

DE MAASHORST



JANUARI 2021 GRATIS MEENEMEN!
WWW.DEMAASHORSTBRUIST.NL

BRUIST

Met nieuwe
lezersacties

In 2021 wordt
alles anders!

Op weg naar volwaardige en stabiele professionaliteit?

Een stap naar een goede werksfeer en tevreden, professionele medewerkers. Door meer zelfinzicht ontstaat een groter zelfoplossend vermogen, daardoor ontstaat meer emotionele en dus ook fysieke stabiliteit. De Kennisshop van Blijvend anders kan u daarbij helpen voor uzelf, uw bedrijf, onderneming, team, afdeling of groep!

Meer inzicht in uzelf creëert ook voor meer inzicht in de ander. Daardoor zal een meer begripvolle samenwerking kunnen ontstaan. De communicatie zal meer gericht worden op verbinding en versterking en niet op onderlinge tegenwerking en concurrentie. Men wordt creatiever en meer betrokken door minder innerlijke disbalans of afleiding.

In de Kennisshop wordt aan de hand van een eigen ontworpen model van A tot Z ingegaan op de aspecten die houding en gedrag bepalen. De presentatie is kort, krachtig en praktisch, met als resultaat een aanzet tot meer inzicht in en handvatten biedend met betrekking tot het eigen functioneren. Dit is noodzakelijk als u veranderingen of aanpassingen wenst voor uzelf of die uw functie of organisatie van u vraagt.

De werkwijze is interactief en beeldend, er wordt gewerkt met materiaal dat daarbij past. Er wordt gebruikgemaakt van praktijkvoorbeelden die de deelnemers zelf inbrengen en de dialoog hierover in en met de groep. Dit om betrokkenheid te waarborgen en de praktijk van alledag met de theorie te verbinden. Er wordt ook uitgebreid ingegaan op diverse factoren die in privé- en in werksituaties kunnen leiden tot sub optimaal functioneren of uitval.

De Kennisshop, een antwoord op veel vragen en een oplossing voor veel problemen.

Voorafgaand aan de Kennisshop kan op verzoek en in overleg met bijvoorbeeld de leidinggevende van een team gekeken worden naar issues die spelen zodat daar ook tijdens de Kennisshop voldoende aandacht aan kan worden besteed.

Mogelijkheden voor nazorg zijn uiteraard aanwezig.

Wilt u meer volwaardigheid en een stabiele professionaliteit in uw bedrijf?
MELD U DAN NU AAN!



Voor als u wilt weten hoe het werkt in uzelf en als u zonder therapie, zonder trucjes en vooral zonder terugval verder wilt, voor als u op zoek bent naar kennis en inzicht over uzelf en/of veranderingen aan wilt brengen in uzelf, voor als u meer samenhang en efficiency wilt halen uit uw team of afdeling.



Rob Droog

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit 4 sterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*





8



20



win

12



16

Inhoud



25



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 - Carly Pastoors
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Astrid Berkhout
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Maaïke van Helmond

f Like ons op Facebook.com/demaashorstbruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl
of bel 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. 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
076-7115340



Foto: Ron Eskens, scoonpictures.nl

Om te beginnen: de beste wensen voor 2021! We hopen dat jullie, ondanks alle restricties, toch mooie feestdagen achter de rug hebben en net als wij positief vooruitkijken naar het nieuwe jaar dat voor ons ligt. Een bruisend jaar, als het aan ons ligt, want dat hebben we met z'n allen wel verdiend!

Bruisende lezer,

Net als heel veel andere mensen zijn wij dit jaar weer gestart met een aantal goede voornemens. Uiteraard de nodige 'standaard' voornemens, zoals de kerstkilo's eraf sporten, nog gezonder leven en nog meer omkijken naar de mensen om ons heen. Maar ook het voornemen om jullie dit jaar weer te blijven inspireren en informeren met onze magazines. Een voornemen dat de vele bruisende ondernemers met wie wij samenwerken ongetwijfeld met ons delen. Want ook zij staan weer te springen om je een kijkje achter de schermen te geven en vol enthousiasme te vertellen wat zij jou allemaal te bieden hebben.

Dit eerste magazine van 2021 staat dan ook weer vol bruisende verhalen, leuke tips en bijzondere weetjes. Dat belooft wat voor de rest van het jaar...

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.

Dit jaar wordt alles anders!

Meestal gaan we aan het begin van een nieuw jaar nadenken over goede voornemens. Maar welke voornemens ga jij jezelf stellen na het bizarre afgelopen jaar, dat zo anders is verlopen dan we aan het begin ooit konden bedenken?

Veel mensen gaan nadenken over stoppen met roken, coronakilo's kwijtraken of simpelweg meer tijd voor leuke dingen vrijmaken. En zoals elk jaar beginnen hordes mensen op 1 januari vol goede moed, maar stranden die na enkele weken weer op de zandbank van Blue Monday.

Wat wordt jouw thema voor dit jaar?

Een belangrijke oorzaak hiervoor zijn de onrealistische doelen die we onszelf stellen. Waarom zou je een lijst met meer dan vijf voornemens maken als je diep vanbinnen weet dat er slechts twee of drie haalbaar zijn? Door te kiezen voor een thema kun je een rode draad creëren in je leven. Stel geen specifieke doelen (zoals tien kilo afvallen), maar werk met een thema (zoals je gezondheid verbeteren). Op die manier kun je gedurende het jaar regelmatig even terugkoppelen naar je thema en zo je leven in de juiste richting duwen.

Haalbaar en concreet

Goede voornemens zijn dus nog steeds een prima idee, maar neem er het hele jaar voor. Wil je het komende jaar meer aandacht voor je gezondheid, meer lucht in je longen of misschien meer balans? Kies dit dan als thema voor 2021. Onbewust zul je dan steeds meer keuzes in de goede richting maken. Denk ook na over kleine, concrete acties die bij jouw thema passen. Als je dan over een jaar terugkijkt, zul je tot je verbazing zien dat je enorm veel hebt bereikt.

Focus op het proces

Soms zijn we zo aan het streven naar een bepaald eindresultaat, dat we vergeten te genieten van het proces. Terwijl de weg ernaartoe zoveel belangrijker is. En wanneer het iets minder gaat, kun je niets anders doen dan dat accepteren en het nog een keer proberen. Morgen is een nieuwe dag, waarop je gewoon weer met je thema aan de slag kan gaan.

Heb je een thema voor 2021, maar wil je toch wat hulp bij de uitvoering hiervan?

Op www.nederlandbruist.nl vind je genoeg ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

CREËER EEN
RODE DRAAD IN
JE LEVEN





Bruist wenst alle lezers een
bruisend
nieuw jaar



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

Op zoek naar een goede gebruikte fiets?

Wij hebben altijd mooie exemplaren inclusief garantie.



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

De klant die een mooie fiets wil maar geen nieuwe wil aanschaffen, kan bij ons terecht. Er staan fietsen van bijvoorbeeld drie jaar oud die nog heel mooi zijn en die nog jaren mee kunnen. Je krijgt dan ook uiteraard **een half jaar Bovag garantie**. En ook degene die een fiets nodig heeft om naar de bus of het café te gaan, is bij ons aan het juiste adres. We maken de fiets gereed hoe de klant het wil en ook aan de hand van een prijsafpraak. Daarnaast hebben we eveneens gebruikte **elektrische** fietsen staan met **eventueel een nieuwe accu en twee jaar fabrieksgarantie** erbij.



Tevens hebben we altijd genoeg gebruikte kinderfietsen op voorraad.



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



INSPIRATIEBRON VOOR DESIGN

De collectie van ICON010 bestaat uit een kleurrijke sokkenlijn, luxe geurkaarsen, mokken, tote bags, onderzetters en posters. Architectonische Rotterdamse trekleisters worden vertaald naar stijlvolle iconen. Het minimalistische lijnenspel en de goede kwaliteit van de producten maken deze items echte musthaves, ook voor niet-Rotterdamers. www.icon010.nl



NATUURLIJK PUUR!

Goede huidverzorging kan ook met pure, natuurlijke producten. SustOILable biedt uitstekende verzorging voor het hele lichaam: verzorgende huid- en haarolie (in navulbare pipet flesjes), handgemaakte stukken zeep, heerlijke geurolie en natuurlijk wasmiddel (wasnoten). www.sustOILable.com



LEZERSACTIE

Maak kans op deze warme plaid.

Zo'n heerlijke zachte plaid is niet alleen praktisch om jezelf warm te houden, het is ook nog eens een echte sfeermaker voor jouw interieur.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine 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. #PLAID naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

win

Geselecteerd voor jou!

LEZERSACTIE

Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash.

Begin fris aan het nieuwe jaar met deze heerlijke body wash op basis van perzikenbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met deze Body Wash van O'right.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine 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. #BODYWASH naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



AYURVEDISCH GENIETEN

In de reep Turmeric Tulsi ontmoet rauwe cacao kurkuma en tulsi. Deze 'heilige basilicum' is al meer dan 5000 jaar populair in de Ayurvedische geneeskunde. Samen met de kurkumawortel vormt dit een unieke chocolade met fijne, kruidige tonen van zoethout en venkel. www.lovechock.nl

LEZERSACTIE

Maak kans op deze modieuze rugzak van Gaastra t.w.v. 119,-

Deze stevige rugzak van duurzaam materiaal heeft een ritsvak aan de voorkant en stabiele draaghengsels.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine 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. #GAASTRA naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

SHAKE IT

Van margarita's tot martini's: met cocktailshaker Hepburn serveer jij de lekkerste drankjes thuis. De shaker is gemaakt van loodvrij kristal en de bovenkant van metaal met een finish van gepolijst koper. Een échte eyecatcher!

€ 59,- www.kookpunt.nl



Uw woning laten taxeren?

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

Nú tegen een
VOORDELIGE EN
CONCURRENDE PRIJS
Bel 0486-424929



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

Harm Hofman Ruim 35 jaar actief als fotograaf

Heeft u professionele foto's nodig? Neem dan vrijblijvend contact met mij op. U kunt mij bereiken op 06-29 00 82 75 of via harmfotografieuden@gmail.com.



Harm Fotografie | Burgemeester Thijssenstraat 95, Uden
06-290 08 275 | contact@harmfotografie.nl | www.harmfotografie.nl

MIS GEEN ENKELE BRUISENDE ACTIE

Schrijf je in voor de nieuwsbrief
op www.nederlandbruist.nl

Ziekte van Huntington

De ziekte van Huntington is een erfelijke hersenziekte. De symptomen lijken een combinatie van Alzheimer, Parkinson en ALS. Een kind van een ouder met de ziekte van Huntington heeft 50% kans om drager te zijn. Hierdoor heeft de ziekte een grote impact op het hele gezin.

Wat Mijzo bijzonder maakt

De Kloosterhoeve, een locatie van zorgorganisatie Mijzo, biedt een unieke woonzorgcombinatie voor mensen met de ziekte van Huntington. In onze visie zijn en blijven mensen met deze vreselijke ziekte op de eerste plaats mens. Zij staan centraal, niet de ziekte. We bieden persoonsgerichte zorg en behandeling en stimuleren de eigen regie en zelfstandigheid.

Silverfit 3D

Beweging is ontzettend belangrijk voor mensen met de ziekte van Huntington. Om dit te stimuleren willen we graag een SilverFit 3D aanschaffen. Deze zorgtechnologie draagt bij aan de beweging en ontspanning van cliënten. Helaas is hiervoor geen geld beschikbaar.

mijzo
ziet mij

Helpt u ons mee?

Uw donatie kunt u storten op rekeningnummer NL09 RABO 0301 5371 00 onder vermelding van De Kloosterhoeve ten bate van de Silverfit.

Meer weten?

Op 7 januari 2020 zond RTL4 de indrukwekkende aflevering uit van Five Days Inside, waarin Natasja Froger vijf dagen verbleef bij zorglocatie De Kloosterhoeve in Raamsdonksveer. U kunt de aflevering terugkijken op Videoland.



Wat **mijzo**
bijzonder maakt

www.mijzo.nl

Gelukkig zijn is een keuze.

Met de kracht van je gedachten creëer je jouw eigen realiteit.

MINDSET

Ik heb vaak gezien dat deelnemers aan het Killerbody Dieet weer terugvallen. De kilo's die zij zijn afgevallen zitten er na een bepaalde periode weer aan. Ze hebben stap voor stap het dieet gevolgd en een geweldig resultaat behaald. Toch vallen ze weer terug in hun oude voedingspatronen en gewoontes. Ik ben op onderzoek uitgegaan en kwam tot de conclusie dat de onderliggende mindset hiervan de oorzaak van is. De overtuigingen die mensen hebben over zichzelf zijn hetzelfde gebleven. Een positieve mindset en het hebben van de juiste overtuigingen zijn ontzettend belangrijk voor het behalen van de doelen in je leven, het bereiken van succes en de mate waarin je je gelukkig kunt voelen.

In mijn nieuwe boek Killerbody Lifestyle werk je in 12 weken niet alleen aan je lichaam, maar vooral ook aan je mindset en het doorbreken van patronen. Je leert van jezelf houden, naar je behoeftes luisteren en negatieve patronen doorbreken. Zo val je af, behoud je resultaat en het allerbelangrijkste; voel je je gelukkiger!



MKBM

MYKILLERBODYMOTIVATION

BESTEL MIJN NIEUWE BOEK OP WWW.MKBM.SHOP.COM

Gelukkig zijn is een kwestie van geluk.

Maak tijd vrij voor de kleine **genietmomentjes** zoals dansen met je (klein)kinderen.

Wie **goede voornemens** 3 maanden weet vol te houden, slaagt er meestal ook in om dat de rest van het jaar te doen.

Ga de natuur in! Een **korte wandeling** helpt je bij het ordenen van je gedachten.

De 3e maandag van januari is het **Blue Monday**, de dag van het jaar waarop we ons het ellendigst zouden voelen.

Slechts **3 keer** per week **20 minuten** intensief bewegen zal je geluk met 15 procent verhogen.

Zie het leven als **een cadeautje** dat je iedere dag weer opnieuw mag uitpakken.

De meest effectieve manier om je geluksgevoel te verhogen is door iets voor een ander te doen. 

Stop met jezelf af te remmen door **negatieve praatjes** en ga er gewoon voor. Want **succes** is wél een keuze.

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

KRUIDENSTOOBAD

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 € 575,-*

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.natuuropgebord.nl



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



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



Bij ons Aniek is een leuke en moderne kapsalon in het knusse Langenboom.

In mijn salon staan gezelligheid en creativiteit centraal. Ik help je graag bij het uitzoeken van het ideale kapsel dat perfect bij je past en dat alles op zo duurzaam mogelijke wijze.

Aniek maakt altijd gebruik van natuurlijke, duurzame producten. En ze is milieubewust, daarom maakt ze gebruik van NATULIQUE, voor verzorging en styling. Kleuring zonder ammonia (98,02% natuurlijk).



Bij ons
ANIEK
Hairstyling

Ook een gezond en modern kapsel?

Dat kan Bij ons Aniek!

Neem eens een kijkje op de online webshop: www.bijonsaniek.nl/winkel

‘WIJ KUNNEN HET VOOR JE MAKEN!’

Wie eenmaal de naam Ruzie&Ruzie heeft gehoord, zal deze waarschijnlijk niet snel meer vergeten. En ook de projecten van deze ambachtelijke interieurmakers laten een blijvende indruk achter. “Wij maken interieurs in de breedste zin van het woord”, aldus eigenaar Ton Schuurmans. “Geen uitdaging is ons hierbij te gek.”

Ton wordt meteen enthousiast als hij het over zijn werk heeft. “Nou ja, werk, het voelt voor mij eigenlijk nog steeds als een hobby. Dat maakt dat ik ook geen dag met tegenzin aan de slag ga.” Diezelfde passie voor het werken met hout en staal komt tot uiting in alle projecten van Ruzie&Ruzie. “We gaan net zolang door tot de klant volledig tevreden is, want pas dan zijn ook wijzelf tevreden.”

Vader & zoon

Sinds enige tijd wordt Ton in zijn werk bijgestaan door zijn zoon die bij hem in dienst is getreden. “Die heeft het vak hier in de praktijk geleerd. Ik vind het niet alleen mooi om zo met mijn zoon samen te kunnen werken, de snelle ontwikkeling in het vakgebied die hij

doormaakt is ook heel bijzonder om te zien.” De passie voor het creëren zit dus duidelijk in de familie.

Maatwerk

Of je nu bij Ruzie&Ruzie aanklopt voor het laten maken van een tafel op maat of voor het realiseren van een compleet interieur, iedereen is welkom. “Die afwisseling maakt het werk juist zo leuk. Geen dag is hier hetzelfde. De enige overeenkomst is dat we altijd bezig zijn met maatwerk, afgestemd op de wensen van de klant. Afmetingen hoeven dus absoluut niet standaard te zijn en ook de materiaalkeuze bepalen we in overleg. Wat dat betreft gaan wij elke uitdaging aan. Nee zullen wij dan ook nooit verkopen. Heb jij dus ook iets nodig voor je interieur? Denk dan aan ons. Wij maken het graag!”

**RUZIE
RUZIE**
DE INTERIEURMAKERS

Eigenaar: Ton Schuurmans | Nijverheidsweg 6, Oosterwijk | 06-11750768

WWW.RUZIEENRUZIE.NL



‘ALLES WAT WIJ MAKEN IS MAATWERK’



Een onvergetelijk feest dankzij Typisch Joris Events!

De 26-jarige Joris van Dodewaard startte in 2015 met het opleuken van feestjes als clown. Langzaam maar zeker groeide zijn initiatief uit tot een volwaardig entertainmentbedrijf. "Ik vind het tof om bij mensen een lach op het gezicht te toveren."

Typisch Joris Events is te boeken als ballonartiest voor feesten en evenementen. "Mensen kunnen kiezen uit verschillende typetjes", vertelt Joris. "Ik maak ter plekke de mooiste ballonfiguren en laat daarbij mijn creativiteit helemaal de vrije loop." Het is tevens mogelijk om unieke ballondecoraties op maat te laten maken, bijvoorbeeld voor een bruiloft, verjaardag, bedrijfsopening of andere speciale gelegenheid. "Om het milieu niet te belasten, maak ik gebruik van 100% biologisch afbreekbare latex ballonnen en zorg ik er voor dat achteraf alles netjes wordt opgeruimd."



Typisch Joris Events | 06-39816673 | typischjorisevents@outlook.com | www.typischjorisevents.nl

**ALS MIJN KLANTEN BLIJ ZIJN,
DAN HEB IK MIJN DOEL BEREIKT**

Veiligheid staat voorop

"Ik verhuur ook springkussens, met of zonder glijbaan. Momenteel hebben we een Multiplay Piraat springkussen, een Sea World springkussen en een standaard springkussen (zoals een Circustent). Veiligheid staat voorop, dus al onze springkussens zijn gecertificeerd volgens de NEN-norm." Ook voor Abraham & Sarah poppen en een geboorte baby kun je terecht bij Typisch Joris Events, evenals voor spellen als een opblaasbaar dartboard en een XL mikado. Deze maken jouw feest ongetwijfeld tot een groot succes!



DAGJE UIT NATIONALE TULPENDAG



Op zaterdag 16 januari is het alweer tijd voor de tiende Nationale Tulpendag. Deze dag markeert de start van het (snij)tulpenseizoen. In verband met corona kan de Nationale Tulpendag dit jaar helaas niet gevierd worden met een tulpenpluktuin op de Dam in Amsterdam, maar desondanks wordt de dag wel feestelijk ingeluid met als thema: 'Let's Connect!'. Hoewel verbinding tussen mensen nu moeilijk is, verlangen we meer dan ooit naar contact. Juist de tulp kan deze connectie maken, want ze staat symbool voor hoop en positiviteit. Dus laten we aan elkaar denken en tulpen schenken. Ze zijn vanaf Nationale Tulpendag weer overal te koop. **Kijk voor meer info op www.tulpentijd.nl.**

FILMPJE KIJKEN DE VEROORDELING

Televisiejournalist Bas Haan creëert zijn eigen monster wanneer hij in zijn onderzoek naar de Deventer moordzaak steeds meer in het kamp wordt gezogen van degenen die 'de klusjesman' van moord beschuldigen. Een mediahete is het gevolg, waardoor het leven van 'de klusjesman' en zijn vrouw verandert in een ware nachtmerrie. Onthutst door deze 'trial by media' besluit Bas de complotten te bestrijden met de feiten. Tot zijn frustratie blijkt de beeldvorming sterker dan de werkelijkheid. Is er iemand ten onrechte veroordeeld of is er sprake van een onschuldig slachtoffer?

DE VEROORDELING is vanaf 21 januari te zien in de bioscoop.



BOEKJE LEZEN DE FAMILIE WACHTMAN



De carrière van Philip Wachtman zit in een dip. Zijn promotieonderzoek over de anonimiteit van spermadonors is overbodig geworden en hij dreigt gepasseerd te worden voor een benoeming tot hoogleraar. Hoe anders vergaat het zijn succesvolle vriendin Freya. Maar er is een groot gemis. Freya is op haar negenendertigste nog kinderloos. Philip weet dat hij niet de oorzaak kan zijn. Hij heeft naar schatting 411 nakomelingen... Door een uitspraak van de rechter dreigt Philip zijn geheim prijs te moeten geven. Achtervolgd door zijn verleden en door een studente die zegt dat ze zijn dochter is, moet hij op zoek naar zichzelf.

DE FAMILIE WACHTMAN van Christiaan Alberdingk Thijm is vanaf 21 januari verkrijgbaar.

Elke dag een nieuwe belevenis?

Dat kan bij de kleinschalig kinderdagverblijf Villa XXS



Ben je op zoek?

Bel voor meer informatie of een afspraak.

XXS kleinschalige kinderopvang

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



Kelly & Nicole

Wil jij nu echt een keer definitief van die overvollige kilo's af?

Kelly en Nicole werken met het wetenschappelijk onderbouwde PowerSlim afslankprogramma. Geen shakes, geen honger gevoel en geen jojo-effect. Onder begeleiding van een van deze voedingsdeskundigen leer je een gezond eetpatroon aan dat je ook op de lange termijn vol kunt houden.

Wil je ook graag starten met het PowerSlim voedingsprogramma?

Dan nodigen wij je graag eerst uit voor een adviesgesprek. Hierin leggen we je persoonlijk uit hoe ons programma werkt.



Body Slim | 06-20103399

Oostwijk 1b, Uden
uden@body-slim.nl
www.body-slim.nl

SUCCESVERHAAL

Wil jij ook succesvol afvallen? Sport en dieet jij je ook een ongeluk, maar gaan de kilo's er maar niet blijvend vanaf? Kies nu voor ons programma in combinatie met ons keto-dieetpakket, waarin je zelf kiest hoe je begeleid wilt worden. Kom je naar onze praktijk of ga je liever voor onze online of telefonische begeleiding?

5 tot 9 kilo afvallen in 4 weken?

Maak nu kennis met ons startpakket! Deze is perfect als je wil starten met het ketodieet, maar niet zo goed weet welke producten je nodig hebt. Dit pakket bevat alle ketoprodukten die je nodig hebt voor een week diëten. Het vernieuwde PowerSlim starterspakket met daarin 7 dagdoosjes. Daarnaast bevat het starterspakket het kookboek waar je enorm veel ideeën uithaalt en heb je voor een maand de vitamine- en mineralen supplementen. Het pakket

geeft je een beeld van veel producten die er zijn. Op deze manier kom je erachter welke je lekker vindt en welke niet zodat je daarna gericht kan bestellen. Op vertoon van deze advertentie geven we je in de maanden december en januari 20% korting op het startpakket ter waarde van € 159,00. Je betaalt dan slechts €127,20 inclusief het voedingsconsult.

Wie zien je snel!





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

Houd 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 van In Focus Fotografie een basis cursus fotografie geschreven. De kernbegrippen van al onze cursussen en workshops zijn: leren door te doen, kleine groepen en persoonlijke aandacht.

"Na een basis cursus kun je echt al veel meer uit je toestel halen!" zegt Maaïke enthousiast. Tijdens de basis cursus 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 praktijk oefeningen, die je onder begeleiding uitvoert in de fotostudio, 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
info@infocusfotografie.nl | www.infocusfotografie.nl

je kind leren vertrouwen

TIP!
Maak online
een afspraak!

Veel kinderen zijn vaak overgevoelig en kwetsbaar. Om een kind weerbaar te maken en meer zelfvertrouwen te laten ontwikkelen is massage met speciaal afgestemde kruiden zeer heilzaam. Het kind leert vertrouwen te krijgen en daar waar nodig probleempjes te uiten.

Doordat een kind zo dicht bij de natuur staat, reageert het bijzonder goed op deze kruiden. De kruiden hebben een aardende werking en dat is heel belangrijk, omdat het energieniveau van kinderen vaak erg hoog is.

Deze massage brengt ze weer terug bij hun natuurlijke basis. De kruiden zijn weerstand verhogend. Bij kinderen die veel last hebben van luchtweginfectie, verkoudheid en verstopte neuzen kunnen de kruiden zeer verlichtend werken. Tevens werken ze ontspannend waardoor kinderen beter gaan slapen.

UITWERKING

De uitwerking van deze massage kan zich uiten in: kinderen worden rustig, ontspannen en slapen beter. Ze krijgen meer zelfvertrouwen, de weerstand verhoogt en en het bevordert het zelfgenezend vermogen.

Ook ouders kunnen leren het kind te masseren. Het blijkt dat tijdens het masseren zowel bij de ouder als bij het kind een hormoon vrijkomt: oxytocine. Dit hormoon geeft een gevoel van geborgenheid waardoor er ruimte ontstaat voor een band van hechting. De Skin Oil (energetisch voor liefde en zachtheid) van Natural Upgrade is uitermate geschikt om hiervoor te gebruiken. Deze is verkrijgbaar in mijn praktijk.

www.lentemare.nl/reserveren.
Of bel voor meer informatie : 06-81 66 75 18.

Judith van Lent

Lente Mare Massage | Abraham Kuijperstraat 7, Oss | 06 - 81667518 | lentemare@icloud.com | www.lentemare.nl





Sneeuw wit

In december was alles nog 'glitter and glamour', het jaar 2021 beginnen we met een pure, frisse, witte start. Met producten die ons door deze koude wintermaand heen helpen.

1. SMOOTH ME NOW ANTI-FRIZZ SHAMPOO van ELEVEN, € 16,99 www.elevenaustralia.nl

2. Kaviar Gauche Highlighter van Catrice, € 5,99 www.catrice.eu

3. Liquid Gold Midnight Reboot Serum van Alpha-H, € 79,95 www.alpha-h.nl

4. Georganic Goat Milk Brightening Cream, € 47,- www.laboratory-K.com 5. Twinkle in time van essie, € 9,99 www.essie.nl

6. Moisturizing & Sanitizing Hand Cream van Mani, € 29,- www.skins.nl

7. Mutiny Lipbalsem van Medik8, € 34,95 www.medik8.nl

8. Body Butter van La Mysore, € 23,- www.lamysorecosmetics.com

9. Collagen Intravital Plus Nutritional Supplement van QMS, € 79,- www.qcosmetics.nl

10. Flowerbomb Dew van Viktor & Rolf, vanaf € 71,- www.iciparisxl.nl

11. Pure Blossom Micellar Cleansing Water van Team Dr. Joseph, € 28,- www.carecosmetics.nl

12. Lazy Sunday Morning van Maison Margiela, vanaf € 51,- www.debijenkorf.nl

13. Repairing & Youth Hand Balm van Guerlain, € 52,- www.guerlain.nl

Januari geeft je de ruimte

Ram 21-03/20-04

Dankzij je ambitieuze karakter zal je moeilijkheden overwinnen en er kostbare ervaringen bij krijgen.

Stier 21-04/20-05

Je hebt sterk de behoefte om je huis op te knappen. Begin niet halsoverkop, maar bereid je goed voor.

Tweelingen 21-05/20-06

Januari zal een geschikte maand zijn om belangrijke beslissingen te nemen.

Kreeft 21-06/22-07

Het gezin geniet van rust en harmonie. Maak hier gebruik van en wees niet bang voor het aansnijden van serieuze onderwerpen.

Leeuw 23-07/22-08

Januari zal hectisch beginnen. Voor wat betreft je carrière zul je dit jaar succesvol zijn dankzij jouw ambitieuze natuur.

Maagd 23-08/22-09

Je praktische aard helpt je om de problemen te overwinnen en wensen te bereiken.

Weegschaal 23-09/22-10

Door je hoge werktempo heb je geen tijd voor je liefste. Alles kan echter rustig worden opgelost.

Schorpioen 23-10/22-11

Je mag de lat hoog leggen, maar probeer wel rekening te houden met de beschikbare tijd.

Boogschutter 23-11/21-12

Er zijn enkele interessante nieuwe opdrachten op het werk, maar jij bent natuurlijk niet de enige die daarop aast.

Steenbok 22-12/20-01

Wees niet onverschillig en help mensen in nood. Wanneer je je down voelt, zullen ze je zeker terugbetalen.

Waterman 21-01/19-02

Op het werk ontstaat een onverwachte situatie waar je geen invloed op hebt. Zoek naar een passende oplossing.

Vissen 20-02/20-03

Alleen jij kent je conditie het beste. Laat niemand je dwingen. Je hoeft niet alles te controleren. Geef anderen ook de ruimte.

Wat is *detoxen*?

Heb je weinig energie en kun je wel wat hulp gebruiken bij het verliezen van die eerste (of juist laatste) kilo's na al die winterse feestmaaltijden? Dan is een detox de manier om je fitter en energiekeer te voelen en je lichaam weer in balans te brengen.



Een detoxkuur is een simpele manier om je lichaam te ontgiften. Dat wil zeggen: je ondersteunt je lijf bij het afbreken van ongewenste stoffen. Wil je leren hoe je je lichaam in een week kunt zuiveren van opgehoopte gifstoffen?

Als je gaat detoxen is het aan te raden je van tevoren goed in te lezen. Voor het geval je iets meer begeleiding wilt, kun je contact opnemen met een voedingspecialist om een detox voedingsprogramma te volgen.

Je kunt er echter ook voor kiezen om geleidelijk te detoxen. Dit houdt in dat je je voedingspatroon stapsgewijs zo verandert dat je voornamelijk zuiverende voeding eet en dus stopt met het toevoegen van gifstoffen.

Water helpt je lichaam bij het afvoeren van gifstoffen. Drink de hele dag door regelmatig water en vul dit aan met groene thee en (zuiverende) kruidenthee.

Vezels helpen je darmen als het ware 'schoon te poetsen'. Kies vooral voor vezels die te vinden zijn in groenten en voeg vezels toe aan je dagelijkse voeding en in je smoothies in de vorm van lijnzaad en chiazaad.

Heb je begeleiding nodig? Op www.nederlandbruist.nl vind je vast een voedingspecialist die jou kan helpen.



★★★★★ Schoenmakerij

John Moes repareert als sinds zijn 17e schoenen en sinds 1998 zit hij met eigen schoenmakerij in Oss.



Heuvel 20K, Oss | 0412-643062



Antoine, eigenaar Autotaalglas Oss

#ruitspecialist
#autotaalglas
#gelukkignieuwjaar
#Oss #reparatie
#service #2021



“Sterretje? Barst?
Ook in 2021 staan wij weer voor je
klaar met een glimlach!”

Autotaalglas Oss | Parallelweg 7a | 5349 AD Oss | 0412-651600



VERZORGENDE HAARMASKERS

SEFA'S/CADEAUTIPS

Al meer dan twintig jaar ervaring als groothandel in professionele haarproducten, waarbij service voor de klant centraal staat!

Snelle service voor al uw kappersbenodigheden!

Onze winkels

- Julianastraat 2, Uden
0413-288779
- Kruisstraat 46A, Oss
0412-484092
- Aabeestraat 11-13, Tilburg
013-8811276

14 januari 2021 Opening Tiel
Waterstraat 48, Tiel

Bekijk onze webshop op
SEFASHAIRCOMPANY.NL

info@sefashaircompany.nl
www.sefashaircompany.nl

Mooi en gezond haar vraagt aandacht, daarom is een haarmasker een must. Alle bekende merken hebben haarmaskers.

WELK MASKER VOOR WELKE HAARCONDITIE?

Droog en pluizend haar: Vocht inbrengend, meestal staat er Moister of Hydraterend in de omschrijving. Bijvoorbeeld MOISTERKICK TREATMENT van SCHWARTZKOPF of ARGAN MASK van TOTEX

Beschadigd haar: geblondeerd of gehighlight haar? Dan is een masker met proteïne of keratine perfect. Bijvoorbeeld TOTEX KERATINE MASK of RICH REPAIR van GOLDWELL

Gekleurd haar: Elk merk heeft ook voor gekleurd haar maskers, zodat de kleur lang houdbaar en stralend blijft.

HOE GEBRUIKEN JE EEN MASKER?

1. Met shampoo wassen en handdoek droog maken.
2. Een royale hoeveelheid masker over het haar verdelen en in het haar masseren. Bij een vette hoofdhuid zo min mogelijk de hoofdhuid raken, bij een droge hoofdhuid mag ook de hoofdhuid worden gemasseerd.
4. 10-15 minuten inwerken
5. Hierna GRONDIG UITSPOELEN, anders wordt het haar slap.

Bij ons vind je de juiste producten



Vrijgezel Egon stelt zich voor

BRUISENDE/VRIJGEZEL

Iedereen is op zoek naar de liefde. In december 2020 zijn we van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze Bruisende Vrijgezellen. In januari hebben we speciale aandacht voor: Egon Brakké.



'STA STERK IN HET LEVEN,
MAAR VERLIES NOOIT HET
KIND IN JEZELF'



*Jij reageert
toch ook?*

LENGTE
183 CM

OGEN
BRUIN

LEEFTIJD
28 JAAR



Om te beginnen wil ik tante Lea en ooms Marcel en Rogier bedanken dat ik in dit prachtige blad mag komen. En dat ze mij steunen in de zoektocht naar de ware liefde.

Dit sluit perfect aan bij wat ik heel belangrijk vind in het leven, namelijk familie. Gezellig samen eten, feesten en herinneringen maken. Maar natuurlijk ook elkaar steunen in mindere tijden. Ik ben op zoek naar een vrouw met een soortgelijke visie. Ik zoek een dame die sportaan maar op de juiste momenten ook serieus is. Samen leuke dingen ondernemen zoals familiebezoek of lekker samen thuis voor de buis. Qua uiterlijk heb ik geen bepaald type voor ogen. Ik hecht namelijk vooral waarde aan de persoonlijkheid en het innerlijk.

Wie ben ik?

Ik ben Egon Ronaldo Brakké. Ik ben 28 jaar oud met een lengte van 183 cm. Ik ben zelfstandig ondernemer en run een speciaalzaak in groente en fruit. Behalve verse groente en fruit verkoop ik ook veel maaltijden en rauwkost-salades. Ik ben een Indo en deze mengelmoes zie je terug

In mijn winkel. Daar verkoop ik heerlijke ambachtelijke stamppotten en Indische maaltijden. Dus je krijgt met mij het beste van twee werelden. Naast mijn werk ga ik graag naar de fitness en sta ik achter de draaitafel op feesten en partijen. Eten en vooral Indisch eten beschouw ik ook als één van mijn hobby's. Maar ja... zoals Ricky Risolles zegt: "Je lichaam is een tempel, dus je moet veel offeren." Men beschrijft mij als een betrouwbare, zorgzame en spontane jongen die graag op stap gaat. Hier sluit ik mij volledig bij aan. Omdat ik graag voor anderen zorg, sociaal ben en geniet van het leven.

Egon zoekt

*de liefde van
zijn leven!*

*Kortom: van plaatjes draaien
tot satoetjes draaien.*



Wil jij ook in deze rubriek op zoek naar jouw grote liefde?
Mail dan naar contact@nederlandbruist.nl en je komt geheel kosteloos in Bruist.

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar egonbrakke@live.com
Facebook: www.facebook.com/egon.brakke

Griekse *aardappelstoof* met sperziebonen

Na de waarschijnlijk overvloedige decembermaand wil je deze maand graag iets makkelijkis eten. Probeer dan dit heerlijke eenpansgerecht van aardappels en sperziebonen in tomatensaus met een snuf kaneel en oregano. Snel op tafel, vegetarisch, glutenvrij en heel gezond.

3 à 4 PERSONEN - 40 MIN

INGREDIËNTEN

500 gr sperziebonen
600 tot 700 gr aardappel of grote krieltjes (vastkokend)
1 rode ui
2 tenen knoflook
olie om in te bakken
1/2 theelepel kaneel
1 theelepel paprikapoeder
snuf oregano
500 ml tomatensaus (gezeefde tomaten)
1/2 theelepel suiker
snuf peper en zout
handje walnoten
100 gr feta
peterselie

BEREIDING

Verwijder de uiteinden van de sperziebonen en kook ze circa twaalf minuten in een pan met water. Snijd de aardappels in gelijke, grote stukken of gebruik grote krieltjes en kook deze ook ongeveer twaalf minuten. Laat de sperziebonen en aardappels uitlekken.

Snipper de ui en knoflook en fruit ze in een grote (wok)pan in een beetje olie. Voeg de aardappels, kaneel, paprikapoeder en oregano toe. Bak dit een paar minuutjes en voeg dan de sperziebonen en tomatensaus toe. Voeg de suiker toe en breng op smaak met peper en zout.

Laat de Griekse aardappelschotel nog circa 15 minuten zachtjes stoven. Verdeel de walnoten, feta en peterselie erover voor het serveren. Lekker met wat pitabrood.

TIP: dit recept is vegetarisch, maar je kunt er ook stukjes (vega)kip aan toevoegen na het bakken van de ui en knoflook. Je kunt ook de aardappels en sperziebonen niet voorkoken, maar laten garen in de saus. Houd dan een stooftijd van circa 45 minuten aan.

PUZZELPAGINA



Januari is de maand waarin we rustig thuis genieten van de fijne dingen in het leven. Van elkaar, van een goed boek en van dit bruisende magazine. Nestel jezelf lekker op de bank en blader (online) door deze editie van Bruist en puzzel mee voor mooie prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-1-6**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

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

Maak kans op dit

boek van Lisa Staal



Een feest van herkenning! De mannen van Staal lees je in een ruk uit! Gedurende haar reis, zoekende naar liefde en geluk, ontpopte Lisa zich tot een sterke, liefdevolle, onafhankelijke vrouw die anderen de weg wijst naar een gelukkig (liefdes)leven!

d+🐶-ge 📖

l+🔪 m=e j+🔍-i

🍺-er+n+👤 y=n

👤 y=e 🧑 s=g

u+🐶-ge

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

Maak kans op een

SodaStream bruiswater toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

sodastream



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

bubbels	koolzuur
bruist	smaakje
water	gemak
duurzaam	gas

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 februari de oplossing in op onze site: www.demaashorstbruist.nl



FORD KUGA PLUG-IN HYBRID



www.vanmosse.nl/ford



Altijd en overal verbonden met FordPass Connect

Van Mossel