

DE PEEL 

MEI 2021 WWW.DEPEELBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

André van Duin

‘Televisie is natuurlijk
gewoon doorgegaan’

Rokjesdag in zicht?
Maak je niet dik!



WE GAAN VOOR HET
PERFECTE PLAATJE!



Ben je op zoek naar inspiratie?

Bezoek onze inspirerende keukenshowrooms in
Bergeijk | Deurne | Heerlen | Someren | Tilburg

Binnen ieder budget een keuken op maat

Gemotiveerd om het vooral anders te doen, zag Nuva Keukens in 1977 het levenslicht in Someren. Wat ooit begon als kleine zelfstandige onderneming, is in de loop der jaren uitgegroeid tot een keukenspecialzaak met vijf vestigingen in Brabant en Limburg. “We zijn een echte allemansvriend”, vertelt Paul, vestigingsmanager in Someren. “We kunnen voor ieder budget een keuken realiseren.”

“De keuze in kleuren en stijlen is tegenwoordig enorm”, vervolgt Paul. “Als je bij ons binnenkomt, laten we je dan ook eerst op je gemak een rondje lopen door de showroom. Zo krijg je een goed beeld van wat er allemaal mogelijk is. Vervolgens gaan we met je om de tafel om je wensen uit te werken in een persoonlijk ontwerp. Een keuken koop je niet iedere dag. Het is een behoorlijke investering, dus we nemen alle tijd om jouw droomkeuken te creëren. Je moet er toch heel wat jaren plezier aan kunnen beleven.”

De trends

Wat zijn de huidige trends? “Wit blijft natuurlijk altijd, maar je ziet dat er steeds vaker gekozen wordt voor donkere kleuren, evenals aardetinten

en houtkleur. De keuken is tegenwoordig feitelijk een verlengstuk van je huiskamer; het is één geheel, dus daar wil je dezelfde sfeer realiseren. Qua apparatuur is koken op inductie populair, bij voorkeur met ingebouwde afzuiging zodat een afzuigkap niet meer nodig is.”

Kwaliteit én service

Nuva Keukens werkt alleen samen met (veelal Duitse) leveranciers waarvan ze zeker weten dat ze goede kwaliteit leveren. “De keukens worden bovendien geleverd en gemonteerd in eigen beheer. Daarnaast vinden we een goede nazorg heel belangrijk. Het houdt wat ons betreft niet op nadat je de keuken hebt gekocht. Ook als er daarna nog iets is, staan we voor je klaar.”

NUVAkeukens
Goed bedacht!

*Maak een
afpraak*



Stationsstraat 67, Deurne | 0493 - 44 11 11
Boerenkamplaan 143, Someren-Eind | 0493 - 44 11 11 | www.nuvakeukens.nl

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!*





8



16



22



23

COLOFON

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

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

f Like ons op Facebook.com/depeelbruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl of bel 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 Peel Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



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

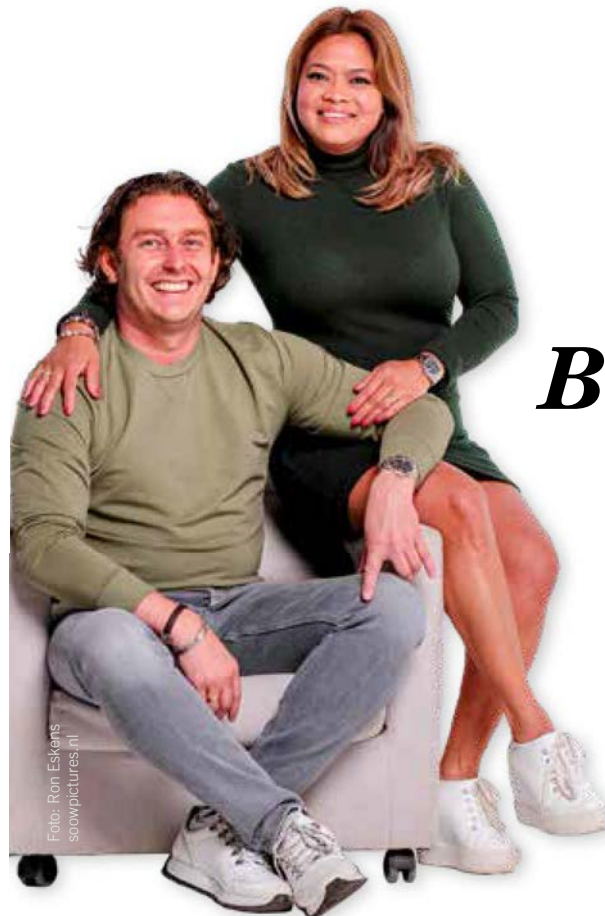


Foto: Ron Eskens
soopictures.nl

Ons voornemen voor deze maand was eigenlijk om het woord corona te verbannen uit ons voorwoord. Maar helaas, we ontkomen er niet aan, want het virus heeft momenteel nu eenmaal invloed op alles wat we doen.

Op sommige vlakken gelukkig ook een positieve invloed. Laten we ons daar dus maar op focussen. Positief is bijvoorbeeld dat alle ondernemers die wij elke maand weer spreken, bruisen van de creatieve ideeën om hun zaak toch gewoon draaiende te houden.

Bruisende lezer,

Want natuurlijk willen ze er juist nu zijn voor hun klanten. Waar een wil is, is een weg en die weg wordt momenteel gelukkig maar al te vaak op creatieve wijze bewandeld.

Wil jij op jouw beurt iets terugdoen voor al deze bruisende ondernemers? Koop dan vooral lokaal, bij ondernemers uit jouw regio. Daar doe je ze een groot plezier mee. Bij wie je dan zoal terecht kunt, lees je uiteraard weer in deze nieuwste editie van Bruist.

Lea en Marcel Bossers

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



win

12



28

Inhoud

Rokjesdag in zicht?

Maak je niet dik!

Wortels in plaats van chips, fanatiek sporten en heel veel water drinken. Nu de zomer voor de deur staat, is het hoog tijd om iets aan ons vetpercentage te doen. Onder een dikke trui zijn de extra kilo's niet te zien, maar in bikini of in een kort jurkje wordt dit een heel ander verhaal.

Caloriearme diëten zorgen ervoor dat jij je bewust wordt van het aantal calorieën die je per dag binnenkrijgt en ze laten je zien wat een gezonde manier is om jouw maaltijden samen te stellen. De gemiddelde vrouw heeft dagelijks tweeduizend kilocalorieën nodig om goed te kunnen functioneren. Door de hoeveelheid calorieën te verminderen val je af. Zorg er wel voor dat je voeding voldoende vitamines en mineralen bevat.

Ontbijt als een koning

Wereldwijd hebben mensen die ontbijten een beter gewichtsbehoud in vergelijking met mensen die het ontbijt overslaan. Maaltijden overslaan maakt dat je eetlust gaat schommelen en je verbranding lager wordt. Creëer daarom zes eetmomenten per dag om de vetverbranding op gang te houden.

No more koolhydraten

Een koolhydraatarm dieet is gebaseerd op het mini-maal nuttigen van brood, aardappelen, pasta en andere

producten die koolhydraten bevatten. Er zijn dieetgoeroes die het gebruik van (veel) koolhydraten afraden. Wil je toch blijven genieten van jouw favoriete pastagerecht of sandwich, kies dan voor de goede koolhydraten zoals volkoren producten.

Vervang cocktails door gember thee

Maak van gember thee je nieuwe beste vriend! Alcohol vermindert je gewichtsverlies en zit boordevol suikers. Gember thee daarentegen zuivert je lichaam. Toch zin in een vrolijk drankje? Natuurlijk kun jij je favoriete zomerdrankje ook maken zonder alcohol.

Run baby run

Met alleen gezond eten kom je er niet. Bewegen is noodzakelijk om af te vallen. Laat de auto eens iets vaker staan en leg korte afstanden te voet of per fiets af. Je kunt er natuurlijk ook voor kiezen om lekker buiten te gaan sporten. Ook regelmatig wandelen, met collega's of met je beste vriendin, loont. Succes!

HET MOMENT
OM CALORIEËN
TE TELLEN IS NU
AANGEBROKEN



Kun je wel een steuntje in de rug gebruiken om je gewenste gewicht te behalen?

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

Welkom bij Ingrid Lucassen Rijopleidingen. *“Mijn werk is mijn verslaving waar iedereen beter van wordt.”* De liefde voor het motorrijden liep zodanig uit de hand, dat er niets anders op zat dan van mijn passie mijn beroep te maken. In 2016 WRM B en RIS. In 2018 WRM A en in 2019 trots om bij het elitekorps onder de motorrij-instructeurs te mogen behoren (KNMV Gediplomeerd Motorrij Instructeur, afgekort KGI).

Instructeursopleidingen, categorie A/B

Mijn carrière begon als docente Nederlands en aardrijkskunde. Stroomt er onderwijsbloed door je aderen, dan keer je er vanzelf vroeg of laat weer terug. Ingrid is weer terug als een vis in het water in de wonderde wereld van de rijtschoolbranche. De rijtschool groeit zo hard dat per omgaande een rijcoach fulltime aan de slag kan. Niet alleen bij mij, maar ook bij collega rijtscholen die noodgedwongen wachtlijsten moeten aanleggen. Dit in een tijd waarin de brancheverenigingen schreeuwen dat de markt is oververzadigd.

Of de markt verzadigd is of niet, met passie en toewijding streef je naar de hoogst mogelijke kwaliteit waarmee je jezelf onafhankelijk maakt van hoe de markt zich ontwikkelt. Mijn overtuiging is: als je in een prettige leeromgeving, afgestemd op de leerstijl van de leerling, gestructureerd les geeft, komt de voldoening van twee kanten. Immers, wie goed doet, goed ontmoet. Verdieping in de rijtschoolbranche is onuitputtelijk. **Wie weet, begint jouw carrière na het behalen van je WRM bevoegdheid bij Ingrid Lucassen Rijopleidingen.**

In de studiegids lees je hoe we jou van dienst zijn in de keuze wel of niet aan de studie te beginnen. Wandel globaal door de studiegids om een indruk te krijgen wat je te wachten staat wanneer je aan de opleiding begint. De studiegids is voor studenten die zijn begonnen als ware het de gebruikershandleiding in het dashboardkastje. De studiegids bevat verwijzingen naar het curriculum, een document dat nooit af kan zijn, omdat jouw input, wetswijzigingen, ontwikkelingen in de rijtschoolbranche, samenleving, technologie en mobiliteit niet alleen trendvolgend, maar ook trendsetkend: het opleidingsinstituut zal reageren.

DOWNLOAD DE STUDIEGIDS OP
www.ingridlucassenrijopleidingen.nl

Is rijcoach worden iets voor jou?

Voordat jij jezelf in dit avontuur stort, maken we eerst een afspraak voor een bezoek aan het opleidingsinstituut. Tijdens dit bezoek bekijken we of jouw vooropleiding in overeenstemming is met het minimale opleidingsniveau. Is dit niet zo, dan kan middels een geschiktheidstoets, afgenomen door IBKI (Innovam Branche Kwalificatie Instituut) bekeken worden of je geschikt bent.

Vóór aanvang van de opleiding WRM categorie B dient een VOG (Verklaring omtrent Gedrag), via IBKI te regelen, worden overlegd. De test die je wordt aangeboden: Is het beroep van rijcoach jouw passie en heb je de eigenschappen om je als rijcoach helemaal in je element te voelen?

Blijk je de geboren rijcoach te zijn, dan gaan we onderzoeken op welke manier je het prettigst leert. Er is ook ruim gelegenheid voor jouw vragen, suggesties en opmerkingen.

Om rijcoach categorie A te worden, dien je in bezit te zijn van een geldige bevoegdheidspas WRM B en een geldig rijbewijs categorie A en B. Bij het bezoek aan het opleidingsinstituut hanteren we een iets andere procedure dan bovenstaand is beschreven.



Waarom kiezen voor de instructeursopleiding van Ingrid Lucassen Rijopleidingen?

- De cursus voor de categorie B, inclusief examenkosten Innovam Branche Kwalificatie Instituut voor bijna 5.000 euro. Voor omscholingen via het UWV (het opleidingsinstituut als inkoopbedrijf) is voor degenen die buiten het arbeidsproces zijn geraakt een unieke kans de kosten van de opleiding vergoed te krijgen.
- Optimale begeleiding ter voorbereiding op theoretische en praktische examens. We putten uit meer dan 1.500 examenvragen. Blijken extra rijlessen nodig te zijn om goed voorbereid aan het praktisch examen rijvaardigheid deel te nemen, dan zijn de kosten van de extra rijlessen niet hoger dan van een leerling die het rijbewijs nog moet halen.
- Er wordt ruim aandacht besteed aan het optimaliseren van het gestructureerd lesgeven in de praktijk.
- Van jouw stageplaats ben je zeker.
- Het netwerk van Ingrid Lucassen Rijopleidingen zetten we in om ná jouw studie vrijwel zeker te zijn van een baan in een prettige werkomgeving.
- We doen niet alles, maar wat we doen, doen we goed. Immers veel van weinig is meer dan weinig van veel.

**IK ZIE JE
GRAAG BIJ
Ingrid Lucassen
Rijopleidingen**



STELLING

Zodra je bevoegd bent, kun je binnen de kortste keren een fulltime baan hebben. Als dit de enige reden is om aan deze opleiding te beginnen, kom je bedrogen uit. Dit beroep vergt veel van je. Weet waar je aan begint. Ben je de gepassioneerde rijcoach, dan levert dit beroep je veel meer energie op dan het van je vergt.



Arendnest 12, Boekel
info@ingridlucassenrijopleidingen.nl
06-48712472 / 0492-771345
www.ingridlucassenrijopleidingen.nl



EXTRA LIEFDE

Meehelpen om de wereld een stukje groener te maken? Dan is de Tuin Kneusjes box de juiste keus. Het pakket bevat een verrassend assortiment met buitenplanten die nét wat extra liefde nodig hebben. Ze hebben een schoonheidsfoutje of zijn van wat mindere kwaliteit, maar dat maakt ze niet minder leuk. Hiermee heeft Plantje.nl inmiddels meer dan een miljoen kamerplanten gered.
www.plantje.nl



OPPEPPER VOOR JE HUID

De Hawaiian Tropic Zonneolie is verrijkt met kokosolie en guave. De gelachtige olie verwerkt de huid met vocht, geeft haar een natuurlijke glans en verfrist de huid met een tropische geur. Ook als de zon niet schijnt, is deze olie geschikt als lichaamsolie na je bad of douche.
www.hawaiiantropic.com

LEZERSACTIE
Maak kans op een
sun care pakket
van That'so.

Alle Sun Care Dry Oil Sprays bevatten de formule '3 SPF in 1' en je hoeft ze niet uit te smeren. Er is zelfs een aparte spray voor jouw tatoeages, zodat deze niet verkleuren door de zon en een zonnep spray met anti-mug in één. Maak je verzorging compleet met de aftersun. www.thatso.nl



Getoonde producten kunnen afwijken van gewonnen prijs

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. #THAT'SO naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

LEZERSACTIE

Maak kans op een
Peach Blossom
Smoothing Body Wash.

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



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.**

win

We gaan weer
naar **buiten!**

BRUIN ZONDER ZON

Deze ultralichte sunless tan mousse is ontwikkeld om je in korte tijd aan een mooie teint te helpen. Kies de gewenste kleur (light/medium of dark), laat de zelfbruiner tot zes uur lang inwerken en verwen jezelf één tot twee keer per week met deze mousse die gemakkelijk aan te brengen is.
www.hawaiiantropic.com

BRUIST
Deals

Ook deze maand hebben we weer enkele Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Neem een kijkje op www.nederlandbruist.nl/lezersacties en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.



NATUURLIJK LEKKER

Dit laag-alcoholische, caloriearme en koolzuurhoudende drankje van White Stork geeft overtollig fruit een nieuwe kans door het sap te gebruiken voor een verfrissend drankje. De unieke bereidingswijze maakt de drank niet alleen honderd procent natuurlijk en duurzaam, maar bovenal verrassend van smaak.
www.drinkstork.com



THEATER.NL EN BRUIST

SLAAN DE HANDEN INEEN!

Voor jouw complete theateruitje

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. We zijn bovendien óók actief in België! Zo blijf je perfect op de hoogte van het brede cultuuraanbod en maak je als echte theaterliefhebber kans op mooie prijzen!

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 vooraf 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: 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.**

 **Theater.nl**
DE WERELD VAN THEATER

Esther van Prooijen

DIT WORDT MIJN ZOMER!

Zolang ik me kan herinneren, ben ik altijd te zwaar geweest. Op allerlei manieren heb ik geprobeerd om af te vallen, maar op eigen houtje lukte het niet om dit resultaat te behouden. De kilo's kwamen altijd weer terug. Begin dit jaar ging de knop om en heb ik een afspraak gemaakt bij een PowerSlim-coach. Het PowerSlim-programma sprak mij direct aan doordat het bestaat uit 6 vaste eetmomenten per dag met voldoende groenten. Het PowerSlim-assortiment is erg ruim, dus je kunt volop variëren. Omdat het mij zo goed afging, heb ik mijn wens om 10 kilo af te vallen tussentijds bijgesteld. Inmiddels ben ik 20 kilo afgevallen. Ik voel me nu stukken beter, zit lekker in mijn vel en heb meer zelfvertrouwen.

-20 kg



BodySize Diëtistenpraktijk

Eigenaar: Steffie Keukens
Heuvelstraat 16, Deurne
Asten-Heusden, Den Wingerd 6
06-28898024 | www.body-size.nl

Body
Size
DIËTISTENPRAKTIJK



Dertig minuten **tuinieren** heeft al een positief effect op je gezondheid.

In de tuin bezig zijn geeft ook een **geluksgevoel**, omdat je iets doet wat vooruitgang laat zien.

Sommige **groentes groeien beter** wanneer je er bloemen naast zet. Zo trekt kamille een bepaald insect aan dat de groei van je kool bevordert. Zet je een goudsbloem naast je broccoli, dan heb je minder last van bladluizen.

Dus, waar wacht je nog op? **Zet de bloemetjes buiten!**

Zin in een **zomer in Ibiza-style?** Kies dan voor rotan meubels. Ze zorgen voor dat heerlijke laidback **vakantiegevoel**.

Met mooie cactussen in **gekleurde manden** versterk je het bohemian gevoel natuurlijk nog meer.

Maak je tuin 's avonds **extra gezellig** met leuke lampionnen en sfeerverlichting.



'De mensen maken het bijzonder'

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



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



**BESTEL ONZE BROWNIES
NU OOK ONLINE**

Lunchen en meer

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

Brownies & downieS
Puur is perfect

Brownies&downieS Asten
Koningsplein 6, Asten
0493-724900
www.browniesanddownies.nl

Altijd verzorgd voor de dag komen?

Dát is wat permanente make-up voor u kan betekenen!

De wenkbrauwen zijn zeer bepalend voor een gelaat, zij zijn de kapstok van het gezicht. Goed gevormde wenkbrauwen ondersteunen de vorm van uw gelaat en geven u een verzorgde uitstraling. De ogen krijgen een mooie 'open' blik, lijken gelift, en u lijkt 5 à 7 jaar jonger!

Heb je
nog vragen?
Neem dan gerust
contact op met
Sandra.

- HUIDVERJONGING
- HUIDVERBETERING
- IPL PERMANENT ONTHAREN
- PERMANENTE MAKE-UP
- WIMPER EXTENSIONS
- GELAATSBEHANDELINGEN

Naast deze behandelingen biedt Beautysalon Sandra ook losse modules, zoals epilieren, harsen en het verven van wimpers en wenkbrauwen en kunt u bij ons terecht voor producten van Optidee en Forever.



Opvullen van wenkbrauwen d.m.v. haartjestechniek

U heeft nog duidelijk aanwezige wenkbrauwen maar de vorm zou geaccentueerd mogen worden, er ontbreken enkele haartjes. Door middel van de haartjes techniek worden -niet van echt te onderscheiden- haartjes in de huid aangebracht. Uw wenkbrauwen ogen weer vol en de vorm is perfect geaccentueerd. Heel natuurlijk!

Wenkbrauwen in 3D techniek

U heeft (nagenoeg) geen wenkbrauwen meer en u wilt weer volledige wenkbrauwen? Dit kan door middel van de haartjes techniek in combinatie met een schaduw techniek. Het resultaat oogt zeer natuurlijk en is daardoor ook geschikt voor een alopecia patiënt of na een chemokuur.



Interesse in een deze behandeling?

Kijk dan eens op www.beautysalonsandra.nl en plan direct uw afspraak in!



Albert van Cuijkstraat 4, Asten
06 470 923 74
www.beautysalonsandra.nl

'GEVOEL VOOR HUMOR
IS ECHT EEN MUST'

LENGTE
183 CM

LEEFTIJD
47 JAAR

OGEN
GRIJS-
BLAUW

*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.

BRUISENDE/VRIJGEZEL

Vrijgezel Jurjen stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Vandaar dat we in deze rubriek graag aandacht besteden aan onze Bruisende Vrijgezellen. In mei hebben we speciale aandacht voor: Jurjen Bakker, woonachtig in het prachtige Grave. "Toen ik de rubriek zag, heb ik me meteen aangemeld. Al komt er maar één reactie binnen, dan is het al geslaagd."

Het is tekenend voor de positieve instelling van de 47-jarige Jurjen, vader van een 17-jarige zoon die bij zijn ex woont. "Ik zeg altijd: ik ben een 37-jarige met tien jaar levenservaring. Ik voel me jong van lijf en geest." In het dagelijks leven is hij ondersteunend administratief medewerker bij chipfabriek NXP. "Het is leuk, uitdagend werk en ik heb fijne collega's. Het enige wat in mijn leven nog ontbreekt, is een nieuwe liefde."

**Jurjen zoekt
de liefde van
zijn leven!**

Van onenightstands houdt hij niet, hij is op zoek naar een langdurige relatie. "Ik ben zo trouw als een hond en dat verwacht ik ook van een toekomstige partner." Zijn hobby's zijn onder andere lezen, USB-sticks en dvd's verzamelen, televisiekijken, muziek luisteren

(van Frank Boeijen tot Sarah Brightman), hardlopen en fietsen. "En natuurlijk mijn driejarige kater Joris bezighouden. Die houdt gelukkig wel van een knuffel."

Attent, sportief, eerlijk, betrouwbaar, opgewekt, optimistisch, creatief, een natuurmens, dat zijn de woorden die Jurjen het beste omschrijven. "Ik zoek een vriendelijke, gezellige dame met - net als ik - een goed gevoel voor humor. Met wie ik kan lachen en huilen en met wie ik samen leuke dingen kan ondernemen: een terrasje pakken, uit eten gaan, een avondje bankhangen. Maar ook iemand die mij in mijn waarde laat en me accepteert zoals ik ben. En nu maar hopen dat de bliksem inslaat tijdens onze eerste ontmoeting!"

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar jurjenbruist@gmail.com.

Moment van overdenking

Wees je bewust van je gedachten,
ze vormen zich tot woorden.

Wees je bewust van je woorden,
ze zetten zich om in je handelen.

Wees je bewust van je handelen,
het worden gewoonten.

Wees je bewust van je gewoonten,
ze vormen je persoonlijkheid.

Wees je bewust van je persoonlijkheid,
die bepaalt je bestemming.

Michael Pilarczyk

~ MeditationMoments.nl ~
Meditaties voor elk moment van de dag



DAGJE UIT NATIONALE MOLENDAG



Op de tweede zaterdag en zondag van mei (dit jaar dus 8 en 9 mei) is het zoals vanouds Nationale Molendag. Op die dagen zijn normaal gesproken 950 wind- en watermolens open voor bezoekers. Nationale Molendag 2020 ging vanwege de coronacrisis noodgedwongen niet door en ook voor 2021 is nog niet helemaal duidelijk in welke vorm de dagen door kunnen gaan. Vandaar dat er plannen zijn om dit jaar de Nationale Molendag op alternatieve wijze in te vullen, mocht de fysieke uitvoering niet of slechts in beperkte mate mogelijk zijn. Hierbij wordt gedacht aan een gedeeltelijk online programma met onder andere virtuele molenbezoeken. **Voor meer informatie check je www.molens.nl/nationalemolendag.**

FILMPJE KIJKEN KANARIE

De film Kanarie speelt zich af in 1985 tegen de voor die tijd zo herkenbare achtergrond van apartheid, religie en oorlog. Als kijker volg je het leven van een tienerjongen, Johan Niemand, die altijd wordt gepest vanwege zijn liefde voor Britse new wave-muziek en de zanger Boy George. Nadat hij wordt opgeroepen omdat hij de dienstplicht moet vervullen, doet hij tijdens zijn dienstitijd auditie voor het legerkoor de Kanaries. Op tournee met dit legerkoor ontwikkelt hij echter gevoelens voor een 'mede-Kanarie', waarna Johan alles wat hij weet in twijfel begint te trekken. **KANARIE is vanaf 7 mei te zien op Pathé Thuis.**



BOEKJE LEZEN DE OVERLEVENDEN



Drie broers keren terug naar het vakantie-huis waar twintig jaar eerder een ongeluk heeft plaatsgevonden dat hun leven voor altijd heeft veranderd. Ze hebben de as van hun overleden moeder mee om uit te strooien. Het is een reis naar hun verleden, naar een tijd waarin ze door hun ouders volledig aan hun lot werden overgelaten. Nu zijn het jongemannen, verwijderd van elkaar, maar nog altijd verbonden door een gedeelde geschiedenis van strijd om de aandacht van hun vader en om de onvoorspelbare liefde van hun moeder. Haar dood gooit alles in een stroomversnelling en de spanning tussen de broers loopt op. **DE OVERLEVENDEN van Alex Schulman is vanaf 14 mei verkrijgbaar.**

START HET JAAR GOED MET POWERSLIM EN KRIJG HET LICHAAM DAT JIJ VERDIENT!

Wil jij graag afvallen en heb je alles al geprobeerd? Als PowerSlim diëtist kan ik jou daarbij helpen. Met behulp van PowerSlim zorg ik ervoor dat jij weer grip krijgt op een gezonde levensstijl. Samen gaan we voor een gezonde start.

PowerSlim is een afslankprogramma dat je volgt onder mijn persoonlijke begeleiding. Je verliest hiermee niet alleen het gewenste gewicht, maar bereikt ook blijvende verandering in jouw levensstijl.

Wekelijks bespreken we uitgebreid je vooruitgang en doorloop je simpel en doeltreffend de drie fases van het PowerSlim-programma. Met ongeveer zes maaltijden per dag eet je uitgebalanceerd, gevarieerd én lekker.

Na het bereiken van jouw streefgewicht blijf je nog een jaar lang onder mijn persoonlijke begeleiding, zodat je het behaalde resultaat ook daadwerkelijk behoudt.



BodySize Diëtistenpraktijk

Eigenaar: Steffie Keukens
Heuvelstraat 16, Deurne | Asten-Heusden, Den Wingerd 6
06-28898024 | www.body-size.nl

Body
Size
DIËTISTENPRAKTIJK



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 als 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. Houd hier vandaag nog mee op, leg de lat niet te hoog. Bouw je training op en begin met vijftien 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 snacks zonder schuldgevoel... dat kan!

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

BESTEL MIJN NIEUWE BOEK OP WWW.MKBMSHOP.COM

WOOLRICH
JOHN RICH & BROS.

ba&sh

KOCCA

DRYKORN

for all **7** *varieties*

SET

PATRIZIA PEPE

CAMBIO

In 6 stappen *mooie en verzorgde voeten*

Zijn jouw voeten al weer netjes voor slippers? Maak je voeten nu klaar om je dichte schoenen uit te schoppen. Je voeten mogen weer gezien worden.



Verwijder nagellak

De eerste stap die je onderneemt is het verwijderen van je nagellak. Gebruik hiervoor acetonvrije nagellakremover, zodat je teennagels zo min mogelijk uitdrogen.

Neem een voetenbadje

Vul een teiltje met lauwwarm water. Doe er een scheutje olie in en laat je voeten tien minuten weken. Scrub je voeten daarna. Vergeet je hielen en enkels niet.

Verwijder eelt

Door het voetenbad is je eelt zachter geworden en kun je het makkelijker verwijderen. Dat doe je met een voetvijl of een puimsteen. Zorg dat je niet te veel verwijdert, dat kan pijnlijk zijn met lopen.

Vijl (of knip) je nagels

Knip of vijl je nagels mooi recht af. Dit om ingegroeide teennagels te voorkomen.

Smeer je voeten in

Gebruik een dikke laag crème. Smeer je voeten het liefst 's avonds in en trek daarna katoenen sokken aan, zodat de crème goed kan intrekken.

Lak je nagels

Een zomerse kleur nagellak op je nagels zorgt ervoor dat je voeten er weer vrolijk en verzorgd uitzien.

INVERNO
DAMESMODE

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

André van Duin heeft geen coronahobby's nodig

“Nee, nee, ik heb het heel druk en het wordt heel druk komend jaar.” Dat zijn de woorden van André van Duin, wanneer we opmerken dat hij geen man is die zich snel verveelt. Na een op zijn zachtst gezegd veelbewogen jaar zit de agenda van de zanger, komiek en presentator alweer behoorlijk vol.

‘TELEVISIE IS
NATUURLIJK
GEWOON
DOORGEGAAN’

André werd onder andere beroemd door zijn komische televisie- en theatershows. Ook de laatste tijd is hij regelmatig op televisie te zien. Daardoor heeft hij ook het afgelopen jaar genoeg te doen gehad, want televisie stopt nooit. “Televisie is natuurlijk gewoon doorgegaan. We hebben ook in coronatijd Heel Holland Bakt opgenomen en alle andere dingen gingen ook gewoon door. Dus ja, ik heb er niet zoveel problemen mee gehad.”

Heel Holland Bakt

Over Heel Holland Bakt gesproken: wie Heel Holland Bakt zegt, die zegt André van Duin. De presentator vormt al jaren het gezicht van het populaire televisieprogramma, samen met Janny van der Heijden en Robèrt van Beckhoven. Komend jaar

staat er voor de fans een ware traktatie op het menu: “Heel veel Holland Bakt. We gaan Holland Bakt maken voor bakkers die de afgelopen jaren hebben meegedaan, zij krijgen nog een keer een herkansing. Daarna komt Holland Bakt Kids en dan begint de gewone Holland Bakt. Dus tot oktober zit ik in ieder geval vol.”

Veelbewogen jaar

Veel mensen zijn het afgelopen jaar op zoek gegaan naar nieuwe coronahobby's, maar daar stond Andrés hoofd niet naar. Naast zijn eigen ziekte en het overlijden van zijn echtgenoot, verdween corona een beetje naar de achtergrond. Al mist hij wel dingen zoals gezellig ergens een terrasje pikken. “Het is voor ons allemaal te hopen dat het weer snel een beetje normaal wordt.”

Een last-minute cadeau voor moederdag nodig?



Bij Be Precious kun je terecht voor een persoonlijk cadeau. We hebben sieraden met edelstenen (voor ieder sterrenbeeld een passende edelsteen). Maar ook kun je bij ons gelukspoppetjes, ansichtkaarten, sleutel-hangers en meer kopen!

Ga naar
www.bepreciousnl.nl
en bestel
jouw favoriet!



Be Precious

www.bepreciousnl.nl | info@bepreciousnl.nl

f Be Precious NL | @bepreciousnl

Pasta e Più

voor 'n complete smaakbeleving

Dé Italiaanse delicatessenwinkel!

Kerstpakketten

Maaltijden

Kaas

Cadeaupakketten

Borrelhapjes

Stel een
smakelijk
cadeau op
maat samen



Markt 10 J, Asten | www.pastaepiu.nl | 0493-693238

Wij helpen u graag. Met passie voor ons vak!

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



Mandy's Bloemenhuis
bloemen - wenen - workshops

Stationsstraat 92, Deurne | 0493 312113

www.mandysbloemenhuis.nl

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



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

En altijd vers!

De beste cafeteria

van Asten en omstreken



Eigenaar: Hans van de Meulenhof | Floraplein 15, Asten | 0493-692894 | www.cafetariadeklapproos.nl

Last van jeuk of schilfertjes?

Heb jij medische klachten aan de hoofdhuid? Dit kan een voorteken zijn van eczeem, psoriasis of zelfs huidkanker die aanzienlijke problemen kunnen geven. Bij Salon 2.0 kun je terecht met al je hoofdhuidproblemen.

Angela Jaspers

gespecialiseerd in haarverlies, haarwerken en hoofdhuidproblemen



Salon 2.0 Specialist in haarwerken, hoofdhuid- & haarproblemen
't Hoogvelt, Asten | +31 6 3619 4803
dermasalon2.0@gmail.com | www.salon2punt0.nl



Wij gaan tijdens de lockdown gewoon online door!

Blijf tijdens de lockdown in beweging met de online te volgen lessen van Roos Jegenings en ontdek hoe leuk pilates is.

Roos Jegenings

Bekijk het rooster op www.pilatesnl.nl/aanbod/aanbod-deurne



Sloe 19, Deurne | info@pilatesnl.nl
06-53204174 | www.pilatesnl.nl



Vermijd drukte.

#HOUDVOL

alleen samen krijgen we corona onder controle



volg ons



0 6 5 1 0 6 2 4 9 5



Fam
SKIN & CONCEPT
SOMEREN CENTRUM
Geluksmomentjes
Cadeautje voor jezelf
of voor iemand anders



Ontdek het mysterie

Wat ga jij doen in het Land van de Peel?

Kom dwalen door de mysterieuze natuur en laat je meevoeren langs kastelen en musea. Proef de smaken van de Peel en ervaar het pure leven op het boerenland. Hier prikkelen onontdekte paden je nieuwsgierigheid en word je uitgedaagd tot steeds een nieuw avontuur. Kom verwonderen, genieten en pionieren. Maak magische herinneringen in het Land van de Peel.

Zes gemeenten, één regio vol belevenissen

De Peel is een toeristisch platform rijker met de lancering van Land van de Peel: de nieuwe regionale marketingorganisatie van de gemeenten Helmond, Asten, Deurne, Gemert-Bakel, Laarbeek en Someren. Op www.landvandepeel.nl kunnen bewoners en bezoekers terecht voor tips en inspiratie om op pad te gaan in de regio. Je vindt er de vertrouwende informatie en activiteitenkalender van de lokale VV's, maar wordt ook geïnspireerd en uitgedaagd om voorbij de gemeentegrenzen te kijken, op zoek naar nieuwe ontdekkingen.

Ontdek het Land van de Peel

Via zes themalijnen word je meegenomen naar de hoogtoppen en onontdekte plekken in de regio. Voel de vrijheid in de **weidse natuur**. Ontdek de verborgen schatten in de **kastelen en musea**. Kom **bourgondisch genieten** en ervaar de puurheid van **het boerenleven**. Laat je meevoeren door het verleden, heden en de toekomst via **innovatief erfgoed**. En Peellanders laten zich niet uit het veld slaan: **bruisende evenementen** worden zo lang als nodig is in een nieuw jasje gestoken.

Doe mee met 'Het mysterie van...' en deel jouw favoriete plek in de Peel

Onontdekte plekken en verrassende verhalen: de Peel zit vol met mysteries! Als local weet je natuurlijk als geen ander de mooiste plekjes te vinden in jouw omgeving. Door ze te delen, blijven we met elkaar nieuwe ontdekkingen doen in het Land van de Peel.

Wat is jouw favoriete plek in de Peel? Met welke tip stuur jij anderen graag op pad? Deel jouw mysterie inclusief foto op social media met #hetmysterievan en #landvandepeel. Onder alle gedeelde tips wordt elke maand een mooie prijs verloot!

NEEM ALVAST EEN KIJKJE OP DE EVENEMENTENKALENDER HIERNAAST EN BEZOEK LANDVANDEPEEL.NL.



Land van de Peel

Evenementen in het Land van de Peel

HELMOND

Collectie Museum Helmond
Museum Helmond beschikt over drie bijzondere collecties: Stadshistorie, Mens en Werk en Moderne en Hedendaagse kunst. In de online collectie kun je uitgebreid zoeken naar kunstwerken, foto's, objecten, kunstenaars en fotografen.

www.museumhelmond.nl/collectie

Helmond Hangout: Heel Helmond Sport clinic

Gratis, 6 t/m 18 jaar
Wo 19 mei om 13:00 uur
Spelers van Helmond Sport verzorgen een online techniektraining en proberen je een aantal gave tricks te leren.

www.helmond-hangout.nl

Urban Dance door Urban Matterz & Unity Eight

Gratis, 6 t/m 12 jaar
Zo 16, 23 en 30 mei
De vetste moves verpakt in een energieke online les! Tijdens de lessen komen verschillende stijlen aan bod, zoals streetdance, breakdance, hiphop en TikTok moves.

www.helmond-hangout.nl

ASTEN

Museum Klok & Peel Virtueel
Loop virtueel door het museum, bekijk online de internationale klokkencollectie via de Brabantcloud, ontdek een verborgen verhaal over een bijzonder collectiestuk en luister naar een Podcast over een klok 'die mazzel had'. Ook voor kleurplaten en spelletjes kun je bij het online museum terecht.

www.museumklokpenel.nl/zien-en-doen/virtueel-museum

DEURNE

Foto-expositie 'Deurne 1300'

Hele maand, dagelijks
08.00-18.00 uur
Buitenexpositie in de vorm van grote foto's in etalages in het centrum van Deurne. i.v.m. het 1300-jarig bestaan van Deurne zijn er door fotoclub Optika gemeentelijke en rijksmonumenten gefotografeerd, met het persoonlijke verhaal en gezicht van de huidige bewoners erbij. Gratis folder met route verkrijgbaar via VV Deurne.

www.tijdlijndeurne.nl

LAARBEEK

Dorpsfeesten Aarle-Rixtel
Vr 14 en za 15 mei
Een interactieve middag met challenges en een quiz die live uitgezonden wordt. Voor de jeugd wordt er op vrijdag een escapeplein ingericht met voor iedere deelnemende ploeg een eigen plein.

www.facebook.com/Dorpsfeesten

Cluebedo: moordmysterie in Beek en Donk

Zaterdag 29 mei
Van 17:00 tot 23:00 uur
Beek en Donk wordt overschaduwd door een mysterieuze moordzaak. De Baron is slachtoffer geworden van een raadselachtig misdrijf. Maar wie is de dader? De Hoofdcommissaris doet een oproep aan alle Beek en Donkenaren om online mee te werken aan dit fictieve moordmysterie door als team alle puzzels op te lossen.

www.cluebedo.nl

Ga voor een compleet overzicht van alle activiteiten naar www.landvandepeel.nl

Tagliatelle met ham en asperges

Asperges met ham 'vermomd' als een pastagerecht. En weet je wat? Het is overheerlijk! Een ware ode aan de asperge, met zoute blokjes ham erbij, een parmezaansausje en tagliatelle. Dit moet je echt proeven!

2 PERSONEN - 25 MIN

INGREDIËNTEN

400 g witte asperges
10 g bieslook
200 g tagliatelle
2 el boter
2 el bloem
30 g parmezaan
150 g hamblokjes
peper en zout

BEREIDING

Breng een grote pan gezouten water aan de kook. Schil de asperges met een dunschiller en snijd er de houterige uiteinden af. Snijd ze in stukken van ongeveer 4 cm. Snijd de bieslook in ringetjes.

Voeg de stukjes asperges toe aan het kokende water. Laat 5 minuten koken en schep ze dan met een schuimschaaf uit het water. Schep ook per persoon 150 milliliter kookvocht van de asperges en houd apart. Kook nu de tagliatelle in 8 minuten beetgaar in het water. Giet af, maar houd wat van het kookvocht over.

Smelt de boter in een pan en voeg de bloem toe. Roer goed en voeg dan beetje bij beetje het kookvocht van de asperges toe, zodat de saus mooi indikt. Haal van het vuur en roer er de helft van de parmezaan, de asperges, de hamblokjes en de helft van de bieslook door. Breng op smaak met peper en zout.

Meng de gekookte pasta door de saus. Voeg eventueel nog wat kookvocht van de pasta toe voor een mooie vloevende saus. Serveer en werk af met de rest van de bieslook en de parmezaan.

PUZZELPAGINA



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

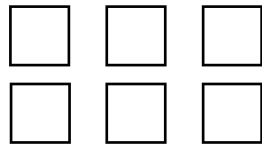
4		2					7
				8	4	2	
	5	3		2			6
	9		3			5	
5	3		6		7		8
	7		1			6	
9		4		6		3	
	1	5	7				
2					8		9

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **5-4-4**.

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 **geniet**.

Maak kans op dit bruisende

zomer-pakket



👁️-o+ 🍟-fr

🎷-x+ 🗡️s=n 🗡️s=t

👩d=s+t 🧠m=v

📖-ur ☀️-n+ 🗡️s=r

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

Maak kans op een

SodaStream bruiswater toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

sodastream



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

soda smaken
lekker fris
drinken spa
bubbels water

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



WATCH ME

Ford Mustang Mach-E • 100% elektrisch • tot 610 km rijbereik



www.vanmossel.nl/ford

Van Mossel