

# BRUIST



Wat is **geluk**  
eigenlijk?

**Richard Spijkers:**  
'De thematiek is heftig'



## DÉ BRILLENZAAK VAN BREDA

Bielars Optiek en Optometrie uit Breda levert advies op maat, persoonlijke service door gediplomeerd personeel en een breed assortiment. Er is voor ieder wat wils. Wilt u **contactlenzen**, dan zijn deze in meerdere varianten te verkrijgen. Zoekt u een **bril**, dan hebben we voor elk gezicht de perfecte bril.

Ons team van optometristen, opticiens, contactlens-specialisten en oogmode-adviseurs levert de allerbeste oogzorg!

Gediplomeerde optometristen  
Geen verwijzing nodig  
Geen lange wachttijden  
Uitgebreide collectie

**BIELARS**  
Optiek & Optometrie

Mathenessestraat 63A, Breda  
076 - 587 02 83

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

**HENRY JULLIEN**  
MANUFACTURE

*orgreen*  
Est. 1997

**8BIG**  
DESIGNED FOR KIDS

Bij Bielars Optiek en Optometrie mag u rekenen op de nieuwste oogmode van topmerken als **Henry Jullien, Lindberg, LaFont, Orgreen, Dita, Bbig kinderbrillen, Red kinderbrillen, Eyevan, Vinyl Factory, Tulip**. Designvol, modieus én voorzien van een hoogwaardige kwaliteit. In ons assortiment vindt u onder andere brillen, leesbrillen én zonnebrillen voor dames, heren en kinderen. **Nieuwsgierig geworden naar onze collectie? Kom dan eens langs!**

# De mooiste merken de beste prijzen

UW IDEALE BRIL, LEESBRIL OF ZONNEBRIL VINDT U BIJ ONS!



## UW GEHOOR, ONZE UITDAGING

### ① INTAKE

- Gehooronderzoek
- Luisteronderzoek
- Medische indicatie

### ② OPLOSSING

- Kosten
- Vergoeding

### ③ ERVARINGS- PERIODE

- Aanmeten
- Controle
- Eindcontrole

### ④ NATRAJECT

- Onderhoud
- Nacontrole

# VOOR DE JUISTE TOON



Volgens Ina Kooijman zijn kwaliteit en klantvriendelijkheid erg belangrijk bij Kooijman Hoortoestellen. Aandacht en tijd voor de klant, luisteren naar de problematiek van de klant en continuïteit van de audiëns zijn van groot belang gebleken.

“Wij zijn nog een van de weinige echt zelfstandige audiëns in West-Brabant. We kunnen daardoor een keuze maken uit alle hoortoestelmerken die leverbaar zijn in Nederland.” Kooijman Hoortoestellen heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Dit betekent dat er vaak geen eigen bijdrage voor de hoortoestellen betaald hoeft te worden.

Dit is afhankelijk van de polisvoorwaarden van de zorgverzekeraar. Ina Kooijman kan u daar alles over vertellen. Voor Achmea en Friesland verzekerden wordt er geen eigen risico berekend. “Ook kunnen bij ons de slechthorenden terecht die hoortoestellen bij een andere audiëns aangeschaft hebben maar niet tevreden zijn. Wij kunnen, tegen een kleine vergoeding, proberen een verbetering aan te brengen door een hoortest uit te voeren en het geluid van de hoortoestellen daarop aan te passen.”

KOM LANGS WE HELPEN JE GRAAG AAN EEN GOED GEHOOR

Brabantplein 4, Breda | 076-5204264 | [www.kooijmanhoortoestellen.nl](http://www.kooijmanhoortoestellen.nl)

Wil je kans  
maken om jouw foto  
in Breda Bruist  
terug te zien?  
Stuur deze dan naar  
[ontwerp@nederlandbruist.nl](mailto:ontwerp@nederlandbruist.nl)  
o.v.v. Foto Breda

*Impressie*  
**Breda**



10



14



12



52



28



23

# COLOFON

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

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**CUSTOMER CARE** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Wouter Visker  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BZ** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Linda Groothuijse

f Like ons op Facebook.com/bredabruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2022. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Breda 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.**



Foto: Ron Eskens, scooppictures.nl

Om te beginnen natuurlijk: een ontzettend gelukkig nieuwjaar namens iedereen bij Bruist! Laten we er met z'n allen een fantastisch jaar van maken. Wat 2022 voor ons in petto heeft, weet niemand, maar dat we zelf invloed hebben op ons eigen geluk, is een feit. Daar vertellen we je in deze nieuwste editie van Bruist meer over.

## Bruisende lezer,

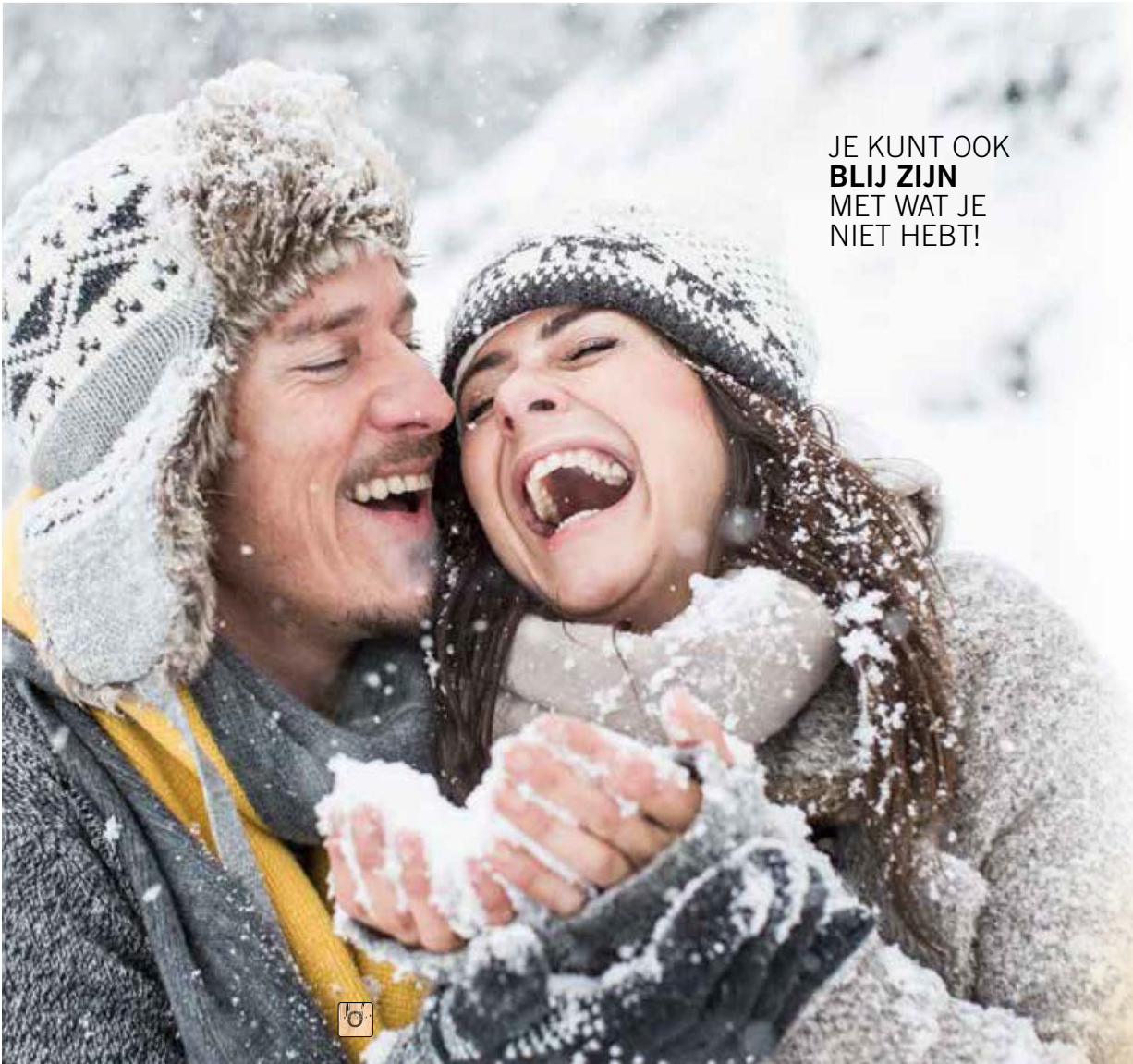
Januari is voor veel mensen dé tijd van het jaar om met al hun goede voornemens aan de slag te gaan. De een wil afvallen, de ander wil meer tijd doorbrengen met vrienden... Waar het uiteindelijk vrijwel allemaal op neerkomt, is dat we een fijner leven willen. En een leuker leven natuurlijk! Vol mooie momenten en plezier. Hoe zo'n leven eruitziet, is voor iedereen uiteraard anders.

Desondanks kunnen we je wel wat tips geven: breng een bezoekje aan een van onze bruisende ondernemers en laat je verwennen. Of plan een leuk dagje uit, bijvoorbeeld naar Titanic de musical. Acteur Richard Spijkers vertelt je daar verderop meer over... Na de afgelopen pittige jaren hebben we nu immers wel een wat leuker jaar verdiend!

**Lea en Marcel Bossers**

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

# Inhoud



JE KUNT OOK  
**BLIJ ZIJN**  
MET WAT JE  
NIET HEBT!

# Wat is *geluk* eigenlijk?

Hoe voel jij je? Geniet je van het leven of wil je dat graag maar lukt het niet? En wat is geluk eigenlijk?

Geluk is voor iedereen anders. Het is een gevoel, je kunt het niet aanraken en ook niet vasthouden. Toch is het belangrijk. Je voelt je er als persoon beter door wanneer je gelukkig bent, je denkt anders en je doet anders. Maar waarom is het soms zo moeilijk voor ons om gewoonweg gelukkig te zijn?

**JE BENT NIET PERFECT EN DAT HOEF JE OOK NIET TE ZIJN.** Stel geen onbereikbare doelen voor jezelf en raak ook niet in paniek als je een fout maakt. Mensen zijn niet onfeilbaar. Begin met onderzoeken waar je eigen grenzen liggen door elke dag te leren van je fouten, zodat je jezelf kunt verbeteren. En onthoud: vergelijk jezelf nooit met anderen. Stop met altijd en overal perfectie na te streven. Leef in het moment. Je kunt ook blij zijn met wat je niet hebt!

Houd goed in de gaten dat je jouw leven niet voor anderen leidt. En blijf ook niet een bepaalde koers aanhouden voor iemand anders als je hier zelf

niet gelukkig van wordt. Jezelf als prioriteit stellen is helemaal niet egoïstisch.

**HET LEVEN BEGINT AAN HET EINDE VAN JE COMFORTZONE!** Kun je niet meer genieten in je eigen omgeving, dan lukt dat misschien wel ergens anders. Bezoek plaatsen waar je normaal nooit zou komen, leer nieuwe mensen kennen of ga de uitdaging aan met jezelf en begin met een nieuwe sport. Het is goed om af te wijken van het vertrouwde. Zo maak je je leven een stuk interessanter.

**SAMEN STA JE STERKER.** Omring jezelf met mensen waar je bewondering voor hebt en waar je van wilt leren. Mensen die hun hulp bieden zonder hier iets voor terug te verwachten. Mensen die jou niet zullen beoordelen en jou waarderen om wie je bent. Zij voelen het ook direct aan wanneer je even niet lekker in je vel zit.

**Ook op zoek naar geluk?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

## DE SLIMME REISTAS voor trendy vrouwen

Het ontwerp van BodabagsFashion #bodabags, verkrijgbaar in verschillende varianten, is absoluut uniek. Deze reistas wil je gewoon hebben.



BodabagsFashion | @bodaszilvia

[www.bodabagsfashion.myshopify.com](http://www.bodabagsfashion.myshopify.com)



## AMARULA VEGAN

De nieuwe Amarula Vegan Cream likeur komt tegemoet aan de toegenomen vraag naar vegan producten. Je proeft nog steeds de herkenbare smaak van het marulafruit dat de basis vormt voor alle likeuren van Amarula. Daarnaast heeft de likeur een exotische touch gekregen door de toevoeging van kokosnoot, karamel en vanille. Het is een heerlijk alternatief voor veganistische liefhebbers. Geheel glutenvrij en dus ook geschikt voor mensen met een lactose intolerantie.

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



Doe  
mee en  
win

12

## MANUKA ESSENTIAL OIL

Manuka honing is perfect om je gezondheid gedurende het hele jaar een boost te geven.

Ook als beautyproduct is Manuka honing heel geschikt, bijvoorbeeld als masker en op eczeemplekken. Manuka New Zealand's hoogwaardige Manuka Oil is een essentiële olie die gebruikt wordt voor huidverzorging, voetverzorging en als hulpmiddel bij kleine wondjes wondjes. Indien toegevoegd aan een shampoo, bodylotion of masker is het bovendien een ware weldaad.

[www.manukanewzealand.eu/nl](http://www.manukanewzealand.eu/nl)



## GUSTEAU

Gusteau is een persoonlijke online wijngids waar je je smaakprofiel kunt ontdekken. Het draait namelijk niet om de druif, maar om de persoon. Want wijnvoorkeuren zijn persoonlijk. In herkenbare en toegankelijke taal vertelt Gusteau meer over smaakprofielen en wijnen. Tijdens een supersnelle smaaktest krijgt iedereen snel een perfecte wijnmatch voorgeschoteld.

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



Scan de  
QR-code  
en zie  
meer

# Nieuw hoofdstuk Nieuwjaar

## LEZERSACTIE \*

BH van By Jeane t.w.v. € 78,65

De bralette is een beugellose bh die zowel gevormd als niet gevormd kan zijn. De By Jeane bralette biedt betere ondersteuning vanwege de zeer flexibele, zachte ondersteunende onderband en de verstelbare kruislings of recht te dragen schouderbandjes. Voel je op en top vrouw vanuit je eigen kracht. [www.byjeane.com](http://www.byjeane.com) TAG #BYJEANE



## ROOSTER & WOLF

Cognac mag dan misschien een beetje een stoffig imago hebben, brandy is dat allerminst. Een drankje dat door Rooster & Wolf - het merk met Nederlandse roots - nieuw leven is ingeblazen. Het staat voor kwaliteit en werkt samen met de vierde generatie meester-distilleerders in de Franse regio Cognac. Alleen de beste witte druiven worden geselecteerd. Het resultaat: een krachtige brandy met zachte afdrank, fruitig, bloemig en soepel om te drinken. Rooster & Wolf Fine Brandy is hét drankje om een feestelijk diner mee af te sluiten.

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



13

## LOWLANDER TRY OR DRY

Vier de start van het nieuwe jaar in stijl met Lowlander's Try or Dry January. Of je nu kiest voor een maand met of zonder alcohol, met de botanisch gebrouwen bieren zorg je er hoe dan ook voor dat het een maand vol smaak wordt. Dus, voor welk team kies jij; Team Try of Team Dry?

[www.lowlander-beer.com](http://www.lowlander-beer.com)



## LEZERSACTIES\*

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. de TAG bij de lezersactie naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)

Meld je  
nu aan!

**PERSONAL EN  
DUO TRAINING**

**FITNESS EN GROEPSLESSEN**  
(GROEPEN NIET GROTER DAN 10 PERSONEN)

**Total Body WorX**  
SPORTSCHOOL RIJSBERGEN

Total bodyworx - Sportschool Rijsbergen  
Antwerpseweg 8 - 4891 CN Rijsbergen  
[www.totalbodyworx.eu](http://www.totalbodyworx.eu)





assisterend van één dagdeel per week tot 24/7  
exclusief persoonlijke ondersteuning

*Tot jouw dienst*

# Accompany Ibiza

*At your service!*

vitaliteit clinics & coaching



Wim Hoes

+31 6 51540280 | [www.accompany-ibiza.com](http://www.accompany-ibiza.com)

 Wim Hoes  [accompany\\_ibiza](https://www.instagram.com/accompany_ibiza)

**Gelukkig** zijn is een kwestie van geluk.

Maak tijd vrij voor die kleine  
**genietmomentjes** zoals  
op de bank zitten met je kinderen.

**Dansen** verhoogt je geluk. Ga de **natuur** in!

Een korte wandeling helpt je bij het ordenen  
van je gedachten. Je geur verandert als  
je gestrest of gelukkig bent. **Geluk** heeft dus  
**een geur**. Zie het leven als **een**  
**cadeautje** dat je iedere dag weer

opnieuw mag uitpakken. De meest  
effectieve manier om je geluksgevoel  
te verhogen is om **iets voor een ander**  
**te doen**. Zet je **zintuigen** open,  
let op wat je ziet, hoort, ruikt en voelt.

Dat helpt in het moment te zijn  
en **je batterij** op te laden.



## NIET HOREN IS OPVALLENDER DAN EEN HOORTOESTEL

Laat uw gehoor vrijblijvend  
en gratis testen!

Graag vragen we u van  
tevorens een afspraak te maken.

Op deze manier hebben  
we altijd genoeg tijd om u  
goed te adviseren.



Laat nu uw gehoor  
GRATIS TESTEN!  
076-5649706

# Gehoorverlies?

Herkent u dat, dat u uw tv steeds iets harder zet? Dat u op een druk feestje gesprekken niet goed meer kunt volgen? U kunt zich natuurlijk de vraag stellen hoe erg dat is. Toch blijken de gevolgen van zelfs een klein beetje gehoorverlies groter dan u wellicht denkt.

**IRRITATIE** Huisgenoten vinden het niet altijd prettig als de radio of tv zo hard staat. Ook luid praten en steeds maar weer herhalen is vervelend. Zo kan wederzijdse irritatie ontstaan.

**VERMOEIDHEID** Als we niet op ons gehoor kunnen vertrouwen, kost het extra veel energie om te volgen wat er om ons heen gebeurt. Heel vermoeiend en niet bevorderlijk voor het humeur.

**ONVEILIGHEID** Een geluid lijkt van ver weg te komen, maar plotseling is die auto of motor heel dichtbij. Dat kan tot gevaarlijke situaties leiden.

**ONZEKERHEID** Wie niet meer goed hoort, mist niet alleen wát er in een gesprek wordt gezegd, maar ook hoe. Misverstand, wantrouwen en onzekerheid kunnen het gevolg zijn.

Gehoorverlies is niet iets om u voor te schamen, er is bijna altijd iets aan te doen. Uitstellen is begrijpelijk, het is voor veel mensen moeilijk om te accepteren dat hun gehoor minder wordt. Hoe langer u wacht met een hoortest, hoe groter de kans dat uw gehoor in de tussentijd nog verder achteruit gaat, en dat is zonde. Het kan ook gevaarlijke situaties opleveren. Een hoortoestel vertraagt verdere achteruitgang van uw gehoor, het stimuleert namelijk uw hersenen. Dus waarom zou u nog langer wachten? Twijfelen helpt niet, testen wel.

Bij Hoorservice Schram beloven we niets, maar onderzoeken we alles. Kom langs, dan zoeken we samen naar een oplossing waarmee u écht geholpen bent!

*André Schram*

*Wij helpen u graag  
met de juiste keuze!*

Een hoortoestel is een hulpmiddel dat u dagelijks en veel gebruikt.

Het moet helpen in situaties waarin u terecht komt en aansluiten bij uw wensen.

**De juiste keuze van een hoortoestel is dan ook van wezenlijk belang.**

Achter-het-oor hoortoestel (AHO)



Luidspreker-in-het-oor hoortoestel (LIHO)



In-het-oor hoortoestel (IHO)



Completely-in-canal hoortoestel (CIC)





Prettig  
wonen en  
werken

**BC Bouw is een bouwkundig aannemingsbedrijf binnen de particuliere en zakelijke markt voor nieuwbouw, verbouw, renovatie en onderhoud van woningen en bedrijfspanden.**

Onze vakmensen schenken op een vriendelijke, beleefde en persoonlijke manier veel tijd en aandacht aan het gehele (ver)bouw-traject, vanaf de offerte tot de nazorg. Hiermee maken wij woonwensen en werkruimtes op een goede en prettige manier realiteit, waaraan gebruikers een goed gevoel overhouden. Woonwensen en bedrijfsruimtes precies zoals u dat wilt!

Kerkeheidestraat 10 | 4714 RC Sprundel  
0165-383533 | info@bcbouw.nl

[www.bcbouw.nl](http://www.bcbouw.nl)



nieuw  
bouw

ver  
bouw

reno  
vatie

onder  
houd

Voor elke  
ruimte een  
kast op maat

Op zoek naar een eyecatcher in die ene ruimte? Met vakmanschap en oog voor detail gemaakt? Persoonlijk, creatief en vakwerk zijn onze kernwoorden. Benieuwd naar wat wij voor jou kunnen betekenen. Neem contact op met onze timmerman Pim: 06 180 937 58 of stuur een email naar: info@kastenvanzukini.nl



ZUKINI

# Uw ramen en vloer totaal anders?

Geen wens is ons te gek!

Benieuwd naar onze producten? Maak vrijblijvend een afspraak.



VLOEREN

ZONWERING

GORDIJNEN

**VERPO**  
TOTAALSTOFFERING

Bent u op zoek naar een partij die uw woning of bedrijfspand kan voorzien van zowel een nieuwe vloer, zonwering als gordijnen? Voor al deze zaken kunt u terecht bij Verpo Totaalstoffering. Wij zijn al 20 jaar thuis in totaalstoffering.

Klompemakerstraat 20, Etten-Leur | 06 - 22 23 92 82 | info@verpo.nl | www.verpo.nl

## DAGJE UIT NATIONALE TULPENDAG



Het is weer tulpentijd! Een gegeven dat zaterdag 15 januari wordt gevierd met de Nationale Tulpentijd. Deze dag leggen tulpenkwekers voor de tiende keer een gigantische pluktuin aan op de Dam in Amsterdam met daarin zo'n 200.000 tulpen in verschillende kleuren. Ontzettend mooi om te zien en meteen de start van het nieuwe (snij)tulpenseizoen. Het thema van de Nationale Tulpentijd is dit jaar: share happiness. Oftewel, de vreugde wordt gedeeld en daarom mag iedereen deze editie niet één, maar twee bossen tulpen gratis plukken. Een vrolijke bos voor jezelf en een voor iemand anders. Gedeelde vreugde is immers dubbele vreugde. **Kijk voor meer info op [www.tulpentijd.nl](http://www.tulpentijd.nl).**

## FILMPJE KIJKEN A-HA: THE MOVIE

BINNEN/BUITEN

'Take on me' is een van die nummers die nog steeds tot in de uithoeken van de kleinste karaokezalen gezongen wordt. De hit betekende de wereldwijde doorbraak van a-ha. Een droom die de bandleden al van kinds af aan hadden, maar die onbereikbaar leek voor een kleine band uit Noorwegen in de jaren zeventig. Het succes van a-ha veranderde de jongens in één klap in tieneridolen, terwijl ze misschien zelf liever als serieuze rocksterren gezien werden. 35 jaar later treden de mannen, nu allemaal in de vijftig, nog steeds op. **A-HA: THE MOVIE is vanaf 6 januari te zien in de bioscoop.**



## BOEKJE LEZEN JE LIET MIJ LEVEN



Toen Eve twaalf was, overleefde ze als enige een aanval van een seriemoordenaar wiens identiteit nog altijd onbekend is. Jaren later is ze nog steeds geobsedeerd door de man die haar familie vermoordde. Ze is vastbesloten hem te ontmaskeren. Bewaker Jim is net begonnen in een nieuw boek. In deze true crime-bestseller vertelt Eve over haar pogingen om de moordenaar van haar familie op te sporen. Met elke pagina die hij omslaat, groeit Jims woede én zijn angst. Want Jim realiseert zich dat ze niet zal opgeven voor ze hem gevonden heeft. Tenzij hij haar eerst vindt.

**JE LIET MIJ LEVEN** van Catherine Ryan Howard is vanaf 11 januari verkrijgbaar.



**Wil jij kans maken  
op mooie prijzen?**

Registreer je dan via  
[theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist) en  
wie weet ben jij één  
van de gelukkigen!

# Ben jij een theaterliefhebber?

Dan ben je bij Theater.nl aan het juiste adres! Of je nou gek bent op musicals, houdt van cabaret of wegdroomt bij een toneelstuk: je vindt jouw favoriete voorstelling in onze uitgebreide theateragenda. Je koopt gemakkelijk je kaartje en maakt je dagje uit compleet met een diner en/of overnachting bij een van onze partners. Dan zit die pluchen theaterstoel straks nog net even wat lekkerder.

Maar Theater.nl biedt meer. Lees alles over jouw favoriete artiesten en gezelschappen, duik in een van de vele biografieën, bekijk de mooiste beelden of geniet van interviews met onder meer Karin Bloemen, André van Duin en Stef Bos.

#### **Altijd op de hoogte**

Natuurlijk houden we je ook op de hoogte van het laatste theaternieuws en geven we wekelijks de leukste theatertips voor

de nodige ontspanning. Bovendien maak je als bezoeker regelmatig kans op mooie prijzen!

#### **Volg ons op social media**

Wil je echt niets missen? Volg ons dan op social media. Je vindt hier niet alleen het belangrijkste nieuws, maar ook bijzondere foto's, video's en weetjes. Daarnaast zetten we elke week een bijzondere artiest in het zonnetje. Thumbs up!



**Theater.nl is hét platform voor theaterliefhebbers. Wij brengen het theatergevoel rechtstreeks bij jou thuis.**

# LESSONS LEARNED

## “MEER IS NIET BETER, BETER IS BETER.”

Als je een specifiek doel hebt, wil je dat meestal zo snel en goed mogelijk behalen. Je hebt in dat geval dus vooral de juiste tools en methodes nodig, niet zo veel mogelijk tools en methodes. Je gaat slim om met je aanpak richting je doel, en je snijdt al het overbodige weg. Zo geldt dat ook voor je trainingen. Zo veel mogelijk trainen, is over het algemeen niet waar je beter van wordt. Maar effectief trainen, met voldoende rust, actief herstel, het juiste voedingspatroon, slaap en andere dingen, gaat je sneller en met minder risico's naar je doel brengen.

Een ander voorbeeld: als “meer” beter zou zijn, drink dan maar eens 20 liter water per dag in plaats van twee. Meer is niet beter, beter is beter. Op welke gebieden merk jij dat je beter iets minder (maar beter) kunt doen in plaats van vaak en wat minder goed?



Meer informatie of een gratis intake plannen?

**Bezoek onze website. [BredaSC.com](https://www.bredasc.com)**



## “KWALITEIT BOVEN KWANTITEIT.”

Dit is een van onze belangrijkste principes. Kwaliteit staat voor ons bovenaan. Kwaliteit in jouw manier van bewegen (om het risico op blessures op korte of lange termijn te verkleinen), kwaliteit in coachen (echt persoonlijk en met de juiste tools voor dat moment), kwaliteit in programmering (met de laatste kennis, uiteraard gefundeerd in de wetenschap), kwaliteit in de trainingen (kleine groepen van maximaal 12 mensen).

Vind jij kwaliteit belangrijk? Zo ja, waar laat je dat zien in jouw leven, en waar zou je het juist meer willen toepassen?



[BredaSC.com](https://www.bredasc.com)

[f BredaSC](#) / [@ Breda.SC](#)

Spinveld 66-A13, Breda



*Richard Spijkers is de kapitein in Titanic de musical:*

## 'Bij de repetities heb ik staan janken'

Na twintig jaar is Titanic de musical terug in Nederland. De historie van het beroemde schip is talloze keren opgetekend in theatervoorstellingen en films. Maar we mogen de tragische ramp niet te veel romantiseren: “De thematiek is heftig”, vertelt acteur Richard Spijkers.

Waar in 2001 onder meer Danny de Munk en Tony Neef op het toneel stonden in Titanic de musical, vertolken nu onder anderen René van Kooten, Han Oldigs en Mariska van Kolck de rollen. Richard Spijkers kruipt op zijn beurt in de huid van de trotse en statige kapitein Edward J. Smith. “Het is een totaal andere man dan wie ik ben en misschien daarom juist wel zo lekker om te spelen”, aldus Richard.

**ONTROEREND** “Ik ben nogal een emotioneel ei”, lacht de acteur. “Dus als bij de repetities de muziek erbij komt en mensen vol overgave staan te spelen dat ze doodgaan, dan sta ik te janken. Zo heftig is die thematiek.” Om de slachtoffers van de scheepsramp te herdenken valt er aan het eind van de voorstelling een doek met daarop

de namen van alle omgekomenen. “Dan besef je opeens dat er 1.512 mensen de dood hebben gevonden, wat niet nodig was geweest.”

**HOOP** Het publiek hoeft overigens niet bang te zijn voor een deprimerende voorstelling. Het is een groot theaterspektakel met een live-orkest en een ijzersterke cast. “Titanic is een van die musicals waar ik van houd, omdat het een verhaal is over ambities, hoop en geloof”, besluit Richard.

Stap aan boord en reis mee op het wereldberoemde schip. Titanic de musical is tot en met 4 juni 2022 te zien in de Nederlandse theaters. Kijk op Theater.nl voor de speellijst.

**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

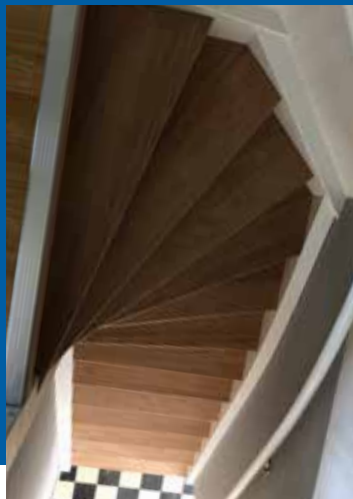
Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. [Ga naar theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist)



NAC Breda wenst al haar supporters en sponsoren  
een gezond en sportief 2022!



# Bij Christan Traprenovatie krijg je vakwerk!



Bel 076-5040722  
voor een gratis  
adviesgesprek  
aan huis!

Kan jouw trap wel een opknappbeurt gebruiken? Kies voor kwaliteit, jarenlange ervaring en een perfecte afwerking met Christan Traprenovatie! Het familiebedrijf levert al zeven jaar vakwerk als het om traprenovaties gaat.

Het bedrijf werd zesentwintig jaar geleden opgezet door Ellies vader Christ die eerst werkte als onderaannemer en allround timmerman. Zeven jaar geleden specialiseerde het toenmalige timmerbedrijf zich in traprenovaties en zes jaar geleden werd het een VOF, waarbij Ellie de inkoop en verkoop voor haar rekening neemt en Christ de uitvoering van de traprenovatie tot in de puntjes verzorgt. Deze samenwerking tussen vader en dochter is de sleutel tot het succes van het bedrijf; de positieve reviews van de renovaties liegen er niet om. Bij Christan Traprenovatie krijg je vakwerk!

Hoge Bremberg 23, Etten-Leur | 076 50 40 722  
sales@christan-timmerwerk.nl | www.christan-traprenovatie.nl

## MATERIAAL EN ACCESSOIRES

Wij werken met verschillende soorten materialen, zoals eikenhout, pvc en HPL/CPL, om je trap weer veilig, mooi en slijtvast te maken. Naast ledverlichting voor de trap hebben we ook bijpassend laminaat en trapeleuningen in rvs of (blauw)staal.



HPL / CPL



EIKENHOUT



PVC



ACCESSOIRES

**\*Prijen voor de lezers van Bruist**  
(30% korting met code DENMANBRUIST)



### D3 MEDIUM STYLINGBORSTEL 7 RIJEN

Door de wereldberoemde perfect gladde plastic borstelharen met afgeronde punt komt de borstel niet vast te zitten in het haar. Het verspringende borstelharenpatroon zorgt wel voor maximale grip en controle in het haar.

**Adviesverkoopprijs € 16,75**

**Bruistprijs\* € 11,73**



Niet gebruiken met föhn

### D90L TANGLE TAMER ULTRA PADDLE BRUSH – RAINBOW

De D90L is de grote broer van de kleinere D90 borstels. Door het grotere oppervlak van de D90L is deze borstel geschikter voor lang en dik haar. Alle borstels uit de D90 serie van Denman hebben zachte en flexibele nylon borstelharen waardoor deze borstel soepel door het haar glijdt, niet vast komt te zitten en zacht aanvoelt.

**Adviesverkoopprijs € 28,30 Bruistprijs\* € 19,81**



### D4 LARGE STYLING BORSTEL 9 RIJEN

Door de wereldberoemde perfect gladde plastic borstelharen met afgeronde punt komt de borstel niet vast te zitten in het haar. Het verspringende borstelharenpatroon zorgt wel voor maximale grip en controle in het haar.

**Adviesverkoopprijs € 19,75 Bruistprijs\* € 13,83**



Niet gebruiken met föhn

### D6 BEBOP MASSAGE BORSTEL - ZWART

De D6 borstels van Denman voor ontwarren van het haar, het masseren van de hoofdhuid en voor het verdelen van stylings- en verzorgingsproducten in het haar. De D6 borstels van Denman hebben drie functies; je kunt hem gebruiken voor het doorborstelen van nat haar waardoor je goed kunt ontwarren.

**Adviesverkoopprijs € 5,95 Bruistprijs\* € 4,17**



**DENMAN®**

# Iconische *styling!*

### D38 POWER PADDLE BRUSH - ROOD/ZWART/ WIT

De Power Paddle borstels van Denman zijn een combinatie van de Klassieke styling borstels met de bekende Paddle Borstels. De wereldberoemde perfect gladde plastic borstelharen met afgeronde punt zijn soepeler dan de iconische borstels.

**Adviesverkoopprijs € 29,95**

**Bruistprijs\* € 20,97**



### D84 PADDLE BRUSH HANDTAS

De Denman Paddle borstels zijn multifunctionele borstels, geschikt voor het ontwarren, föhnen, shapen en stylen van alle haartypes en lengtes. De plastic borstelharen met baleinde voorkomen schade aan de hoofdhuid en zorgen voor een zachte verzorging.

**Adviesverkoopprijs € 23,55**

**Bruistprijs\* € 16,49**



### D83 PADDLE BRUSH

De D83 Paddle brush van Denman zijn borstels voor het snel en zacht stylen van alle haarlengtes en -types. De D83 Paddle Brush is een multifunctionele borstel die zeer geschikt is voor het ontwarren, föhnen, stylen en shapen van alle haarlengtes en -types.

**Adviesverkoopprijs € 26,95**

**Bruistprijs\* € 18,87**



### D90 TANGLE TAMER ULTRA ZACHT – ZWART

De D90 serie borstels van Denman zijn krachtige borstels voor het pijnloos ontwarren van nat en droog haar. De borstels uit de D90 serie van Denman hebben zachte en flexibele nylon borstelharen waardoor deze borstel soepel door het haar glijdt, niet vast komt te zitten en zacht aanvoelt.

**Adviesverkoopprijs € 19,35**

**Bruistprijs\* € 13,55**



Niet gebruiken met föhn



### THERMO CERAMIC - D62 MEDIUM 33 MM

De keramische D60 borstels van Denman zijn licht van gewicht en door het met zacht rubber beklede handvat ligt deze borstel comfortabel en stevig in de hand. Het handvat is uit één stuk gemaakt waardoor het erg robuust is en hygiënisch blijft.

**Adviesverkoopprijs € € 22,05 Bruistprijs\* € 9,07**



### HANDTASSTYLING- BORSTEL 5 RIJEN

Door de wereldberoemde perfect gladde plastic borstelharen met afgeronde punt komt de borstel niet vast te zitten in het haar. Het verspringende borstelharenpatroon zorgt voor maximale grip en controle in het haar.

**Adviesverkoopprijs € 12,95**

**Bruistprijs\* € 9,07**

Poelier Geert Frijters heeft veertig jaar ervaring en in zijn speciaalzaak [geertkip.nl](http://geertkip.nl) verkoopt hij de lekkerste kipspecialiteiten... en nog veel meer!



GEGRILD



HAPJES



TAPASSCHOTELS

Nieuwe Haagdijk 34, Breda  
076-5217055 | 06-24940388  
[info@geertkip.nl](mailto:info@geertkip.nl)

# geertkip.nl

Om je vingers bij af te likken...

Alle producten zijn vers en worden met liefde en aandacht gegrild

**AANBIEDING**  
1 kg gegrilde kipkluijjes  
voor slechts  
**€ 6,95**



## Apotheekgroep Breda

Apotheek van den Bergh  
Apotheek Brabantpark  
Apotheek Doornbos  
Apotheek FarmaZorg  
Apotheek Heusdenhout  
Apotheek Teteringen  
Apotheek Woltermann  
Wondzorg Breda

De grootste groep  
zelfstandige apotheken  
van Breda e.o.

Medicatiebewaking  
Medicatiebegeleiding  
Medicatiebereiding  
Medicatiebeoordeling  
Medicatierollen  
Medicatiekluisjes

Medicatie =  
Apotheekgroep Breda

[www.apotheekgroep.nl](http://www.apotheekgroep.nl)



## Medicatiebewaking

Een leuke term, maar wat is het? Een verklaring voor de lange wachttijd in een apotheek? Lang verhaal kort: medicatiebewaking is de reden waarom medicatie door een apotheek wordt verstrekt.

De moeilijkheid bij het leveren van medicatie zit hem niet in het 'plakken van etiketten en afleveren van doosjes'. Dat kun je ook automatiseren. De kunst van het leveren van medicatie is: zorgen dat de juiste medicatie wordt geleverd. Medicatie die bij ú past. Bij úw lichaam, leeftijd en úw andere medicatie. Het is altijd maatwerk: de beste cholesterolverlager voor uw buurman zou voor u gevaarlijk kunnen zijn. En wat voor de één een pijnstillertje voor spierpijn is, kan voor de ander een acute ziekenhuisopname betekenen.

Dat is wat **Apotheekgroep Breda** voor u doet: alle voorschriften worden gecontroleerd en waar nodig aangepast aan wat voor ú het beste is.

**U staat centraal!**

Dat is waarom u uw medicatie bij één van de locaties van **Apotheekgroep Breda** haalt: dan weet u zeker dat u uw medicatie veilig kunt gebruiken!

Dat geldt overigens ook voor alles wat u zónder recept in de apotheek koopt. Alle medicatie en vitamines die u bij ons haalt, komen in uw dossier. Alles wordt door ons bewaakt.

**We zien u graag tegemoet in één van onze vestigingen!**



# Een glanzende, luchtige bos met krullen



Kan jouw haar wel wat deskundige zorg en aandacht gebruiken? Dan moet je zeker eens een afspraak maken bij Indulge cuts & colours in hartje Etten-Leur. Bij deze kapsalon draait alles om kwaliteit en aandacht. Eigenaressen Lianne en Trista doen er samen met hun twee medewerkers Kim en Femke alles aan om jou volledig in de watten te leggen en met een mooie coupe weer naar huis te laten gaan.

Namens Nederland Bruist mocht ik voor een Bruisend Bezoek naar Indulge cuts & colours in hartje Etten-Leur. Lianne, Trista, Kim en Femke zorgden ervoor dat het bezoek een exclusieve ervaring werd waarbij ik even volledig ondergedompeld werd in hun klantvriendelijke, maar professionele aandacht.

*Indulge*  
cuts & colours

MARKT 11, ETTEN-LEUR  
076-5033422  
HAIRDRESSERS@INDULGE.NL  
WWW.INDULGE.NL

Bij binnenkomst werd ik ontvangen door Lianne en het team met, een warm welkom en een drankje. Mijn wens was dat mijn haar weer luchtig zou worden en mijn krullen lang in model zouden blijven. Kim vertelde mij in het kort wat ik van de handeling kon verwachten, dit gaf mij een fijn gevoel.

Mijn haar werd plukje voor plukje geknipt. Kim keek daarbij naar waar de krul zich in de pluk bevindt. Op die plek werd een knipje gemaakt waardoor de krul meer definitie kreeg en luchtiger werd. De plukjes van mijn bovenste laag werden door Kim eerst getwist en vervolgens ingeknipt op een aantal plekken.

Na het knippen was het tijd om mijn haar te wassen en te verzorgen. Kim deed dit met de producten van NVO Purity Curl. Eerst werd mijn haar gewassen met de shampoo en ondertussen mocht ik genieten van een heerlijke hoofdhuidmassage in de massagestoel. Ook werd mijn haar verzorgd met een proteïne booster.

Vervolgens heeft Kim mijn haar behandeld met de Hair Balm. Dit heeft mijn haar hersteld en gehydrateerd. De Hair Balm werd verdeeld in de lengte over mijn haar

en moest een paar minuten inwerken. Mijn haar werd uitgeborsteld met de Balm nog in mijn haar. Zodat mijn haar niet zou worden beschadigd.

De Curl Cream van NVO Purity Curl werd aangebracht op mijn handdoekdroge haar. Met de diffuser is mijn haar vervolgens gedroogd en gestyled. Het resultaat was een gehydrateerde, glanzende en luchtige bos met krullen. Precies wat ik wilde!

De behandeling bij Indulge cuts & colours was geweldig. Ik heb onwijs genoten van de behandeling en het professionele advies. Het was erg interessant wat Kim vertelde over de behandeling en krullen in het algemeen. Het resultaat spreekt voor zich! Al met al ben ik blij met het eindresultaat en raad ik Indulge cuts & colours zeker aan.

*Liefs Serena*



# BOTS BOOTCAMP & OBSTACLES

COLUMN/BOTS

LOOKING/GOOD

Bootcamp is de beste allround buitensport die je altijd kan doen. Door een goede opbouw van hardlopen in combinatie met diverse krachtoefeningen, kun je je hele lichaam trainen. Wil je juist meer "core stability", ben je aan het voorbereiden op een mudrun of een hardloopactiviteit? Dan is de bootcamp workout van BOTS jouw training.

**Circuittraining** Spierkracht ontwikkelen en daarnaast ook nog afvallen? Dan raden wij de circuittraining aan. Een workout waarbij je onder begeleiding van instructeurs meegenomen wordt in een reeks aan oefeningen met korte tussenpauzes. Maximaal resultaat zonder kilometers hardlopen.

**BBB HIIT** In ons lesprogramma hebben we ook de speciale BBB les. De les waarbij elke dame haar Buik, Billen en Benen traint in combinatie met een High Intensity Interval Training (HIIT). Onze instructrice zorgt voor maximale begeleiding omdat er maar slecht 10 plaatsen in een BBB les zijn. Schrijf je dus snel in!

**Obstacles** Obstacles are the next generation of a total body workout. Klim in de touwen, over banden muren, hang onder een lowrig en vlieg door de monkeybarr. De combinatie van obstacles waarbij je in een groep elkaar helpt en uitdaagt om jezelf sterker te maken in het bedwingen van obstacles. BOTS heeft een geweldig uitdagend obstaclepark vol met de allernieuwste obstacles die je tegenkomt op elke (internationale) mudrun.



**BOTS**  
BOOTCAMP & OBSTACLES

Strijpenseweg 3, Prinsenbeek  
[www.botsbootcamp.nl](http://www.botsbootcamp.nl)

BEN JE  
NIEUWSGIERIG  
GEWORDEN?

RESERVEER  
JOUW GRATIS  
PROEFLES  
OP ONZE  
WEBSITE

## Wees lief voor je lijf!

Sapkuren, ontgiften en je lichaam weer in balans brengen. Na al die winterse feestmaaltijden is het misschien goed om een tijdje te minderen.



**EEN DETOXKUUR** is een simpele manier om je lichaam te ontgiften. Dat wil zeggen: je ondersteunt je lijf bij het afbreken van ongewenste stoffen. Wil je leren hoe je je lichaam in een week kunt zuiveren van opgehoopte gifstoffen? Bruist geeft je nuttige tips.

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

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

**DRINK DE HELE DAG** door regelmatig water en vul dit aan met groene thee en (zuiverende) kruidenthee. Water helpt je lichaam bij het afvoeren van gifstoffen. Vezels helpen je darmen als het ware 'schoon te maken'. Kies vooral voor vezels die te vinden zijn in groenten en voeg vezels toe aan je dagelijkse voeding en je smoothies in de vorm van lijnzaad en chiazaad. Begin het jaar goed en wees lief voor je lijf in januari.

# Gezocht: *Stagiaires*

**Doe ervaring op in een bruisend bedrijf**

Met ruim 40 uitgaven per maand is **BRUIST** een succesvolle formule in Nederland, België en Spanje. Onze doelstelling is om in zo veel mogelijk steden een glossy stadsmagazine uit te geven. Wil je daaraan een steentje bijdragen? Meld je dan als stagiaire voor de afdelingen Customer Care en Sales. Liefst voor de duur van 6 maanden.

Voor de afdelingen Customer Care en Sales zijn we op zoek naar de volgende stagiaires:

- **Junior sales accountmanager**
- **Medewerker Customer Care**

*Meer informatie vind je op*  
[www.nederlandbruist.nl/vacatures](http://www.nederlandbruist.nl/vacatures)



Stuur een korte motivatiebrief en volledige CV met pasfoto t.a.v. Lea Bossers naar [vacature@nederlandbruist.nl](mailto:vacature@nederlandbruist.nl).



**HET ADRES VOOR DE VOLGENDE DIENSTEN:**

**LAKCORRECTIE | LAKBESCHERMING**  
(WAX, GLASCOATING & PPF)  
**LEERHERSTEL | INTERIEURREINIGING**  
**DECHROMEN | LAMPEN TINTEN**

Daarnaast zijn allerlei onderhoudsproducten verkrijgbaar in onze webshop.

**WWW.JSCARCARE.NL | 06-20310805**

# Het mooiste aandenken ben jezelf!

Er is geen mooiere herinnering dan een beeld van je eigen handen en lichaam. Het is eeuwig en uniek.

Hand- en bodycasting betekent het kopiëren van een lichaamsdeel, welke daarna gegoten wordt in een kunstharz en afgewerkt. Het is een methode om een levensecht 3D kunstbeeld te maken van je eigen lichaam. Bekende handcasting zijn bijvoorbeeld de familiekransen, maar ook de familie hart-vorm, de generatiebeelden en de babyhandjes. Naast deze handenkunstwerken, kan bodycasting nog veel meer zijn.

Denk bijvoorbeeld aan zwangere buiken, de baby Belly Bowl, torso's. De afweking van een kunstbeeld kan in vele verschillende kleuren. Brons, goud en koper zijn de meest gebruikte afwerkingen. Bij de afspraak voor de afdruk nemen we samen door welke kleur en afwerking je wilt. In principe vinden de afspraken voor het maken van de afdrukken plaats in mijn atelier in Prinsenbeek. Maar indien het niet meer mogelijk is om

naar mijn atelier te verplaatsen, dan kom ik op locatie.

## Heb je interesse of heb je vragen?

Stel ze gerust. Ook op de website kun je al veel informatie en beeldmateriaal vinden.



Eigenaar: Francine Lamers | Meester Bierensweg 55, Prinsenbeek  
06-54357135 | [www.ateliermakingmemories.nl](http://www.ateliermakingmemories.nl)

*Beauty is je mooie gezicht!*  
...maar ook je haar en make up

Wij zijn een nieuwe Hair & Make-up salon in Princenhage Breda. Het is een kapsalon voor dames en heren vanaf 0 tot 120 jaar oud. Buiten standaard kapperdiensten, zoals kleuren, knippen en stylen verzorgen wij ook professionele make-up en bruidskapsels, maar ook Hairextensions. Wij werken met Lanza, "hét" product op dit moment. Voor Hairextensions werken wij met Balmain.



**HEB JE VRAGEN?**  
Bel 0625125689  
of mail  
[xstyling.anna@gmail.com](mailto:xstyling.anna@gmail.com)



VOOR NA  
MODIEUZE KAPSELS

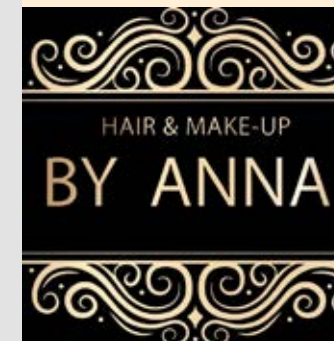


VOOR NA  
MAKE-OVER



Mijn naam is Anna Wojnarowska, eigenaar van **Hair & Make-up by Anna**. Met alle trots mag ik mij noemen: **Ambassadeur van NU SKiN in Benelux**.

Want je beauty is niet alleen je haar en make-up, maar ook je mooie gezicht.



Pastoor van Spaandonktstraat 30,  
Princenhage Breda  
06-25125689

[hairmakupbyanna](https://www.facebook.com/hairmakupbyanna)

'WE HOUDEN WEL  
VAN EEN UITDAGING'



KITCHEN  
CONCEPTS



MAAK NU EEN  
AFSPRAAK  
EN BESPREEK DE  
MOGELIJKHEDEN!  
076-2050196

# KITCHENCONCEPTS

maakt keukendromen waar

Marco Verheijen zit al sinds 1989 in de keukens. Gedreven om op eigen benen te staan en het op zijn geheel eigen manier te doen, opende hij in 2015 de deuren van Kitchen Concepts in Breda. "Wij zijn geen keukenverkopers, maar binnenhuisarchitecten die toevallig ook verstand hebben van keukens", aldus Marco.

Klanten zijn hoofdzakelijk particulieren, maar ook bedrijven: zo heeft Kitchen Concepts de prachtige professionele showkeuken gebouwd bij Store 317 in Breda. "Inclusief twee kookeilanden, waarbij de kasten in zwart gepoedercoat stalen frames zijn geplaatst, dat is helemaal ons ding."

kastenwand of een sfeervolle open haard om- bouw in de huiskamer? Ook dat kunnen we voor onze rekening nemen."

## Volop inspiratie

In de showroom van 500 m<sup>2</sup>, met veertien schitterende keukenopstellingen verspreid over twee verdiepingen, kun je je volop laten inspireren. Het team van Kitchen Concepts staat klaar om je te adviseren. "We werken zo veel mogelijk op afspraak. Het eerste gesprek is meestal in de showroom en duurt drie uur. Daarbij nemen we alle tijd om een goed idee te krijgen van de keuken van je dromen. Tijdens een vervolgspraak presenteren we een 3D-beeld van het ontwerp, zodat je een helder beeld krijgt van hoe de keuken er uit gaat zien. Het helpen van klanten, de gastheer mogen zijn, vind ik persoonlijk nog steeds het leukste aan dit werk."

## Het complete plaatje

De onderneming staat voor exclusieve maatwerk-keukens in het hogere segment. "De keukens die wij bedenken, zijn anders dan anders en op maat gemaakt van hoogwaardige materialen: van volledig elektronische keukens tot keukens bekleed met leer. We doen ons best om echt iets unieks te realiseren en laten graag onze creativiteit de vrije loop. Hoe groter de uitdaging, hoe beter. We stoppen bovendien niet bij de keuken, we denken graag mee in de rest van het interieur. Wil je bijvoorbeeld een houten, op maat gemaakte



Minervum 7030, Breda | 076-2050196 | info@KitchenConcepts.nl | [www.kitchenconcepts.nl](http://www.kitchenconcepts.nl)



EEN NIEUWE  
KAMERPLANT IS DÉ  
MANIER OM HET JAAR  
GROEN TE BEGINNEN

# Help, mijn woonkamer voelt *zo leeg!*

Daar zit je dan. De kerstboom is de deur uit en in je woonkamer zit je tegen een leeg gat aan te kijken. Een hele maand, en misschien zelfs langer, was de kamer gevuld met de heerlijke geur van dennen en knipperende lichtjes. Maar aan alles komt een eind, dus ook aan kerst. En nu?

Er zijn verschillende manieren om de leegte van je kerstboom op te vullen. Je kunt er een mand of stoel neerzetten, maar wat te denken van een mooie, nieuwe kamerplant. Niet voor niets luidt de reclame 'kerstboom eruit, kamerplant erin'. Bovendien kan een nieuwe plant symbool staan voor een nieuw begin. Het is tenslotte al 2022 en dus tijd voor verandering!

**STRESSREMMERS** Er zijn heel wat kamerplanten die een geschikte vervanger zijn voor de kerstboom. Omdat ze bijvoorbeeld een stressverlagende werking hebben, wat niet verkeerd is na de drukke decembermaand. Neem nou de Yucca. Deze van oorsprong Mexicaanse plant is wel wat droogte gewend, dus mocht je een keer vergeten om water te geven, dan is dat niet meteen een ramp. Dat geldt ook voor de kentia en de dracaena die ook bekendstaan om hun luchtzuiverende werking.

## WEG DENNENBOOM, HALLO KAMERBOOM

Was je heel erg gehecht aan je kerstboom, probeer dan eens een kamerboom. Het voordeel is dat je meteen heel veel groen in huis haalt. Zoals de polyscias, een struikachtige boom die net als de kerstpiek recht omhoog groeit. De beaucarnea doet het binnen iets minder goed dan buiten, maar is dankzij zijn grote zwarte knol waaruit krullende bladeren groeien wel een mooie blikvanger in je kamer. Nog zo'n imposante plant is de alocasia. Hij valt vooral op dankzij de grote opvallende bladeren die vanuit het midden van de plant groeien. Elk nieuw blad is hoger dan het vorige.

**TOPPER** En dan heb je natuurlijk nog de ficus, die het uitstekend doet in de Nederlandse huiskamers. Ideaal voor iemand die de leegte wil opvullen, maar geen groene vingers heeft.

**Ook op zoek naar een kamerboom?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

**sven &  
sophie**

Aandacht voor  
been- en ondermode is  
aandacht voor jezelf.

Bij Sven & Sophie beseffen  
wij dat als geen ander.

Daarom biedt onze winkel  
meer dan alleen een ruim  
assortiment eersteklas  
producten van toonaangevende  
merken.

Wouwsestraat 40, Bergen op Zoom  
0164 - 21 06 15

Ginnekenstraat 19, Breda  
076 - 521 44 27  
(Schuin tegenover HEMA)

Winkelcentrum 21, Etten-Leur  
076 502 1549

Arendshof 57, Oosterhout  
0162 455 666

Nieuwsgierig?  
bekijk meer op  
[www.svensophie.com](http://www.svensophie.com)



*Ze maken je  
oufit compleet*

**OROBLU**

Panty's van Oroblu in 20, 40 en 60 denier en Falke  
in 30, 50 en 100 denier, dus in vele diktes. Van  
chique tot lekker warm, voor elke gelegenheid en  
passend bij alle outfits. We adviseren je graag.



**marcmarcs®**

YOUR CHOICE OF LUXURY

Marcmarcs leuke  
damesokken, gezellig  
voor in de winter.

*Gewoon  
lekker  
eigenwijs!*

## ZIT JIJ ER WEER WARMPIJES BIJ?

Bij Sven & Sophie hebben we de meest bijzondere sokken en boxershorts voor de koude winterdagen.

*Draag jij  
ook wat bij?*

**SOKKEN DIE  
OCEANEN  
OPSCHONEN**



A'dam boxers, sokken en nu ook mondkapjes.  
Van organische katoen, dus ze zitten niet alleen  
lekker, maar zijn ook nog eens milieuvriendelijk.



*Ze hoeven niet zo  
saai te zijn!*



Bart sjaals, mutsen en  
handschoenen, voor hem en haar,  
lekker warm voor in de winter.

**BARTS®**  
AMSTERDAM

*Speciaal voor  
koukleunen*



# maxaro<sup>®</sup>

## badkamers en tegels

Ruim **5.000 m<sup>2</sup>**  
keuze, beleving  
en aandacht



Slaag maximaal op [www.maxaro.nl](http://www.maxaro.nl) óf in onze megashowroom aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal**



Bezoek één van onze megashowrooms  
in Rotterdam, Utrecht of Roosendaal

Bekijk de actuele openingstijden en  
bereikbaarheid op onze website.

# Een vredig begin in januari



## DÉ RIJSCHOOL VOOR BREDA, TILBURG E.O.

Wil jij goed en veilig leren rijden? Dan moet je bij Kootstra Rijopleidingen zijn. Of je nu komt voor je auto- of motorrijbewijs, je bromfiets-, C1- of aanhangwagenrijbewijs, het enthousiaste team van Kootstra doet er samen met jou alles aan om dat rijbewijs te halen.

### Kwaliteit

Naast alle rijlessen biedt Kootstra Rijopleidingen ook camper- en caravantrainingen. Tevens ben je er voor een theoriecursus aan het juiste adres. "Waarom je voor ons moet kiezen? Omdat wij staan voor kwaliteit, bij alles wat wij doen!"

Nieuw bij Kootstra Rijopleidingen is dat sinds kort ook de mogelijkheid wordt geboden om te lessen in een elektrische auto. "Wij zijn één van de eersten in de regio waar dit kan. Elektrisch rijden is de toekomst en daar spelen wij maar al te graag op in."

WE  
LESSEN OOK  
ELEKTRISCH!  
MAAK NU EEN  
AFSPRAAK!



### Steenbok

Je haast en temperament zullen in dit jaar verlichten.

### Ram 21-03/20-04

Je blik op de wereld is zeer realistisch en dat kan gereflecteerd worden in je besluitvorming. Vertrouw op jezelf.

### Stier 21-04/20-05

Je zal de meeste tijd alleen met je gedachten spenderen. Maar je kan deze tijd in je voordeel gebruiken.

### Tweelingen 21-05/20-06

Wees niet bang om open te staan voor dit hoofdstuk. Je zal namelijk uitblinken in je communicatievaardigheden en wijsheid.

### Kreeft 21-06/22-07

Deze maand is voor jou de maand van persoonlijke ontwikkeling. De jaarwisseling zal je stress geven, maar veel nieuwe mensen in je leven wijzen je de weg.

### Leeuw 23-07/22-08

In januari zal je je op elke mogelijke manier herboren voelen. Je zal nergens voor terugdeinzen en je zal zeer alert zijn.

### Maagd 23-08/22-09

De motivatie voor je prestaties zullen deze maand ontwaken waarbij je voornemens ervoor zorgen dat je weer in vorm raakt.

### Weegschaal 23-09/22-10

Je zal in januari aanzienlijke stemmingswisselingen ervaren en het zal even duren voordat je je gevoelens helder hebt.

### Schorpioen 23-10/22-11

Dit jaar start je met enthousiasme. Niets zal je uit balans brengen. Je mentale stabiliteit zal de sleutel zijn tot succes maar zorg dat je dit ook omarmt.

### Boogschutter 23-11/21-12

Er zullen onopgeloste situaties aan het oppervlak komen. Sta in je energieke kracht en laat je verleden je verleden zijn.

### Steenbok 22-12/20-01

In het prille begin zal je veel geluk hebben. Wees niet bang voor veranderingen in je leven, alles zal goed op elkaar aansluiten.

### Waterman 21-01/19-02

In januari zal je nieuwe energie opdoen die je vooruithelpt. Ook zal je alles met een koel hoofd benaderen, wat resulteert in een grote dosis doorzettingsvermogen.

### Vissen 20-02/20-03

Het begin van het jaar zal een goede tijd zijn. Veel creatieve energie komt in je naar boven en je zit vol met nieuwe ideeën.

# Vrijgezel Sarah stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Een jaar geleden zijn we daarom van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze Bruisende Vrijgezellen. Deze maand hebben we speciale aandacht voor: Sarah.

Haar sociale leven is bruisend en druk, maar toch mist Sarah een mooie vrouw naast zich in haar leven. "Iemand die net als ik heel sociaal en open is en graag onder de mensen is, maar tegelijkertijd ook houdt van een avondje lekker samen op de bank", vertelt Sarah als ze denkt aan haar 'ideale vrouw'. "Ze hoeft echt niet zo druk te zijn als ik ben, maar wel lekker spontaan", voegt ze lachend toe. "En net als ik moet ze op zoek zijn naar huisje-boompje-beestje, want ik heb geen zin meer om jaren te latten."

Ook qua uiterlijk weet Sarah vrij goed waar ze naar op zoek is: "Ik val op vrouwelijke vrouwen, met lang haar en lichte ogen. Niet al te lang en ook niet veel ouder dan ik zelf ben. Het innerlijk speelt uiteraard ook een

belangrijke rol. Ik hoop dan ook iemand te vinden met wie ik goed kan praten en die er ook echt voor mij kan zijn wanneer ik dat even nodig heb. Iemand om heel veel in mijn leven mee te delen, maar die daarnaast ook nog haar eigen leven heeft... En dan het liefst een leven enigszins in de buurt van Tilburg, waar ik woon en waar ik mijn (sociale) leven heb." Een leven dat bestaat uit veel sporten, lekker eten en drinken en één van haar grootste passies voetbalclub Willem II. "Ik heb een seizoenskaart en ga eigenlijk naar alle thuiswedstrijden. Dat is wel een vrij belangrijk onderdeel van mijn leven, net als mijn werk trouwens. Ik werk in de maatschappelijke zorg, waarin het sociale dat ik eerder al noemde dus ook weer tot uiting komt. Vandaar dat ik dat ook hoop terug te vinden in mijn toekomstige partner."

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

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar [ontwerp@nederlandbrui.nl](mailto:ontwerp@nederlandbrui.nl).

BRUISENDE/VRIJGEZEL

LENGTE  
173 CM

LEEFTIJD  
35 JAAR

OGEN  
BLAUW

*Jij reageert  
toch ook?*

Wil jij ook in deze rubriek op zoek naar jouw grote liefde? Mail dan naar [contact@nederlandbrui.nl](mailto:contact@nederlandbrui.nl) en je komt geheel kosteloos in Bruiet.



Bij Stof&Wol vind je  
240 m<sup>2</sup> aan stoffen,  
wol en fournituren.  
We hebben een groot,  
veelzijdig en eigentijds  
assortiment.

Belcrumweg 30, Breda  
076-5327424  
info@stofenwol.nl  
[www.stofenwol.nl](http://www.stofenwol.nl)

**Openingstijden**

dinsdag - vrijdag van  
10.00 tot 17.30 uur  
zaterdag van  
10.00 tot 16.00 uur



# SALE!

*We maken ruimte voor  
de nieuwe stoffen en garens!*

**SALE**

Let op, van 2 t/m 10 januari is de winkel  
gesloten. Online shoppen kan altijd!



Wanneer u overweegt een prothese te nemen kunt u bij ons terecht voor een gratis en deskundig advies. We onderzoeken de mondholte grondig en bespreken vervolgens de mogelijkheden. Tijdens het behandeltraject besteden we veel tijd en aandacht aan onze cliënten. We streven altijd naar een perfect resultaat.

De specialisaties van de praktijk liggen op het gebied van **implantaten**, **protheses**, **frames** en **gedeeltelijke protheses**. Maar ook op het gebied van implantaatgedragen protheses is ruime vakkennis aanwezig.

**Alleen het beste van het beste is goed genoeg voor onze patiënten.**

*Inge van der Gaag*



- ✓ **Vast contactpersoon**
- ✓ **Snelle service bij reparatie**
- ✓ **Gratis eerste consult**
- ✓ **Gecertificeerd**
- ✓ **Patiëntvriendelijk**

# Inge weet raad

Een afgebroken tand, een scheur of een breuk in uw kunstgebit; het kan de beste overkomen. Gelukkig heeft Tandprothetische praktijk I.A. van der Gaag de kennis en ervaring in huis om reparaties aan uw kunstgebit snel en vakkundig te verrichten.



Stel reparaties aan uw kunstgebit niet uit en maak vandaag nog een afspraak om langs te komen in mijn praktijk aan de Alard Duhamelstraat in Breda. Ik begrijp dat het voor u niet prettig

is om zonder tanden rond te moeten lopen, daarom streef ik er altijd naar om reparaties zo snel mogelijk uit te voeren. Vaak kan de reparatie nog dezelfde dag worden uitgevoerd en zit u 's middags alweer met een stralend gebit aan de koffie.

Mocht er onverhoopt iets met uw kunstgebit gebeuren, neemt u dan telefonisch contact met mij op voor een afspraak. Ga vooral niet zelf proberen om uw kunstgebit te maken. Uit de praktijk blijkt dat dan de problemen uiteindelijk alleen maar groter worden. Laat de reparatie over aan een echte vakspecialist!

**En de kosten?** Een deel van de kosten wordt in de meeste gevallen vergoed door de zorgverzekeraar. De vergoeding kan oplopen tot wel 75%!

**Bent u benieuwd naar wat Tandprothetische praktijk I.A. van der Gaag voor u kan betekenen?** Maak dan snel een afspraak. U kunt voor de deur parkeren.

Voor meer poetsadvies kunt u contact opnemen met Inge van der Gaag



Mensen kunnen bij mij ook terecht voor controles en reparaties.

Wij zijn dagelijks telefonisch bereikbaar. Snelle service bij reparatie. U krijgt een advies op maat met een kosten en vergoedingen begroting.

**Een eerste consult is bij ons altijd gratis!**

KUNSTGEBIT

FRAMEPROTHESE

IMPLANTATEN

Tandprothetische praktijk  
I.A. van der Gaag  
Alard Duhamelstraat 78, Breda  
(076) 587 70 20

[www.tppvvdgaag.nl](http://www.tppvvdgaag.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!*





Met ruim 40 uitgaven per maand is **BRUIST** een succesvolle formule in Nederland, België en Spanje. Onze doelstelling is om in zoveel mogelijk steden een glossy stadsmagazine uit te geven. Werk je graag in een team en ben je op zoek naar een nieuwe uitdaging? Dan zoeken wij jou!

# Gezocht: Stagiaire Junior PA, management assistente

In deze functie ben je onderdeel van onze office afdeling. Je ondersteunt de Operationeel Manager. Je vindt een divers takenpakket leuk, toont initiatief en je bent proactief. In deze rol draag je zorg voor een optimale afhandeling van diverse administratieve taken. Denk hierbij aan het maken van diverse contracten, personeelsadministratie bijhouden, huisvesting, wagenparkbeheer en vooral ad-hoc zaken, die het vak wil leren en aan een spreekwoordelijk half woord genoeg heeft. Wil je het vak leren, organiseren en prioriteiten

stellen? Dan is dit de ideale plek om ervaring op te doen. Aarzel niet en neem zo spoedig mogelijk contact met ons op.

**Meer informatie vind je op**  
[www.nederlandbruist.nl/vacatures](http://www.nederlandbruist.nl/vacatures)

**#personalassistent #officemedewerker  
#managementassistente #secretaresse**



Stuur een korte motivatiebrief en volledige CV met pasfoto t.a.v. Lea Bossers  
naar [vacature@nederlandbruist.nl](mailto:vacature@nederlandbruist.nl).

# Compacte fiets of vouwfiets nodig?

Bij **Schietecat** moet je zijn

## (E-)Compacte fietsen | i:SY & Cube

Een compacte fiets is het perfecte, wendbare vervoersmiddel voor woon-werkverkeer. Bij Schietecat Tweewielers in Breda vind je een uitgebreid aanbod aan fietsen en scooters. Hier vind je altijd de perfecte tweewieler die voldoet aan je wensen. Daarnaast kun je rekenen op een uitstekende, persoonlijke service.

*Een compacte fiets combineert de voordelen van een gewone stadsfiets met die van een vouwfiets.*

## (E-)Vouwfietsen | Brompton & Tern

Wie in Breda of omgeving een vouwfiets wil kopen, doet dat het beste bij Schietecat Tweewielers. Wij zijn gespecialiseerd in verschillende soorten fietsen, en ook scooters. In vouwfietsen bieden we je grote keuze in alle betere merken en verschillende categorieën. Als je de bus of trein opstapt, vouw je de fiets gewoon op tot zijn compacte vorm. Wanneer je gaat fietsen, klap je de fiets weer open en je bent klaar om te vertrekken. Perfect dus voor wie een compacte fiets zoekt om op een milieubewuste manier zijn of haar bestemming te bereiken.



Heb je nog vragen? Dan bereik je ons  
ook telefonisch via +31(0)76 521 2830.

**Schietecat**  
tweewielers



Korte Boschstraat 3, Breda | 076-5212830 | [www.schietecat.nl](http://www.schietecat.nl)



# DROMEN, DURVEN, DOEN

Het is weer januari. Na hopelijk mooie en warme feestdagen met familie en vrienden is het tijd om jouw doelen voor dit nieuwe jaar uit te werken. Grote kans dat jij al goede voornemens hebt en dit jaar écht aan de slag wilt met het realiseren van jouw dromen en doelen, of die nou persoonlijk of zakelijk zijn.

Maar hoe begin je daarmee? En hoe houd je het vol? De sleutel tot succes is het vaststellen van wat echt betekenis voor je heeft. Is jouw doel afvallen, zoek dan uit wat voor jou de beweegreden hierachter is. Wanneer je jouw focus dagelijks legt op wat er voor jou écht toe doet, zullen andere (bij)zaken hun grip op jouw geluk verliezen. Zelf ben ik erachter gekomen dat mijn algehele gezondheid waardevol is voor mij, zodat ik mijn dromen kan realiseren en een goede tijd heb met mijn dierbaren. Een gezond gewicht behouden en wekelijks sporten helpen om mijn einddoel bereiken, maar ik doe deze handelingen niet meer puur om hoe ik er daardoor uitzie. Dat is alleen een mooie bijkomstigheid.

Door elke dag met het einddoel bezig te zijn en te leven alsof je het al bereikt hebt, zul je het uiteindelijk realiseren. Je hebt een droom, een top waar je naartoe wilt. Bedenk hoe het voelt om daar te zijn. Want als je het gevoel hebt dat je het dan voor de geest kunt halen, kun je het realiseren. Als je het kunt dromen, kun je het doen. Dit zul je mij vaker horen zeggen en ik geloof hier met volle overtuiging in. Visualiseer jouw einddoel en bedenk vervolgens wat je ervoor nodig hebt om dit te bereiken. Je zult automatisch de juiste keuzes maken, wanneer je jouw einddoel scherp en bewust voor ogen hebt.



Liefs, Fajah Lourens

**Heb je een duwtje in de rug nodig?** Bestel de Killer Planner in de MKBMshop. Deze is deze maand verkrijgbaar voor € 14,95. Onthoud: als ik het kan, kun jij het ook!

## UW ALLROUND SCHILDER VOOR BINNEN & BUITEN

BEL VOOR MEER  
INFORMATIE OF EEN  
VRIJBLIJVENDE OFFERTE  
06 20 20 34 09



**De Bell schilderwerken** is een uitstekende partij voor al uw **schilderwerk en onderhoud** van uw onroerend goed. Goed schilderwerk is van groot belang. Het weer is onder andere van grote invloed op de kwaliteit van het schilderwerk van uw huis. Alleen al daarom verdient uw huis een vakman. Wij werken mee aan het op peil houden van uw onroerend goed op de langere termijn. Met jarenlange ervaring in het schildersvak kunt u ervan op aan dat hoge kwaliteit, vakmanschap en duurzaamheid voor De Bell schilderwerken vanzelfsprekend zijn.

**BEZOEK OP  
LOCATIE MET  
VRIJBLIJVEND  
ADVIES**

**GEDEGEN  
ADVIES  
OVER  
KLEUREN EN  
MATERIALEN**

**UITSLUITEND  
GEBRUIK  
VAN  
PROFESSIELE  
VERFSYSTEMEN**

**BEHANG,  
SPUITWERK,  
VLIESWERK,  
ONDERHOUD,  
ET CETERA**

# STORE 317

Wereldse huisgemaakte producten  
Zwitserse specialiteiten  
Heerlijk eten & drinken in een nieuw jasje



VAN 1 T/M 17  
JAN'22 RUSTEN  
WIJ UIT EN DOEN  
WE NIEUWE  
INSPIRATIE OP!



WERELDS,  
HEERLIJK  
EN EERLIJK



Ginnekenweg 317, Breda | 06-51775417 | shop@store317breda.nl | www.store317.nl



## ENRW Trading

nét iets anders  
en exclusiever dan doorsnee!

Al jaren een begrip voor planten, houten meubels en decoratie

KOM LANGS  
EN LAAT JE  
VERRASSEN, TOT  
BINNENKORT!



Steeds  
vernieuwde  
items

ENRW Trading: altijd nét iets anders en nét wat exclusiever dan doorsnee.  
Bekijk hieronder een greep uit de producten die we aanbieden. Voor het actuele  
assortiment bent u van harte welkom in onze winkel.



PLANTEN



GROEI EN BLOEI



HOUTEN MEUBELS



DECORATIE



ENRW Trading BV, Haagweg 22, Breda | 076-5300702 | www.enrwtrading.nl

# BRUIST

*Gepensioneerd...*



Dit is Piet, 73 jaar en al enige jaren gepensioneerd. Maar nog steeds actief en gemotiveerd aan de slag als bezorger voor Nederland en België Bruist. Een betrokken en gemotiveerde bezorger die meedenkt met het reilen en zeilen van de bezorging in zijn regio.

## WAT WIJ ZOEKEN:

Een gemotiveerde man of vrouw die 1 week aan het begin van elke maand onze magazines wil gaan bezorgen.

**Ben jij die actieve thuismoeder of vitale, actieve oudere man of vrouw die er voor wil gaan om elke maand bedrijven te bezoeken om daar magazines af te geven?**

- Iemand die binnen een straal van 10 km in of rond OOSTERHOUT woont.

## INTERESSE?

Stuur voor meer informatie een mail met je CV naar Frans Pijnenburg via [vacature@nederlandbruist.nl](mailto:vacature@nederlandbruist.nl).  
Of bel 076-7115340 voor meer informatie.

Ben jij op zoek naar een (bij)baan voor DE EERSTE volle week in de maand?

Word dan nu BEZORGER van onze bruisende magazines in de regio

SCHILDE-SCHOTEN

óf

BELGISCHE GRENSTREEK

# Ook een glasheldere omgeving?

**MVO Schoonmaakdiensten regelt het voor je!**

MVO is een klein schoonmaakbedrijf, maar wel met 25 jaar ervaring. Al ons personeel heeft ruime ervaring en wordt binnen het bedrijf goed opgeleid. Dit om alle schoonmaakwerkzaamheden goed en verantwoord te verrichten. Onze kracht is onze communicatie en goede afspraken omtrent werkzaamheden en tijden.

Door goed naar onze klanten te luisteren, kunnen wij de wensen waarmaken. Dit door overzichtelijke werkschema's, waarin de wensen van de klant verwerkt zijn. Regelmatig onderhouden van contacten, controles, en personeel met passie.

## Werken met Passie

Ook mensen met afstand tot de arbeidsmarkt zijn van harte welkom bij MVO Schoonmaakdiensten. Voor MVO Schoonmaakdiensten B.V. is dit een droom, die we graag uit laten komen.

Een goede samenwerking met de instanties en de goede begeleiding van MVO Schoonmaakdiensten kunnen dit maken tot een groot succes. Iedereen heeft recht op een baan en een stukje geluk en waardering.



Wil je dit ook?  
Maak dan een afspraak  
06 18 86 08 29

Rietschotten 1 office 217, Oud Gastel | 06 - 18 86 08 29  
[info@mvo-schoonmaak.nl](mailto:info@mvo-schoonmaak.nl) | [www.mvo-schoonmaak.nl](http://www.mvo-schoonmaak.nl)

**MVO**  
Schoonmaakdiensten B.V.

We luisteren, denken met je mee en zetten jouw woorden om in bloemen.  
Altijd vers. Altijd geschikt met liefde, creativiteit en vakmanschap.  
Je kunt je boeket via ons ook laten bezorgen. In Nederland. En daarbuiten.  
Met Fleurop.

DE MOOISTE BOS  
haal je bij ons.  
Kom langs!

*Wij bezorgen een goed gevoel*



**BLOEM & PLANT**

*By Dennis Kuylars*

Halstraat 19 • Breda • verkoop@marijnkruese.nl • 076- 522 27 23

*Bloemwerk voor  
alle gelegenheden*

## Maak kennis met onze houten blinds collectie



*John & Nicolette*

Wij van Dina Raamdecoratie presenteren met trots onze nieuwe collectie **raamdecoratie** en **vloeren**. Wij bieden u een breed scala aan modieuze raambekleding die een verrijking is voor uw woonruimte. Met oog voor stijl en gemak. Deze collectie is met veel zorg samengesteld door onze professionele adviseurs en styliste. Wij bieden u de mogelijkheid uit verschillende producten, stijlen en honderden kleuren te kiezen.

**Laat u vrijblijvend  
informer en inspireren.**

Tevens hebben wij een zeer divers en modieus assortiment vloeren. Van tapijt tot pvc, u vindt het allemaal op onze site en in de winkel.

[www.dina-raamdecoratie.nl](http://www.dina-raamdecoratie.nl)

# *Dina Raamdecoratie*

**Voor het complete plaatje!**

Oude Bredaseweg 26, Etten-Leur | 076-5022747 | [dinaraamdecoratie@planet.nl](mailto:dinaraamdecoratie@planet.nl)  
Geopend: di. t/m vr. 9.00 - 15.00 uur, za. 9.30- 13.00 uur, zo. en ma. gesloten

**HOUTEN  
BLINDS  
20%  
KORTING**

# In gesprek in je relatie

De huidige tijd vraagt in veel gezinnen de **nodige flexibiliteit** en een flinke dosis **aanpassingsvermogen**.

De rollen die ieder had zijn verschoven. En niet meer voor even, maar inmiddels voor lange tijd.

Het nieuwe jaar is een mooie tijd voor **reflectie**.

Kan ieder van jullie zich vinden in de nieuwe rolverdeling? Communiceren jullie naar ieders **tevredenheid** in deze nieuwe situatie?

Blijft ieder ook toekomen aan eigen ruimte en bezigheden?

Kruip eens samen op de bank, kaarsje aan, drankje erbij.

Stel elkaar eens bovenstaande vragen en voer een belangrijk gesprek.



Is dit gesprek lastig? Weet dat je bij Praktijk MOOS ondersteuning kan vinden hierbij.

Ook wanneer je samen bent kan een steuntje in de onderlinge communicatie, als ouders en als partners, welkom zijn.

BEZOEK ONZE WEBSITE

[WWW.PRAKTIJKMOOS.NL/INGESPREKINJERELATIE](http://WWW.PRAKTIJKMOOS.NL/INGESPREKINJERELATIE)

**MOOS**  
PRAKTIJK VOOR MEDIATION &  
ONDERSTEUNING BIJ SCHEIDING



## Voorkom uitglijders in je douche met BeterGrip

**Dat kan nu met de veilige, duurzame en mooie uitstraling van Xenz AntiSlip.**

Xenz Antislip is de transparante coating (met antislip-korrel) voor in de douche. De coating is op waterbasis en gebaseerd op oplosmiddelvrij materiaal. Daarnaast biologisch afbreekbaar. Indien gewenst verwijdert u de antislip-laag weer. Verkrijgbaar in twee standaard versies, voor een breed scala aan toepassingen.

De nagenoeg onzichtbare antislip wordt toegepast in de douche, in bad of op de geglazuurde tegels. Daardoor worden deze ruimten weer permanent veilig. De aangebrachte AntiSlip coatings zijn hygiënisch en voorzien van een officieel certificaat voor AntiSlip Klasse C. Dit volgens DIN 51097.

Xenz is verkrijgbaar bij:



Neem voor een offerte gerust contact op met ons of check ons complete assortiment antislip op: [www.goodflooring.nl](http://www.goodflooring.nl)

Goodflooring® is een handelsmerk van Haagh Protection BV, Rijen

[www.goodflooring.nl](http://www.goodflooring.nl)



EXTRA GENIETEN TIJDENS DE KORTERE DAGEN

RESERVEER NU JOUW

HIGH TEA

HIGH WINE

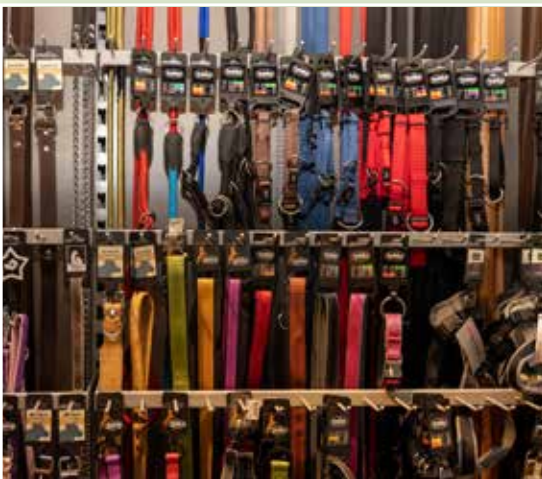
OF EEN GEZELLIGE LUNCH

DE BROODTOREN, TORENSTRAAT 16, BREDA

FACEBOOK/DEBROODTORENBREDA


Broodtoren  
Breda

Voer tot speeltjes - manden - riemen - dergelijke benodigheden - snacks



Alles wat je maar nodig kunt hebben voor honden, katten en knaagdieren



 **Dol Op Dieren**  
DE BURCHT

De Burcht 10, Breda | 076-5602217



De beste plek voor al je creatieve uitpattingen!

We hebben een uitgebreid assortiment naaimachines, lockmachines, borduurmachines en coverstitch machines.

Heb je al een goede machine? Vergeet dan niet dat onderhoud belangrijk is! Of heeft je machine kuren? Wij hebben een eigen technische dienst.

Daarnaast hebben we natuurlijk veel founituren, verschillende soorten naai- en lockgaren en een goede collectie naaipatronen (Burda, Simplicity en La Maison Victor).

Ook voor breien en haken ben je bij ons aan het juiste adres. Er is een prachtige collectie wol van o.a. LangYarns, Phildar, Borgo de Pazzi en Scheepjes, brei- en haaknaalden en mooie patroonboeken.

**vanvliet**  
naaimachines

Spinveld 13a-2, Breda  
076-5216827

[www.vanvlietnaaimachines.nl](http://www.vanvlietnaaimachines.nl)

# Een nieuw jaar, een nieuw begin

**We wensen u een creatief 2022!**



Wij zijn gesloten van 25 december t/m 10 januari.



## GEZICHTSBEHANDELINGEN

HUIDVERBETERINGEN

PEDICURE/MANICURE

MAKE-UP

ONTHARING

MASSAGE

Joyce Stallen - van Hattum | Gouddonk 3, Breda | 06-33901408 | [www.salon-labeaute.nl](http://www.salon-labeaute.nl)

Salon | *La Beauté*  
Schoonheidsverzorging, pedicure en visagie

VOOR MEER  
INFORMATIE  
Bel 06-33901408  
of kijk op  
de website.

## Toe aan een heerlijk moment van ontspanning?

Bij Salon La Beauté ben je aan het juiste adres.

Of het nu gaat om een ontspannende gezichtsbehandeling met massage of het verven van je wimpers, bij Salon La Beauté laat je je gezicht maximaal verzorgen en verwennen. **Kijk voor de verschillende behandelingen op mijn website!**



## Ons motto is Lief, Leuk & Hip!

To Bedazzle is dé webshop voor al uw unieke haaraccessoires. Wij maken haarbandjes, speldjes en elastiekjes voor jong en oud.

Neem een kijkje in onze webshop en laat u verrassen!

**To Bedazzle**  
Handmade Hair Accessories  
[www.tobedazzle.nl](http://www.tobedazzle.nl)



## Podologie & voetzorg sinds 1985



- Dé professional in paramedische voetzorg
- Behandeling voet- en enkelklachten
- Voetzorg bij diabetes, reuma, vaatlijden, sport
- Oncologische voetzorg en overige risicovoeten
- **NATUURLIJK ÓÓK VOOR GEWONE VOETZORG**

Nauwe samenwerking met fysiotherapie, medisch specialist, POH/huisarts Ingeschreven in het Register Paramedische Voetzorg.

Behandeling op afspraak

**Podologie en Voetzorg Erna Smans**  
Roeselarestraat 480, Breda | 076 - 587 35 50



**Rosa Breda is de winkel voor handgemaakte bonbons, verse koffie & thee en heerlijke kaas & wijn.**

Wij houden van alle lekkere dingen in het leven en genieten hier dan ook met volle teugen van.

Na vorig jaar onze webshop BoBo's Bonbons te hebben gelanceerd, weten we het zeker: dit willen we blijven doen!

We gaan dan nu ook een stapje verder; een winkel openen op onze eigen manier.

Robert staat in de winkel bonbons te maken en legt ook graag uit waar hij mee bezig is. Samantha adviseert je met plezier over de verschillende combinaties drank en spijs, en stelt graag een leuk door jou uitgezocht cadeaupakket samen.

**We hebben er zin in, zien we je snel!**

# Rosa: de winkel van het heerlijke genieten

*Smullen maar...*



**BoBo's Bonbons** BoBo's Bonbons is een webshop gespecialiseerd in bonbons en chocolade. Alle producten worden met de hand vervaardigd, waardoor iedere bonbon zijn geheel eigen uitstraling heeft. Wij maken gebruik van gezellige kleuren en geven de bonbons een bijzondere maar toch herkenbare smaak. Voor bijzondere gelegenheden zijn de bonbons ook te personaliseren in kleur, vorm en smaak. **Neem contact op voor de mogelijkheden.**

**Koffie** Onze koffie blends zijn zorgvuldig samengesteld om de perfecte kop koffie bij jou thuis te creëren. Onze bonen komen uit Guatemala, Colombia en Ethiopië. Iedere week worden de bonen vers gebrand. Hierdoor heb je altijd een vers kopje koffie om van te genieten.

*Iedere week vers aangeleverd*



*Maar ook heerlijke wijnen*



**Wijn** Robert Hoogland van Hoogland Wijnimport hoeft je weinig meer te vertellen over de wijnwereld. Hij heeft voor ons heerlijke wijnen samengesteld, die prachtig aansluiten op de rest van de producten in de winkel. Wijn en bonbons, check! Kom langs en ervaar het zelf.

Boschstraat 66, Breda | 076 5264825 | [f rosabredaNL](https://www.facebook.com/rosabredaNL)  
info@rosabreda.nl | [www.rosabreda.nl](http://www.rosabreda.nl)

FOTO'S: BREDA CITY APP



# BROCKS HOMEOPATHIE

IS DÉ GESPECIALISEERDE DROGISTERIJ  
IN HOMEOPATHISCHE EN  
KRUIDENGENEESMIDDELEN,  
NATUURLIJKE HUIDVERZORGING EN  
VOEDINGSSUPPLEMENTEN.

Welk jaargetijde dan ook,  
wij staan altijd voor u klaar  
met het juiste advies en/of  
product.

Wij wensen u een mooi en  
gezond 2022!

*Janne Brocks*

Ginnekenweg 28, Breda | 076-5219313  
[www.brockshomeopathie.nl](http://www.brockshomeopathie.nl)



## SOCIAL CAPITAL

verbinden werkt.

[WWW.SOCIALCAPITAL.NL](http://WWW.SOCIALCAPITAL.NL)




HOUT  
IJZERWAREN  
GEREEDSCHAPPEN

**JAAK VAN WIJCK**  
Ginnekenweg 146  
BREDA  
[www.jaakvanwijck.nl](http://www.jaakvanwijck.nl)

### Een greep uit onze vernieuwde collectie

**DUS WACHT NIET LANGER**  
Bekijk onze zee aan mogelijkheden!

Graag begroeten we u in onze showroom en vertellen we u meer over de mogelijkheden.

## HEERLIJK GENIETEN

VAN CHOCOLADE, PURE VERWENNERIJ!



**Chocolaterie Melange**

Haverdijk 4, Prinsenbeek | 076-886 46 72  
[www.chocolateriemelange.nl](http://www.chocolateriemelange.nl)

# Start jij 2022 met gezonde voornemens?

Wist jij dat magnesium effectief wordt opgenomen via de huid? Bij Health Wellness SenseCity kan jij het krachtige mineraal zelf ervaren:

- Opperste ontspanning aan de spieren en versterkt botten en gewrichten;
- Zuivert en versoepelt bloedvaten;
- Nieuwe energie en maakt gelukstofjes aan. Je voelt je als herboren!

## 1 uur floaten staat gelijk aan 5 uur slaap

Floaten is gewichtloos drijven in pure magnesiumwater. Door de combinatie van gewichtloosheid en magnesium gaat je lichaam herstellen op fysiek, mentaal en emotioneel niveau. Drie keer 60 minuten floaten geeft pas het diepe, optimale en meest voelbare effect. Kijk op onze website voor meer informatie en tarieven.

• Floaten 30, 60 en 90 minuten vanaf	€29 p.p.
• Magnesium Experience 2.5-3 uur 5 behandelingen	€89 p.p. €85 duo p.p.
• Magnesium Experience Deluxe 3-3.5 uur 6 behandelingen	€129 p.p. €125 duo p.p.

---

## Speciale voucher!

Om jouw goede voornemens een boost te geven hebben we een speciale actie: 3x 60 minuten floaten rittenkaart voor €33,- per sessie (in plaats van €39,-). Knip deze voucher uit en neem het mee om het te verzilveren aan onze receptie. Deze actie dient in één keer te worden voldaan en is alléén geldig tot 28 Februari 2022. Wij verwelkomen je graag bij SenseCity!

[www.sensecity.nu](http://www.sensecity.nu)  
@sensecity.nu     
076 785 74 65 | [info@sensecity.nu](mailto:info@sensecity.nu)  
Ginnekenweg 11-13 4818 JA Breda



SenseCity®

# De makelaar die anders is!

Bent u op zoek naar een makelaar in een snel pak met een dikke stropdas? Die in een dure auto aan komt rijden? Een makelaar die veel tijd steekt in Twitter en Facebook en die tijd dus niet aan u besteedt?

**Ga dan op zoek naar een andere makelaar, Van Langevelde Makelaardij is anders!**



Geen snel pak, geen dure auto, geen uiterlijk vertoon. Geen Twitter, geen Facebook, maar alle tijd voor u. Mijn doel is om uw woning zo goed mogelijk te verkopen of aan te kopen, niets meer en niets minder. Daar besteed ik mijn tijd aan. *Graag tot ziens, Pieter van Langevelde*



**HUIS  
TE KOOP?**  
Maak nu een afspraak  
06 - 502 414 55

**Van Langevelde**

Makelaardij

Vincent van Goghstraat 23, Breda  
06-50241455 | info@vanlangevelde.nl  
[www.vanlangevelde.nl](http://www.vanlangevelde.nl)



### Rustmoment

Waar de kapsalon zich echt in onderscheidt, is het rustmoment dat wordt gecreëerd.

Kimberley legt uit: "De kapsalon ligt in het buitengebied van Breda midden in de natuur. Laat de chaos van de stad even achter en neem een momentje voor jezelf. Ik geef je ondertussen een perfect kapsel!"

## Perfect kapsel voor een betaalbare prijs

*House of Hair*  
**HOUSE OF HAIR**  
BY KIMBERLEY  
SINCE 2020

Afspraak maken kan via  
[www.houseofhairbykimberley.com](http://www.houseofhairbykimberley.com)

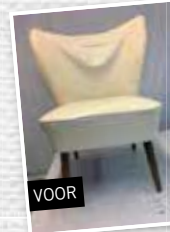
Volg ons op:

Rithsestraat 122, Breda | 06-36026677 | House of Hair by Kimberley



## New Støff

meubelstoffering en meer



VOOR



NA

EEN WERELD  
VAN VERSCHIL!



NA



VOOR

Mathenesestraat 75, Breda  
newstoff@kpnmail.nl

[www.newstoff.nl](http://www.newstoff.nl)



## Gun je lievelingsbank of stoel een tweede leven!

*Josette van den Hoek*

Bel 06 23572966 voor een afspraak!

# Oud-Hollandse *hete bliksem*

De winter is natuurlijk dé tijd van het jaar om stampot op tafel te zetten. Hete bliksem is één van de weinige stampotten die niet met een groente gemaakt wordt, maar met appels en peren. De smaak is dan ook verrassend fris.

4 PERSONEN - 40 MIN.

## INGREDIËNTEN

750 gram aardappelen  
2 Conference peren  
2 grote Elstar appels  
1 ui  
1 kaneelstokje  
1 steranijs  
100 gram spekreepjes  
1 rookworst  
50 gram roomboter  
50 milliliter volle melk  
zout en peper

## BEREIDING

De aardappelen, peren en appels schillen. Verwijder het klokhuis bij de appels en peren. Snij de aardappels in stukken en de peren en appels in blokjes. Maak de ui schoon en snipper deze.

Doe de aardappelen, het kaneelstokje, de steranijs, de gesnipperde ui, de peren en de appels in een pan. Voeg water toe totdat het geheel net onder water staat en breng het aan de kook. Laat het gedurende 15 tot 20 minuten zachtjes koken.

Doe ondertussen de spekreepjes in een hete koekenpan en bak de reepjes zonder olie of boter krokant. Laat ze uitlekken op wat keukenpapier.

Verwarm de rookworst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet de aardappelen en de rest af en verwijder de steranijs en het kaneelstokje. Doe de rest weer terug in de pan en laat het even nadampen. Voeg de roomboter en de melk toe.

Stamp met een pureestamper en breng op smaak met zout en peper. Roer de spekreepjes door de stampot. Serveer de hete bliksem met de rookworst.



# PUZZELPAGINA



Lekker weer even tot jezelf komen én energie opdoen? Kom na de drukke decembermaand met veel gezelligheid weer even bij met een warm kopje koffie of thee. Nestel jezelf lekker op de bank en blader (online) door deze editie van Bruist en puzzel mee voor mooie prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-7-8**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

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

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

Maak kans op een

*Peach blossom  
Smoothing  
Body Wash*



Begin de dag fris met deze heerlijke body wash op basis van perzikenbloesem en geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid dankzij dit fijne product van O'right.

-ur+z+Q-i   
 a=o+y  
 d=w+h   
 o=z+g+tv  
v+ y=e  
 k=s+bell+p+e   
 s=d+.

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 februari de oplossing in op onze site: [www.breda-bruist.nl](http://www.breda-bruist.nl)

Maak kans op

*Perris Swiss  
Laboratory  
t.w.v. € 95,-*



Anti-aging peeling van Perris Swiss Laboratory, geschikt voor alle huidtypen voor een optimaal resultaat. Werkt liftend en verstevigend en maakt de huid gladder en soepeler. Fijne lijntjes worden minder zichtbaar. Bevat 99% natuurlijke bestanddelen en is klinisch getest.

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

schoonheid    rimpel  
 leeftijd    veroudering  
 gelaat    mooi  
 creme    jong

Streef 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 februari de oplossing in op onze site: [www.breda-bruist.nl](http://www.breda-bruist.nl)



LONG ISLAND CUISINE  
RESTAURANT

THE NEW FIESTA VANAF  
**€19.905**



Binnenkort in de showroom | [www.vanmossel.nl/ford](http://www.vanmossel.nl/ford)

**Van Mossel**