vrienden.

Geef bij je reservering aan met hoeveel personen jullie komen (2-8).

**Dus, verwacht je binnenkort een kleine?
Bel dan voor meer informatie of een afspraak.**

Bel voor meer informatie of een afspraak.



(0413) 25 91 34 | info@xxskinderopvang.nl | www.xxskinderopvang.nl



JUDITH VAN LENT

Lente Mare
is een plek waar je tot rust komt en daardoor juist weer energie krijgt.

Dit afhankelijk van wat jij op dat moment nodig hebt. Doordat de Intuïtieve Massage gegeven wordt in zachtheid en met warme oliën zal je optimaal ontspannen in de knusse ruimte gevuld met rustige muziek en kleurrijk licht.

Je voelt je als herboren.

INTUÏTIEVE MASSAGE

THAISE VOETMASSAGE

CHI-WIT-MASSAGE

JAPANS GEZICHTSMASSAGE



Abraham Kuijperstraat 7, Oss
06 - 81667518
lentemare@icloud.com
www.lentemare.nl

Chi-Wit-massage van Lente Mare

Naast de intuïtieve (ontspannings)massage (30 min, 45 min, 60 min), de Japanse gezichtsmassage en de Thaise Voetmassage, wordt bij Lente Mare ook Chi-Wit-massage (spreek uit sje-wiet) aangeboden.

Je levensboom

Deze bijzondere massage is gericht op de wervelkolom die wordt gezien als je levensboom. Steeds vaker komt het voor dat we onze buigzaamheid kwijt zijn. Dit hoeft niet altijd fysiek te zijn, maar dat kan het wel worden. In de wervelkolom komen zenuwen samen, deze staan in verbinding met de rest van het lichaam. Als de energie goed kan stromen door de wervelkolom, werkt dat door. Door stress en andere oorzaken kan er veel spanning, pijn en moeheid zijn opgebouwd in de wervelkolom. Daarom is het zo belangrijk dat we leren met de stroom van het leven mee te gaan en bewust in het leven te staan, zodat ons zelfgenezend vermogen in beweging blijft.

Uit Azië

De massage bestaat uit een combinatie van verschillende technieken die afkomstig zijn uit Thailand, Vietnam en India. Doel is dat de natuurlijke lichaamsenergie weer lekker gaat stromen. Buiten dat dit een heerlijk ontspannen gevoel geeft, kan het bijdragen aan een betere mentale conditie en het kan verlichting en helderheid geven bij emotionele pijnen. Bij de Chi-Wit-massage gaat het om een massage van de rug en de achterkant van de benen. Deze massage is online te boeken via de website www.lentemare.nl/reserveren. Uiteraard kun je ook bellen of appen met 06-81667518 voor een afspraak.

**Op de hoogte blijven? Lente Mare is te volgen op Facebook en Instagram.
Wil je liever per e-mail een nieuwsbrief? Meld je dan aan via lentemare@icloud.com.**

Kom het ervaren!



TIP!
Maak online een afspraak!



Meld je nu
aan voor de
**BASISCURSUS
FOTOGRAFIE**

Hou jij ook zo van fotograferen?

Kleine groepen | Persoonlijke aandacht | Praktijkgericht

En heb je zelf een mooie camera? Zo'n toestel biedt een heleboel opties en instellingen. Vaak is het lastig om daar in je eentje doorheen te komen als je niet precies weet wat je aan het doen bent. Over het algemeen eindigt zo'n supertoestel dus in de automatische stand.

Daarom heeft fotografe Maaïke van Schaijk een basiscursus fotografie geschreven. De kernbegrippen van al onze cursussen en workshops zijn: 'leren door te doen', 'kleine groepen' en 'persoonlijke aandacht'.

Na een basiscursus kun je echt al veel meer uit je toestel halen! zegt Maaïke enthousiast. Tijdens de basiscursus leer je de belangrijkste knopjes van je camera kennen en gebruiken. De lessen bevatten een stukje theorie en daarnaast ook een stukje praktijk. Door de praktijkoefeningen, die je onder begeleiding uitvoert in de studio, kun je de stof beter onthouden, aldus Maaïke. Eventuele vragen worden meteen beantwoord. "Ik werk altijd in kleine groepen, zo krijgt iedereen de nodige persoonlijke aandacht en hulp", besluit Maaïke.



Burgemeester Buskensstraat 15a, Uden | 06-24218117
maaike@defotostudiouden.nl | www.defotostudiouden.nl



Peter en Mirjan van Gorkum

Onze fietsenwinkel is al ruim 25 jaar een begrip in Zijtaart en omgeving en daar zijn we trots op. Bij ons staat service hoog in het vaandel en dat merk je aan alles. Wij zijn niet voor niets al drie jaar op rij 'fietsenwinkel van het jaar' geworden.

E-BIKES

GEBRUIKTE FIETSEN

VERHUURFIETSEN

KINDERFIETSEN

STADS & TOURFIETSEN

REPARATIE



De FietsenWinkel Zijtaart

Ceciliastraat 1, Zijtaart (Veghel)
0413-352203
info@defietsenwinkelzijaart.nl
www.defietsenwinkelzijaart.nl

Op zoek naar de juiste elektrische fietsen?

Ervaar en probeer nu zelf welke fiets het beste bij je past.

Nou ben je wel geïnteresseerd in een elektrische fiets, maar bij het zoeken kom je allemaal ingewikkelde dingen tegen: **welke motor** hij heeft en hoeveel wattuur de **accu** heeft, over **verzekeringen**, **rijbewijzen** (oh nee toch?!), **onderhoud**... en verder lees je al niet meer. Hoofdschuddend haal je je oude fiets maar weer uit de schuur. Die heb je al twintig jaar en gaat vast nog wel tien jaar mee. Zo'n elektrische fiets klinkt veel te ingewikkeld. Maar laat je niet afschrikken... **Elektrisch fietsen is eigenlijk heel simpel, ook voor jou!**



**Kom langs en
WIJ HELPEN JE MET
DE JUISTE KEUZE
die bij jou past!**

We zijn specialist en premiumdealer van de Batavus en Sparta elektrische fietsen.

E-bikes zijn er voor alle leeftijden



Een dag om *ja* tegen *te zeggen*

Je hebt JA gezegd! Op die eerste vraag dan, de vraag 'wil je met mij trouwen?'. Nu is het tijd om dat tweede jawoord te plannen: je bruiloft. Heel leuk, maar er moet ook heel wat geregeld worden.

EERST HET
BUDGET,
DAARNA HET
PLANNEN

Er zijn mensen die al van jongs af aan dromen over hun perfecte bruiloft. Het ideale plaatje zit in hun hoofd of er ligt zelfs al een compleet draaiboek klaar. Je weet maar nooit hoe snel die grote dag komt. Tegelijkertijd zijn er ook mensen die – tot het moment dat ze ten huwelijk gevraagd worden – nooit over hun bruiloft nadenken.

Trouwen in mei

Ben je net ten huwelijk gevraagd en denk je 'we trouwen gewoon even snel deze maand', dan is de kans groot dat je van een koude kermis thuiskomt. Mei is namelijk de op twee na populairste maand om te trouwen (alleen juni en september zijn populairder), dus de kans is groot dat de agenda's van de meeste trouwambtenaren al ruimschoots zijn volgepland. Misschien maar goed ook, want is het niet veel leuker om jezelf toch even de tijd te gunnen om het een en ander te regelen?

Budget

Als je je bruiloft goed aan wil pakken, valt er namelijk heel wat te regelen. Datum en locatie zijn de eerste punten op het lijstje. Je kunt nog zo'n mooie datum in je hoofd hebben, als de locatie van je dromen op die dag niet meer beschikbaar is, zul je toch echt moeten uitwijken naar een andere datum of een andere locatie. En verder: de getuigen moeten worden geregeld, de gasten uitgenodigd en het trouwpak en de trouwjurk moeten worden gekocht. Wil je alleen een huwelijksvoltrekking of ook een receptie en/of feest? En moeten daar dan de hele dag foto's van gemaakt worden door een professionele fotograaf? Of heb je een vriendin of oom die die taak ook op zich kan nemen? Et cetera, et cetera... Veel is afhankelijk van je budget, dus misschien is dat nog wel belangrijker om als eerste te bepalen. Want als jij weet wat jullie budget is, dan weet je pas echt hoe groots je uit kunt pakken.

Ga jij ook trouwen en kun je daar wel wat hulp bij gebruiken? Op www.nederlandbrui.nl vind je heel wat specialisten die je daarbij kunnen helpen.



OOK ZO'N LAST VAN ONRUSTIGE, VERMOEIDE OF PIJNLIJKE BENEN?

Spatadertherapie verlicht en verhelpt deze klachten. Spatadertherapie is geschikt voor iedereen met klachten van spataderen of andere doorbloedingsproblemen in de benen.

Spatadertherapie wordt vergoed door verschillende zorgverzekeraars.



Kijk voor meerdere massage-mogelijkheden op varicare.nl

Massage cadeaubon leuk om te geven!



Ploeg 35 Berghem | 06-16809636
info@varicare.nl | www.varicare.nl

Als bedrijf wil je toch ook **gezonde werknemers?**

voor bedrijven, particulieren en sportclubs

Sportzorg
Cilia van de Camp

BEL voor meer info of een afspraak
06-23784761

Aangehouden bij:
NGS sport & massage
SCAS gecertificeerd

Sportzorg Cilia van de Camp | Het Reut 313, Berghem | 06-23784761
info@sportzorgciliavandecamp.nl | www.sportzorgciliavandecamp.nl

Uw woning laten taxeren?

Voor bestaande woningen in de omgeving van Oss, Uden, Veghel, Landerd en Bernheze

Nú tegen een **VOORDELIGE EN CONCURRERENDE PRIJS**
Bel 0486-424929

NWWI Erkend taxateur
VISSERS MAKELAARDIJ

Pimpernel 12, Zeeland | (0486) 42 49 29 | www.vissersmakelaardij.nl

Lindy van Lijsel

is voedingsdeskundige en (personal) trainer. Zij helpt mensen niet alleen met afvallen, maar staat hen ook bij als het bijvoorbeeld gaat om het verkrijgen van meer energie, het afrekenen met een depressie, het tegengaan van lichamelijke klachten, het aanpassen van hun leefstijl of de uitdaging om simpelweg meer te gaan bewegen.



Duiker 42, Oss | 06-20200627
info@lindyvanlijssel.nl
www.lindyvanlijssel.nl

Online voedingsadvies op maat

Ik stel op maat gemaakte voedingsadviezen samen zodat jij jouw doel kunt bereiken. Geschikt voor iedereen die verantwoord wil afvallen, beter wil presteren of van bepaalde klachten af wil komen. Samen stellen we een schema op dat het beste voor je werkt.

- Digitale intakeformulieren
- Wekelijks weeg/meet contact
- Voedingsschema in je brievenbus
- Telefonisch je voortgang bespreken

Ga naar www.lindyvanlijssel.nl en meld je nu aan



VOOR HET ULTIEME BUITENGEVOEL



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



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

Definitief

BRUISENDE/ZAKEN

ontharen met IPL

Wil je af van ongewenste haren op verschillende plekken of heb je last van overbeharing? Dan ben je bij Pulzzz, gevestigd aan de Raadhuislaan in Oss, aan het juiste adres! Dankzij IPL ben je voorgoed van je haren af!

Wil je eerst zelf ervaren hoe het werkt? Maak dan nu een afspraak voor een gratis okselbehandeling.

“De IPL-techniek werkt met lichtflitsen en is geheel pijnloos”, vertelt Graziella Beikes. “Je kunt er alle huid- en haartypen mee behandelen, dus ook mensen met een gevoelige huid. Zelfs de kleine, zachte donshaartjes in het gezicht krijg je ermee weg. Na twee behandelingen merk je al het verschil. Het is per persoon verschillend hoeveel je er precies nodig hebt, gemiddeld zijn dit er acht tot twaalf.”

Huiskamergevoel

Ook mannen weten Pulzzz inmiddels te vinden. “Dankzij het huiskamergevoel dat we nastreven, voelt iedereen zich hier al snel op zijn of haar gemak. We werken bovendien alleen op afspraak, zodat we echt de tijd voor je kunnen nemen.”

VOORBEELD	CONCURRENTIE	PULZZZ
Bovenlip	€ 35,-	± € 7,70
Wangen	€ 59,-	± € 22,-
Oksels	€ 75,-	± € 17,60
Bikinilijn	€ 79,-	± € 22,-
Bikinilijn volledig	€ 175,-	± € 55,-
Schouders man	€ 120,-	± € 66,-
Rug man	€ 350,-	± € 165,-

Pulzzz
Oss ipl ontharen

Raadhuislaan 23a, Oss | 06-19470211
oss@pulzzz.nl | www.pulzzz.nl



Word een topstylist

Les krijgen van een Nederlands kampioen? Het klinkt als een droom, maar het kan werkelijkheid worden. Kim van Grinsven heeft als kapster, lash styliste en nagelstyliste meerdere prijzen in de wacht gesleept en staat bij Beauty Education klaar om haar passie over te brengen op jou.

Kim vond haar geluk veertien jaar geleden in het kappersvak. Ze opende vol liefde en passie een eigen kapsalon. Om deze salon uit te breiden volgde ze ook een opleiding tot lash styliste en nagelstyliste. Dit vormde het succes achter Kim's Salon. Beauty Education is een nieuwe uitdaging voor Kim, waar ze alle tips en tricks aan jou wilt overbrengen, zodat ook jij je passie achterna kunt gaan.

Een opleiding bij Beauty Education levert je veel op. Zo kan je met de geleerde vaardigheden aan de slag in het werkveld als kapper, lash stylist en/of nagelstylist, maar ook op het gebied van make-up. Het levert je zelfs een certificaat of diploma op.

Wacht daarom niet langer en neem vandaag nog contact op met Kim. Wie weet ga jij dan binnen enige tijd door het leven als topstylist!

Beauty Education | Deel 7, Gemert | 06-28555617
info@beautyeducation.nl | www.beautyeducation.nl



Wacht niet langer en bel nu!

Het lichtpuntje van Mill

Edo verlichting is een begrip in het Brabantse dorp Mill. Waar de winkel voorheen ook wit- en bruingoed verkocht, is Edo van Tienen zich sinds 1997 gaan focussen op verlichting. Dit bleek een groot succes te zijn. Mensen staan versteld van het aanbod aan lampen afkomstig uit heel Europa. Daar zitten vast ook pareltjes tussen voor jou!

Zeldzaam In de winkel vind je een groot aanbod aan unieke binnen- en buitenlampen. Deze lampen zijn afkomstig uit Duitsland, België, Denemarken en Spanje. Ze worden altijd nauwkeurig ingekocht door Edo zelf, zodat hij er zeker van is dat de lampen van hoge kwaliteit zijn. Je bent dan ook altijd verzekerd van één jaar garantie op alle lampen. Daarbij let hij op de diversiteit van zijn assortiment. Dit zorgt ervoor dat jij kan kiezen uit allerlei prachtige stijlen.

Goed geregeld Je bent bij Edo verlichting altijd verzekerd van goede service. Zo beschik je altijd over één aanspreekpunt, geeft Edo je graag uitgebreid advies en is de afhandeling naar wens. Het is bijvoorbeeld mogelijk om een lamp te laten bezorgen en op te laten hangen. Hierdoor heb jij, na het kiezen van een geschikte lamp, geen enkele zorgen meer. Je hoeft alleen nog maar te genieten van de functionaliteit en sfeer die de lamp met zich meebrengt.

Er is meer Maar dat is nog niet alles. Je kunt bij Edo verlichting ook terecht voor reparaties en een uitgebreid aanbod aan onderdelen. Er zijn zelfs nog hallogeen- en gloeilampen verkrijgbaar. Ben je daarnaast op zoek naar bekabeling voor stroom, beeld of geluid? Ook dan ben je aan het juiste adres. Edo heeft je meer te bieden dan je

op voorhand zou zeggen. Ga daarom eens langs bij de winkel en laat je verrassen. Edo verlichting laat je letterlijk en figuurlijk stralen!

LAAT JE
VERRASSEN
IN DE
WINKEL!

Ondernemer: Edo van Tienen | Schoolstraat 21, Mill | 0485-470108 | info@edoverlichting.nl | www.edoverlichting.nl

Topfit in 9 dagen met onze special detoxkuur

3 dagen thuis afbouwen | 3 dagen detoxen in onze praktijk in Uden | 3 dagen thuis opbouwen

Hoe zou het zijn om negen dagen lang volledig tijd voor jezelf te hebben waarbij je door ons lekker in de watten wordt gelegd?

INCLUSIEF

1X HOOFDMASSAGE
1X LICHAAMSMASSAGE

KRUIDENSTOOMBAD

VERSGEPERSTE
BIO-SAPPEN & SOEPEN

DATA IN OVERLEG TE
PLANNEN, OOK IN HET
WEEKEND!



Waarom is het écht hoog tijd om te detoxen?

Het is de hoogste tijd om ons systeem even te 'resetten', ons lijf te laten ervaren hoe het eigenlijk hoort te zijn. Hoe onze programmering is. We staan door ons leefpatroon constant in de stress-modus wat je een opgejaagd gevoel geeft, onrust, malende gedachten enzovoorts. Onze darmen en andere organen zoals de lever zijn overprikkeld waardoor onze weerstand wordt aangetast en we steeds vatbaarder worden voor ziektes. Bovendien krijgen wij naast de stress zoveel toxische stoffen binnen via onze ademhaling, voeding, dranken, alcohol, suikers, et cetera, dat het voor ons lichaam geen overbodige luxe is om te ontgiften, maar pure noodzaak!

KOSTEN VOOR HET TOTALE PROGRAMMA € 425,-*

Mensen met vitale beroepen mogen 2e persoon meenemen tegen 50% van de kosten

AANMELDEN

Josephine Broeders | 06-10759534 | www.audesapere.nl

Marjon Willems | 06-12364661 | www.natuuropjebord.nl



OPTIONEEL BIJ TE BOEKEN:
DARMSPOELINGEN à € 99,-.



Het levert je bergen energie op, zodat je de batterij weer op kunt laden!

Ibiza

zoekt de stilte op

Je wordt wat je gelooft. Niet wat je hoopt, wat je wenst of wat je wil. Je wordt waar je diep van binnen echt van overtuigd bent. Een mens trekt niet aan wat hij wil, maar wat hij is.

Uit de lessen van Boeddha leren we dat wij een weerspiegeling zijn van onze ziel en onze geest. Je gedachten zijn de sturende kracht achter je bestaan. Je verbeeldingskracht creëert je werkelijkheid.

Boeddha vertelt dat ons geluksgevoel niet afhankelijk is van ons bezit of van wie we zijn. Het heeft alles te maken met hoe en wat we denken. Een juist evenwicht tussen onze materiële, fysieke, geestelijke en spirituele wereld is van groot belang. Dat betekent zorgen voor een gezond lichaam en een heldere geest én je intenties omzetten in fysieke actie. Hoe je je voelt, hoe je reageert en je gedrag zijn allemaal het gevolg van je gedachten en van de betekenis die je geeft aan die gedachten.

Als je denkwijze de kwaliteit van je dagelijks bestaan bepaalt, is het dan niet hoog tijd om meester te worden over je mind? Een interessant boek hierover is Think and Grow Rich van Napoleon Hill. Hij schrijft over de grenzeloze kracht van je gedachten.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

Foto Youri Claessens

COLUMN/MICHAEL PILARCZYK



Lili-jan van Gemert

STOFFEN & BREIGARENS

FOURNITUREN

PATRONEN

LESSEN

VERSTEL & REPARATIE

STOF & ZO

Geurdenhof 44a, Oss

0412-624420

www.stof-en-zo.nl

info@stof-en-zo.nl

Like ons op fb:
stoffenzaak stof en zo

BRUISENDE/ZAKEN

Maak je eigen mode met stoffen en advies van Stof & Zo

Bij Stof & Zo kun je terecht voor een zeer uitgebreide collectie kinder- en damesstoffen. “Daarnaast hebben we allerlei fournituren (van knopen en ritsen tot scharen en breinaalden), trendy patronen, breigarens en breiboeken”, vertelt Lili-jan enthousiast. “Evenals cadeaubonnen en leuke cadeautips. Mijn kleine, gezellige winkel van tachtig vierkante meter staat echt bomvol, je grijpt hier niet snel mis.”

Tevens kun je bij ons terecht voor verstel en reparatie zoals:

- innemen
- ritsen vervangen in jassen, broeken, etc.
- korter maken



Naai en/of breiessen

“We geven mensen met veel plezier advies, je kunt hier altijd terecht met je vragen. Voor wie een stapje verder wil zetten, geef ik tevens op afspraak naailessen tijdens de openingstijden van de winkel. Op dinsdagochtend en -middag en woensdagochtend verzorg ik brei- en haaklessen. Onder deskundige begeleiding en onder het genot van een kopje koffie of thee kun je je creativiteit er helemaal op los laten.”

Ga voor meer informatie naar mijn website of kom eens langs.

Wij zijn zolang mogelijk volgens de normale openingstijden open (zie www.stof-en-zo.nl). Mocht daar verandering in komen, dan laat ik het weten via mijn website, Facebook en Instagram. Verder hanteer ik de regels volgens RIVM.

Door middel van:

- gepaste afstand zoals voorgeschreven
- max. 3 klanten tegelijk in de winkel.
- maak zo nodig gebruik van een desinfecterend middel, aanwezig bij kassa
- contactloos betalen geadviseerd

Houd rekening met elkaar en blijf gezond!



Driehoek buitenreclame



voor al uw reclame door heel Nederland, verzorgd van a tot z

OPVALLEN?
ADVERTEER IN BRUIST!

NEDERLAND
BRUIST

Maak je tuin
2020-proof

Jouw tuin
als (groen)
verloopstuk
van je woning

**JUUST
NU!**

Bel **076-7115340** of mail
naar **nl@nederlandbruist.nl**

JOUW DRUKWERK. ONZE ZORG.
Q-PROMOTIONS.NL

**BRUIST MAAKT ER
GRAAG GEBRUIK VAN!**

Al zijn er in de loop der jaren vele manieren van adverteren bijgekomen de AO-reclameborden blijven het medium bij uitstek voor de presentatie van uw evenement, product of bedrijf. Het plaatsen van een reclamecampagne is laagdrempelig en biedt zowel landelijke als lokale mogelijkheden. Door onze jarenlange expertise kunnen we zowel adverteerders als gemeenten optimaal adviseren over waar, wanneer, hoeveel en hoelang AO-reclameborden geplaatst kunnen worden.

Driehoekbuitenreclame biedt adverteerders en gemeenten de mogelijkheid om AO-reclameborden te plaatsen via een flexibel of vast netwerk. Iedere gemeente heeft een

eigen reclamebeleid, waardoor bijvoorbeeld niet in elke gemeente commerciële reclame wordt toegestaan of waardoor in een gemeente ruim voor plaatsing van de reclamecampagne een vergunning voor het plaatsen van flexibele AO-reclameborden moet worden aangevraagd. Zowel bij gemeenten waarbij Driehoekbuitenreclame exclusief de concessierechten heeft verworven om via een vast netwerk reclameborden te mogen plaatsen als bij gemeenten met een flexibel netwerk kennen wij de regels en plaatsingsmogelijkheden. U heeft dus één bedrijf waar u uw campagne in heel Nederland of in een bepaalde regio kunt laten verzorgen.



Voor meer informatie mail of bel ons benelux@driehoekreclame.nl
Tel: 013-5181903

Nasi goreng

Marcel en Lea's favoriet!

4 PERSONEN

INGREDIËNTEN

6 eieren
peper en zout
500 gr rijst
olie
200 gr fijngesneden uien
2 teentjes gesnipperde knoflook
klein stukje gember
1 theel koriander
5 lombok (minder heet
zonder de zaadjes)
1/2 blokje trassi
400 gr restjes vlees
(schouderkarbonade, spek,
kip, ham)
garnalen
sesamolie
sambal
1 à 2 eetl ketjap
atjar tjampoer
kroepoek oedang
komkommer en tomaatjes

Maak roerei van twee eieren en wat peper en zout. Houd dit apart in een kommetje. Kook de rijst zo droog mogelijk. Alleen met goed droog gekookte rijst is lekkere nasi goreng te bereiden. Laat de rijst goed uitdampen en afkoelen. Je kunt ook rijst van de vorige dag gebruiken (dit is zelfs nog beter).

Bak in wat olie de uien, knoflook, gember, koriander, de gesneden lombok en de trassi tot de uien mooi gekarameliseerd zijn.


Voeg er het (zeer klein gesneden) vlees en de garnaatjes aan toe en fruit alles nog even door. Roer het onderste in de pan goed naar boven en voeg in kleine hoeveelheden de rijst en een snufje zout toe, tot alles goed warm en opgebakken is. Voeg het roerei toe en sesamolie naar smaak. Maak het gerecht af met een beetje sambal en ketjap.

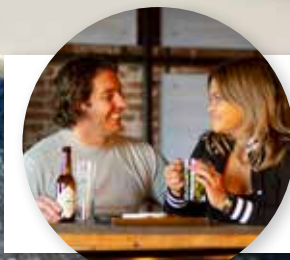
Garneer de nasi goreng met een gebakken eitje en serveer er naar smaak atjar tjampoer, kroepoek oedang, komkommer en tomaatjes bij.

Selamat makan!

Wil je de geheime ingrediënten weten?
Mail dan naar lea@nederlandbruist.nl

Wil je een SodaStream apparaat winnen?

Maak een foto van jouw nasi goreng, deel deze op  NederlandBruist en maak kans op zo'n handig SodaStream apparaat. Eind mei wordt de winnaar bekendgemaakt.



Marcel & Lea, directeur en operationeel manager bij Bruist
Nasi goreng wordt in Indonesië als ontbijt gegeten. Het wordt dan gemaakt van restjes, die van de avondmaaltijd zijn overgebleven. Wil jij weten met welke geheime ingrediënten wij deze nasi nog specialer maken? Mail me dan en ik vertel het je.
Dan kun jij net als wij genieten van een echte Indonesische nasi goreng!

.BLOX[®]

the creation is yours!

Wil je eenheid in je interieur met een persoonlijke touch? Kies dan voor het unieke concept van Blox! "Wij staan voor hoogwaardige kwaliteit, tijdloos high-end design en een breed assortiment", aldus Pierre van Blox.

Uw complete woning, hotel of bedrijf stijlvol ingericht in één dag. "Blox Luxury Furniture heeft het voor elkaar gekregen luxe materialen en eenheid in stijl naadloos samen te voegen tot een uniek concept", vertelt Pierre trots. "Namelijk de mogelijkheid om je gehele woning of bedrijf in één stijl en/of kleur zelf in te richten." Het Blox-concept bestaat uit een serie losse elementen waarbij hoogwaardige materialen gecombineerd worden tot een tijdloze en luxueuze inrichting. "Deze elementen omvatten onder andere een eettafel, bartafel, sidetable, salontafel, tv-meubel et cetera, maar ook een complete slaapkamer met bijpassende nachtkastjes en dressoir. Zo creëer je een luxe eenheid in jouw interieur."

MATERIALEN EN KLEUREN

Blox is een unieke combinatie van high-end ontwerp met hoogwaardige materialen tegen

middensegment prijzen. "Wij leveren uit voorraad in elke gewenste kleur naar keuze. Combineer je Blox-meubels met luxe hardsteen en/of stoffering. Er zijn veel combinaties mogelijk waardoor je jouw complete interieur naar eigen wens kunt samenstellen."

BETAALBAAR VAKWERK UIT BRABANT

Elk Blox-onderdeel wordt in Brabant vakkundig met de hand gemaakt en met oog voor detail afgewerkt. Hoogwaardig geborsteld eikenfineer, rondom in verstek verlijmd en voor elke klant in de gewenste kleur gespoten. "Door ons geavanceerde voorraadprogramma kunnen we snel leveren. Onze professionele Blox-dealers staan je graag te woord om jouw eigen Blox-ideeën concreet te maken."

Je vindt de dichtstbijzijnde dealer op de website www.blox.sale onder het kopje 'verkooppunten'.



STAPPENPLAN

Stap 1 Maak jouw persoonlijke keuze in kleur of beits.

Stap 2 Maak jouw keuze in model en combineer desgewenst met luxe hardsteen en/of stoffering.

Stap 3 Plaats jouw order bij of met jouw professionele Blox-dealer.



DE NIEUWE

FORD KUGA

Nú in de showroom



AL VANAF

€33.325

www.vanmosset.nl/ford

Van Mossel