

BRUIST



*Laat de
lentekriebels
maar komen!*

Ze geven je lichaam
een energieboost

Lenette van Dongen

‘Iedereen was laaiend
enthousiast!’

MIX & MATCH

Mijn Thuis heeft een uitgebreide collectie badkamermeubelen in diverse stijlen en prijsklassen. Met de collectie van Mijn Thuis heb je alle mogelijkheden om een badkamer samen te stellen binnen jouw budget en smaak.

Onze showroom is een smaakvolle omgeving waarin de eigentijdse badkamers en onze tegelshowroom mooi tot hun recht komen.

Zeker in de tegels is het overzichtelijk en heerlijk rondneuzen in het ruime assortiment, variërend van mooie mozaïeken tot grote trendy beton- of houtlook tegels. En direct te combineren met de badkamerproducten die je hebt uitgezocht.

Mixen en matchen dus en daar bieden wij als sanitairspecialist alle gelegenheid voor.

Kijk voor openingstijden en het maken van een afspraak op onze website:
www.mijnthuis.nl/jacklijn/contact
of scan de QR-code



Mijn Thuis **BOUW PARTNER** **JAC KLIJN BOUWMATERIALEN**

Mijn Thuis BouwPartner Jac Klijn

Amerikastraat 18
5171 PL Kaatsheuvel

0416-280055
info@jac-klijn.nl

FONGERS

VALUE
FOR
MONEY

Fongers E-Folding N3 324 Wh
~~€ 1.599,-~~ nu **€ 1079,-**



Fongers Premium N8 522 Wh
~~€ 1.899,-~~ nu **€ 1199,-**



Fongers Basic Plus N3 522 Wh
~~€ 1.699,-~~ nu **€ 1099,-**



Fongers Superior 522 Wh
~~€ 2.899,-~~ nu **€ 1999,-**



Fongers Livorno men 522 Wh
~~€ 2.699,-~~ nu **€ 1699,-**



Fongers E-Transporter 522 Wh
~~€ 1.799,-~~ nu **€ 1199,-**



matrabike
AL 25 JAAR DE VOORDELIGSTE IN FIETSPLEZIER!

Alle fietsen worden **gratis**
en **direct rijklaar** afgeleverd

Matrabike lanceert 'nieuw' fietsmerk F O N G E R S

Het Groningse fietsenmerk Fongers uit 1884 is opnieuw gelanceerd in de Benelux. Dit dankzij Matrabike die de merknaam graag overnam om in 2020 weer een eigen e-bike-lijn op de markt te brengen. "Mede vanwege de rijke geschiedenis", vertelt directeur Theo Mank. "Fongers is de oudste fietsenfabrikant van Nederland en bestaat al sinds 1884, alle reden om dit mooie merk nieuw leven in te blazen. En tevens heel betaalbaar!"



8



20



24



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist – Ramon Heeren
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Maaïke van Helmond
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Andress
EINDREDACTIE Astrid Berkhout

Like ons op Facebook.com/delangstraatbruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl of bel Marcel Bossers 06-34590975 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. De Langstraat 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.**



win

74



28

Inhoud

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



Foto: Ron Eskens soopictures.nl

Heb je dat ook weleens, het gevoel dat de tijd vliegt? We zitten alweer in april. De eerste maanden van dit jaar lijken voorbij te zijn gevlogen. We kijken ernaar uit om te genieten van de eerste zonnestrallen die de lente inluiden en ons stiekem al doen verlangen naar de zomer. Het mooie weer is wat ons betreft meer dan welkom. Zo heerlijk als je alles langzaam weer in bloei ziet staan en het leven zich beetje bij beetje weer naar buiten verplaatst.

Bruisende lezer,

Voor deze nieuwste editie van Bruist hebben heel wat nieuwe én bekende ondernemers hun bruisende verhaal met ons gedeeld. Verhalen die ons blij maken en die hopelijk ook jou weten te inspireren. We moeten er immers met z'n allen samen het beste van zien te maken, want bij de pakken neer gaan zitten werkt alleen maar averechts.

Laten we dus kijken naar wat wél kan en mag en niet alleen naar het negatieve. Je zult zien dat het leven daar een stuk makkelijker en leuker van wordt. Elke dag is weer een nieuwe start en het leven is en blijft een feestje. Je moet alleen wel zelf de slingers ophangen!

Lea en Marcel Bossers

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Oosterhout Bruist en Reeshof Bruist.

GENIET VAN
HET ZONLICHT
OP JE HUID

De lentekriebels komen weer tevoorschijn

Zodra de eerste voorjaarszonnestrallen zich laten zien, komen ze tevoorschijn: de lentekriebels. We willen naar buiten, flirten meer, voelen ons vrolijker en zijn uitbundiger dan in de winter. Laat de lente nog meer in je leven met onze bruisende tips.

Geef je lichaam na de koude winter een energieboost. Ga in het voorjaar lekker naar buiten - als het even kan zonder jas - om te wandelen, fietsen of joggen. Adem die overheerlijke voorjaarslucht in en geniet van het zonlicht op je huid dat zorgt voor de aanmaak van vitamine D. Je kunt ook het voorjaar in huis halen. Zet na het opstaan je ramen wijd open en laat de lentegeur je huis verfrissen. Zet voorjaarsbloemen neer en je ruikt en voelt de frisheid.

Begin elke dag met beweging

Doe tien minuten rek- en strekoefeningen of ga touwtjespringen. Je activeert je bloedsomloop en je lichaam maakt endorfine aan. Dit hormoon maakt je niet alleen blijer, maar geeft je ook de energie om jouw dag fit te beginnen.

Drink voldoende water

Drink meteen bij het opstaan je eerste glas water. Doe je lichaam een groot plezier en laat dat kopje koffie nog even staan. Leer jezelf aan om verspreid over de

dag voldoende water te drinken. Krijg je dagelijks zo'n anderhalf tot twee liter water binnen? Dan heb je genoeg energie om heel de dag actief te zijn.

Sla nooit je ontbijt over

Het brengt je spijsvertering op gang en geeft je lichaam de brandstoffen om goed te functioneren. Een goed ontbijt zorgt voor een betere concentratie, een opgewekt humeur en je hebt geen behoefte aan calorierijke tussendoortjes om je dip halverwege de ochtend te verhelpen.

Vers, gevarieerd en gezond eten is het hele jaar belangrijk. In het voorjaar zijn we na de winterse kost toe aan overheerlijke lentegroenten en voorjaarsfruit. Zo kun je weer volop genieten van asperges, broccoli, rabarber, tomaten, aardbeien, waterkers, sla en paprika. Deze seizoensproducten zitten boordevol vitamines en mineralen die ervoor zorgen dat je je gezonder en fitter voelt. Dus, zet het voorjaar op je menu en ga energie de lente in!

Heb je behoefte aan een energieboost? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die overheerlijke seizoensproducten in hun assortiment hebben.



Decoratieve wandpanelen voor ieder interieur

Nieuw in ons assortiment: het akoestische paneel dat door iedereen kan worden gebruikt om op verschillende wijze een elegante lattenwand of -plafond in huis te creëren.

Een klasse A-product, verkrijgbaar in verschillende kleurmogelijkheden. Het is geluidsabsorberend, elimineert galm en dempt geluid aanzienlijk.



DUURZAAM MATERIAAL

We maken alleen gebruik van duurzaam hout. Het zwarte akoestische vilt is gemaakt van gerecycled plastic. De latten zijn gemaakt van finer in eik op houtvezelplaten van gemiddelde dichtheid.

MAKKELIJK EN SNEL TE MONTEREN

De panelen worden geleverd in modules van 2400 x 600 x 22 mm, waardoor het monteren supereenvoudig is.



WAAN JE EVEN IN DE TROPEN

De Amazonia geurkaars - bergamot, groene thee, atlasceder - heeft een mondgeblazen opalineglas met turquoise, blauwe en bruine glazen confetti. De Mayumbe geurkaars - kaneelhout, zwarte peper, galbanum - is door glaswerkers gemaakt, bezaaid met kleuren variërend van eendblauw tot saffraangeel. Elk glas is uniek omdat de kleur op een willekeurige manier in het glas is ingebracht, ter herinnering aan de levendige kleuren van het oerwoud dat het belichaamt.

Onder andere te koop bij www.meijswonen.com.



win

LEZERSACTIE

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

Deze stevige rugzak van duurzaam materiaal heeft een ritsvak aan de voorkant en stabiele draaghengsels. Ideaal om al jouw spullen veilig in mee te nemen.



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.

Lente, fijn dat je er bent!

MET SMAAK GENIETEN

De rosé mag weer koud gelegd worden, want die is ook gewoon lekker op jouw eigen terras. Deze rosé met iets meer smaak en kruidigheid maakt ieder voorjaarsdiner compleet. De Estate Blush laat zich omschrijven als droog, fris en fruitig. Prijs: € 8,50. Bestellen of meer informatie via www.wijnwinkellenord.nl.

**BRUIN ZONDER ZON**

Hawaiian Tropic heeft een nieuwe sunless tan range gelanceerd in Nederland en België. De tan milk smeert als een bodylotion en dankzij de heerlijke tropische geur onderscheidt deze zelfbruiner zich van andere zelfbruiners. Smeer dagelijks voor een natuurlijke en gezonde glow. Perfect om dat zomerse gevoel al in huis te halen. www.hawaiiantropic.com.

MET HET HELE SPUL OP STAP

De Makki Load van Gazelle is een bakfiets waar jij én je kinderen elke keer weer met veel plezier gebruik van maken. De Maxi Cosi adapter en de adapter voor een kinderzitje zorgen ervoor dat het hele spul mee kan. En met de regenhuif en de afdekhoes is de fiets beschermd tegen alle weersomstandigheden. www.gazelle.nl.

**LEZERSACTIE**

Maak kans op deze zachte plaid.

Geniet buiten van de eerste zonnestralen en houd jezelf warm met deze heerlijke plaid. En 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.

**PROEF DE ZON**

Zonder kunstmatige kleur- of smaakstoffen maakt Pinkyrose het verschil tussen een gewoon drankje en een superieure limonade of cocktail. Drink Pinkyrose Spiced Lemon & Rose of Floral Ginger & Orange direct gekoeld uit het blikje of serveer het in een mooi glas met ijsblokjes. www.pinkyrose.nl.

VOOR JOUW COMPLETE THEATERUITJE

Theater.nl en Bruist slaan de handen ineen!

Bruist vermeldt elke maand de leukste evenementen uit jouw regio in het glossy magazine. Reden genoeg om vanaf nu samen te werken met Theater.nl, het grootste theaterplatform van Nederland en het Belgische grensgebied. Zo blijf je perfect op de hoogte van het brede cultuuraanbod en maak je als echte theaterliefhebber kans op mooie prijzen!

 **Theater.nl**
DE WERELD VAN THEATER

Wil jij kans maken op mooie prijzen? Registreer je dan via theater.nl/bruist en wie weet ben jij één van de gelukkigen!

COMPLEET THEATERUITJE

Theater.nl houdt je dagelijks op de hoogte van het laatste theaternieuws, recensies en natuurlijk de mooiste theatervoorstellingen die je direct kunt reserveren via de website. Daarnaast kun je bij ons terecht voor een compleet theateruitje. Wat denk je van een etentje voor- of achteraf? Maak gemakkelijk via onze website een keuze uit de beste restaurants in de buurt van het theater, of boek zelfs een overnachting in de stad. Dankzij Theater.nl ligt een compleet dagje uit binnen handbereik!

MAAK KANS OP MOOIE PRIJZEN

Geniet elke maand in Bruist van een exclusief interview van Theater.nl met een bekende Nederlander of Vlaming. Maar dat is nog niet alles, want maandelijks geven we prachtige prijzen weg zoals voorstellingstickets of twee weken gratis streamen, want voor het bekijken van een theatervoorstelling hoef je tegenwoordig de deur niet meer uit.

Creatief spelen met licht en kleur

Jack onderscheidt zich onder andere door zijn vaardigheden en zijn productkennis.

“Ik ben geen kunstenaar, maar meer een technisch vakman. Ik kan negen van de tien keer precies maken wat de mensen willen.”

“Het is steeds weer een uitdaging om samen met de klant een praktische oplossing te vinden. Als mensen een eigen ontwerp hebben, kan ik aangeven wat er al dan niet mogelijk is en eventueel alternatieven aandragen. Is er kleine schade aan glas-in-lood, dan kan ik dit vaak ter plekke maken; eenvoudig en betaalbaar. Ik restaureer tevens veel glas in jaren dertig huizen. Het kan desgewenst in een modern jasje worden gegoten, maar ook in oude glorie worden hersteld.”

Samenwerking

Jack werkt samen met betrouwbare partners als glashandel Horvers om indien nodig het

glas in lood tussen isolerend dubbel glas te kunnen plaatsen of kozijnen aan te passen. “Alles wordt van a tot z geregeld.”

Fusing

“Het mooie aan glas-in-lood is dat je speelt met het licht. Door het versmelten van glas kan ik unieke cadeaus creëren, bijvoorbeeld schalen ter gelegenheid van jubilea.”

Vertrouw op de jarenlange ervaring van Jack Wolfs en informeer vrijblijvend wat hij voor u kan betekenen.



JACK WOLFS 
glas in lood-atelier

Belgiëstraat 6, Oosterwijk
06-51085095 | info@jackwolfsglasinlood.nl | www.jackwolfsglasinlood.nl

Bruisend van energie **de lente** in!

Net zoals mensen hebben goudvissen licht nodig om hun mooie kleurtje te krijgen en te behouden.

Met **een plant** op je bureau kun jij je 10% beter concentreren. En het is gewoon gezellig natuurlijk.

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

Zing! Vrolijke muziek zorgt voor ontspanning en zingen kan je helpen om je bruisender te voelen.

Eenzaamheid is schadelijker voor je **gezondheid** dan roken.

Doe iets waar je **heel blij** van wordt, zoals je moeder een lief berichtje sturen of een praatje maken met een grappige collega. Zo krijg je snel weer **nieuwe energie**.



Vaker tijd doorbrengen in de natuur heeft een positief effect op je lichamelijke én geestelijke gezondheid, zeker in de lente!



Neem eens een kijkje op de volledig vernieuwde website!

Expert in nagelstyling!

Natascha mag zich met recht een expert noemen als het om nagelstyling gaat. Ooit zelf begonnen als nagelstyliste verzorgt ze inmiddels al weer heel wat jaren lessen en workshops om anderen het vak te leren. Die perfectie wil ze graag doorgeven om mensen met dezelfde passie voor nagels het vak écht goed te leren.

Natascha streeft altijd naar het hoogst haalbare. "Naast de lessen en workshops die ik verzorg, heb ik een online groothandel in nagelproducten en werk ik zelf nog regelmatig als nagelstyliste. Ik ben weliswaar niet de goedkoopste, maar als ik de mensen uitleg waarom mijn tarieven wat hoger zijn, snappen ze het meteen. Aan kwaliteit hangt nu eenmaal een prijskaartje.

Ik neem echt uitgebreid de tijd voor al mijn klanten, zodat ze in veel gevallen ook langer plezier hebben van het eindresultaat dan wanneer ze kiezen voor 'goedkoop'."

Wil jij ook mooi verzorgde nagels of misschien wel zelf het vak leren? Neem dan eens een kijkje op onze volledig vernieuwde website.



Designer Nails is distributeur van INK London. Kennismaken met deze producten? Neem vrijblijvend contact met ons op.

45% korting

op alle producten van **SuperNail** **pearl NAILS** **BCL**

Kijk op onze website voor het assortiment

op = op



www.designernails.nl

Natascha van Gorkom
Wilhelminastraat 51, Drunen

Samen naar een blijvende gezonde leefstijl



“Bij Below werken we niet alleen met jaarabbonnementen, maar ook met maandabbonnementen zodat je niet meteen voor langere tijd ergens aan vastzit als je dat niet wilt.”

“Fitness leuk? Daar denken veel mensen anders over”, lacht Melvin Slaats, eigenaar van Fitnesscentrum Below in Waalwijk. “Wij pakken het echter anders aan dan veel andere fitnesscentra en helpen onze leden om het sporten tot een leuk onderdeel van hun leven te maken.”

“Voor sommige mensen is de drempel gevoelsmatig hoog om een sportschool binnen te stappen”, begint Melvin zijn enthousiaste verhaal. “Wij nemen die drempel weg en richten ons heel bewust met name op de van nature ‘niet-sporters’. Bij ons hoef je dan ook geen bodybuilders te verwachten. De nadruk ligt vooral op vitaliteit en pijnvrij bewegen. Bij ons train je in kleine groepen – van maximaal veertien personen – op laagdrempelige wijze. Altijd op je eigen niveau en onder deskundige begeleiding.”

Gewenning

Zomaar even binnenlopen om te komen sporten kan bij Below dan ook niet. “Dat is heel bewust om die kleinschaligheid te kunnen blijven garanderen. Onze meeste leden trainen op vaste dagen en vaste tijden waardoor ze ook echt een

gezellig ‘clubje’ vormen met de rest die op diezelfde momenten traint. Deze vaste momenten zorgen er bovendien voor dat het sporten een gewenning wordt waardoor je minder snel geneigd bent om af te haken en het sporten dus langer volhoudt.”

Aanbod

Bij Below kun je terecht voor fitness, personal training en diverse groepslessen zoals spinning, bootcamp, yoga en balance. “We bieden voor iedereen dus wel wat wils en dat, zoals gezegd, altijd onder deskundige begeleiding. Daarnaast ben je bij ons ook aan het juiste adres voor een stukje leefstijlbegeleiding om je net nog wat meer te helpen je doelen te bereiken. Op die manier hopen wij zoveel mogelijk mensen te kunnen helpen richting een blijvende gezonde leefstijl.”



Elzenweg 33C, Waalwijk
0416-660007
Eigenaar: Melvin Slaats
www.belowfitness.nl

Advies nodig over uw kunstgebit?



Hertog Janstraat Waalwijk
0416-320452
info@tppzembowicz.nl
www.tppzembowicz.nl



- U heeft een loszittend kunstgebit en/of wilt een nieuw kunstgebit
- U wilt meer weten over de implantaatgedragen prothese (klikgebit)
- Reparaties klaar terwijl u wacht **(na telefonische afspraak)**
- Behandelingen op afspraak

“BEL VOOR GRATIS EN DESKUNDIG ADVIES”



DAGJE UIT GIETHOORN DE WIEDEN FIETSRUTE



Nederland staat niet voor niets bekend als fietsland. Veilige, comfortabele fietspaden, lekker vlak en je fietst zo van het ene landschap in het andere. Neem bijvoorbeeld de Giethoorn de Wieden fietsroute. Deze fietsroute vanuit Giethoorn voert dwars door Nationaal Park Wieden-Weerribben. Dit moerasgebied is ontstaan door turfwinning rond de dertiende eeuw. Het overgebleven land viel ten prooi aan overstromingen. Zo ontstonden de meren die je onderweg volop tegenkomt. Plassen die door vervening ontstaan zijn, noemt men hier 'wieden'. Naast Giethoorn rijd je ook langs Belt-Schutsloot, een pittoresk waterdorp. De plaatselijke bevolking leefde er jarenlang van turfwinning. Toen de turf op raakte, schakelden ze over op rietteelt. **Kijk voor meer informatie op www.nederlandfietsland.nl**

FILMPJE KIJKEN LET HIM GO

Na het tragische verlies van hun zoon verlaten de gepensioneerde sheriff George Blackledge en zijn vrouw Margaret hun ranch in Montana. Ze willen hun jonge kleinzoon redden uit de klauwen van een zeer gevaarlijke criminele familie, geleid door matriarch Blanche Weboy. Als ze ontdekken dat de Weboys niet van plan zijn het kind te laten gaan, hebben George en Margaret geen andere keus dan te vechten voor hun gezin tot het bittere einde. Deze thriller en misdaadfilm is geregisseerd door Thomas Bezucha (bekend van de films Big Eden en Monte Carlo). **LET HIM GO is vanaf 2 april te zien op Pathé Thuis.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN VOGELEILAND



De opstandige Marianne haat haar ouders, school en de maatschappij. Ze loopt van huis weg en gaat met de oudere Berend op het onbewoonde Vogeleiland wonen. Ze leven een idyllisch leven totdat Marianne zwanger raakt en moet bevallen. Ze raakt in paniek en wil terug naar de bewoonde wereld. Berend realiseert zich dat hij in de cel zal belanden als hun verhaal naar buiten komt. Vanaf dat moment wordt Marianne zijn gevangene. Jaren later kampt Nicole, het zusje van Marianne, nog steeds met het trauma van haar verdwijning. Een schokkende gebeurtenis doet de hoop oplaaien dat haar zus nog leeft. **VOGELEILAND van Marion Pauw is vanaf 8 april verkrijgbaar.**

Skin Care

Ook voor jouw huidprobleem is er een oplossing

Onze huid is een kostbaar bezit. De huid beschermt ons tegen schadelijke invloeden zoals virussen, bacteriën, warmte, kou en uitdrogen. Bovendien laat de huid zien hoe het met ons gaat.

We zijn weer
OPEN!
Je bent van harte welkom.

Je huid verandert ook steeds. Naast erfelijke factoren, leefstijl en hormoonstommelingen, laat ook de tijd haar sporen na.

Na je dertigste begint het verouderingsproces. Je huid wordt langzaam minder elastisch en heeft meer aandacht nodig dan in je jeugdijaren. Ook staat je huid voortdurend bloot aan hormoonstommelingen, de maandelijkse cyclus, zwangerschap en overgang, met alle gevolgen voor de huidconditie.

Het is daarom belangrijk de huid een juiste verzorging te geven en in optimale conditie te houden. Je zou kunnen zeggen: je huid als visitekaartje.

Huidverbetering en het oplossen van huidproblemen

Door de huid in goede conditie te brengen, lossen we problemen op en vertragen we de gevolgen van het ouder worden.

Met kennis, ervaring en onze gedegen medische achtergrond laten we je huid er weer mooi, gezond en gaaf uitzien! We werken daarbij met de allernieuwste behandeltechnieken zoals geluid en laser.

Huidproblemen

- Huidveroudering / rimpels
- Couperose
- Rosacea
- Geïrriteerde rode huid
- Gevoelige droge huid
- Acne
- Pigmentatie / donkere kringen

Behandelingen

- Complete huidverzorgingsserie
- Huidverbeterende peelings
- Laser huidtherapie
- Deesse LED huidtherapie
- Ultrasoon huidbehandelingen
- Injectables
- Permanente make-up

**Jonishi**
Skin Care & More

WELKOM

Een warm welkom voor nieuwe klanten om alle stress los te laten en uw huid in goede conditie te brengen.



Voor uw veiligheid hebben we al het mogelijke gedaan. We werken met een speciaal behandel scherm en volgen alle regels van RIVM op, zodat u kunt genieten van de behandeling.

Kennismakingsbehandeling voor een sterk gereduceerd tarief

Normaal ~~€ 79,-~~ Nu **€ 49,-**

Behandelingen:

- Huidanalyse & persoonlijk huidadvies
- Reiniging
- Peeling/ Lysing
- Verwijdering onzuiverheden
- Epileren wenkbrauwen
- Massage gelaat
- Masker/ verzorging
- Afsluiting met dag/ nachtverzorging

Alle producten worden afgestemd op uw persoonlijke huidtype.

Bel voor een afspraak, onze specialiste neemt graag de tijd voor u

ANBOS



TUINTREND

WAALWIJK

Mooie, comfortabele en betaalbare tuinmeubelen. Een kleurrijke collectie met oog voor detail. Designmeubelen voor ieder budget. Kom naar onze mooie showroom en laat u informeren en inspireren!



SHOWROOM WAALWIJK
TUINTREND
Prof. Lorentzweg 18,
5144NP Waalwijk
The Netherlands

 @tuintrendwaalwijk
 @tuintrendwaalwijk
www.tuintrend.nl
+31733032999
sales@tuintrend.nl

Guino

OUTDOOR FURNITURE
BEACH
7

Lenette van Dongen: ‘Openheid is kracht’

De prijswinnende show Paradijskleier van cabaretière Lenette van Dongen is niet zomaar een cabaretshow. Het is een lofzang op het ouder worden, tevreden zijn met jezelf en afrekenen met negativiteit. “Een happening met humor en ontroering”, vertelt Van Dongen.

‘IK DENK DAT
IK WEL EEN
EINZELGÄNGER
WAS’

In 2019 kreeg Van Dongen de Poelifinario - de belangrijkste cabaretprijs van Nederland - voor haar cabaretshow Paradijskleier. Na haar optredens en een televisie-uitzending werd ze bedolven onder de positieve reacties. “Iedereen was laaiend enthousiast! Het is ook een hele vrolijke show. Een happening met humor en ontroering”, aldus de cabaretière, wiens openheid en eerlijkheid enorm worden gewaardeerd.

Geen einzelgänger meer

“Ik denk dat mijn Paradijskleier zo open, spontaan en vrij is geworden, omdat ik al drie jaar lang drie keer in de week vrij leerde spreken”, vertelt Van Dongen. Ze doelt hierbij op de video's en livestreams die ze op haar Facebookpagina publiceert. Van Dongen heeft daar een online gemeenschap opgebouwd van bijna negentig duizend volgers. Op haar pagina geeft ze (meestal live) meditaties en

oefeningen, deelt ze liefdevolle inzichten en gaat ze gezellig in gesprek met haar volgers. “Ik denk dat ik wel een einzelgänger was. Nu ben ik niet meer bang en minder op mijn hoede. Openheid is kracht.”

Paradijskleier komt terug

De cabaretière is dan ook eerlijk als ze zegt dat ze het optreden in theaters eigenlijk niet mist tijdens de coronacrisis. “Maar dat komt ook omdat ik al een jaar vrij had gepland. Het valt nu gewoon samen met corona. Dat wat ik mis aan overdracht, plezier en reacties haal ik uit mijn live Facebooksessies.”

Maar theaterfans van Van Dongen hoeven niet bang te zijn dat ze het podium de rug toekeert. “Vanaf januari 2022 ben ik weer op het podium te zien”, laat ze weten. Paradijskleier gaat namelijk in reprise! Dan haalt ze haar afgelaste shows in en is de kans groot dat ze een paar extra voorstellingen speelt.

 **Theater.nl**
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. [Ga naar theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist).

Bakkie doen?

BIJ VAN KRIEKEN KOFFIESERVICE GAAT ER EEN KOFFIEWERELD VOOR JE OPEN

Uitverkoren zijn als koffie- en theeleverancier gaat niet alleen over lekkere koffie, mooie machines en goede service. Het gaat ook over gunnen. Daar is Van Krieken Koffieservice zich van bewust. Aandacht voor de klant is dan ook één van de belangrijkste pijlers van de sympathieke onderneming.

“Nou maak ik gelukkig graag een praatje en houd ik van mensen, dat scheelt”, glimlacht Andrew van Krieken, eigenaar en directeur van Van Krieken. “Het komt voor dat ik het met klanten over van alles heb en pas op het laatst over de koffie. Dat is een goed teken. Ik ben altijd geïnteresseerd in wat mensen bezighoudt. Hoe het met ze gaat, zakelijk en soms zelfs privé.”

Sociale aangelegenheid

“Ik weet niet of het typisch Antwerps en Brabants is of gewoon Belgisch en Nederlands, maar koffie speelt nou eenmaal een

belangrijke rol in ons bedrijfsleven. Niet alleen als klanten en opdrachtgevers samenkomen, maar ook onder het personeel. Bij de koffie- en thee-automaat hoor je de nieuwtjes. Je komt elkaar daar tegen of je haalt koffie en thee voor elkaar. Het sociale element wordt nogal eens onderschat, maar is enorm belangrijk.”

“Als zelfstandig ondernemer de koffiehandel ingaan is een goede stap geweest. Uiteraard deed ik in het begin alles nog alleen. Van het advies tot de verkoop, van plaatsing tot het onderhoud. Inmiddels werken we met een team van twaalf man sterk, waaronder een eigen serviceteam. Daarbij bewaak ik de platte organisatie: korte lijnen en een

gemoedelijke sfeer vind ik belangrijk. Dat vertaalt zich namelijk rechtstreeks door naar de klant. Ook die wil vriendelijk, snel en efficiënt geholpen worden.”
Welkom in de koffiewereld van Van Krieken!

Andrew van Krieken

Andrew van Krieken
Eigenaar



BARRAQUITO

ALLEEN DE NAAM
IS AL GEWELDIG!

Het drankje 'Barraquito' zou wel eens in de smaak kunnen vallen bij jouw gasten. Buiten dat het heerlijk smaakt, is het ook een pareltje om te zien. Hier kun jij mee voor de dag komen. En dit lekkere, zoete en romige drankje is ook nog eens super makkelijk te maken!



Het recept (voor 1 drankje):

- 40 ml gecondenseerde melk
- 20 ml Licor 43
- 100 ml opgeschuimde melk
- 1 shot espresso
- 1 klein stukje citroenschil (decoratie)
- Snufje kaneel

WAAN JE EVEN OP
TENERIFE EN GENIET!

KIJK OP **VANKRIEKENKOFFIE.NL**
VOOR ALLE MOGELIJKHEDEN

BRUIST Deal

ONTVANG EEN
WAARDEBON
€ 100,- P.P.*

VRIJ TE BESTEDEN BIJ VAN
KRIEKEN KOFFIESERVICE
*vraag naar de voorwaarden



Van Krieken Koffieservice

Tinus Van Der Sijdestraat 6,
Sprang-Capelle
info@vankriekenkoffie.nl
0416 34 34 31

www.vankriekenkoffie.nl

SPECIAAL VOOR JOU

CASA BLANCO

hippe dingen

Er gaat een wereld voor je open!

Nieuwsgierig? Bestel dan ons magazine via:
nl@nederlandbruist.nl onder vermelding van Casa Blanco



DE MOOIESTE
HEBBEDINGETJES
VIND JE BIJ
CASA BLANCO
hippe dingen



**TIJDENS DE
LOCKDOWN
MAAK NU
EEN AFSpraak
OM TE KOMEN
WINKELN!**





Frisse *pastels!*

In april voel je het echte voorjaar. Nog een beetje fris, pril en zacht en daar horen mooie pastels bij. Tijd voor wat inspiratie!

1. Beautiful Magnolia van Estée Lauder, vanaf € 61,- www.debijenkorf.nl
2. Treat love & color van essie, € 12,99 www.essie.nl
3. Caring shimmer lip oil van essence, € 2,39 www.essence.eu
4. La Vie est Belle Soleil Cristal van Lancôme, vanaf € 86,30 www.lancome.nl
5. Hydrating Liquid Marseille Soap van Compagnie de Provence, vanaf € 22,80 www.babassu.nl
6. 52 vragen card deck van a Beautiful Story, € 19,95 www.abeautifulstory.nl
7. Couture Color Clutch Palette Collector van Yves Saint Laurent, € 100,- www.ysl.com

8. Rose Lilly of the Valley Bath Bomb van Only You, € 3,50 www.iciparisxl.nl
9. Clean it Zero 3-in-1 Cleansing Balm + Pore Clarifying, € 25,95 www.douglas.nl
10. Ecstasy Balm van Armani Beauty, € 30,- www.debijenkorf.nl
11. Olympéa Florale van Paco Rabanne, vanaf € 61,30 www.douglas.nl
12. Flora Salvaggia van Guerlain, vanaf € 88,- www.guerlain.nl
13. Fermented Skincare Reinigingsmelk van Florena, € 12,99 www.florena.nl
14. Squalan Rose Quartz Face Roller, € 39,- www.squalan.com



**Elke dag
heerlijke
wijn met
een lekker
toastje**

**ELKE WEEK
VERS
AANBIEDINGEN**

Reigerbosweg 2, Waalwijk
0416-337569 | www.plus.nl/supermarkten
Kijk ook op: www.facebook.com/pluswaalwijk

PLUS
Stephan van Engelen

Stijlvolle en trendy raamdecoratie

Maak van jouw huis een sfeervol thuis



unilux

38

Op zoek naar nieuwe raambekleding? Magneet Interieurs is specialist op het gebied van raamdecoratie en is op de hoogte van de laatste woontrends. We werken uitsluitend met merken van topkwaliteit en alles wordt voor jou op maat gemaakt. Wat je woonsmaak ook is, er is altijd een passend product te vinden in onze ruime collectie.

Unilux maakt zich sterk voor behoud van de insecten, buiten in de natuur

Het gaat slecht met de insectenpopulatie in Nederland. De focus voor de uitingen van Unilux zal vanaf 2020 daarom liggen op het terugdringen van de insectensterfte. Als marktleider in insectenwering heeft Unilux immers een product in handen dat een wezenlijk steentje bij kan dragen aan het behoud van insecten; met horren blijven insecten buiten, daar waar ze goed werk verrichten.

De cijfers liegen er niet om, maar liefst 75% van de insecten hebben we in 25 jaar uitgeroeid in Nederland. Het is tijd om iets te gaan doen!

De KeJe Lamella is een uniek, nieuw systeem speciaal ontwikkeld voor een kunststof kozijn

De Lamella is een combinatie van een jaloezie en een shutter in één, waarbij het product enkel en alleen gekanteld kan worden door middel van



een handgreep welke om de lamel heen is bevestigd. De lamel heeft een standaard breedte van 30 mm of 40 mm en is verkrijgbaar in 14 standaard RAL-kleuren. De Lamella zit compleet verwerkt in een aluminium frame en wordt door middel van magneet- en staalband gemonteerd op de glaslatten van het kozijn.

Het team van Magneet Interieurs biedt jou jarenlang woonplezier!

**“Gratis advies en persoonlijke begeleiding”
Camiel Klerx**

39

Magneet Interieurs neemt jou alles uit handen als het gaat om interieur!

Ben je toe aan een ander interieur? Magneet Interieurs is jouw specialist op het gebied van wonen, slapen, vloeren en raamdecoratie.

MEUBELEN

SLAPEN

VLOEREN

RAAMDECORATIES



Grotestraat 331 Waalwijk
0416 - 33 30 17
www.magneetinterieurs.nl

Zet je eerste stap naar een fit en gezond leven!



Kevin van Gestel opende op 1 mei zijn Personal Fitness-studio aan de Grotestraat 274 in Waalwijk. Bij Personal Fitness heiligen ze het principe dat een gezonde geest in een gezond lichaam zit.

“Door het bewezen en succesvolle fitness- en lifestyle Fit for Life-programma hebben wij een positieve invloed op het geluk en de vitaliteit van onze sporters. En dat is waar we het allemaal voor doen.” Iedereen is anders en heeft ook andere doelen. “Daarom bieden we personal training afgestemd op jouw eigen behoefte. Je gaat dan voor blijvend en écht resultaat. Kies voor een persoonlijke aanpak en kom eens kennismaken bij Personal Fitness Waalwijk.”

Kijk op de website voor meer informatie en maak een afspraak voor een vrijblijvend intakegesprek inclusief fysieke test!



**100% RESULTAATGARANTIE;
AFGESPROKEN DOELSTELLING
NIET BEHAALD? DAN GAAN WIJ
KOSTELOOS DOOR.**

PersonalFitness
Nederland



Voorjaarsschoonmaak voor je uiterlijk

Eindelijk voorjaar. Een seizoen waarin alles fris en licht is. Versterk het luchtige lentegevoel door extra aandacht aan je uiterlijk te besteden na de lange, gure winter.



Vooral je gezichtshuid heeft het de afgelopen winter zwaar te verduren gehad. Kou, wind en centrale verwarming hebben een uitdrogend effect. Een fris lentehuidje begint met een scrub. Laat die kleine korreltjes hun werk doen en je huid ziet er weer als herboren uit. Verwen je huid daarna met een vochtinbrengend masker en breng iedere dag een vochtinbrengende crème aan. Je zult zien dat droogtelijntjes verdwijnen en dat je huid er weer fris uitziet.

Professionele hulp

Laat je huid elk seizoen tenminste één keer grondig reinigen door de schoonheidsspecialiste. Heb je het gevoel dat je huid slapper wordt of meer rimpels krijgt, informeer dan bij haar ook eens naar een collageenbehandeling.

Lente make-up

Vervang donkere kleuren door zachte, lieflijke pastels. Geef je wangen een vertederende, rozerode lenteblos en maak je ogen op met zachte pastels. Vervang je zwarte mascara door een bruine of een paarse mascara. Kies zachte, crèmeachtige tinten voor je lippen. Hiermee maak je iedere lentelook af.

Zet je wintergeur in de kast en pas je parfum aan op het voorjaar! Ga voor een frisse, bloemige fragrance. Laat geen zintuig onbenut en geniet van je nieuwe, frisse ik.



**'MIJN IDEALE MAN
MOET EEN BEETJE
PIT HEBBEN'**

**LENGTE
180 CM**

**LEEFTIJD
39 JAAR**

**OGEN
BRUIN**

*Jij reageert
toch ook?*

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.

Vrijgezel Ilona stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Onlangs zijn we van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze Bruisende Vrijgezellen. In april hebben we speciale aandacht voor: Ilona Benders.

Twaalf jaar lang woonde Ilona in Turkije. Na haar scheiding in 2016 kwam ze terug naar Nederland om samen met haar kinderen van acht en tien jaar oud een nieuw leven op te bouwen. Nu alles in een rustiger vaarwater is gekomen is ze weer toe aan een relatie.

Ilona heeft het normaal gesproken best druk met haar werk. Naast een vaste baan in de jeugdzorg heeft ze namelijk haar eigen onderneming, IM Medical Travel, waarmee ze medische reizen op het gebied van tandheelkunde, ooglasering en haartransplantaties verzorgt naar Turkije. "Vanwege de coronacrisis ligt het nu even stil, maar zodra het kan, ga ik er weer vol tegenaan."

"Ik heb een vrij rustig karakter. In het begin kijk ik graag even de kat uit de boom. Verder ben ik direct en zeg ik waar het op staat, daar moet je dus wel

tegen kunnen. Ik houd van gezelligheid, ga graag uit eten of ergens een drankje drinken. Stedentrips en vakanties zijn mijn favoriet. Maar een avondje op de bank hangen, vind ik ook helemaal prima."

**Ilona zoekt
de liefde van
haar leven!**

Wat voor eigenschappen heeft haar ideale man? "Hij moet langer zijn dan ik, ik ben 1.80 meter. En hij mag ook wel pit hebben. Het is fijn als hij er leuk uitziet, maar het belangrijkste is dat de klik er is. Ik zou graag iemand hebben met wie ik nieuwe herinneringen kan maken, iemand die lief is en waarmee ik de dag kan doornemen. Praten over dingen die goed gaan, maar ook iemand die, wanneer het even tegenzit, de positiviteit in dingen ziet.. Iemand die knuffelt, warmte uitstraalt en genegenheid biedt. En geen nieuwe vader voor mijn kinderen, maar wel iemand die het goed met hen kan vinden."

Wil je reageren? Stuur dan een reactie met pasfoto naar info@immedicaltravel.com

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit viersterrenhotel 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!*



Nieuwsgierig geworden? Breng eens een bezoekje aan de showroom!

BRUISENDE/ZAKEN



Welkom bij Xylo Wood Design.

Mijn naam is Dean Bigley en ik heb een passie voor hout. Bij Xylo Wood Design maken we van dit prachtige materiaal alles wat u als klant verlangt, eventueel in combinatie met glas en/of staal. Van tafels tot kasten, van overkappingen tot (buiten)keukens en van badkamermeubelen tot deuren: **echt alles is mogelijk.**

Ambachtelijk handwerk van TOPKWALITEIT!

Als allround interieurbouwer was de beslissing om begin 2019 een eigen zaak te beginnen de beste die ik ooit genomen heb. Iedere dag ga ik fluitend naar de werkplaats om mooie dingen te maken voor mijn klanten. Kom eens langs in de showroom om te zien wat er allemaal mogelijk is!

XYLO

Een pakkende naam voor het bedrijf was zo gevonden. 'Xylo' is namelijk het Griekse woord voor hout. Xylo Wood Design is er voor iedereen die graag een uniek item of project van hout wil laten maken. Wij werken zowel voor particulieren als voor bedrijven. Kennis van loodgieterswerk of elektra is aanwezig binnen het bedrijf, dus het installeren van een binnen- of buitenkeuken, badkamermeubel of een tafel compleet met lampen erboven is geen probleem. Maar ook voor kleinere producten van hout, zoals bijvoorbeeld een snijplank, kunnen klanten bij mij terecht.

MAATWERK EN SERVICE

Xylo Wood Design komt graag bij u thuis om uw idee door te spreken en samen tot een mooi ontwerp te komen. Ook als er onverhoopt iets kapot gaat, staan we voor u klaar. We leveren echt maatwerk en bieden nog die hoogwaardige, ouderwetse service die je bijna nergens meer ziet.

Voor ambachtelijk handwerk van topkwaliteit moet u dus bij Xylo Wood Design zijn!

XYLO WOOD DESIGN WERKT
ZOWEL VOOR **PARTICULIEREN**
ALS VOOR **BEDRIJVEN.**

Prof. Minckelersweg 4 C Waalwijk | **06-36537876**
deanbigley@icloud.com | **www.xylowooddesign.nl**
Instagram: xylowooddesign



100% BIO

BIOLOGISCHE
SINAASAPPELS
BEVATTEN
GEMIDDELD
27% MEER
VITAMINE C

Biologisch... wel zo logisch!

Duurzaam, verantwoord... Die termen vliegen je hoe langer hoe meer om de oren. Restaurants gebruiken deze woorden zelfs als hun paradepaardjes. Maar hoe kun je zelf eigenlijk duurzaam en verantwoord bezig zijn? Een goede eerste stap hierbij is: kies voor biologisch!

Bij de productie van biologisch voedsel wordt namelijk zoveel als mogelijk rekening gehouden met het welzijn van milieu, dier en mens. Zo mogen veehouders alleen biologisch voer gebruiken voor hun dieren en mogen er geen chemische bestrijdingsmiddelen worden gebruikt. Tal van regels waar streng op wordt gecontroleerd. Voldoet een product aan alle eisen om biologisch te worden genoemd, dan is het te herkennen aan het EU bio keurmerk.

Apen kiezen voor onbespoten

Ook apen blijken in veel gevallen liever biologisch te eten. In de dierentuin van Kopenhagen kregen de apen namelijk tegelijkertijd zowel gewoon geteelde bananen als biologisch geteelde bananen voorgeschoteld. Het overgrote merendeel koos voor de biologische variant die vervolgens met schil en al werd opgepeuzeld.

Prijs-verantwoord

Reden om voor biologisch te kiezen is voor veel mensen de wens om verantwoord bezig te zijn. Sommigen kiezen echter ook voor biologisch omdat ze denken dan veel gezonder bezig te zijn. Dit gaat helaas niet altijd op, want in principe zijn biologische producten vrijwel net zo gezond als niet-biologische producten. Echter, sommige biologische producten bevatten hogere gehalten vitamine C en mineralen. Bovendien zitten er geen chemische hulpstoffen in. Dus iets gezonder is het in sommige gevallen wel!

De prijs is vaak een van de doorslaggevende redenen om een product wel of niet te kopen. Dit geldt ook voor biologische producten die helaas over het algemeen net iets duurder zijn dan de huismerken van supermarkten (de prijs is vergelijkbaar met die van de A-merken). Dit is overigens verklaarbaar. Zo is biologisch boeren arbeidsintensiever en is de opbrengst per vierkante meter kleiner... Maar je weet tenminste wel zeker dat je iets verantwoord in huis haalt!

Ook lekker en gezond biologisch eten? Op www.nederlandbruist.nl vind je genoeg ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.



SOETERBOEK & PARTNERS

administratie- en belastingadviseurs



Een authentieke sportschool waar hard getraind wordt en dé plek als je echt goed wilt leren (kick)boksen!

DÉ SPORTSCHOOL VOOR JONG EN OUD!

Vd Hammen Gym is uitgegroeid tot een professionele sportschool met een grote en zeer diverse fitnessruimte. We beschikken over moderne apparatuur gecombineerd met barbells en dumbbells. Jong en oud, man en vrouw kunnen bij ons onder deskundige begeleiding onbeperkt komen trainen.

(Kick)boksen

Momenteel bieden heel veel sportscholen (kick)bokstrainingen, maar dat doen ze vooral omdat dat nu een trend is, niet zozeer omdat ze daarin gespecialiseerd zijn. Wij zijn dat wel en we weten dan ook precies wat we doen! Wil je dus écht goed leren (kick)boksen, dan moet je bij ons zijn!

Benieuwd of (kick)boksen iets voor jou is?

Kom dan eens langs! Het is altijd mogelijk om geheel vrijblijvend een paar proeftrainingen te komen volgen.



Eerste Zeine 27D, Waalwijk
www.vdhammengym.nl

By Harley



Heating & cooling systems

ZE ZIJN ER WEER!

VROEGE ZOMER DEALS

Perfera - FTXM-R

Aantrekkelijk wandmodel zorgt voor perfecte luchtkwaliteit.

VANAF:

€1899,-



Sensira - FTXF-A

Voor laag energieverbruik en aangenaam comfort.

VANAF:

€1550,-



By Harley
heating & cooling systems

OP=OP!

www.byharley.nl

52

COLUMN/MICHAEL PILARCZYK

Het *magische* medicijn

Soms weet je dat iets goed voor je is en doe je het toch niet. Want je hebt altijd wel een goede reden - een excuus - om het niet te doen.

Maar stel nou eens dat het heel veel voordelen biedt, zoals een hoger energieniveau, betere focus, meer rust in je hoofd, beter slapen, minder stress en het is ook nog eens goed voor je lichaam. En het kost je maar twee keer tien minuten per dag.

Je hoeft er bijna niets voor te doen, je moet het alleen wel doen. Een momentje voor jezelf nemen, een meditation-moment. Inmiddels gebruiken meer dan 150.000 mensen in Nederland en België elke dag de Meditation Moments-app. Met tienduizend top reviews. Probeer het zelf tien dagen en ontdek wat het met jou doet. Download hem gratis in de app stores.

Op naar jouw mooiste leven!
Alle goeds en hasta la proxima,

Michael Pilarczyk

~ www.meditationmoments.nl ~

Foto Ralf Czogallik

53





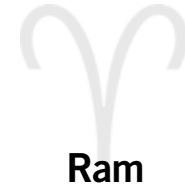
PERSONAL TRAINER

Wil je afvallen? Meer spieren? Je conditie verbeteren? Of heb je vooral iemand nodig die zorgt dat jij in actie komt? Wat de reden ook mag zijn een Personal Trainer helpt jou om jouw doelen te bereiken. Je bent tot meer in staat dan je zelf zou denken en een Personal Trainer zal jou net dat stapje extra laten zetten.



Een personal trainer? Dat is toch heel erg duur? Dat heb je mis, het hoeft helemaal niet zo te zijn! Wij bieden "TopFit voor een Basic Prijs" aan en dat geldt ook voor onze Personal Trainingen. Wij geloven dat personal training voor veel mensen misschien wel de meest effectieve manier van trainen is. Snel resultaat gegarandeerd en je hebt altijd een stok achter de deur!

April, een maand vol harmonie



Ram

De sterren staan gunstig dus voel je vrij om risico's te nemen.

Ram 21-03/20-04

De sterren staan gunstig, dus voel je vrij om risico's te nemen. Er staat je rust te wachten. Verheug je op een vrij weekend of vakantie met het gezin.

Stier 21-04/20-05

Een keer terughoudender zijn en afwachten in je carrière loont. En neem je voor om lekker actief bezig te zijn met je dagelijkse oefeningen!

Tweelingen 21-05/20-06

Het kan zijn dat er misverstanden ontstaan in je relatie, maar onderschat de situatie niet. Luister eens naar de mening van een ander en niet altijd naar die van jezelf.

Kreeft 21-06/22-07

Je straalt deze maand positieve energie uit en geniet van de aandacht van de mensen om je heen.

Leeuw 23-07/22-08

Een maand vol harmonie met je (nieuwe) liefde. Je voelt je positief en beleeft het ene na het andere avontuur.

Maagd 23-08/22-09

Problemen verdwijnen na het overwinnen van een moeilijke start dit jaar. Zoek gezelschap als je je niet lekker voelt.



Weegschaal 23-09/22-10

Deze maand zal je carrière weer tot leven komen. Zet je huidige tempo door, dan zullen je doelen snel binnen handbereik liggen.

Schorpioen 23-10/22-11

De schorpioen zal zich geliefder voelen dan ooit. Het vinden van een soulmate, romantiek, liefde én nachten vol passie zijn aanwezig in de maand april.

Boogschutter 23-11/21-12

Je zult meer tijd besteden aan het afronden van je werk en ondertussen vind je het niet eens erg. Daarnaast zul je interessante avonturen beleven.

Steenbok 22-12/20-01

Geniet deze maand samen met je geliefde van de harmonie. Ben je alleen, wees dan niet getreurd, er komt iemand op je pad.

Waterman 21-01/19-02

Je carrière stopt maar niet met groeien en bloeien. Besteed ook wat meer aandacht aan de familie, dit zal je goed doen.

Vissen 20-02/20-03

Er komt een stabiele periode aan. Op je werk wordt jouw volledige aandacht geëist, dus blijf er wel bij met je hoofd.

Neem contact op voor de mogelijkheden

Oeps! Waren
die *eitjes*
om te
verstoppem...



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

56



Dimar Pelle

Al onze tafels worden handgemaakt van hoogwaardige materialen. Er is geen sprake van massaproductie, waardoor het altijd gaat om een uniek product van hoge kwaliteit. Alles is mogelijk, van boomstamtafels tot kloostertafels. **Wij realiseren de tafel die bij u past!**

Handgemaakte tafels

Albert Schweitzerlaan 13 Andel | 06 44 14 38 47 | info@pelleinterieurbouw.nl | www.pelleinterieurbouw.nl

57

Als we ons allemaal
nou eens niet meer zo
schuldig zouden voelen
over wat we eten.

SNACKEN ZONDER SCHULDGEVOEL

Ik geloof heilig dat we veel te veel bezig zijn met hoe gezond en/of ongezond de voeding is die we naar binnen werken. We maken afspraken over wat we niet meer mogen eten, houden ons vervolgens niet aan deze afspraak, voelen ons vervolgens weer schuldig en verliezen het vertrouwen om ooit nog fit en sexy over het strand te lopen. Dat rottige gevoel zorgt ervoor dat we meer eten, aangezien eten ons troost biedt. Dit hebben we aangeleerd in de babytijd, waarin we de tiet kregen toen we verdrietig waren.

We verschuiven onze droom om fit en sexy te zijn maar weer naar het volgende jaar, want volgend jaar lukt het wel. Hou hier vandaag nog mee op, leg de lat niet te hoog. Bouw je training op en begin met 15 minuten per dag. Wees lief voor jezelf en voel je nooit meer schuldig over wat je eet.

Proef mijn heerlijke KILLERBODY
chocoladerepen met proteïne, want snacken
zonder schuldgevoel dat kan!



MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

BESTEL MIJN NIEUWE BOEK OP WWW.MKBMSHOP.COM

“Wij zijn Ingrid en Derya, osteopaten in Waalwijk. Het mooie aan osteopathie is het zoeken naar de kern van het probleem en niet alleen het verhelpen van de symptomen van de klacht. Alle structuren van het lichaam moeten goed beweeglijk zijn om een goede doorbloeding te hebben. Klachten ontstaan daar waar geen goede beweeglijkheid en doorbloeding is. Het is mooi om tijdens de therapie precies en doelgericht met onze handen te werken en daardoor het lichaam de kans te geven om te herstellen.”



OSTEOPATHIE
INGRID REUSER

Gezondheidscentrum Het Koetshuis
Koetshuislaan 613 | Waalwijk
0416-533236 | 06-22554221
www.osteopathie-ingridreuser.nl



VAAK LAST VAN OBSTIPATIE?

Veel mensen hebben last van obstipatie. Dit is een goede reden om een osteopaat te bezoeken. We gaan dan natuurlijk met u zaken bespreken over uw manier van leven. Maar ook de lichamelijke aspecten worden onderzocht.

Zo kunnen we voelen of de darmen voldoende bewegingsvrijheid hebben. Ook wordt bekeken of er blokkades zijn in de wervelkolom, schedelbasis of aangezichtsschedel. Deze kunnen namelijk een grote invloed hebben op de spijsvertering via de reflexen van het zenuwstelsel.

Door middel van zachte technieken worden de doorbloeding, bezenuwing en mobiliteit van de darmen verbeterd. Op deze manier kunnen de darmen hun functie weer goed uitoefenen en zullen de klachten verminderen. Indien nodig kan de osteopaat je voedingsadvies geven om de behandeling te ondersteunen.

Ingrid Reuser en Derya Douglas

Zit jij niet lekker in je vel?



Kelly Vos begon haar loopbaan in de schoonheidsbranche. Al snel ontdekte ze dat ze meer wilde en volgde ze een opleiding tot orthomoleculair voedingsconsulent. Vanuit haar praktijk AUVA helpt ze mensen met verschillende lichamelijk en mentale klachten weer terug in balans te komen. “We kijken naar het totaalplaatje om tot een oplossing te komen.”

“Mensen die al langere tijd niet lekker in hun vel zitten, gaan op een gegeven moment naar de huisarts en worden vervolgens met een medicijn naar huis gestuurd”, vertelt Kelly. “Uiteindelijk schieten ze daar niet veel mee op omdat het slechts symptoombestrijding is. Bij AUVA gaan we juist samen op zoek naar de oorzaak van jouw klachten.”

Zit je zelf niet lekker in je vel, of heb je een lichamelijke klacht? Samen zoeken we naar de oorzaak en oplossing. Zet nu de volgende stap naar een betere gezondheid. Een behandeling bij AUVA bestaat uit twee consulten (van 60 minuten), en follow-up en een bloedtest. Hiervoor betaal je € 189.

Heb je nog vragen?

Neem dan contact op, ik help je graag verder!



Een onderneming starten? Bel Klijn Advies



Of u nu de boekhouding van uw bedrijf uit handen wil geven, uw administratie juist wil laten vastleggen of belastingadvies nodig heeft, bij Klijn Advies bent u aan het juiste adres.

Wij richten ons vooral op zakelijke dienstverlening en advisering voor het mkb. Denk dan aan bedrijfsadministraties, jaarrekeningen, fiscaal advies en loonadministraties. Daarnaast helpen we particulieren bij de inkomstenbelasting en toeslagen.



Eigenaar: Marco Klijn
Modelleur 6, Kaatshoevel
0416-274586
www.klijnadvies.nl



**“ONDERNEMING
STARTEN?
WIJ ONTZORGEN
U VOLLEDIG”**

**Meer informatie over onze zakelijke diensten?
En wilt u weten wat wij voor u kunnen betekenen?
Neem dan contact met ons op. Wij helpen u graag.**

Voor iedere IT-omgeving
de juiste oplossing.

- Aan huis service
- Reparatie, installatie en onderhoud
- PC op maat
- Verkoop hard- en software

📍 Peperstraat 18
5171 EC Kaatsheuvel
☎ Tel: 0416-352920
✉ info@compupower.nl



**Compu
Power**

Dierencrematorium MEMORIA Tilburg

Voor een waardig en respectvol afscheid

U als eigenaar maakt zelf de beslissing bij welk dierencrematorium u uw huisdier laat cremëren, ondanks dat uw dierenarts een samenwerking heeft bij een ander crematorium.

U kunt bij ons ook terecht voor een begeleiding naar de oven nadat u afscheid van uw geliefde huisdier heeft genomen.

Neem gerust contact met ons op. Wij zullen zorgen dat u en uw geliefde overleden huisdier met veel liefde en persoonlijke aandacht ontvangen worden.



Ook bij uw
dierenarts

EIGEN
OPHAALDIENST

Wielevenweg 22, Tilburg | 013-5907716 | welkom@dierencrematorium-memoria.nl | www.dierencrematorium-memoria.nl

WIJ VERKOPEN NU TAART VOOR IEDER FEEST



Een leuk cadeau om te geven bij geboorte, kraamvisite of babyshower is de luiertaart. Iedere verjaardag is een feestje, of je nou 18, 30, Sarah, Abraham of 70 wordt, met een schijf-aan-je-leeftijd-taart scoor je altijd! Voor meerdere gelegenheden geschikt, denk bijvoorbeeld ook aan een huwelijksjubileum. Leeftijdtaarten zijn unieke en grappige cadeaus om te geven. Ook verkrijgbaar met kleine cadeautjes. We hebben enkele taarten op voorraad, maar als u van tevoren de goede leeftijd bestelt zorgen wij dat hij klaar staat.

Een jubileum, geboorte, geslaagd of verjaardag en op zoek naar versiering of een cadeautje? Bij ons bent u aan het juiste adres.



Tovulon de Kets
Jan de Rooijstraat 47
Kaatsheuvel

DE KETS

06-22996006 | www.tovulon.nl

Tovulon
Grotestraat 172
Drunen

SCHEP RUIMTE IN
JE HAL MET EEN
GROTE SPIEGEL
DIE HET ZONLICHT
WEERKAATST



Jouw hal verwelkomt je iedere dag

De hal is de centrale ontvangstruimte van je woning waar iedereen binnen komt vallen met al zijn spullen. De jassen, tassen en schoenen zie je liever niet rondslingeren door het hele huis en geef je dus het liefst een plekje in de hal. Bruist geeft je handige tips.

De deurmat is het eerste dat je tegenkomt als je binnenkomt. Gebruik een deurmat of een grof vloerkleed dat tevens geschikt is voor buiten. Daarmee houd je modder en viezigheid al meteen bij de deur tegen. Een smal bankje in de hal is handig om meteen bij binnenkomst op plaats te nemen en je schoenen uit te trekken. Zo voorkom je dat iedereen met zijn vieze schoenen je huis binnen banjert. Onder het bankje kun je dan alle schoenen verzamelen.

Omdat een hal meestal niet zo groot is, is het belangrijk dat de meubels praktisch zijn en niet in de weg staan. Gebruik daarom een kastje of bankje dat opbergruimte biedt aan schoenen, sjaals en paraplu's zodat die netjes opgeruimd zijn en niet rondslingeren. Geef vooral iedereen een eigen plekje voor hun spullen. Een kast met verschillende lades, vakken of manden is daarvoor ideaal. Verf een vlakje met schoolbordverf, dan kan iedereen

met krijt zijn eigen naam erop zetten. Of hang een persoonlijk label aan de knopjes van de lades.

Kapstokken zijn er in alle soorten en maten. Heb je veel ruimte, dan is een staande kapstok een leuke eyecatcher in je hal. Een kapstok aan de wand met een plank erboven geeft weer extra bergruimte voor bijvoorbeeld je hoedenverzameling. Twijfel je over de stijl van je kapstok? Begin dan met een aantal haken. Deze nemen geen vloerruimte in beslag en bovendien kun je er echt alles aan ophangen; van tassen en jassen tot hoeden en sjaals.

Ben jij zo iemand die altijd zijn sleutels kwijt is of die in alle haast andermans sleutels meeneemt? Voorkom deze problemen met een bakje, rekje of kastje in de hal speciaal voor je sleutels. De hal is gewoon de meest logische plek voor je sleutelbos aangezien je die niet meer nodig hebt zodra je binnen bent. Maar wel zodra je de deur weer uit gaat.

Krijg je zin om jouw hal een frisse restyling te geven? Op www.nederlandbruist.nl vind je heel wat ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

BAM!
FOTOGRAFIE

Jullie bruiloft in beeld?



06-41108514 | INFO@BAMFOTOGRAFIE.NL | WWW.BAMFOTOGRAFIE.NL

DJ GEZOCHT?

Wij maken overal een feestje van!



Binnenkort een feestje? Kijk op www.dansdiscorian.nl en neem vrijblijvend contact met ons op

Kaatsheuvel | 0416 - 27 42 21 | 06 - 16 080 221
www.dansdiscorian.nl | Facebook: discorian

GLANZ
SCHOONMAAKBEDRIJF

Voor al uw schoonmaakwerkzaamheden:

- Gevel reinigen
- Rolluiken reinigen
- Ramen reinigen
- Terrassen reinigen
- Daken reinigen
- Dakgoten reinigen
- Tuin onderhoud

KAATSHEUVEL
06 13 58 32 34

Dé specialist in onderhoud en reparatie

'Alles waar een motor in zit, kunnen wij maken'



"Doordat wij een kleinschalig bedrijf zijn, kunnen wij een stuk voordeliger werken dan veel andere autobedrijven. Dit heeft echter zeker géén invloed op de kwaliteit die wij leveren. Integendeel zelfs, wij hebben alle vakkennis in huis en gaan altijd net zolang door tot een eventueel 'probleem' gevonden en opgelost is. Die stap extra zetten wij graag voor onze klanten."

PERSOONLIJK CONTACT & TOPSERVICE

Behalve het scherpe tarief staan bij Autobedrijf Konings ook het persoonlijke contact en een topservice zeer hoog in het vaandel. "En dat waarderen onze klanten, horen we regelmatig. We hebben in de loop der jaren dan ook al een trouwe klantenkring opgebouwd en we blijven als bedrijf alleen maar groeien. Een mooie ontwikkeling waardoor we in de toekomst ons team wellicht uit kunnen breiden om onze klanten nog beter van dienst te kunnen zijn."

EN MEER...

"Je bent bij ons ook aan het juiste adres voor het huren van onder andere een bakwagen of bus met laadruimte. En voor het huren van een luxe auto kun je ook bij ons terecht, want in principe is alles bespreekbaar."

**ONDERHOUD
NODIG?
MAAK EEN
AFSPRAAK!**



Auto & Onderhoudsbedrijf
Technische Service Konings

Dick Flemmingstraat 11, Sprang-Capelle | 0416-316630
info@technischeservicekonings.nl | www.technischeservicekonings.nl

Ga de strijd aan tegen de extra kilo's.

Onze producten werken in synergie samen om snel zichtbare resultaten te verkrijgen. Alle producten lopen voorop qua ontwikkeling en kunnen dagelijks worden gebruikt.

Zorgt voor een intensieve detox



Stimuleert vetverbranding en boost je metabolisme



Stimuleert vetverbranding en geeft meer energie en focus

Stimuleert vetverbranding gedurende de nacht en zorgt voor een betere nachtrust



Astrid Vos
Health, Beauty & Nutrition
06-44844289
astridvoshban@gmail.com
www.astridvos.com



250 occasions uit voorraad leverbaar

Occasions

Wij zijn een bedrijf met een grote voorraad aan gebruikte auto's van alle merken. En dat in alle prijsklassen.

Bij ons staat **gemoedelijkheid** hoog in het vaandel. Wij laten onze klanten rustig onze auto's bekijken en eventueel een proefrit maken, zodat ze de kans krijgen weloverwogen een keuze te maken voor een auto. Wij vinden het belangrijk dat de klant ervaart dat wij een vertrouwd adres zijn voor de aanschaf van een occasion. Daarnaast hebben we een eigen werkplaats voor reparatie, onderhoud, APK en airco-service.

Kom eens langs



Inkoop • Verkoop • Onderhoud • Reparatie • APK

Nijverheidslaan 1, Rijen | 0161-234922 | www.ajdebeerautos.nl

Financial lease | **Occasions** | Auto inkoop | Financiering | Verzekeren

Niet alleen voor occasions maar ook voor:

APK

ONDERHOUD

AIRCO-SERVICE

EXPORT DIENST-
VERLENING

AJ de Beer **Auto's**
jouw autopartner!

Check de site voor het actuele aanbod! Of kom langs.



In onze showroom treft u een compleet aanbod van geheel betrouwbare occasions van alle merken aan. Deze kunt u rustig bekijken onder het genot van een kopje koffie.

Denkt u de perfecte auto te hebben gevonden, vraag een van onze medewerkers om een proefrit! Eventueel kunt u uw oude auto inruilen tegen een nieuwe occasion.

Alex de Beer

GOED GEKNIPT DE DEUR UIT?

Jong en oud, man en vrouw, iedereen kan worden geknipt, gestyled of gekleurd bij Melike Görür. Wie ze ook in haar stoel heeft zitten, ze gaat altijd voor kwaliteit. **"Ik doe er alles aan om mijn klanten blij en goed geknipt weer de deur uit te laten gaan."**



Ook voor het
**SCHEREN, KNIPPEN
EN VERZORGEN**
van **BAARDEN
EN SNORREN**



The Golden Scissors

KAPPER VOOR DAMES, HEREN & KIDS
SINT ANTONIUSPLEIN 7, WAALWIJK | 06- 45058627

WIJ ZIJN OP AFSPRAAK OPEN!



Zeker weten dat u privé kunt shoppen?
Neem contact met ons op.
Samen komen we er wel uit.

RUWSPUL.NL
LANDELIJKE WOONDECORATIE

Berkhaag 4, Sprang-Capelle
06-23236277 | FB ruwspul.nl

De gehele administratie op orde?

Geef het uit handen!

Ik verzorg voor u:

- Begeleiding bij het voeren van de administratie
- Verwerken van de administratie van a tot z
- De btw-aangifte
- Het opstellen van de jaarrekening
- Aangifte inkomstenbelasting voor ondernemers en particulieren
- Overige financiële administratieve vragen

Net een
eigen bedrijf
gestart?

Ik help u
graag



Mijn naam is Bianca Wenneker. Ik ben eigenaar van Administratiekantoor B. Wenneker. Ik werk voor zowel ondernemers als particulieren.

Of het nu over een aangifte inkomstenbelasting, de zonnepanelenteruggave of uw btw-aangifte gaat, onze service is op uw behoefte afgestemd. Wilt u een ordner of zelfs een schoenendoos met uw boekhouding binnenschuiven of zelf de boekhouding (leren) doen met onze sturing, advies en nacontrole? Dan is dit in alle gevallen mogelijk.

Wij verschaffen u inzicht in uw onderneming, niet alleen op papier, maar spreken dit met u door zodat u ook echt volledig begrijpt hoe het erbij staat.

Bianca Wenneker



Administratiekantoor B. Wenneker
Belgiëstraat 16, Kaatsheuvel | 06-16684878
bianca@bwenneker.nl | www.bwenneker.nl

Een *koninklijke* sinaasappeltaart

Een feestje vieren, daar zijn we allemaal wel aan toe. Deze sinaasappeltaart met amandelen zorgt altijd voor feestvreugde. Een lekkerder Oranjegevoel zul je deze Koningsdag niet krijgen.

8 PERSONEN - 15 MIN + 45 MIN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

8 eieren
250 g poedersuiker
1 sinaasappel (sap en schil)
een mespuntje kaneel
1 vanillestokje
250 g geraspte amandelen
50 g vloeibare boter
90 g amandelschilfers
2 cl sinaasappellikeur

springvorm 26 cm

BEREIDING

Scheid de eieren en klop de eidooiers met de poedersuiker schuimig. Voeg de geraspte sinaasappelschil, de kaneel en het merg van het vanillestokje toe aan het suiker-eimengsel en roer alles goed door elkaar.

Spatel daarna de geraspte amandelen en de gesmolten boter erdoor. Klop nu het eiwit stijf en spatel dit ook voorzichtig door het amandel-eimengsel.

Vet de springvorm in en giet daar het deeg in. Bestrooi het geheel met de amandelschilfers. Bak ongeveer 45 minuten in een voorverwarmde oven op 180 graden.

Meng ondertussen het sinaasappelsap met de likeur.

Prik met een vork een paar gaatjes in de warme cake en besprenkel deze met het gealcoholiseerde sinaasappelsap. Laat de cake afkoelen en bestuif met poedersuiker.



PUZZELPAGINA



Het is lente! We kijken ernaar uit om te genieten van de eerste zonnestralen die ons stiekem al doen verlangen naar de zomer. Het mooie weer is wat ons betreft meer dan welkom. Ga lekker naar buiten, geniet van deze Bruist en puzzel mee voor mooie prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-9-9**.

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 lente. De oplossing van vorige maand was **gezond**.

Maak kans op deze

Peach blossom Smoothing Body Wash



Dompel je onder in de geur van de lente met deze heerlijke body wash op basis van perzikbloesem. Deze body wash van O'right bevat ingrediënten die de huid intens verzorgen en hydrateren.



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

Maak kans op een

SodaStream bruis- water toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

sodastream



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

soda
smaakje
bruisend
water
bubbels
apparaat
lekker
genieten

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

VAN MOSSEL ZEKERHEID #3:

DE SCHERPSTE PRIJS VOOR TOPKWALITEIT



kijk zelf op: www.vanmossel.nl/occasions voor meer dan 6000 occasions!

Van Mossel OCCASIONS