

DE PEEL 

JUNI 2020 [WWW.DEPEELBRUIST.NL](http://WWW.DEPEELBRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST



*Deze maand  
lekker veel  
puzzels*

*Welke vloer  
past bij jou?*

# HÉT HOTEL ★★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



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!*



**HOTEL GARBI**  
**IBIZA SPA ★★★★★**





# beschermingvooriedereen.nl

bescherming van jezelf, betekent bescherming voor een ander



chirurgisch mondneusmaskers



FFP2 mondneusmaskers



katoenen mondmaskers in diverse kleuren



desinfecterende handgels

## Waarom een mondkapje dragen?

In tegenstelling tot in andere landen, was het dragen van een mondkapje in Nederland nog niet verplicht. Dat verandert. Vanaf 1 juni is het verplicht om in het openbaar vervoer een mondkapje te dragen. Daarnaast stellen ook vliegtuigmaatschappijen het dragen van neus- en mondbescherming op vluchten verplicht. Door preventief gebruik, bescherm je naast jezelf juist ook anderen.

## Hoe goed beschermt een mondkapje?

De effectiviteit van een mondkapje valt of staat bij de wijze van gebruik. Het dragen geeft geen garantie. Bij correct gebruik, verkleint het dragen van persoonlijke bescherming wel de kans dat je een virus krijgt of doorgeeft.

## Welke types zijn er?

Er zijn veel verschillende persoonlijke beschermingsmiddelen zoals mondkapjes in de omloop. Niet alle typen dienen hetzelfde doel. Op Beschermingvooriedereen.nl lees je duidelijk per product wat de eigenschappen zijn en wat het doel is. Je vindt er ook mondkapjes voor kinderen van 8 tot 12 jaar.

## Hoe zit het met certificering?

Alle beschermingsmiddelen van Beschermingvooriedereen.nl voldoen aan de hoge vereisten die horen bij het vermelde certificaat. Door de strenge richtlijnen en regelgeving worden onze producten vaak nogmaals getest in het land van verkoop. Onze persoonlijke bescherming is steeds veilig bevonden en goedgekeurd.

**Mondkapjes zijn door de overheid in ieder geval t/m 1 september vrijgesteld van btw. Daarnaast biedt Beschermingvooriedereen.nl lezers van Bruist een korting van 10% aan.**

Nu 10% korting met de code **BRUIST10PROCENT**

✓ Voor 14:00 besteld is vandaag verstuurd

✓ Gratis verzending vanaf €40

✓ Ook voor kinderen

✓ Onze FFP2 mondkapjes zijn gecertificeerd



8



10



14



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** Maaike van Helmond  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook.com/depeelbruist

**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 Peel 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.**



Langzaam begint het leven weer zijn normale vormen aan te nemen. Of, nou ja, normaal... Het voorlopig 'nieuwe normaal', laten we het daar maar even op houden. We bevinden ons momenteel in een zogenaamde 'anderhalvemeter-samenleving' waarin iedereen zijn of haar eigen draai moet zien te vinden.

## *Bruisende lezer,*

Zo ook alle ondernemers met wie wij samenwerken. Elke beroepsgroep heeft met andere aspecten rekening te houden. Voor de een zijn deze wat ingrijpender dan voor de ander. Maar voor ieder van hen geldt dat ze er ook in deze vreemde tijden alles aan doen om er het beste van te maken. Respect! Dat mag ook weleens gezegd worden.

Bij Bruist doen we dit trouwens eveneens. We blijven naar de toekomst kijken en blijven onverminderd positief. Hoe kan het ook anders? De bruisende verhalen van alle ondernemers werken namelijk ontzettend inspirerend en motiverend om vol enthousiasme door te gaan en elke maand weer een mooi magazine voor jullie samen te stellen. Blader dus lekker verder en lees hoe jouw regio ook in deze tijd nog steeds bruiст.

**Raoul Bosman**

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



12



50

# *Inhoud*



# Welke vloer past bij jou?

Wie op zoek is naar een nieuwe vloer, zal het waarschijnlijk al hebben gemerkt: er is ontzettend veel keuze. Niet alleen qua kleur en uitstraling, maar zeker ook qua materiaal. Maar welke vloer past nu bij jou?

Dat hangt af van een aantal factoren. Om te beginnen natuurlijk van wat je mooi vindt, maar ook van wat voor eisen je aan een vloer stelt. Makkelijk schoon te maken, onderhoudsvrij, geschikt voor kids, et cetera.

## Laminaat

De meest gekozen vloer is waarschijnlijk toch wel de laminaatvloer. Onderhoudsvriendelijk, relatief goedkoop en in vele uitvoeringen verkrijgbaar. Daarnaast is laminaat ook vrij eenvoudig (zelf) te leggen. Laminaat heeft als nadeel dat het gevoelig is voor krassen. En doordat het geluid niet wordt gedempt, kan een laminaatvloer zorgen voor geluidsoverlast.

## Pvc

De pvc-vloer is tegenwoordig ook een steeds vaker gekozen optie. Groot voordeel van dit type vloer is dat deze vrijwel niet slijt, zeer gemakkelijk te onderhouden is en geluid dempt. De goede prijs-kwaliteitverhouding is ook niet onbelangrijk. Kies je voor de 'klikvariant', dan is deze net als laminaat makkelijk te leggen. Bij pvc-vloeren die gelijmd moeten worden komt echter wat meer werk kijken. Een van de weinige nadelen van een pvc-vloer is dat ook deze krasgevoelig is.

## En meer

En zo zijn er nog veel meer opties in vloerenland: tapijt of tapijttegels, gietvloeren, vinyl, linoleum, plavuizen, natuursteen, parket, kurk, steentapijt en waarschijnlijk vergeten we er dan nog een paar. Ga niet over één nacht ijs bij de aanschaf, maar bedenk goed aan wat voor eisen een vloer voor jou moet voldoen. Laat je eventueel adviseren door een expert, dan heb je het langste plezier van de vloer die jij kiest.

## Houten vloer

Al jaren onverminderd populair is de houten vloer. Door de natuurlijke en karakteristieke uitstraling past deze in de meeste interieurs en beschadigingen zijn eenvoudig te herstellen. Nadelen van een houten vloer zijn echter dat het onderhoud zorgvuldig moet gebeuren en dat de vloer niet watervast is. Daardoor is hij niet geschikt voor elke ruimte.



Wie vindt het nu niet fijn om eens heerlijk verwend te worden? Dat is dan ook precies wat schoonheidsspecialiste Sandra van de Mortel haar klanten biedt in haar nieuwe beautysalon.

# Laat je verwennen

## SALON AAN HUIS

Een nieuwe salon weliswaar, maar zeker geen nieuw gezicht. "Ik heb al dertien jaar mijn eigen schoonheidssalon", vertelt Sandra enthousiast. "Onlangs ben ik echter met mijn salon verhuisd naar een nieuwe locatie. Ik heb nu een compleet nieuwe salon aan huis, van alle gemakken voorzien. Echt een superfijne plek!"

## BEHANDELINGEN

En ook op de nieuwe locatie is iedereen weer van harte welkom voor een breed scala aan behandelingen. "Een compleet overzicht hiervan is te vinden op mijn website, maar ik focus mij voornamelijk op huidverbeterende behandelingen, permanente make-up en permanent ontharen via IPL." Voor wat voor behandeling je ook bij Sandra aanklopt, je kunt er altijd van uitgaan dat je waar krijgt voor je geld. "Ik werk super secuur, met

kwaliteitsproducten en dat voor een hele eerlijke prijs. Sowieso staat eerlijkheid bij mij voorop. Ik geef mijn klanten altijd een eerlijk advies over de resultaten die behaald kunnen worden en wat ze van een behandeling mogen verwachten. Dat schept meteen een vertrouwensband waardoor mensen zich snel op hun gemak voelen in mijn salon en heerlijk kunnen ontspannen, hoor ik vaak terug."

## GENIETEN

Sandra vindt het belangrijk dat haar klanten genieten, maar ook zelf geniet ze nog elke dag van haar werk. "Ik vind het geweldig om mensen blij te kunnen maken. Als ze blij met het resultaat van een behandeling de deur weer uitlopen, is dat voor mij de grootste beloning die er is. En eigen baas zijn is natuurlijk ook heerlijk, helemaal nu ik een gloednieuwe salon aan huis heb..."



Kom  
ontspannen bij  
Beautysalon  
Sandra



### WIND IN JE HAREN

Fietsen door drukke steden doe je moeiteloos met de Shimano 7-versnellingsnaaf en krachtige Bosch-middenmotor. Maar ook tijdens dagtochten kan er volop worden genoten. De Union E-Fast strijkt elke hobbel glad dankzij de soepele voorvorkvering. [www.union.nl](http://www.union.nl)

### ZONDER ALCOHOL

Dat gin ook heerlijk kan smaken zonder alcohol, bewijst NONA June. NONA June is een heerlijke, Belgische, non-alcoholische spirit als alternatief voor de klassieke gin.

NONA - negen in het Latijn - verwijst naar de negen botanicals waaruit de spirit is gemaakt. Natuurlijk ontbreekt de hoofdcomponent van gin, de jeneverbes, niet. Vandaar de naam 'June'.

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



### PUUR GENIETEN

Little Love wil de lekkerste chocoladerepen maken en de mensen laten ontdekken hoe lekker de pure essentie van rauwe, koudgemalen cacao is. Ze streven naar 100% biologische kwaliteit en stoppen alleen hele stukjes (super)fruit en noten in hun repen. Dat is écht genieten!

Verkrijgbaar vanaf € 1,89 [www.little.love](http://www.little.love)

# Geniet in eigen omgeving

win

### LEZERSACTIE

Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash.

Begin fris aan je dag met deze heerlijke body wash op basis van perzikbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met deze Body Wash van O'right.

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



### TROPIC IN DE TUIN

De Protective Zonneolie SPF 20 van Hawaiian Tropic is een gel-achtige olie verrijkt met kokosolie en guave.

De luxe formule beschermt de huid, verwent deze met vocht en geeft een natuurlijke glans zonder te plakken. De zonneolie is licht en verfrist je zintuigen dankzij een delicate tropische geur.

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

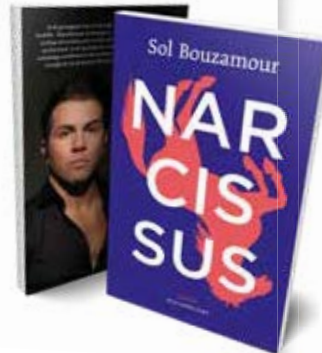


### LEZERSACTIE

Maak kans op de roman van Sol Bouzamour.

In de gevangenis leert de Marokkaanse Joshua Klaas kennen, de koning van de Wallen. Deze veelal autobiografische debuutroman gaat over de wrijving tussen culturen.

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. #NARCISSUS naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.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:



*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](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**



### NATUURLIJK LEKKER

De natuurlijke Boerderij Chips wordt elke dag vers gebakken in 100% zonnebloemolie. Hiervoor gebruiken de makers geen kunstmatige kleur-, geur- en smaakstoffen of conserveringsmiddelen. Verkrijgbaar in verschillende smaken zoals paprika, zeezout en puur.

Zo is er voor ieder wat wils! [www.boerderijchips.nl](http://www.boerderijchips.nl)

# Lekker en koolhydraatarm koken

## Dat kan met PowerSlim

### Waarom heb je gekozen voor PowerSlim?

Mijn hele leven kamp ik met overgewicht. Meerdere keren ben ik gewicht verloren door op dieet te gaan, maar dit zat er altijd net zo snel weer aan. Het lukte me maar niet om op eigen kracht mijn eetpatroon en levensstijl aan te passen. Ik was er helemaal klaar mee! Dit keer wilde ik het anders aanpakken! Een kennis vertelde mij over het PowerSlim-programma, dat je volgt onder persoonlijke begeleiding van een coach. Misschien was dat wel wat ik nodig had, een coach die me het juiste zetje kon geven.

Ik ben direct op zoek gegaan naar een coach bij mij in de buurt en heb een afspraak gemaakt. Na het intakegesprek ben ik de volgende dag meteen begonnen met het PowerSlim programma.

### Wat vond je van de PowerSlim producten?

Ik ben gek op zoetheid en vond het dan ook heel fijn dat er genoeg verantwoorde zoete tussendoortjes

waren, zoals koeken en wafeltjes. Zo kon ik me toch aan een koolhydraatarm eetpatroon houden, maar ondertussen gewoon blijven genieten van iets lekkers! Samen met mijn coach hebben we lekkere recepten samengesteld voor het diner.

### Hoe bleef je gemotiveerd?

Iedere week zag ik het getal op de weegschaal dalen! Dat gaf mij de motivatie om door te gaan. Als ik mijn doel zou behalen, zou dat echt een mijlpaal voor me zijn. Dat was me al jaren niet gelukt. Maar nu lukte het wel! Het ging zelfs zo goed, dat ik na het behalen van mijn doel door ben gegaan. Het ging immers zo goed!

### Wat heb je geleerd van het PowerSlim programma?

Ik heb veel geleerd over voeding en weet nu dat ik best een keer iets lekkers mag eten, maar

met mate. Ik kies nu veel bewuster wanneer ik mezelf dit toelaat. En stel mezelf de vraag of ik het echt heel erg lekker vind of dat ik er gewoon zin in heb. Dit PowerSlim avontuur heeft me bewuster gemaakt wat ik mag en kan eten en hoe ik toch kan genieten. Ik weet hoe hiermee om moet gaan en heb ik verantwoorde alternatieven, en dat gaat prima!"

**Wat wil jij bereiken? Neem contact op met Steffie Keukens en kom gerust eens langs voor een vrijblijvend gesprek.**



Eigenaar: Steffie Keukens  
**BodySize Diëtistenpraktijk**  
Heuvelstraat 16, Deurne  
06-28898024  
[www.body-size.nl](http://www.body-size.nl)

Steffie Keukens is diëtist, PowerSlim coach en emotie-eten de baas specialist. In haar diëtistenpraktijk in Deurne begeleidt ze met name cliënten die graag van hun overtollige kilo's af willen, waarbij eten weer genieten wordt in plaats van een constante strijd.





## Bewegen zonder pijn

### BRENG JE LICHAAM IN DE JUISTE BEWEGING MET OEFENTHERAPIE

Bewegen doen we continu, het liefst soepel, vloeiend en krachtig. Toch bewegen we niet altijd even goed. Verkeerd bewegen kan de aanleiding zijn voor problemen zoals bewegingsbeperkingen, spannings-, gewrichtsklachten of pijn.

Het ontstaat door een verkeerde houding, overbelasting of specifieke aandoeningen. Maar hoe beweeg je eigenlijk goed?

Met oefentherapie leer je op de juiste manier bewegen. Pijnklachten worden verminderd of voorkomen door middel van inzicht in de oorzaak, je lichaamshouding en je beweeggedrag.

Praktijk is geopend met inachtneming van het protocol opgesteld door RIVM en beroepsgroep. Neem contact op voor de mogelijkheden.



#### BIJ DEZE KLACHTEN KAN IK JE HELPEN

- Ademhalingsproblemen
- Hyperventilatie
- Lage rugklachten
- Hernia
- Post operatief
- Artrose
- Fibromyalgie
- Scoliose

**Anke Schoones**  
Oefentherapeut Cesar  
06 43791762  
flexoefentherapie.nl

Paramedisch Centrum West  
Miertoseweg 132 Helmond

Om verwarring met juli te vermijden wordt **de maand juni** in de reiswereld uitgesproken als **juno**.

**Laminaat** is nog altijd de **populairste vloersoort**.

20 juni is het **Wereldvluchtelingendag**. A  
Deze dag is speciaal in het leven geroepen om aandacht te vragen voor het lot van vluchtelingen.

Geen enkele andere maand begint op **dezelfde dag** van de week als juni.

Een **houten vloer** in je badkamer is meestal geen goed idee. Houten vloeren zijn namelijk allesbehalve watervast.

Zet **papa** op zondag 21 juni in het zonnetje tijdens **Vaderdag**.

**Juni-kinderen** zijn vaak **heel sociaal**.

Je zult dan ook heel wat vriendjes over de vloer krijgen.

Wel in wisselend gezelschap, want een juni-kind is **nieuwsgierig** en ontmoet graag nieuwe kinderen.

In Scandinavische landen wordt op 21 juni het **Midzomerfeest** gevierd.

# 'De mensen maken het bijzonder'

Op zoek naar een locatie in Asten om heerlijk te lunchen of gewoon even wat te drinken? Loop dan zeker eens binnen bij Brownies&downieS aan het Koningsplein. "Niet alleen onze broodjes zijn bijzonder, ook onze mensen", vertelt eigenaresse Anke Joosten trots.

Voor wie het concept van Brownies&downieS (nog) niet kent: "Ik omschrijf ons altijd als lunchcafé waar mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt werken", begint Anke haar enthousiaste verhaal. "In feite is het voor hen een vorm van dagbesteding, maar ze zien het echt als hun werk en dat maakt mijn team trots en gemotiveerd."

## Puur

Of je het concept van deze franchiseformule nu wel of niet kent, iedereen is welkom bij Brownies&downieS. "Ik wil onze gasten graag laten zien dat iedereen zijn kwaliteiten heeft. Dat bij ons een andere doelgroep werkt dan bij de meeste andere horecagelegenheden heeft totaal geen invloed op wat je van ons mag verwachten. Wat wij serveren is bijzonder en door ons team zelf elke dag weer vers bereid met de beste ingrediënten.

Brownies&downieS staat namelijk voor puur; puur in al haar facetten. Pure mensen, pure producten."

## Lunchen en meer

"Ik ga elke dag weer met heel veel plezier naar mijn werk", vertelt Anke met een glimlach op haar gezicht. "Geen dag is hetzelfde en dat komt voor het grootste deel door het team. Zij maken elke dag bijzonder en dat ervaren ook onze gasten. In de twee jaar dat ik deze zaak nu run, hebben we al een trouwe vaste gastenkring opgebouwd en elke keer weten ook weer nieuwe mensen ons te vinden. Voor een heerlijke lunch, een vers gezet kopje koffie of een lekker gebakje. Daarnaast verzorgen wij ook nog lunches op locatie en kun je bij ons in de zaak je feest vieren. Er is zo veel meer mogelijk dan je in eerste instantie misschien denkt..."



Bedrijf: Brownies&downieS Asten | Eigenaar: Anke Joosten  
Koningsplein 6, Asten | [www.browniesanddownies.nl](http://www.browniesanddownies.nl) | 0493-724900

Kunt u als gevolg van de coronacrisis

# UW ALIMENTATIE

Om ons heen zien we veel grote en kleine ondernemingen in de financiële problemen komen vanwege alle beperkende maatregelen die zijn genomen om het coronavirus te stoppen. Inmiddels is bekend dat voor velen, veelal ondernemers maar soms ook mensen in loondienst, de gevolgen zeer groot zijn. Zo groot dat het inkomen soms helemaal is weggefallen.

Hulp nodig bij uw alimentatie?

Kijk op onze website of neem contact op via: 0492-591299

Als u alimentatieverplichtingen hebt, bijvoorbeeld naar uw ex-partner of de kinderen toe, komt u misschien in een positie dat u deze niet meer (helemaal) kunt betalen. Wat moet en kunt u doen?

Als eerste het belangrijkste advies: blijf met elkaar in overleg!  
Verder:

- **Zet de betaling niet ineens eenzijdig stop.**

Alimentatie-afspraken die tijdens de scheiding in een convenant of ouderschapsplan zijn vastgelegd, zijn bindend en kunnen niet zonder overleg worden losgelaten. Uw ex-partner kan er voor kiezen om de betaling af te dwingen met de deurwaarder of het LBIO. Indien er executiemaatregelen worden gestart door de ex-partner kan de situatie daardoor voor u zelfs verslechteren. Het is onnodig te vermelden dat het ineens stopzetten van de betaling niet tot een goede oplossing op de korte termijn zal leiden. Bovendien schaadt het de relatie met uw ex-partner, wat ook de kinderen niet ten goede zal komen.

- **Neem contact op met uw ex-partner.**

Overleg met uw ex-partner over de ontstane problemen en probeer samen tot oplossingen te komen. Dat kan bijvoorbeeld door het tijdelijk aanpassen van het bedrag, waarbij later wel of niet een inhaalslag zal plaatsvinden. Op die manier wordt de pijn van het niet betalen of deels niet betalen van de alimentatie gedeeld. U komt op die manier ook te weten of uw ex-partner wellicht ook financieel getroffen wordt door de coronacrisis. Het is natuurlijk altijd verstandig om afwijkingen van hetgeen eerder is overeengekomen, schriftelijk vast te leggen.



TROVARELLO-VERSTAPPEN  
ADVOCATUUR EN MEDIATION

20

# niet meer betalen?

- **Indien u er niet samen uitkomt, kunt u ervoor kiezen om een verzoek tot wijziging van de alimentatie in te dienen bij de rechtbank.**

Echter, de rechtbanken hebben als gevolg van de coronacrisis een achterstand en niet alle zaken worden onmiddellijk behandeld. Alleen urgente zaken worden behandeld. Het kan dus best zo zijn dat het lange tijd duurt voordat uw verzoek in behandeling wordt genomen. U hebt er dus alle belang bij om de zaak zelf met uw ex-partner te regelen. Bovendien zal in veel gevallen gelden dat de verlaging van tijdelijke aard zal zijn, nog daargelaten dat rechtbanken vaak wat verder in de toekomst willen kijken bij het nemen van beslissingen, zeker wanneer u zelfstandig ondernemer bent. Nadien zal vaak weer een bijstelling naar boven nodig zijn. Dat kan ook weer door middel van overleg of een procedure. Voor het indienen van een verzoekschrift hebt u een advocaat nodig.

- **Lukt het niet om samen tot een oplossing te komen? Neem dan contact op met een advocaat/mediator.**

Het is dus aan te raden om met uw ex-partner tot een oplossing te komen en weg te blijven van het indienen van een verzoek tot wijziging bij de rechtbank, dat onderstreept nogmaals het belang van onderling overleg. Lukt onderling overleg niet of heel moeizaam, overweeg dan om contact op te nemen met een advocaat/mediator bij u in de buurt.



“Eerst aandacht voor de mens, dan voor de regelgeving. Dat kan niet anders”

21

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](mailto:info@blijvendanders.nl) en zet de eerste stap op weg naar verandering.

 **Blijvend anders** eerst weten, dan doen

Voor vragen of aanmelden: [info@blijvendanders.nl](mailto:info@blijvendanders.nl)

Snavelbiesstraat 12, Landhorst | 06-24110827 | [www.blijvendanders.nl](http://www.blijvendanders.nl)

22



# EROPUIT FIETSEN IN DE NATUUR



Houd je van fietsen in de natuur? Niets is lekkerder dan even buiten uit te waaien en de gedachten te verzetten in één van de vele natuurgebieden die ons land rijk is. Natuurmonumenten heeft meer dan zeventig fietsroutes uitgezet. Talloze kilometers fietspad laten je genieten van het landschap en de natuur. De routes voeren door duinen, bossen, heiden, weilanden, nationale parken en nog veel meer mooie plekken. Stap op de fiets en voel de wind in je haren!

Bekijk de fietsroutes op [www.natuurmonumenten.nl/fietsen](http://www.natuurmonumenten.nl/fietsen)

# BOEKJE LEZEN HET VEILIGE HUIS

BINNEN/BUITEN

Het leven van Emily is op een dieptepunt beland, maar dan krijgt zij de kans van haar leven. Haar baas Scott vraagt haar als nanny aan de slag te gaan op het Franse landgoed waar zijn vrouw en dochtertje wonen. Emily wordt erheen gevlogen in een privéjet en is gecharmeerd van Scotts vrouw en hun dochtertje. Ze leiden een luxeleven, maar al snel krijgt Emily twijfels. Waarom wonen ze zo geïsoleerd? Waarom spreekt het dochtertje geen woord tegen haar? Emily beseft dat het paradijselijke leventje weleens een gevangenis zou kunnen worden, waaruit ontsnappen onmogelijk is... **HET VEILIGE HUIS** van Anna Downes is vanaf 23 juni verkrijgbaar.



# BOEKJE LEZEN DE STORM



Wanneer Hurricane Leo plotseling koers zet richting Camino Island, vluchten de meeste mensen naar het vasteland. Bruce Cable, eigenaar van een boekenwinkel, besluit echter te blijven. Er valt een tiental dodelijke slachtoffers te betreuren. Een van hen is Nelson Kerr, een met Bruce bevriende thrillerschrijver. Nelson blijkt echter verscheidene klappen tegen zijn hoofd te hebben gekregen, wat suggereert dat hij niet in de storm is omgekomen. Wie zou Nelson willen doden? Wanneer Bruce op onderzoek gaat, ontdekt hij een geheim dat veel schokkender is dan welke verzonnen plottwist ook... **DE STORM** van John Grisham is vanaf 23 juni verkrijgbaar.

23

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

Word vrijwilliger!

deluisterlijn.nl/  
vrijwilliger

Help door  
te luisteren  
anoniem - dag en nacht



## Lichtpuntje in coronacrisis

# Honderden extra oren voor de Luisterlijn

Het is al weken extra druk bij de Luisterlijn. Nederlanders nemen massaal contact op voor emotionele steun of voor een praatje. Gelukkig is er ook een andere kant: de afgelopen maand boden ruim achthonderd nieuwe vrijwilligers hulp aan om die extra oproepen te beantwoorden. Met een verkort opleidingstraject én een extra telefoonlijn, 'de Coronapraatlijn', is de Luisterlijn er nu voor nog meer mensen die om een praatje verlegen zitten.

In deze tijd waarin sociaal contact beperkt is, is de behoefte aan contact of een luisterend oor groot. Door nieuwe vrijwilligers versneld (online) op te leiden hoopt de Luisterlijn nog meer oproepen te kunnen beantwoorden. Deze vrijwilligers gaan de tijdelijke 'Coronapraatlijn' bemensen, een extra telefoonlijn die speciaal is geopend voor als je even een praatje wilt maken, je verhaal kwijt wilt, wilt kletsen of omdat je bezorgd bent. De extra lijn is te bereiken via het reguliere Luisterlijn-nummer 0900-0767.

### Dubbel zoveel gesprekken

Waar vrijwilligers van de Luisterlijn normaal gesproken zo'n zevenhonderd tot achthonderd gesprekken per dag voeren, is dat aantal bijna verdubbeld tot zo'n twaalfhonderd gesprekken per dag. Meer dan de helft van de gesprekken gaat over corona en de bezorgdheid daarover. En een deel van de mensen die over corona belt, wil gewoon even iemand spreken, hun bezorgdheid uitspreken en iemand die luistert zonder oordeel.

### Overspoeld met mensen die willen helpen

De afgelopen maand werd de Luisterlijn overspoeld met aanmeldingen van mensen die zich (tijdelijk) willen inzetten. Een groot deel hiervan bestaat uit mensen die in deze drukke tijd willen helpen nu ze zelf minder of helemaal niet kunnen werken. "Het is echt hartverwarmend om te zien hoeveel mensen willen helpen door er even te zijn voor een ander", zegt Helen Maier, manager locaties en projecten. "Onze uitdaging was hoe deze nieuwe mensen snel, eenvoudig en met zo weinig mogelijk kosten in te zetten. Samen met onze telefoonprovider Cloud Contact kwamen we met de oplossing: een telefonieplatform, waarop elke nieuwe vrijwilliger vanuit huis kan inloggen. Hierdoor kunnen we meer mensen te woord staan die even hun hart willen luchten over de huidige situatie."

**De Luisterlijn is dag en nacht bereikbaar voor een anoniem gesprek. Bel naar 0900-0767 of chat of mail via [www.deluisterlijn.nl](http://www.deluisterlijn.nl).**



WOOLRICH  
JOHN RICH & BROS.

ba&sh

KOCCA

DRYKORN

7  
for all mankind

SET

PATRIZIA PEPE

CAMBIO

**INVERNO**

D A M E S M O D E

WWW.INVERNO.NL  
POSTELSTRAAT 38C SOMEREN T 0493 - 472441



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@defietsenwinkelzijtaart.nl  
www.defietsenwinkelzijtaart.nl

# Op zoek naar een goede gebruikte fiets?

Wij hebben altijd mooie exemplaren inclusief garantie.

Klanten die een mooie fiets willen aanschaffen maar geen nieuwe, kunnen bij ons terecht. Er staan fietsen van bijvoorbeeld 3 jaar oud die nog heel mooi zijn en die nog jaren mee kunnen. Je krijgt dan uiteraard **een half jaar Bovag garantie**. Heb je de fiets nodig voor vervoer naar de bus of naar het café? Ook die kunnen we leveren! We maken de fiets gereed hoe de klant het wil en via prijsafpraak. We hebben tevens gebruikte **elektrische fietsen** staan, met **eventueel een nieuwe accu en 2 jaar fabrieksgarantie** erbij.



Kom langs en  
**MAAK EEN PROEFRIJ**  
we hebben vast  
een fiets voor jou

Tevens hebben we altijd genoeg gebruikte kinderfietsen op voorraad.

Alweer een tevreden klant!





# Terras *proof!*

Yes, de terrassen gaan weer open! Dat wordt weer zien en gezien worden. Shinen op gepaste afstand, met de mooiste producten.

1. Shoes van Unisa, € 119,95 [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)  
 2. Shiny Nailpolish Rosy Wind van UNG, € 12,- [www.ungcosmetics.com](http://www.ungcosmetics.com)  
 3. Tas van Banana Moon, € 79,- [www.bananamoon.com](http://www.bananamoon.com) 4. DermaSpa Tanning Mousse van Dove, € 8,99 [www.dove.nl](http://www.dove.nl)  
 5. Vernis à Lèvres van Yves Saint Laurent, € 38,75 [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)  
 6. Summer Escape Marbled Bronzer van Pupa, € 21,95 [www.pupa.nl](http://www.pupa.nl)  
 7. UV Bronze Mist SPF 50 van Filorga, € 29,90 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)

8. Moisture Surge™ Pop Triple Lip Balm van Clinique, € 24,50 [www.clinique.nl](http://www.clinique.nl)  
 9. Eco Labelled Nordic Swan Waterlover Sunmilk SPF 50 van Biotherm, € 39,50 [www.biotherm.nl](http://www.biotherm.nl)  
 10. L'Homme Idéal Extrême van Guerlain, vanaf € 82,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)  
 11. La Nuit Tresor Nude van Lancôme, € 88,- [www.lancome.nl](http://www.lancome.nl)  
 12. See My Roar'some Eyes eyeshadow palette van essence, € 7,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)  
 13. Bambi Eye False Lash Mascara Waterproof van L'Oréal Paris, € 17,99 [www.loreal-paris.nl](http://www.loreal-paris.nl)

Wat is er nu lekkerder dan frietjes op zijn tijd, een heerlijke snack of een wat gezondere salade? En waar haal je die dan? Uiteraard bij Cafeteria De Klaproos in Asten!



Wij bieden een uitgebreid assortiment aan belegde broodjes, frites, snacks, menu's, milkshakes, ijs, dranken en salades. Voor ieder wat wils. Daarnaast werken wij elke dag aan verrassende en bijzonder lekkere nieuwe producten. Natuurlijk erg betaalbaar zoals je van Cafeteria de Klaproos mag verwachten. Met een groot en gezellig terras kun je heerlijk genieten en bieden wij meer dan alleen heerlijk eten.

En altijd vers!

# De beste cafeteria van Asten en omstreken



## *Ben jij benieuwd hoe jouw toekomst eruitziet?*

Op het gebied van relaties, werk en/of jouw persoonlijke ontwikkeling? Of wil je communiceren met overleden dierbaren?



Mijn naam is Angela Barton en ik ben spiritueel medium en coach. Tijdens een reading vertel ik jou wat belangrijk is om te weten voor nu en voor jouw toekomst.

**Heb je interesse in een reading en/of coaching gesprek?**

**Stuur een e-mail naar [contact@angelabartonmedium.nl](mailto:contact@angelabartonmedium.nl).**

Ik neem contact met jou op om een afspraak in te plannen.

**Angela Barton Medium & Coach**  
Tongerloseweg 31  
5963 NR Hegelsom  
(vlakbij Sevenum)  
[www.angelabartonmedium.nl](http://www.angelabartonmedium.nl)





# THE WAX ACADEMY



Altijd al een salon willen starten, maar geen idee waar je moet beginnen? Volg één van onze trainingen! Alle trainingen zijn ontwikkeld door Shannon Nirvana zelf! Ze heeft met veel passie al haar kennis over de beautybranche in onze trainingen verwerkt.

## Brow Professional

Deze training is speciaal ontwikkeld voor de onervaren, maar gedreven starter. Tijdens deze 2 daagse training zullen de volgende onderdelen aan bod komen:

- Theorie Shapes
- Huidtype
- Design/mapping
- Soft tint
- Imperium Henna Brows

## Imperium Henna Brows

Deze training is voor de ervaren wenkbrauspecialist. Je hebt dus al kennis over waxing of threading en hebt ervaring in browshaping. Tijdens deze training gaan we alleen in op Henna Brows:

- Theorie
- Shapen
- Mapping
- Henna design
- Ombre Brows
- Contra-indicaties

## Masterclass BROWS\*

Heb jij je certificaten al behaald, maar ben je nog onzeker over je resultaten? Volg dan nu onze masterclass. Tijdens deze masterclass komen al jouw onzekerheden aan bod. Omdat niet iedereen tegen dezelfde dingen aanloopt, is deze training geheel op maat.

\*Bewijs van certificering vereist! Min. 1 jaar ervaring in browstyling.

## Full Body Waxing

Heb jij een fascinatie voor ontharing door waxing? Dan is deze training voor jou! Leer de allernieuwste technieken en werk met de beste producten. Je leert o.a. de spateltechniek, werken met soft én hardwax van onze Waxqueen Shannon. Met deze technieken kun je het gehele lichaam ontharen. Na het succesvol afronden van de cursus, ontvang je een officieel Nirvana Beauty certificaat.

## Brazilian Waxing

Heb je al ervaring met ontharing en wil je je specialiseren in brazilian waxing? Leer het van onze Waxqueen. Je leert de nieuwste spateltechnieken, diverse varianten van de brazilian wax en het verwijderen/verzorgen van ingegroeide haren (vajacial).

# 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.



**Nirvana Beauty**

HEISTRAAT 4-B HELMOND | 06-11125504  
INFO@NIRVANABEAUTY.NL | WWW.NIRVANABEAUTY.NL

**CHECK DE  
WEBSITE  
VOOR MEER  
INFORMATIE EN  
AANMELDEN!**

0492-522923  
www.dankersleder.nl

HEB JIJ JE  
KEUZE AL  
GEMAAKT?



# Donor... of toch liever niet?

1 juli is het zover, dan gaat de nieuwe Donorwet van start. Je zult er het afgelopen jaar ongetwijfeld het een en ander over hebben gehoord. Maar... heb jij je keuze eigenlijk al doorgegeven?

Is het antwoord op die vraag nee, dan zal er na 1 juli in het donorregister bij jouw naam komen te staan: geen bezwaar tegen orgaandonatie. Oftewel, bij overlijden kunnen jouw organen en weefsels naar een andere patiënt gaan. Je bent voortaan dus automatisch donor, tenzij je anders aangeeft.

## Makkelijker

Dit maakt het voor de artsen in het ziekenhuis een stuk makkelijker om vast te stellen of iemand wel of geen donor is (dat ligt vanaf 1 juli immers voor iedereen vast) en het bespaart de nabestaanden een moeilijke keuze. Tenzij je in het register kiest voor de optie dat bij overlijden je familie of partner de keuze mag maken.

## Vier opties

In het donorregister heb je voortaan namelijk vier opties. Keuze een is: ja, ik geef toestemming. Keuze twee: nee, ik geef geen toestemming. Keuze drie: mijn partner of familie beslist. En keuze vier: een

door mij gekozen persoon beslist. Welke van deze vier opties jij kiest, is geheel aan jou en je kunt op een later moment je keuze altijd nog aanpassen. Mocht je besluiten om inderdaad je organen en weefsels te willen doneren na je overlijden, maar wil je niet alles doneren, dan kun je in het register ook exact aangeven welke organen en weefsels wel en welke niet. Orgaandonatie is overigens alleen mogelijk als iemand in het ziekenhuis overlijdt. Mensen die thuis overlijden kunnen alleen weefsels doneren.

## Wie mag kiezen?

Ben jij twaalf jaar of ouder en gaat je voorkeur uit naar een andere keuze dan keuze een, dan is het dus zaak om dat vast te laten leggen in het donorregister. Kinderen van twaalf tot zestien jaar mogen zelf hun keuze invullen, maar als deze keuze ja is, dan kunnen ouders na het overlijden alsnog besluiten om de donatie niet door te laten gaan. Vanaf zestien jaar ligt de keuze geheel bij jou zelf (tenzij je wilsonbekwaam bent).

Kijk voor meer informatie op [www.donorregister.nl](http://www.donorregister.nl) en leg jouw keuze vast.

Wij helpen u graag met  
**passie voor ons vak!**

Kom gezellig langs en  
kijk wat wij voor u hebben!!



**Mandy's Bloemenhuis**  
bloemen workshops

Stationsstraat 92, Deurne | 0493 312113  
[www.mandsbloemenhuis.nl](http://www.mandsbloemenhuis.nl)



**KOM GENIETEN!**

**24 OKTOBER WILD**  
19.00 - 23.00 UUR

## Preuverijje Meat & greet Experience

**Walking dinner in een informele sfeer**  
**8 gerechtjes met bier/wijn/spijs combinaties**

Kom genieten van onze culinaire handdruk, leer  
interessante mensen kennen  
**of geniet van het live gitaarspel van Cor Mutzers.**

**Eet, drink,  
leef & geniet**

**€ 59,50 p.p.**  
all-inclusive



**RESERVEREN VIA:** [info@hoijsehoeve.nl](mailto:info@hoijsehoeve.nl) of 0492-331475

COLUMN/MICHAEL PILARCZYK

# Ibiza

## terug naar de stilte

Acht weken stilte. Geen stemmen, geen voetstappen, geen vliegtuigen, geen boten, geen auto's, geen muziek, alleen maar stilte.

Laatst vroeg ik me af hoe Ibiza ooit moet zijn geweest, toen er nog stilte was. Het antwoord werd gegeven. In het begin wennen, daarna ook wel lekker, die heerlijke rust. Het zeewater werd met de dag helderder. Het eiland glimlachte. Een mooi moment voor overdenking.

Hoe lekker zou het zijn als we grotendeels groente en fruit van het eiland zouden kunnen eten? Als we het eiland niet overladen met te veel mensen, te veel auto's? Als we de stranden en de natuur schoonhouden? Als we respectvol omgaan met dit mooie eiland in de zee, met af en toe muziek en feest, waar we dansen en drinken. Maar dan vanuit een liefdevol bewustzijn.

Op 'ons eigen' Neverland, waar niemand ooit écht opgroeit en waar iedereen zijn eigen droom mag leven. Viva la vida!

Hasta la proxima.

*Michael Pilarczyk*  
@MichaelsMeditations

Foto Youri Claessens

VRIJBLUVEND ADVIES VAN  
ONZE COSMETISCH ARTS?  
BOEK DAN NU EEN GRATIS  
AFSPRAAK.

www.silkbeautynails.nl - info@silkbeautynails.nl -  
06 37 23 05 87  
Nachtegaallaan 2C Beek en Donk

Silk!  
BEAUTY & NAILS

Ieder uur  
krijgen  
11 mensen  
trombose

TRTROMBOSESTICHTING  
NEDERLAND



Debby Jentjens, huidtherapeut

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

ceulen | klinieken  
polikliniek huidziekten en spataderen

Stationsstraat 1, Helmond  
085 - 043 24 54

COLUMN/DEBBY JENTJENS

# Overmatig zweten

Miljoenen mensen hebben er last van: overmatig zweten, ook wel hyperhidrose genoemd. De productie van zweet is dermate hoog, dat zweetplekken onder de oksels of onaangename geurtjes kunnen zorgen voor veel ongemak in het dagelijks leven. Daarnaast kan overmatig zweten activiteiten bemoeilijken, zoals autorijden (door een glippend autostoer) of handen schudden.

## Zweetpoli

U kunt zich eenvoudig laten behandelen voor overmatig zweten met behulp van Botox of de miraDry methode. Botox blokkeert (tijdelijk) de weg tussen de zenuwen en de zweetklieren en stopt zo het zweten en de vervelende geur. Een Botoxbehandeling duurt ongeveer twintig minuten en is vrijwel pijnloos. Een verdoving is dan ook niet nodig. Na zes tot negen maanden is de Botox uitgewerkt en uit uw lichaam verdwenen. U kunt dan kiezen voor een herhalingsbehandeling. MiraDry is dé definitieve methode voor de behandeling van okselzweet.

## Hoe werkt de miraDry?

Er worden geen agressieve chemicaliën of gifstoffen gebruikt. Ook hoeft er niet gesneden te worden, waardoor er nauwelijks hersteltijd nodig is. Het miraDry systeem geeft gedoseerde energie af waar de okselzweetklieren zich bevinden, waardoor de zweetklieren in de oksel verhit worden totdat ze stuk gaan. Zweetklieren die geëlimineerd zijn komen nooit meer terug en groeien ook niet opnieuw aan.

## Het resultaat?

Het resultaat is snel merkbaar, u kunt binnen enkele weken na de behandeling zweetvermindering verwachten. MiraDry heeft alleen effect op de zweetklieren die zich in de oksel bevinden. Compensatiezweten treedt daarom niet op.

# Acne weg ermee!

## UW ACNE-SPECIALIST

- Vergoeding zorgverzekeraar
- 4-Stappenplan
- Gratis intake
- Behandeling van binnen en buiten
- 80-95% afname acne
- Jarenlange ervaring

Bel voor een gratis intake (0492) 841 294 of mail [info@dstress-beauty.nl](mailto:info@dstress-beauty.nl)

**DSTRESS**  
beauty | medispa | fitclub

DSTRESS is gevestigd in Stiphout (Helmond) aan de Dorpsstraat 125

Tel. 0492-841294 - [www.dstress-beauty.nl](http://www.dstress-beauty.nl)



Hoe hard er tegenwoordig ook wordt geroepen dat mannen en vrouwen gelijk zijn, in de meeste huishoudens is het nog steeds de man die het klussen op zich neemt. Uit onderzoek blijkt zelfs dat een derde van de ondervraagden vindt dat 'een echte man' kan klussen.



Datzelfde onderzoek kent nog meer opvallende resultaten. Maar liefst vijftig procent van de vrouwen heeft liever dat haar man goed kan klussen dan dat hij lekker kan koken en een derde vindt het kunnen klussen zelfs belangrijker dan een goed salaris. Bovendien noemt bijna negentig procent van de vrouwen het aantrekkelijk als een man kan klussen.

## 'Geen tijd'

Hoge verwachtingen dus. Maar wat nou als je niet kunt klussen of er simpelweg geen zin in hebt? Veel huishoudens hebben momenteel een klus die al langer dan een jaar is blijven liggen. Reden hiervoor is volgens vrouwen vaak dat mannen zichzelf overschatten als ze aan een klus beginnen, waardoor de motivatie steeds minder wordt en het werk blijft liggen. Het merendeel van de mannen geeft echter aan dat zo'n klus blijft liggen omdat ze er 'even' geen tijd voor hebben. Zo'n klus kun je maar beter uit handen geven, tenzij je het risico wilt lopen dat op een dag het team van 'Help, mijn man is klusser' bij je voor de deur staat...

# OPVALLEN?

ADVERTEER IN BRUIST



**JUIST  
NU!**

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



**BORRELEN  
LUNCHEN  
DINEREN**



**WIJ ZIJN OPEN!**

MA t/m DO - 10.00 tot 17.00 uur  
VR t/m ZO - 10.00 tot 22.30 uur

**f /BRASSERIEKOPOFMUNT**

KERKSTRAAT 21 - GEMERT  
0492-347371 // INFO@BRASSERIEKOPOFMUNT.NL  
[WWW.BRASSERIEKOPOFMUNT.NL](http://WWW.BRASSERIEKOPOFMUNT.NL)

**coda.**  
uitvaarten

*Denkt mee  
en inspireert...*



**Franca van de Kerkhof**  
0499 422 134 (dag en nacht)  
info@coda-uitvaarten.nl

[www.coda-uitvaarten.nl](http://www.coda-uitvaarten.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](http://www.beautyeducation.nl)



Wacht niet langer en bel nu!

EEN MOOI GEBIT  
IS HET PERFECTE  
VISITEKAARTJE



# Voor een *stralende lach*

Een mooi en gezond gebit, wie wil dat nu niet? Een beter visitekaartje kun je jezelf niet wensen, aangezien een eerste indruk vaak wordt bepaald tijdens een gesprek of een lach. Maar hoe zorg je voor zo'n mooi en gezond gebit?

Om te beginnen door te poetsen! Minimaal twee keer per dag, minimaal twee minuten per poetsbeurt (fluoride in tandpasta doet pas na twee minuten zijn werk). Zo blijft je gebit schoon en fris en wordt het beschermd tegen schadelijke invloeden van tandplak. Focus je bij het poetsen niet alleen op je tanden, maar poets ook je tandvlees mee om te zorgen dat dat gezond blijft. En ben je dan toch bezig, reinig dan ook je tong even zachtjes met je tandenborstel (of gebruik hiervoor een speciale tongreiniger). Anders kunnen er alsnog bacteriën achterblijven die zorgen voor een slechte adem.

## Dagelijks flossen

De volgende stap: flossen. Doe ook dit dagelijks, bij voorkeur 's avonds na je poetsbeurt. Het flosdraad komt op plekken in je mond waar je tandenborstel niet kan komen en haalt alle etensresten tussen je tanden en kiezen vandaan. Een kleine moeite waardoor je gebit bovendien witter zal blijven.

## Tandarts & mondhygiënist

Ook belangrijk: ga minimaal één keer per jaar naar de tandarts (ben je jonger dan zestien jaar of maak je veel tandsteen aan, ga dan bij voorkeur twee keer) en bezoek regelmatig een mondhygiënist. Deze bezoeken zijn helaas niet altijd even leuk, maar het gaat om het resultaat: een gezond en stralend gebit.

Niet iedereen heeft van zichzelf een stralend wit gebit. Wil je wittere tanden? Minder dan de hoeveelheid koffie en thee die je drinkt, beperk het eventuele roken en poets met een whitening tandpasta. Je tanden (laten) bleken kan natuurlijk ook!

## Tip: poets elektrisch!

Met een elektrische tandenborstel verwijder je meer tandplak en kom je makkelijker in lastige hoekjes. Hierdoor blijft je gebit langer in goede conditie en heb je minder kans op een tandvleesontsteking. Mits je de borstel op de juiste manier gebruikt natuurlijk...

Wil jij ook een gezond en stralend gebit? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je altijd wel een tandartspraktijk en/of mondhygiënist in jouw regio.



PARC DE KIEVIT  
VILLA'S  
BUNGALOWS

Omgeving erg geschikt om te wandelen of te fietsen.  
Brasserie aanwezig.  
Voorzien van een verwarmd buitenzwembad.  
Kunstgras tennisbanen, speeltuin.  
Ook geschikt voor mindervaliden.

# Recreatief chalet huren?

Op Parc de Kievit te Baarle Nassau is een groot luxe chalet te huur, geheel gemeubileerd



## Groot luxe chalet bestaat uit:

- 2 slaapkamers met 4 tot 5 slaappleatsen.
- Grote woonkamer met open keuken met oven, magnetron, koelkast met vrieskastje.
- Badkamer met ligbad en stoomdouche en toilet. Een separaat toilet is in de hal bij ingang aanwezig.
- Het chalet heeft een terras en tuin. Tuinhuisje aanwezig.

## Huur:

€ 975,- exclusief per maand. Voorschot gas, licht en water € 150,-. Vraag naar de voorwaarden zoals borg et cetera. Het chalet is voor langere periode te huur.

**Per direct beschikbaar!**



Voor meer info stuur een WhatsApp naar Lea 06 - 345 90 974, direct verhuur bij eigenaar.

Parc de Kievit, Kievit 12, Baarle Nassau (NL) **Let op: geen arbeidsmigranten. Sorry, labour migrants are not allowed.**



# Kipfilet

## in marsalawijn

4 PERSONEN - 30 MINUTEN

### INGREDIËNTEN

4 kleine kipfilets  
zout en peper  
4 dunne plakken rauwe ham  
houten prikkertjes  
2 eetlepels boterolie  
1/2 rode en 1/2 groene paprika  
bakje champignons  
3-4 eetlepels marsalawijn  
150 gram crème fraîche

Spoel de kipfilets onder stromend koud water af. Dep ze droog en wrijf ze in met zout en peper. Wikkel om elke filet een plak rauwe ham en prik deze met een houten prikkertje vast.

Verhit de boterolie en en braad hierin langzaam de kipfilets aan beide kanten gedurende ongeveer 15 minuten. Voeg dan de gesneden paprika's en champignons toe.

Haal de kipfilets uit de pan en houd ze warm. Kook de braadjus los met de marsala. Meng het geheel met de crème fraîche en breng dit kort aan de kook. Ontdoe de kipfilets van de houten stokjes en leg ze in de marsalasaus. Verwarm nog circa 2 minuten.

Heerlijk bij risotto, met veldsla of gekruide, gebakken aardappeltjes. Ook stokbrood of groene sla passen prima bij dit heerlijke gerecht.



### **Frans**, manager dtp en verspreiding bij Bruist

Als je van Italiaans eten houdt, zoals ik, dan is koken met marsalawijn een aanrader. Het is niet ingewikkeld, maar het geeft net een beetje een andere smaak aan het vlees. Pollo al Marsala is heerlijk, zeker als je het combineert met pasta of geroosterde broccoli. Het is maar net waar je van houdt. En vergeet dan niet om er een glas van jouw favoriete rode wijn bij te drinken.

**En zeg nou eerlijk, het ziet er toch ook verrukkelijk uit? Smakelijk eten.**





Iedere maand weer lekker puzzelen. Met deze maand twee prijspuzzels met leuke prijzen.

# PUZZELPAGINA

4		2						
			3	8				
	9					1	8	
					6		1	
				7	5	3		
		1	2					
			5	6	1			
		3	9	4				
2		6		8			4	7

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. Vanaf 1 juli staat de oplossing op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl).

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.


Zoek de zes verborgen letters in deze BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand wonen. Vanaf 1 juli staat de oplossing op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl).

Maak kans op deze stoere

# rugzak

t.w.v.  
**€ 49,95**



Van soepel canvas, stijlvol met subtiële details.

a+🐏o=l j+🐣i deur-ur  
 🐼a=+🐏r=s 🐼-z ,  
 m+🐒p=k 🐣e=j+j 🐼d=k  
 🐼-a deur-ur+z+🐣-i  
 l+🇪🇺-ro+🏠-rk p+🌫-t

Wil jij kans maken op deze leuke rugzak? Los de rebus op en vul voor 1 juli de oplossing in op onze site: [www.depeelbruist.nl](http://www.depeelbruist.nl)

Maak kans op:

# 1 van de 5 streamingcodes

voor de serie **Between Us**, een pakkend Noors-Deens relatiedrama.



Aangeboden door [lumièreseries.com](http://lumièreseries.com)

d z r i p u b b o s y  
 r b o e a t n z x q t  
 a o o g l r y f c f k  
 m s n t e a i w p u j  
 a d e t b z t v r c c  
 i e m r s n i i d f w  
 v e e e i p o n e i m  
 i n b h l e a o t n x  
 l s q t o m o n r q b  
 b j l d j l p o w s e  
 a s h m w l t l e p t

serie	ontspan
drama	deens
lumiere	noors
relatie	gezin

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 juli de oplossing in op onze site: [www.depeelbruist.nl](http://www.depeelbruist.nl)



DE NIEUWE

# FORD KUGA

*Nú in de showroom*



AL VANAF

**€33.325**

[www.vanmosset.nl/ford](http://www.vanmosset.nl/ford)

**Van Mossel**