

LAND VAN CUIJK 

OKTOBER 2020 GRATIS MEENEMEN!
WWW.LANDVANCUIJKBRUIST.NL

BRUIST

Oktober
woonmaand

Breng sfeer
in huis met
de *juiste*
lamp



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!*



Het lekkerste ijs van Overloon en omstreken



Ijs is altijd lekker, ook in het najaar.
Laat je verrassen en geniet!



Venrayseweg 5, Overloon
0478 64 17 33 | www.clevers.nl

DÉ E-BIKE SPECIALIST UIT DE REGIO!



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

KOGA E-NOVA

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

WIJ ZIJN E-BIKE DEALER VAN:

Gazelle
Koga
Batavus
Sparta

Rih
Cortina
Specialized
Merida



THIJS HENDRIKS
TWEEWIELERS

Lepelstraat 17, Wanroij | 0485-451773 | www.thijshendriks.nl



8



12



32

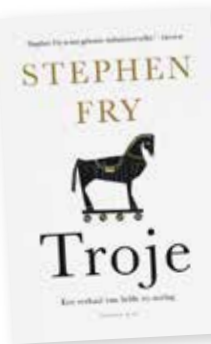
Inhoud



27



31



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Ramon Heeren
THEMATEKSTEN Maaïke van Helmond
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Linda Grootthuijse

f Like ons op Facebook/Land van Cuijk Bruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl of bel Frank van Geel, 06-43093996 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Land van Cuijk Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



ADVERTEREN?
Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
of bel
06-43093996



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Het is oktober... en helaas leven we nog steeds in een wereld die in de greep is van het coronavirus. Het ene moment lijkt de situatie te verbeteren terwijl je een dag later weer overladen wordt met negatief nieuws. Er lijkt geen peil op te trekken...

Bruisende lezer,

Uitspraken over het virus zullen we dan ook niet snel doen. Nee, wij richten ons liever op het positieve. Op de herfst die weer voor de deur staat en die de natuur verandert in een prachtig schilderij. En op alle bruisende ondernemers bij jou in de regio, die stuk voor stuk positief blijven en er alles aan doen om hun klanten, juist nu, zo goed mogelijk van dienst te kunnen zijn. Hoe ze dat doen, lees je in deze nieuwste editie van Bruist.

Stiekem hopen we op nog een aantal zomerse dagen, waarop we heerlijk in de buitenlucht kunnen genieten. Maar de tijd van het ultieme cocoonen onder een dekentje op de bank komt ook steeds dichterbij. Waar je dit magazine ook leest, in het zonnetje of onder een dekentje, we wensen je in ieder geval heel veel leesplezier. Tot volgende maand!

Lea en Marcel Bossers

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

GA JE
VOOR LED
OF NIET?

De *juiste lamp* op de *juiste* plek

We gaan langzamerhand weer richting het einde van het jaar. De dagen worden korter, waardoor goede verlichting in huis weer steeds belangrijker wordt. Waar moet je allemaal rekening mee houden bij het kiezen van de juiste verlichting?

Bij het kiezen van verlichting is het belangrijk om rekening te houden met het doel ervan. Licht is niet alleen functioneel, maar ook van grote invloed op de sfeer in een ruimte en de kleuren van bijvoorbeeld je meubels. Grofweg kun je de verlichting in je huis verdelen in drie groepen: basis-, sfeer- en accentverlichting.

Keuzes maken

Het doel van de verlichting is vooral van invloed op de lichtsterkte, de kleurtemperatuur en bijvoorbeeld de dimbaarheid van de lichtbron. De lamp aan het plafond die als doel heeft de hele ruimte goed te verlichten, moet nu eenmaal aan andere eisen voldoen dan de schemerlamp in de hoek. Houd daar dus rekening mee bij de aanschaf van de lamp. En dan heb je ook nog de keuze uit hanglampen, staande lampen, tafellampen, plafondlampen, wandlampen, et cetera. Er komen dus nog best wel wat keuzes kijken bij de aanschaf van de juiste

verlichting. Gaat het slechts om de aanschaf van één nieuwe lamp, dan zal dat vast geen probleem vormen. Moet je op pad voor alle verlichting voor je (nieuwe) huis, dan is het verstandig om van tevoren een lichtplan op te (laten) stellen.

Led

Als je dan toch al zoveel keuzes moet maken, dan hebben we er nog eentje voor je: ga je voor led of niet? Tegenwoordig is het al led wat de klok slaat, maar waarom zou je daarvoor kiezen? Omdat led nu eenmaal een aantal voordelen heeft. Ledlampen gaan bijvoorbeeld langer mee, ze zijn energiezuinig en veiliger (ze worden slechts handwarm), kunnen tegen een stootje, geven geen trillend licht (waardoor het licht van deze lampen minder vermoeiend is voor de ogen), hebben geen opwarmtijd, vallen niet onder het chemisch afval, de kracht van het licht wordt niet minder sterk gedurende de levensduur van de lamp en elke lichtkleur is tegenwoordig mogelijk. Overtuigd?

Op zoek naar nieuwe verlichting voor in jouw huis?

Op www.nederlandbruist.nl vind je heel wat ondernemers in jouw regio die je hierbij kunnen helpen.



Luxe en riant chalet te koop

Zeer sfeervolle, vrijstaande houten recreatiewoning te koop op Parc de Kievit te Baarle Nassau NL

- Riant chalet van 72 m².
- Grote woonkamer met luxe open keuken.
- Luxe badkamer met stoomdouche, ligbad en toilet.
- Separaat tweede toilet.
- Twee grote slaapkamers en de mogelijkheid om een derde slaapkamer of tweede badkamer te realiseren.
- Vloerverwarming en centrale verwarming.
- De gehele woning is voorzien van een mooie houten vloer.
- Volledig gestoffeerd en gemeubileerd.
- Openslaande deuren naar overdekt terras.
- Tuin rondom.
- Schuurtje op eigen terrein.
- Eigen parkeerplaats.

Erfpacht: overname van bestaand recht van eeuwigdurende erfpacht. Inschrijving is helaas niet mogelijk, maar je mag er het hele jaar door verblijven.

Ook interessant als belegging voor verhuur. Verhuur kan via het park of zelfstandig.

Parc De Kievit heeft veel faciliteiten zoals een restaurant, een speeltuin, een tennisbaan en een zwembad.



Omgeving erg geschikt om te wandelen of te fietsen.

Brasserie aanwezig.

Voorzien van een verwarmd buitenzwembad.

Kunstgras tennisbanen en speeltuin.



IN GEUREN EN KLEUREN

De collectie Baobab huisparfums met mondgeblazen glaskunstwerken hebben ieder een eigen design en specifieke geur. De Totems zijn allemaal mooi en ruiken heerlijk fris of juist zwoel zinnenprikkelend. Kom ze gerust eens bekijken en besnuffelen. Herken jezelf bij MEIJSWONEN in Tilburg.

De nieuwste CYPRIUM collectie is er nu te koop: www.meijswonen.com

NIEUW!
CYPRIUM
geurkaarsen
en huisparfums
van **Baobab**



DE WILDE BAARD ZACHT

Deze baardolie maakt jouw snoren baardharen zacht en soepel en beschermt ze tegen de gure herfstwind. Tot ziens vervelende jeuk, hallo natuurlijke glans. Voor het beste resultaat gebruik je de olie in combinatie met de 2 in 1 Beard Shampoo & Conditioner en de baardbalsem. www.bulldogskincare.com/nl



LEZERSACTIE

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



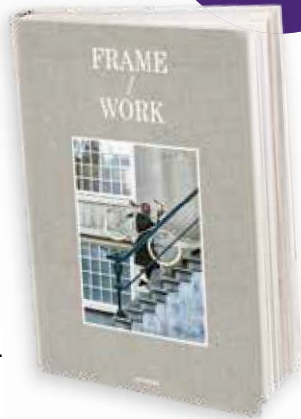
Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier. Aangeboden door:



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

LEZERSACTIE

Maak kans op een uniek en stijlvol koffietafelboek t.w.v. € 40,-



FRAME/WORK gaat over bijzondere mensen en hun urban habitat. Markante persoonlijkheden die het best gedijen bij de energie die de stad hen geeft en die op hun beurt de stad karakter geven. Wil jij kans maken op dit prachtige boek?

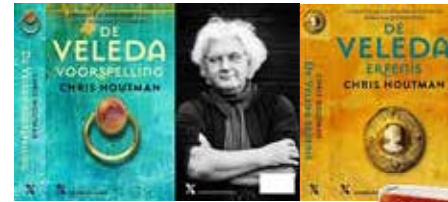
Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! Of stuur je gegevens o.v.v. #FRAME/WORK naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

win

Warme must haves

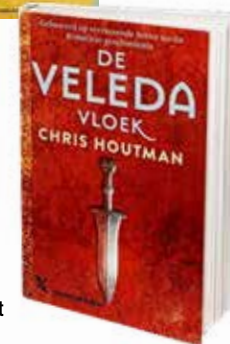
WARMER SMAKEN

Lovechoc lanceert twee nieuwe chocoladerepen met de smaken speculaas & mandarijn en abrikoos & gember. Heerlijke winterse varianten die enkel biologische ingrediënten en eerlijke, rauwe cacao bevatten. Deze limited edition wintersmaken zijn verkrijgbaar zolang de voorraad strekt. www.lovechoc.nl



DE VELEDA TRILOGIE

De Velede Voorspelling en De Velede Vloek, respectievelijk het eerste en tweede deel van de trilogie over de Friese vrijheidsstrijdster Elfleda, liggen nu in de boekwinkels. Het laatste deel, De Velede Erfenis, verschijnt in januari 2021. Chris Houtman schreef en regisseerde theaterproducties. Sinds 2016 legt hij zich - met veel succes - toe op zijn schrijverschap. Met de Velede Trilogie bewijst Houtman zich nu ook in historische fictie. www.xanderuitgevers.nl



LEKKER VOOR HET MILIEU

Bij Jones Brothers Coffee geloven ze dat jouw dagelijkse koffie-genietmomentje ook kan bestaan zonder vervuilende verpakking. De plant-based en composteerbare koffiecapsules van Jones Brother zijn 100% afbreekbaar en mogen in de gft-bak gedeponeerd worden. Ga voor jouw proefpakket composteerbare koffiecapsules naar www.jonesbrotherscoffee.com/nl



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

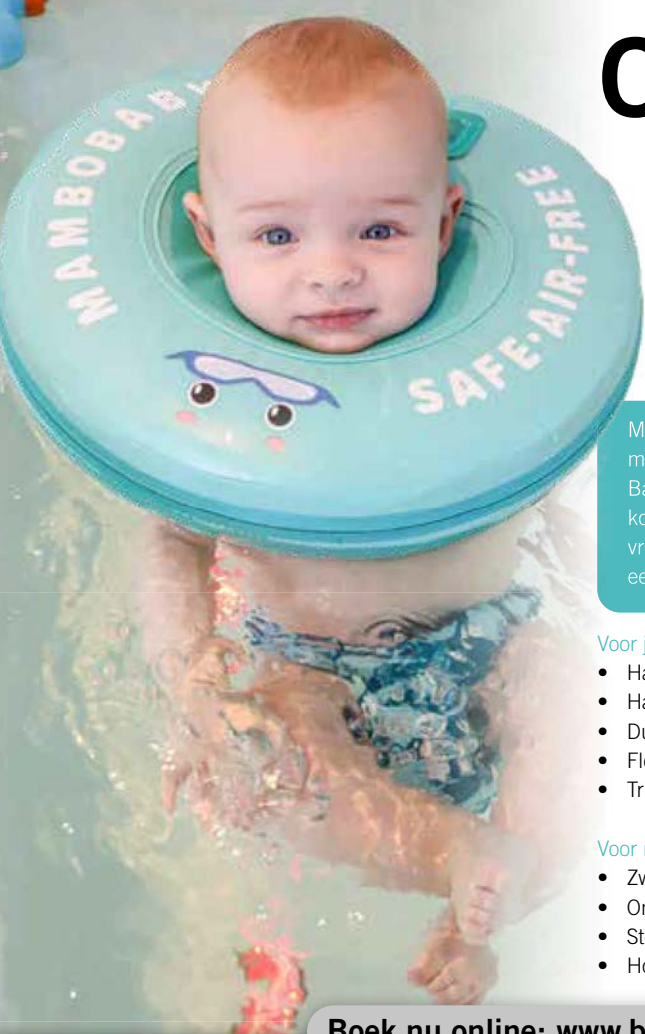
Waar vrijwilligers van de Luisterlijn normaal gesproken zo'n zevenhonderd tot achthonderd gesprekken per dag voeren, is dat aantal bijna verdubbeld tot zo'n twaalfhonderd gesprekken per dag. Meer dan de helft van de gesprekken gaat over corona en de bezorgdheid daarover. En een deel van de mensen die 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.

Ontspanning voor jou en je baby



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

Voor je baby

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

Voor mama

- Zwangerschapsmassage
- Ontspanningsmassage
- Stoelmassage
- Hotstonemassage

Boek nu online: www.babyspa-justrelax.nl

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



Valt je geboortedatum in **oktober**, dan ben je waarschijnlijk iets **sportiever** dan mensen die in een andere maand zijn geboren.

Verlichting is grofweg onder te verdelen in drie categorieën; basisverlichting, sfeerverlichting en accentverlichting.

De eerste **Werelddierendag** vond plaats op 4 oktober 1930.

Proef het seizoen! In de herfst zijn er volop cantharellen en oesterzwammen verkrijgbaar. En ze zijn nog gezond ook.

In de herfst kun je heerlijk **uitwaaien** aan de kust.

Geniet van de witte schuimkoppen op de Noordzee, prachtige wolkenpartijen en eindeloze stranden.

Een goed lichtplan voor je woonkamer kan je helpen de juiste verlichting te kiezen.

A

Tijdens het laatste weekend van oktober wordt de zomertijd omgeruild voor de **wintertijd**. De klok gaat dus een uur terug.



Houd vol, houd
anderhalve meter afstand.

#STAYSAFE #KEEPDISTANCE #ANDERHALVEMETER

De coronatijd zet heel wat op zijn kop. Ik merk dat velen hierdoor uit balans zijn geraakt en onzeker zijn geworden.

Ben jij in balans?

Ik zie meer en meer mensen die zichzelf de volgende vragen stellen:

- Werk en privé lopen door elkaar. Hoe krijg ik weer structuur?
- Ik ben onzeker over de toekomst van mijn bedrijf. Hoe nu verder?
- Vind ik mijn werk nog wel leuk?
- Hoe kan ik me ontspannen in deze tijd?

*Herken jij (een van) deze vragen bij jezelf?
Neem dan contact met mij op.*

In mijn praktijk in het prachtige Maasheggenlandschap bespreken we samen vrijblijvend jouw mogelijkheden. Je kunt kiezen uit diverse coachvormen waaronder wandelcoaching, paardencoaching en loopbaancoaching. Coaching aan jouw keukentafel is ook mogelijk.

Bel me
nu voor
een afspraak
06-11564823

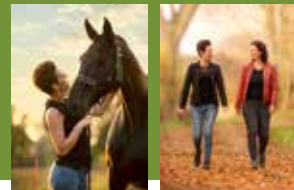


Marieke Kersten Life Coaching
biedt persoonlijke coaching
gericht op positieve verandering om
doelen te ontdekken en te behalen.

• COACHING

NU OOK LOOPBAANCOACHING!

- PAARDENCOACHING
- WANDELCOACHING



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

Dankers

dé leerspecialzaak van Nederland

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

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

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



Grote collectie
dames- en
herenmode van
vele verschillende
merken.

0492-522923
www.dankersleder.nl

20

KUNDALINI YOGALESSEN

COLUMN/KUNDALINI YOGA LINDA

De volledige Diamant

Kundalini yoga, de moeder van alle Yoga, of ook wel de 'volledige diamant'. Het is onmogelijk om alle vlakjes in een oogopslag te zien. Deze staan voor alle technieken die we gebruiken. Bijvoorbeeld Naad Yoga waarbij we de stem gebruiken, het meest helende/krachtige gereedschap dat je bezit om veranderingen te veroorzaken.

Onbewust worden we dagelijks beïnvloed door klank en muziek. Houd je van klassieke muziek, country, hardcore, rap of r&b? Ze geven allemaal hun eigen trillingen en resonantie of effect op lichaam en geest.

We gebruiken muziek als middel om te ontspannen of als uitlaatklep voor verdriet, woede en frustraties. Muziek als universele taal kan onze diepste emoties naar de oppervlakte brengen. Naad yoga bestaat niet alleen uit harmonische klanken, maar is een complete wetenschap, waarbij specifieke geluidsformaties worden ingezet in onze lessen als mantra's die we samen chanten in een vreemde taal.

Naad yoga is de eeuwenoude stemtherapie die je terugvoert naar de geheimen van de kracht van het geluid. Het lichaam is gecondenseerde energie die een uitdrukking is van al je bewuste en onbewuste innerlijke gemoedstoestanden.

Zoals Einstein al aangaf is energie en materie een en hetzelfde. De quantum fysica geeft aan dat de oorsprong van materie bewustzijn is. Wat de yoga ons al eeuwenlang vertelde, is nu in onze wereld meetbaar en zichtbaar geworden.

NU OOK ONLINE KUNDALINI YOGALES!

Kijk voor meer info op onze nieuwe website www.kundaliniyogalinda.nl

21



Ik houd me al meer dan dertig jaar bezig met yoga, maar toen zo'n vijf jaar geleden Kundalini yoga in mijn leven kwam, voelde ik pas echt dat ik mijn pad gevonden had. We hebben tegenwoordig ongelimiteerd toegang tot kennis, maar vergeten dat we al een oneindige bron van wijsheid binnen in ons hebben. Want als je om je heen kijkt, lijken we niet gelukkiger, gezonder en tevreden. Voor jezelf leren zorgen is voor ons allemaal een lifetime job, van daaruit kun je steeds ruimhartiger geven. Kundalini yoga heeft hier krachtige en mooie technieken voor.



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

De nieuwste technologie in ontharen!

Medcos Ipl-SHR Definitief ontharen

Hoe werkt het?

Wilt u zich in de zomer ook niet meer druk hoeven maken over stoppeltjes of heeft u altijd zo'n last van ingegroeide haartjes op uw oksels, bikinilijn of benen? Met de MedCos IPL methode behoren scheren, harsen, epileren en ontharingscrèmes definitief tot het verleden!

Hoe dit kan?

Met IPL wordt via licht warmte opgewekt in de haarzakjes en haarstamcellen. Door deze warmte worden de haarzakjes en de haarstamcellen vernietigd, waarna ze nooit meer een haartje kunnen produceren.

Kijk voor meer informatie en prijzen op de website of bel naar 06-132 451 50.



MED COS

ACTIE
Oksels
nu voor
€ 49,-

PerfectSkin
by Laura



Perfect Skin by Laura | Laura Hendriks
Pastoor van Delftlaan 3, Sint Anthonis
06-13245150 | www.perfectskinbylaura.nl



Kijk uit. Jezelf mooier maken kan leuk uitpakken.
Een geslaagde ingreep begint bij een goede arts.

DAGJE UIT DUTCH DESIGN WEEK



Ook dit jaar vindt in Eindhoven de negendaagse Dutch Design Week (DDW) plaats. En wel van 17 tot 25 oktober. Het grootste design-evenement van Noord-Europa presenteert werk en concepten van ruim 2.600 ontwerpers. Verspreid over zo'n 120 locaties door de hele stad organiseert en faciliteert DDW onder andere tentoonstellingen, lezingen, prijsuitreikingen, netwerkbijeenkomsten, debatten en festiviteiten. Hoewel tijdens het evenement alle denkbare disciplines en aspecten van design aan bod komen, ligt de nadruk op experiment, vernieuwing en cross-overs. Bijzondere aandacht gaat jaarlijks uit naar werk en ontwikkeling van jong talent. **Kijk voor meer informatie op www.ddw.nl.**

FILMPJE KIJKEN DE GROTE SINTERKLAAS FILM

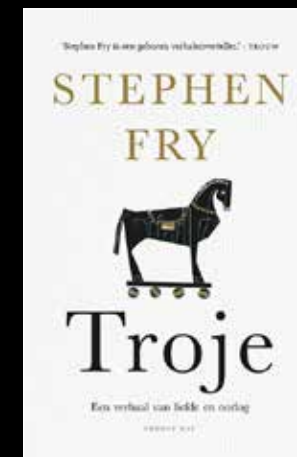
Sinterklaas en zijn pieten zitten met een groot probleem, het kasteel van Sinterklaas staat namelijk op instorten en moet gesloopt worden. Geen kasteel betekent geen cadeautjes en pepernoten voor de kinderen. Al doen Kim Kado, Marco Marsepein en Willem Wortel nog zo hun best, het Sinterklaasfeest lijkt bijna in de soep te lopen. Maar staat het kasteel van Sinterklaas wel écht op instorten of is het een sluw plan van Stan en Olivier? Kikkie en Paco vertrouwen de boel niet en gaan op onderzoek uit.

DE GROTE SINTERKLAAS FILM is vanaf 7 oktober te zien in de bioscoop.

BINNEN/BUITEN



BOEKJE LEZEN STEPHEN FRY



Met zijn bestsellers Mythos en Helden heeft Stephen Fry de Griekse mythen weer naar onze tijd gehaald. Nu waagt hij zich met zijn derde mytheboek aan het verhaal van de Trojaanse Oorlog. Nadat Paris de beeldschone Helena heeft weggekaapt naar Troje, trekken de Grieken met een vloot van duizend schepen ten strijde tegen de Trojanen. Het is het begin van een huiveringwekkende strijd die maar liefst tien jaar zal duren. Troje is het klassieke verhaal waarin heldendom en haat, liefde en verdriet, wraak en spijt, hoop en wanhoop samenkomen.

TROJE van Stephen Fry is vanaf 30 oktober verkrijgbaar in de boekhandel.

DE VOORDELEN
WINNEN HET
STEEDS VAKER
VAN DE NADELEN



Rijd jij al *elektrisch*?

Ze bepalen langzamerhand steeds meer het straatbeeld: elektrische auto's. En ook de bijbehorende laadpalen lijken als paddenstoelen uit de grond te schieten. Hoe je het ook wendt of keert, elektrisch rijden is de toekomst.

Overheersten slechts enkele jaren geleden voor veel mensen nog de nadelen van elektrisch rijden - traag, duur in aanschaf, zeer beperkt bereik, et cetera - inmiddels gaan de ontwikkelingen zo hard in deze sector dat het merendeel van de vroegere nadelen al niet meer van toepassing is. En de paar nadelen die nog wel bestaan, verliezen het steeds vaker van de voordelen.

Actieradius

Inderdaad, met een volledig elektrische auto kun je minder ver rijden dan met de meeste 'gewone' auto's voor je weer moet tanken (hoewel de actieradius van de nieuwste modellen steeds groter wordt). Maar doordat er door het hele land heen steeds meer laadpalen komen én steeds meer snellaadstations, hoeft dit geen probleem te zijn. Tenzij je bijvoorbeeld voor je werk dagelijks heel veel kilometers moet maken. Maar dan zou je ook nog kunnen kiezen voor een (plug-in) hybride auto waarmee je behalve elektrisch ook gewoon op brandstof kunt rijden.

Prijs

Wat ook klopt, is dat de meeste elektrische auto's nog wat duurder zijn dan de 'gewone' auto's, hoewel er de laatste tijd in het wat goedkopere segment steeds meer modellen bijkomen. Daar tegenover staat dat je met een elektrische auto geld bespaart doordat deze over het algemeen lagere kosten heeft voor onderhoud en ook het 'tanken' is goedkoper, vooral als je dat thuis of op je werk doet.

Beter voor het milieu

Het belangrijkste voordeel van elektrisch rijden hebben we nog niet eens genoemd: het is beter voor het milieu! Elektrische auto's stoten namelijk geen CO2 uit. Er worden geen fossiele brandstoffen gebruikt en er is geen vervuulende uitstoot. Nog wat andere voordelen: een elektrische auto is stiller, de fiscale voordelen zijn erg interessant, elektrische auto's trekken snel(ler) op en je hoeft nooit meer de verleidingen bij een tankstation te weerstaan, want 'tanken' doe je voortaan gewoon thuis!

Overweeg jij ook om elektrisch te gaan rijden?

Op www.nederlandbruist.nl vind je ook bij jou in de regio ondernemers die je daarover kunnen adviseren.



Hoe komt het toch dat je soms, of misschien wel vaker dan je zou willen, geen rust hebt in je hoofd? Wat is die onrust dan? Waarom heb je geregeld geen rust in je hoofd?

Hoe kan het zijn dat we leven in een van de meest welvarende gebieden ter wereld en veelal niet echt happy zijn? Waar komen die honderdduizenden burn-outs vandaan? Waarom zijn we te druk met van alles en hebben we geen tijd om te genieten van het leven?

Druk even de pauzeknop in bij jezelf. De kunst van een gelukkig leven begint met het begrijpen van je denkwijze. In ons drukke bestaan nemen we nog maar weinig tijd voor onszelf. We hebben meestal te weinig tijd en te veel onrust. Vooral onrustige gedachten. We zijn druk in ons hoofd.

Dit najaar sta ik in de Nederlandse theaters met de voorstelling 'Rust in je hoofd'. Over bewustzijn en zelfinzicht, afgewisseld met korte geleide meditaties en prachtige muziek. Deze avond is een moment voor jezelf. Kom je ook?

Kijk voor locaties en data op www.meditationmoments.nl/theater

Michael Pilarczyk

Rust in je
hoofd



NIETS IS ZO VERVELEND ALS PIJN AAN JE VOETEN! **Jouw voeten bepalen namelijk hoe jij je voelt!**

Blijf er niet mee lopen, wacht niet langer en laat je voetprobleem vakkundig oplossen.

Soms is een enkele behandeling al genoeg om je van je pijnklacht te verlossen. Denk dan bijvoorbeeld aan een ingroeiende nagel of een likdoorn. Andere voetklachten, zoals schimmel- of kalknagels vragen wat meer aandacht en geduld.

Neem gerust contact met me op voor meer informatie!
Je bent van harte welkom!

BarreVoets
MEDISCH PEDICURE PRAKTIJK

sportpedicure
Medisch Pedicure Sport

ELLY WOLFRAAD | BARREVOETSMPPCUIJK.NL | 0485 844470



Klaar voor de *herfst*

Alhoewel we zouden willen dat de zomer eeuwig zou duren, de herfst heeft ook weer haar charme. Met deze heerlijke nieuwe beautyproducten wil jij niet meer terug!

1. Shake Fix Glow Spray van Catrice, € 4,99 www.catrice.eu
2. Black Orchid van Tom Ford, vanaf € 125,- www.debijkorf.nl
3. Stoned Eyeshadow Palette van Urban Decay, € 55,- www.iciparisxl.nl
4. Luxe Defining Lipstick All-Day Color van Bobbi Brown, € 38,- www.debijkorf.nl
5. La Laque Couture van YSL, € 38,75 www.ysl.com
6. Global Repair Eyes & Lips van Filorga, € 79,90 www.iciparisxl.nl

7. Bakuchiol Peptides van Medik8, € 64,50 www.medik8.nl
8. Iris Torréfié L'Art & La Matière Eau de Parfum van Guerlain, € 205,- www.guerlain.nl
9. Voce Viva Eau de Parfum van Valentino, vanaf € 63,- www.douglas.nl
10. Sicity Lemon tandpasta van Pasta del Capitano 1905, € 7,90 www.ceradicupra.nl
11. Aivy Orange van Alix & Baster, € 169,- www.alixandbaxter.nl
12. Eyes to Kill Classico Mascara van Giorgio Armani, € 36,- www.armanibeauty.com

Allround dj voor een compleet feest

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



JA IK WIL ...een knalfeest

DJ MARK WEDDINGSHOWS

Allround DJ MARK

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

Kom je ook naar Veer's feestje?

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

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

Kies het thema wat bij jou past.

Midden in de natuur tussen de paarden op avontuur!

Bel Veer voor meer info.

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



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

BRUIST

Als het *weer* niet meezit, zorg dan zelf voor een *goede bui*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



Ook leuk voor een kinderfeestje!

Wil je wat leren op kookgebied of heb je gewoon zin om gezellig samen met wat vrienden, familieleden, collega's et cetera te koken? Informeer dan eens naar de mogelijkheden.

Koken bij Kat | Stalenberg 14, Sambeek | 06-51222610 | www.kokenbijkat.nl

Koken voor iedereen!

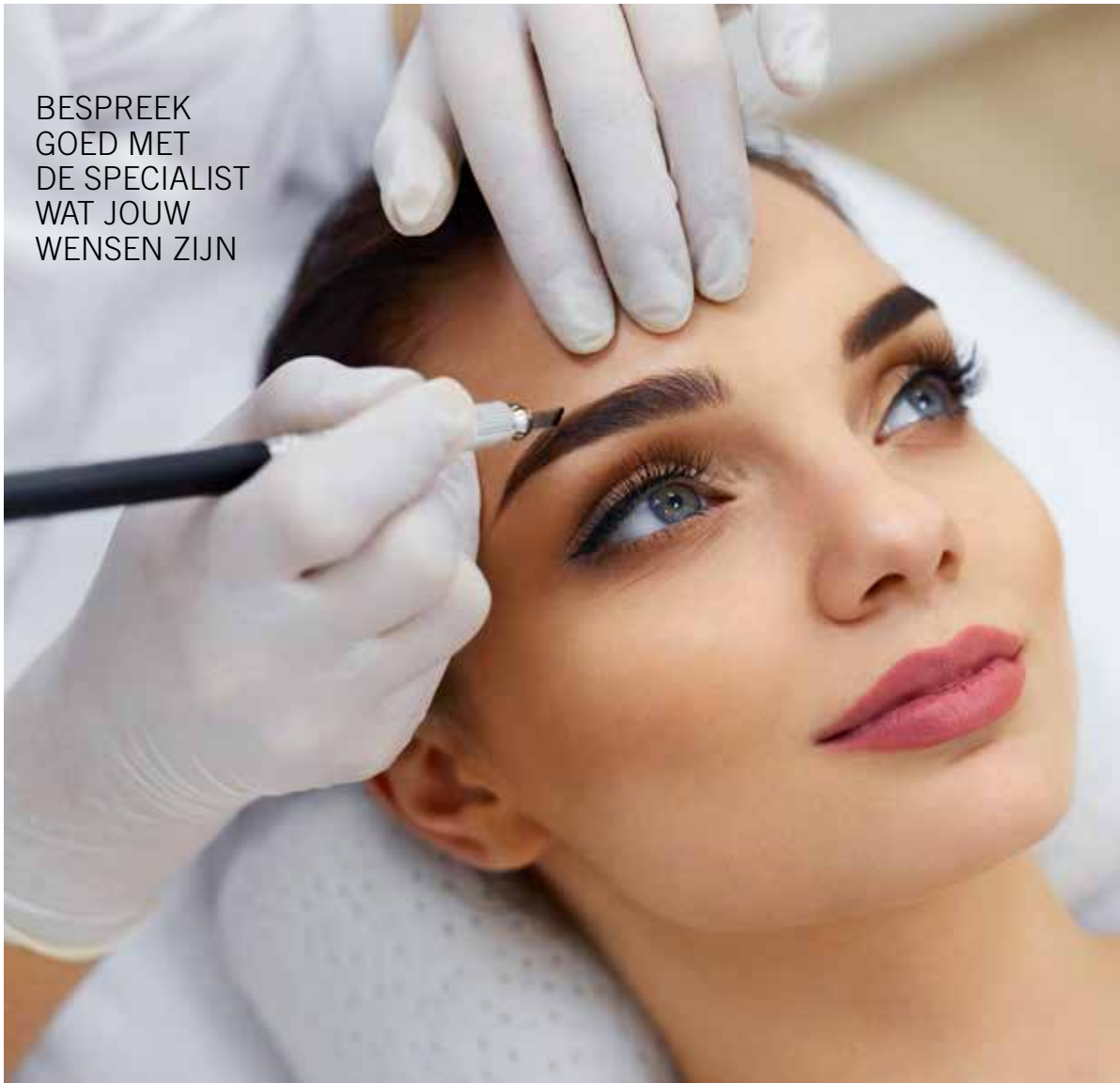
Van je passie je werk maken, wie wil dat nu niet? Dat is precies wat Katja Denen deed. Na twintig jaar in het onderwijs gooide zij het roer om en opende de deuren van haar eigen kookstudio: Koken bij Kat.

"Iedereen die wil leren koken of gewoon gezellig samen wil koken, kan hier terecht. Van kinderfeestjes tot groepsuitjes voor volwassenen. Daarvoor bied ik een aantal vaste arrangementen aan, maar natuurlijk kan ik ook een arrangement op maat voor mijn klanten samenstellen, maar net wat ze willen.

Daarnaast verzorg ik ook workshops, waarvoor gasten zich zelfs individueel aan kunnen melden, zoals bijvoorbeeld een workshop met seizoensproducten."



BESPREEK
GOED MET
DE SPECIALIST
WAT JOUW
WENSEN ZIJN



Looking good... 24/7

Wil jij er elk moment van de dag perfect uitzien? Heb je 's ochtends geen tijd (of zin) om je op te maken? Of ben je simpelweg allergisch voor gewone make-up? Dan is permanente make-up dé oplossing voor jou!

Permanente make-up, oftewel PMU, wordt steeds populairder. Maar wat is het precies? Permanente make-up is make-up die voor langere tijd blijft zitten. Dus niet permanent, zoals de naam misschien doet vermoeden. Om dit te bereiken wordt de make-up (of in het geval van PMU de pigmenten) niet op de huid aangebracht, maar in de (leder)huid door middel van een flinterdunne naald. Het heeft dus wat weg van tatoeëren, ware het niet dat bij tatoeëren de pigmenten in het onderhuidse bindweefsel worden 'geprikt' waardoor ze echt permanent blijven zitten. PMU komt terecht in de lederhuid waardoor de make-up na één tot vijf jaar zal vervagen.

Bijwerken

Dit betekent dat permanente make-up na verloop van tijd moet worden bijgewerkt. Dat zou je als nadeel kunnen zien, maar ook als voordeel. Make-uptrends veranderen met de jaren, net als jouw persoonlijke smaak. Wie weet vind je de make-up die je nu laat zetten over een paar jaar

wel helemaal niet meer zo mooi. Dan is het alleen maar goed dat het niet echt permanent is.

Esthetiek

De meest populaire soorten permanente make-up zijn eyeliner, opvulling van de wenkbrauwen en een randje om de lippen. Daarnaast wordt het ook ingezet om bijvoorbeeld vlekjes of littekens weg te werken, een hazenlip in een betere vorm te brengen of om een tepelhof te creëren na een borstreconstructie. Ook esthetisch natuurlijk, maar dan wel een andere vorm van esthetiek dan wanneer je PMU puur inzet om ook 'zonder make-up' nog een sprekende uitstraling te hebben.

Bespreek je wensen

Belangrijk is dat je voor de behandeling goed met de PMU-specialist bespreekt wat jouw wensen zijn. Ondanks dat het niet permanent is, zit je wel voor een paar jaar aan permanente make-up vast. Zo is het resultaat helemaal wat jij voor ogen had...

Ben jij benieuwd of PMU ook iets voor jou is?

Op www.nederlandbruist.nl vind je heel wat PMU-specialisten, ook bij jou in de regio.

Sajoer boontjes

zoet en licht pittig

2/3 PERSONEN - BIJGERECHT

INGREDIËNTEN

- 1 grote ui
- 1 teentje knoflook
- scheutje olijfolie
- 1 theelepel sambal naar smaak
- 2 tomaten
- 400 gram gebroken sperzieboontjes
- scheutje ketjap
- snufje peper

Snipper de ui en de knoflook. Breng de olie op temperatuur en voeg daar een theelepel sambal aan toe. Roer tot het een geheel is. Fruit daarin de ui en de knoflook tot deze een glazige, lichtbruine kleur hebben. Zet de pan op laag vuur.

Snij de tomaten in blokjes en voeg deze toe aan het ui- en knoflookmengsel. Goed blijven roeren zodat het niet aan de bodem gaat plakken en voeg vervolgens de gebroken boontjes toe. Deze kun je van tevoren kort koken als je ze wat zachter wilt hebben of rauw toevoegen voor een extra knapperige bite. Roer alles lekker door tot het goed op temperatuur is. Voeg ten slotte nog een scheutje ketjap toe en breng op smaak met wat peper.

Deze boontjes zijn heerlijk met rijst en kip, maar kunnen ook prima gegeten worden bij aardappeltjes en een mooi stukje zalm.



Marloes, office assistente bij Bruist

Ik vind boontjes heerlijk, maar vaak een beetje saai. Met dit simpele gerecht, bereid in slechts enkele minuten, worden boontjes een pittige en zoete smaaksensatie met een Oosters tintje. Het enige wat je hiervoor nodig hebt is een steelpannetje en de benodigheden die hierboven beschreven staan.

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



PUZZELPAGINA

Voel jij ze ook alweer? Die kriebels om weer van de huiselijke warmte te genieten nu het buiten niet altijd meer zo heerlijk warm is als van de zomer? Lekker knus op de bank met Bruist en misschien de verwarming al aan om het nog wat behaaglijker te maken. Los de puzzels op én maak kans op deze leuke prijzen.



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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **7-2-6**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Zoek de zes verborgen letters in deze BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand verlichting. De oplossing van de vorige maand was **vaasje**.

Maak kans op de *dvd*

My Brilliant Friend

Deze achtdelige topserie toont de ontwikkeling van de levenslange vriendschap tussen twee Italiaanse vrouwen. Het is een verfilming door Saverio Costanzo van de immens populaire roman L'amica geniale van Elena Ferrante.



-l+ p=j+k

-ur+z+ -i

s+ -mi+ -az

s=t j+ -i

-l+ -r t=n+d

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 november de oplossing in op onze site: www.landvancuijkbruist.nl

Maak kans op deze

rugzak

t.w.v.

€ 49,95



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

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

rugzak	rits
school	boeken
handig	dragen
gastra	stoer

Streek 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 november oplossing in op onze site: www.landvancuijkbruist.nl

De 100 mogelijkheden van BLOX

Geef je werkplek binnen één dag een luxe en tijdloze stijl

In no-time je complete interieur samenstellen, dat is mogelijk dankzij de geraffineerde Blox-elementen. Deze Blox-elementen omvatten onder andere eettafels, bartafels, salontafels, sidetables, tv-meubels et cetera, maar ook een complete slaapkamer in hotelsfeer met bijpassende nachtkastjes en dressoir.



Elk Blox-element wordt met de hand gemaakt. Hoogwaardig geborsteld eikenfineer kan in elke gewenste kleur gespoten worden. Eenheid en stijl vloeien naadloos samen van woonkamer, slaapkamer tot badkamer. Combineer de basis Blox-elementen desgewenst met diverse soorten hardsteen en/of stoffering.

Blox - Dealers

Informeer vrijblijvend naar de vele mogelijkheden bij onze 50 Blox-verkooppunten.

Kijk op www.blox.sale verkooppunten



THUISWERKEN? Richt je eigen kantoor in binnen één dag in een luxe en tijdloze stijl. Met BLOX is het mogelijk om uw gehele woning of bedrijf in één gelijke stijl en kleur zelf in te richten.



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.

**MAAK NU EEN
VRIJBLIJVENDE AFSpraak**

.BLOX[®] the creation is yours!

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

→ KEUZE UIT
6 SOORTEN!

- OUR FAMOUS RIBS -

~~€17,95~~

€14,95*

**Geldig t/m 01-12-20 bij inlevering van deze bon op
woensdag en donderdag in onze vestiging in Cuijk*

Grotestraat 10, Cuijk
www.meetandribs.nl

Meet & Ribs
LET'S MEET AND ENJOY