

DE MAASHORST 

SEPTEMBER 2022 GRATIS MEENEMEN!  
[WWW.DEMAASHORSTBRUIST.NL](http://WWW.DEMAASHORSTBRUIST.NL)

# BRUIST



*Johan Goossens:*  
'Ik hou ervan als  
mensen eerlijk zijn'

Maak een  
*frisse start!*

# Je tuin is je visitekaartje

*Alex Ulijn maakt er iets moois van!*

Al 25 jaar legt Alex Ulijn tuinen aan in Uden en de verre omgeving. **Van het allereerste ontwerp tot het reguliere onderhoud**, Alex Ulijn en zijn team nemen desgewenst alles uit handen.

- ◆ Tuinaanleg
- ◆ Tuinonderhoud
- ◆ Erfafscheidingen
- ◆ Bestratingen



**Alex Ulijn Tuinaanleg**  
Luitstraat 30, Uden  
06-23033390  
info@alexulijn.nl  
[www.alexulijn.nl](http://www.alexulijn.nl)



## Van cosmetische behandeling tot complete gebitsrenovatie

Wil jij weer een gebit waar je trots op kunt zijn? Bij CDC Complete Tandzorg helpen ze je graag verder. Hier werken specialisten op verschillende gebieden, waaronder cosmetische tandheelkunde, gebitsrenovatie en narcosebehandelingen.

Cosmetische behandelingen zijn ingrepen zoals tanden bleken, facings en kronen en bruggen. De specialist kan adviseren over de beste ingreep of combinatie van ingrepen en maakt gebruik van kwalitatief hoogwaardige materialen. De specialist op het gebied van gebitsrenovatie denkt met je mee om ook zeer beschadigde gebitten weer gezond en mooi te maken, onder andere met protheses, klikprotheses en compleet vaste brugconstructies.

Daarnaast zijn er narcosebehandelingen waarbij de tandarts samenwerkt met het anesthesisteam. Bij CDC Complete Tandzorg vind je alles onder één dak. Zij luisteren naar je wensen en denken graag mee over een passende oplossing. Samen met jou doorlopen ze het behandeltraject en ze begeleiden je bij elke stap, zodat je niet voor onverwachte verrassingen komt te staan. Wil je je als reguliere patiënt inschrijven voor je normale check-ups, dan kan dat ook bij CDC.



*Heer gezond is  
jouw tandvlees?  
Test het hier*

*Jouw lachen, onze passie*



Doet de lichtste aanraking van je tandvlees al pijn? Of bloedt het tijdens het poetsen? Dan is de kans groot dat je ontstoken tandvlees hebt. Ontstoken tandvlees is een signaal dat het tandvlees in slechte conditie verkeert. Wees gerust. Het is geen reden voor acute paniek, maar wel een reden om actie te ondernemen. Gezond tandvlees is de basis van een gezond gebit. Dus ontzettend belangrijk!

## Ontstoken tandvlees? Kom altijd in actie!

### Gingivitis

Een beginnende tandvleesontsteking wordt gingivitis genoemd. Dit is normaal gesproken door dagelijkse, goede reiniging met elektrisch poetsen en het gebruik van tandenstokers, ragers en/of flossdraad tussen de tanden en kiezen te voorkomen.

### Ontstoken tandvlees voorkomen

Om je tandvlees gezond te houden, is goede mondhygiëne erg belangrijk. De oorzaak van ontstoken tandvlees is meestal onvoldoende mondhygiëne, bijvoorbeeld door het verkeerd of zelfs laks omgaan met tandenpoetsen. Wij raden je aan om je gebit tweemaal per dag te poetsen, minstens een half uur na de maaltijd en voor het slapen gaan. Het liefst met een zachte elektrische tandenborstel. Ook de reiniging met tandenstokers, ragers of flossdraad is dagelijks nodig om tussen de tanden te reinigen.

Het is heel belangrijk om minimaal twee keer per jaar naar de tandarts en/of mondhygiënist te gaan. Zeker

als je al last hebt van ontstoken tandvlees. De tandarts of mondhygiënist doet een grondige reiniging om al het tandsteen of tandplak te verwijderen, ook net onder het tandvlees.

### Parodontitis

Verwaarloos je ontstoken tandvlees (gingivitis), dan kan de ontsteking ernstiger worden en overgaan in parodontitis. Deze gevorderde tandvleesontsteking gaat dan verder onder het tandvlees en kan het kaakbot aantasten. Gevolg hiervan is terugtrekkend tandvlees en tanden of kiezen die los komen te staan. De bacteriën die parodontitis veroorzaken, zijn bovendien gevaarlijk voor je algehele gezondheid. Je slikt ze namelijk door. Ze belanden in je maag en worden opgenomen in het bloed, waarna ze, onder andere, hart- en vaatziekten, beroerte of een vroeggeboorte kunnen veroorzaken. Blijf er dus niet mee rondlopen!

De tandarts of mondhygiënist weet het beste wat je kunt doen om ontstoken tandvlees te genezen. En daarnaast bespaar je hoge tandartskosten. Preventie is goedkoper dan genezing!

*Wist je dat...*

CDC op Feedback Company meer dan 5.000 reviews heeft met een score van 8.8!





*Impressie*  
**Heeswijk-Dinther**



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





10

# COLOFON



16

**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 - Frans Pijnenburg  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Maaïke van Helmond

f Like ons op Facebook.com/demaashorstbruist

**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. De Maashorst Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 39 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



12



28



23

# Inhoud



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

# Bruisende lezer,

Er is een tijd van komen en een tijd van gaan... ook als het de zomervakantie betreft. Hoe jammer het ook is, voor de meeste mensen is het 'normale' leven weer begonnen. Voor sommigen vol frisse moed, maar er zijn ook heel wat mensen die hier minder enthousiast van worden. Behoor jij tot die laatste groep? Dan heb je misschien wel last van de vakantieblues. Je leest er meer over in deze nieuwste editie van Bruist.

Wie geen last heeft van de vakantieblues is cabaretier Johan Goossens. Hij staat te trappelen om deze maand weer het theater in te gaan met zijn show *Kleine pijntjes*, zo blijkt uit het interview dat we met hem hadden. Goede tip voor als jij wel last hebt van zo'n 'afterzomervakantiedipje': reserveer kaartjes voor deze show. Dan heb je iets om naar uit te kijken en daar word je automatisch een stuk vrolijker van.

Of ze nu last hebben van de vakantieblues of niet, dat maakt voor onze bruisende ondernemers niet uit. Zij blijven hoe dan ook enthousiast en delen maar al te graag hun inspirerende verhalen. Nieuwsgierig? Blader dan snel verder!

**Lea en Marcel Bossers**

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

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

VOORZIE JE DROMEN VAN  
EEN STAPPENPLAN

# Zo maak je een *frisse start*

De koffers zijn uitgepakt, de vakantiekiekjes hangen aan de muur en de wekker gaat als vanouds in alle vroegte af; de zomervakantie zit er weer op. Sommigen hebben er zin in, anderen zien er tegenop. Zo maak je een frisse start.

Het grootste deel van de werknemers voelt zich na een paar weken welverdiende vakantie als herboren en gaat vol nieuwe plannen aan het werk. Er zijn echter ook genoeg mensen die niet staan te springen om het kantoorleven weer op te pakken. Hoe start je na de vakantie?

**MAAK EEN PLAN VOOR JEZELF** Vakantie wordt door velen gezien als een moment om na te denken over hun carrière. Ze nemen zich dan allerlei zaken voor: na de vakantie ga ik echt minder overwerken, meer sporten, gezonder eten, op de fiets naar mijn werk, een volgende carrièrestap maken of een nieuwe baan zoeken. Wanneer ze eenmaal weer aan het werk zijn, blijkt dat energieke en positieve gevoel niet lang stand te houden. Om te voorkomen dat er daardoor niets van je plannen terecht komt, moet je je dromen voorzien van een stappenplan. Formuleer eerst met welk gedrag je je doel bereikt. Je wilt een nieuwe baan? Dan moet je iedere week minstens één sollicitatiebrief de deur uitdoen. Om iets vol te

houden, moet je je gedrag belonen, in plaats van het resultaat. Vier brieven geschreven? Beloon dat met het kopen van een boek of ga lunchen met een vriend.

**HOUD VAKANTIEGEWOONTEN VAST** Wie na zijn vakantie op kantoor moeite heeft met opstarten en last heeft van moeheid, gebrek aan concentratie, geïrriteerdheid en somberheid, lijdt aan de vakantieblues. Ga na wat je tijdens de vakantie prettig vond en creëer er een plek voor in je gewone leven. Houd het vakantiegevoel vast door na het werk te gaan borrelen op het strand of ga tapas eten op een knus terrasje in de stad.

**DOE TWEE DAGEN NIETS** Zijn nog niet alle vakantiedagen opgesnoept, neem twee extra dagen op en doe niets. Meerdere korte vakanties in plaats van een lange, kan ook een positief effect hebben op de vakantieblues. Plan alvast een nieuwe trip om naar uit te kijken.

**Wil jij ook een frisse start maken?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



## LEZERSACTIE\*

## Cheeky Sauvignon

(H)eerlijke cheeky Sauvignon, tropisch en verfrissend, tjokvol citrus. Crispy en opwekkend, met aroma's van granny smith en passievrucht. Iedere slok doet verlangen naar de volgende. Al met al een sappige Sauvignon met een dorstlessende afdrank.

[www.thegoodwine.nl](http://www.thegoodwine.nl) TAG #WIT



## UNION – FLOW OLD RED

Fashionable arriveren bij de vrijmibo of superchique naar die nieuwe koffietent om de hoek? Met de Union Flow cruise je soepel door de stad. Met deze lichtgewicht, aluminium fiets steel jij gegarandeerd de show!  
[www.union.nl](http://www.union.nl)

DE UNIEKE  
INTERIEURCOLLECTIE VAN  
LIV'IN ROOM 121

A WAY OF LIVING!

Kom thuis in jouw droomwoning. Creëer een persoonlijk stukje paradijs met de unieke meubelstukken van Liv'in Room 121. De combinaties van kleuren en materialen zorgen voor een zorgeloze Ibiza vibe. Ontdek de hele collectie in onze webshop of breng een bezoek aan onze meubelwinkel in Antwerpen.  
[www.livinroom121.be](http://www.livinroom121.be)



## VERPLAATSBARE SCHOENENKAST

Overzichtelijk opbergen van 54 paar schoenen met dit extra grote en afsluitbare schoenenrek ofwel schoenenkast.

Licht maar stevig schoenenrek XXL, bestaande uit metalen buizen met kunststof verbindingstukken en een hoes van een hoogwaardige ademende stof met een dubbele ritsluiting. Eenvoudig te monteren en te demonteren door de verbindingstukken in elkaar te steken en weer uit elkaar te halen.

De afmetingen van dit uiterst handige en voordelige rek zijn: hoog 160 cm x breed 100 cm x diep 28 cm, de kleur is zwart.



VAN  
€ 49,95  
NU VOOR  
€ 39,95

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



Scan  
de  
QR-code

Heerlijke  
*nazomer*

Do  
mee  
en  
win

WEES UNIEK EN CREËER HET  
ZELF OP AMBACHTELIJKE WIJZE!

Wil je graag zelf eens met leder aan de slag gaan, op ambachtelijke wijze?

Ben je op zoek naar quality time met vriendinnen, zussen, met collega's,...

Heb je nood aan me-time? **Neem dan snel een kijkje op de website en ontdek de verschillende workshops lederbewerking.**



[www.artistiki.be](http://www.artistiki.be)

12

KENWOOD  
– MULTIPRO GO

Na een vakantie vol eten buiten de deur is het stiekem toch wel heel fijn om zelf weer in de keuken te staan. De nieuwe Kenwood MultiPro GO maakt dit gemakkelijk door de eenvoud van een hakmolen te combineren met de prestaties van een keukenmachine en een grenzeloze capaciteit.

[www.kenwoodworld.com/nl-nl](http://www.kenwoodworld.com/nl-nl)



## LEZERSACTIE\*

## Cheerful Merlot

YES! Lekkere wijn die ook nog eens bijdraagt aan wat belangrijk is: een eerlijke wereld voor iedereen.

In samenwerking met The Good Roll Foundation & Made Blue doneren zij per verkochte fles 750 liter schoon drinkwater aan communities in Afrika. Bovendien is de wijn 100% biologisch, vegan en hartstikke lekker. Daarom is The Good Wine, goed voor jou en voor een ander!



[www.thegoodwine.nl](http://www.thegoodwine.nl) TAG #ROOD

13

## 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)

BRUIST  
Deals

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

# Flebologisch Centrum Grave

Uw behandelcentrum voor spataderen en aambeien

Nieuwste methoden  
Snelle intake  
Ervaren artsen  
Kwaliteitskeurmerk  
ZKN  
Geen wachtlijsten

Snel en vakkundig  
van uw spataderen en  
aambeien af



- Patiënten uit heel Nederland komen naar het Flebologisch Centrum Grave om spataderen en aambeien te laten behandelen.
- De specialisten van FCG maken gebruik van de modernste en nieuwste

technieken.

- De kliniek kent hele korte wachtlijsten en zorgverzekeraars vergoeden het overgrote deel van de behandelingen.

Bezoek de website voor meer informatie: [www.spataderen-fcg.nl](http://www.spataderen-fcg.nl)  
of neem vrijblijvend contact met ons op: 0486-420096

Klinkerstraat 8-10, Grave  
Tel: 0486 42 00 96  
[info@spataderen-fcg.nl](mailto:info@spataderen-fcg.nl)



Flebologisch Centrum Grave

COLUMN SPATADEREN  
& AAMBEIEN



## Spataderen & aambeien er is altijd wat aan te doen

Flebologisch Centrum Grave

Patiënten uit heel Nederland komen naar het Flebologisch Centrum Grave om spataderen en aambeien te laten behandelen. De specialisten van het Flebologisch Centrum maken gebruik van de modernste behandeltechnieken.

GRAVE - Vaatchirurg Wijnand van Gent, eigenaar van Flebologisch Centrum Grave, legt uit: "Spataderen en aambeien kunnen bijzonder vervelende klachten veroorzaken. Mensen hebben vaak een lange weg nodig om naar ons toe te komen. Zo'n 50 tot 70% van de mensen krijgt spataderen. Zwangerschappen en staande beroepen hebben een negatief effect op spataderen. Het is niet te voorkomen, maar we kunnen het wel altijd oplossen!"

De behandeling  
is vrijwel pijnloos  
en vaak binnen 15  
minuten uitgewerd

Tachtig procent van de spataderbehandelingen valt onder de verzekerde zorg. Alle medisch noodzakelijke ingrepen behoren tot de verzekerde zorg. Cosmetische behandelingen komen voor rekening van de patiënt zelf.  
"Mensen praten er gelukkig openlijk over,

zeker wanneer het verholpen is. Dat is bij aambeien natuurlijk even anders."

"Aambeien komen vrij veel voor, maar helaas lopen mensen er nogal eens lang mee rond. Er rust een taboe op. Mensen schamen zich voor een aandoening bij de anus, daar stappen ze niet zo snel mee naar een arts. Dat is spijtig, want wij kunnen patiënten met een eenvoudige ingreep van hun klachten afhelpen. De behandeling is vrijwel pijnloos en vaak binnen 15 minuten.

Wijnand van Gent: "Daarom zeg ik: spataderen, blijf er niet mee rondlopen. Aambeien, blijf er niet mee zitten. De specialisten van het Flebologisch Centrum Grave bieden zorg van topniveau. Maak daar gebruik van!"

Flebologisch Centrum Grave | Klinkerstraat 8-10, Grave | 0486 - 420096 | [info@spataderen-fcg.nl](mailto:info@spataderen-fcg.nl) | [www.spataderen-fcg.nl](http://www.spataderen-fcg.nl)



# HET NIEUWE *Modeseizoen* IS BEGONNEN

Kom inspiratie opdoen  
of neem alvast  
een kijkje op onze site  
[www.boetiek24.nl](http://www.boetiek24.nl)

Scan mij



Schoonstraat 24, Heesch  
0412-450440  
[www.boetiek24.nl](http://www.boetiek24.nl)

boetiek24

Voel je welkom  
bij Boetiek24  
in Heesch

De kolibrie wordt ook wel de helikopter  
onder de vogels genoemd omdat deze vogelsoort  
stil kan 'hangen' in de lucht.

**13% van de hoogopgeleiden**

bezoekt een alternatieve genezer

zonder bewijs dat het werkt.

Kleine kinderen hebben vooral veel  
slaap nodig om **hun brein** te laten rijpen.

Vrouwen met rode truitjes kunnen

rekenen op **meer aanbidders**

dan dames gehuld in blauw. Vrouwen vinden het  
fijn als **hun man** een stukje langer is dan zichzelf.

Het meest gebruikte **wachtwoord is**  
**123456**. De helft van de Nederlanders

verandert zijn wachtwoord nooit.

Door je iets **in te beelden** kun je  
daadwerkelijk beter worden in een taak.

# Depressief, burn-out of gevoelens waar je mee in strijd bent geraakt?

**Van alles geprobeerd om dat te veranderen, maar zonder succes?**

Blijvend anders biedt je mogelijk een andere oplossing. Een oplossing die ervoor zorgt dat jij in de gaten krijgt hoe het werkt in jezelf en waar dingen vandaan komen, om vervolgens écht te kunnen veranderen. Je hoeft geen vragenlijsten in te vullen, niet wéér je hele verhaal te vertellen en ik leer je geen methodes en/of trucjes.

Elke vorm van begeleiding begint bij Blijvend anders met de overdracht van kennis en inzicht. Vervolgens weet jij aan de hand van die kennis en inzichten zelf wat je te doen staat om effectief en duurzaam problemen aan te pakken. Uiteraard loop ik het beginstuk met je mee en hoef je het niet alleen te doen. Ook is jouw eigen hulpvraag het uitgangspunt. Jouw hulpvraag is waar onze ontmoeting om gaat.

Alles begint dan ook bij de formulering van jouw hulpvraag. Wat kom je doen, waar wil je mee aan de slag, waar wil je heen? Nagenoeg elke hulpvraag is feitelijk een hulpvraag vanuit een tijdelijke 'ik weet het even niet meer' positie.

Blijkbaar is er iets aan de gang waarin en waardoor je eigen inzichten, kennis, creativiteit, ideeën, gedachten, gevoelens, oplossingen, groeven of patronen niet meer de gewenste handvatten en/of sturing leveren om je verder te helpen. Er is dan even iets of iemand nodig om je op dat gebied en op dit moment te helpen om weer beweging te krijgen in je eigen inzichten, kennis, creativiteit, gedachten, ideeën en gevoelens



Blijvend anders

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

Rob Droog







# GENIET IN STIJL

## FORD FOCUS STYLE NU DIRECT LEVERBAAR!



[www.vanmossel.nl/ford](http://www.vanmossel.nl/ford)

# Van Mossel

# TOPFIT IN 9 DAGEN

## MET ONZE SPECIALE DETOX-RESETKUUR HELEMAAL AFGESTEMD OP JOU!

van september t/m december 2022

- Wil jij jezelf een echte 'boost' geven, maar weet je niet hoe?
- Wil je gezonder leven, maar weet je niet hoe je het aan moet pakken?
- Heb je geen zin/puf om te koken, maar wil je wel iets gezonds doen?
- Wil jij ervaren hoe het voelt om 3 dagen lang heel veel groenten te eten?

**Wij stemmen je persoonlijke  
behandelplan volledig af op  
wat bij jou past!**



### INCLUSIEF:

**1x hoofdmassage, óf  
1x shirodhara-behandeling, 1x lichaamsmassage,  
1x sauna-infrarood cabine  
dagelijks pakket biologische sappen en soepen voor thuis**

Het is de hoogste tijd om ons systeem even te resetten, ons lijf te laten ervaren hoe het eigenlijk hoort te zijn. Hoe onze programmering is. We staan door ons leefpatroon constant in de stress-modus, wat je een opgejaagd gevoel geeft, onrust, malende gedachten enzovoorts.

Onze darmen en andere organen zoals de lever zijn overprikkeld waardoor onze weerstand wordt aangetast en waardoor we steeds vatbaarder worden voor ziektes.



**9 dagen  
persoonlijke  
begeleiding**

### KOSTEN VOOR HET TOTALE PROGRAMMA:

**€ 575,-\* ALLES INCLUSIEF**

\*als je aanvullend verzekerd bent, krijg je een vergoeding van de zorgverzekeraar! Optioneel bij te boeken: darmspoelingen à € 99,00



### AUDE SAPERE

NISTELRODESEWEG 9A, UDEN  
06 10 75 95 34  
JOSEPHINEBROEDERS@GMAIL.COM  
WWW.AUDESAPERE.NL

### AANMELDEN BIJ

**JOSEPHINE BROEDERS:**

0610759534 [www.audesapere.nl](http://www.audesapere.nl)

OF BIJ

**MARJON WILLEMS:**

0612364661 [www.natuuropjebord.nl](http://www.natuuropjebord.nl)

Josephine  
Broeders



# Wie zou jij zijn zonder je **angst**?



Wat als je je angstig voelt in bepaalde situaties waarbij angst eigenlijk niet nodig is? De angst kan een eigen leven gaan leiden en gaat je in de weg staan, waardoor jij problemen ervaart in je dagelijks leven. Het kan ook zijn dat je juist door de angst bepaalde dingen gaat vermijden om de angst zo niet te voelen.

Angst kan jou op verschillende manieren belemmeren in het leven. Bijvoorbeeld wanneer je het eng vindt om met mensen of in een groep te praten, naar openbare plaatsen te gaan, te telefoneren, auto te rijden of überhaupt in een auto te stappen. De angst speelt zich vooral af in je hoofd. Je hoofd zegt dat er allerlei gevaren dreigen wanneer je dit doet. Hierdoor word je belemmerd en kun je je passie niet volgen.

## Wil jij je passie gaan volgen en je angst overwinnen?

Je ouders, docenten, klasgenootjes, vrienden en vriendinnen kunnen jou (onbewust) allerlei overtuigingen mee hebben gegeven. Misschien heb

je de overtuiging 'ik ben niet goed genoeg' of 'ik kan dat toch niet'. Deze overtuigingen gaan hun eigen weg bewandelen waardoor je in gevecht raakt met jezelf en je angst. Deze overtuigingen zorgen ervoor dat je eerder stopt of zelfs dingen gaat vermijden. Als iets niet lukt of niet direct wil lukken, dan zie je dit als een bevestiging van je overtuigingen.

Wat als... je dit soort gedachten kunt loslaten en de overtuigingen verdwijnen als sneeuw voor de zon? Dan gaat er een nieuwe wereld voor jou open!

**Ben jij klaar voor een leven zonder angst?**  
Overwin in drie sessies je angst met hypnotherapie!

**Maak vrijblijvend een afspraak om te kijken wat ik voor jou kan betekenen.**

# DAGJE UIT FILM BY THE SEA



Van 9 tot en met 18 september 2022 beleeft filmfestival Film by the Sea zijn 24e editie in Vlissingen en kan een breed publiek genieten van ruim honderd films uit alle hoeken van de wereld. Film by the Sea opent dit jaar met de spraakmakende Britse komedie Good Luck to You, Leo Grande, waarin Emma Thompson een vrouw van middelbare leeftijd speelt die een sekswerker inhuurt. Daarnaast zijn er ook dit jaar weer de Specials, waaronder het filmconcert van de filmklassieker Blood and Sand in de Sint Jacobskerk te Vlissingen, uitgevoerd door pianist Daan van den Hurk, bijgestaan door flamencogitarist Tijn van der Sanden en drums/percussionist Frank van der Star.  
[www.filmbythesea.nl](http://www.filmbythesea.nl)

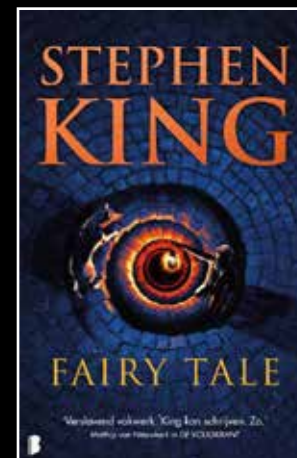
# FILMPJE KIJKEN SOOF 3

Eindelijk heeft Soof haar leven lekker op de rit. Ze is gelukkig, de Kooksoof loopt prima en de kinderen zijn groot en klaar om uit te vliegen. Soof houdt als vanouds alle ballen in de lucht, voor iedereen. Op het moment dat ze slecht nieuws krijgt, komt dochter Sacha thuis en stelt haar verloofde aan haar voor. Soof grijpt het huwelijk van haar dochter met twee handen aan om haar kop in het zand te steken. Soof moet echter leren zelf ook eens hulp toe te laten, dat haar familie van haar houdt en dat ze die hulp meer dan waard is. **SOOF 3 is vanaf 15 september te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

# BOEKJE LEZEN FAIRY TALE



Charlie ziet eruit als een doorsnee scholier, maar hij draagt een zware last. Zijn moeder kwam om bij een auto-ongeluk en door het verdriet greep zijn vader naar de fles. Wanneer Charlie zeventien is, ontmoet hij de hond Radar en zijn baas Howard Bowditch, een kluisenaar die op de top van een hoge heuvel woont, met een mysterieuze afgesloten schuur in de achtertuin. Charlie doet klusjes voor meneer Bowditch en verliest zijn hart aan Radar. Als Bowditch sterft, laat hij Charlie een cassettebandje na met een verhaal dat niemand ooit zou geloven: in de schuur zit een poort naar een andere wereld verborgen... **FAIRY TALE van Stephen King is vanaf 6 september verkrijgbaar.**



# Wil je meer balans in je figuur?

## Liposuctie kan hier een oplossing voor bieden

De vakkundige en gepassioneerde plastisch chirurgen van Kliniek Heyendael zorgen er met een liposuctie voor dat jouw lichaam zijn natuurlijke balans terugkrijgt. De liposuctie, oftewel overtollige vetverwijdering, wordt in onze kliniek vaak uitgevoerd op de buik, billen, heupen, bovenbenen of dijbenen. Daarnaast is het op andere plekken mogelijk, zoals onderkin, schouderbladen, bovenarmen en rug.

Een liposuctie is een specialistische behandeling die onder plaatselijke verdoving of narcose wordt uitgevoerd. De eerste stap op weg naar een liposuctie is een oriënterend gesprek met één van onze plastisch chirurgen. In een vertrouwd de setting kun je al je vragen en verwachtingen

uitspreken. Onze plastisch chirurg beoordeelt of je in aanmerking komt voor een liposuctie en geeft heldere informatie over de behandeling, de nazorg, het te verwachten resultaat en de risico's. Daarnaast zal een maatwerkofferte door de consulent met jou worden besproken. Op basis van deze kennis kun je een weloverwogen beslissing nemen.

**Heb jij vragen of wens jij meer informatie over de kliniek of over een liposuctie? Neem gerust contact met ons op of vraag een gratis en vrijblijvend consult met één van onze plastisch chirurgen aan.**



Betrouwbare en betaalbare plastische chirurgie.  
Voor meer info  
+31 24 - 845 05 06



**'We hopen je binnenkort te mogen verwelkomen!'**



### Wie zijn wij?

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk, dat is Kliniek Heyendael. Al sinds 2011 zijn we een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie. Onze privékliniek bevindt zich in Nijmegen. Bij Kliniek Heyendael staan jouw wensen centraal. Deze worden tijdens een uitgebreid consult met de plastisch chirurg besproken om zo een realistisch beeld te krijgen van de mogelijkheden.

### Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Oorcorrectie
- Liposuctie
- Facelift (MACS-lift)
- Lipofilling
- Schaamlipcorrectie
- Ooglidcorrectie
- Injectables
- Neuscorrectie

### Volg ons op Facebook en Instagram!

@kliniekheyendael | Kliniek Heyendael

Parklaan 70, Groesbeek (nabij Nijmegen)  
info@kliniekheyendael.nl  
+31 (0) 24 - 845 05 06 | www.kliniekheyendael.nl

### Klantervaring

"Ik raad deze kliniek zeker bij anderen aan. Van begin to eind heb ik een topervaring gehad met deze kliniek. Het resultaat is precies naar mijn verwachtingen." Sadaf



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!

  
DE NIJVERHEID VAN THEATER

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



*Johan Goossens:*

# 'Ik hou ervan als mensen eerlijk zijn'

Cabaretier Johan Goossens is goudeerlijk in zijn nieuwste show Kleine Pijntjes. Het lukt hem om alle facetten van een mensenleven erin te verwerken; van mantelzorg en onderwijs tot vrijwilligerswerk en seks.

“Het is een mooie show, waarin het leven in de volle breedte voorbijkomt. Het is eigenlijk ook heel onnatuurlijk om het over één onderwerp te hebben, want alles wat je doet bestaat naast elkaar. Dat komt hier mooi terug”, aldus Goossens.

**PERSOONLIJK** De cabaretier blijft in al zijn voorstellingen dicht bij zichzelf. “Ik verzin bijna niets, maar geef altijd een draai aan wat ik meemaak.” Absurdistisch theater is dan ook niets voor hem. “Ik vind het leuk dat het realistisch is en dat mensen het kunnen herkennen. Ik hou ervan als mensen eerlijk zijn.”

**OPENHEID OP HET PODIUM** Goossens noemt die eerlijkheid zelfs de taak van kunstenaars. “Het is ons werk om op het podium te laten zien hoe je het leven ervaart. We kunnen daar soms eerlijker over

zijn dan mensen met een andere baan. Een docent kan bijvoorbeeld niet zomaar alles zeggen. Als cabaretier kun je makkelijker de randjes opzoeken. Dat is ook de meerwaarde van een theatershow.”

**KIEZEN WAT JE WEL EN NIET VERTELT** “Ik heb in coronatijd gemantelzorgd voor mijn vader. Bij het maken van de voorstelling liep ik er voor het eerst tegenaan dat ik dacht: sommige dingen uit deze periode wil ik voor mezelf houden. Maar ook dat past bij ouder worden, je gaat andere keuzes maken. Dat is dus een groot verschil met mijn vorige voorstelling over seks, waarin ik werkelijk alles vertelde.”

Johan Goossens treedt vanaf september weer op met Kleine Pijntjes. Bekijk de speellijst op Theater.nl.

**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

**Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.**

**Ga naar [theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist)**

# Huidtherapie Boxtel & Best

De medisch opgeleide professionals van Huidtherapie Boxtel & Best willen weten wat u beweegt. Na een intake selecteert u samen met hen de behandeling en/of therapie die u weer lekker in uw vel laat zitten.

Met de modernste apparatuur, de best passende middelen en de expertise van Huidtherapie Boxtel & Best is de meest effectieve behandeling naar uw gezondere huid gegarandeerd. Een gezonde huid is veel meer dan alleen mooi. Ervaar het zelf en maak nu een afspraak. Bekijk voorafgaand onze website of bel meteen: 06 8126 4333

## Onze behandelingen

- Pigment
- Overbeharing
- Acne
- Oedeem
- Huidadvies
- Littekens
- Couperose/ vaatproblemen
- Nazorg kanker
- Huidverbeterende behandelingen
- Lasertherapie
- Peelingtherapie



**Doortje Dekkers - Putmans**  
Eigenaresse & huid- en oedeemtherapeut

Huidtherapie  
Boxtel & Best

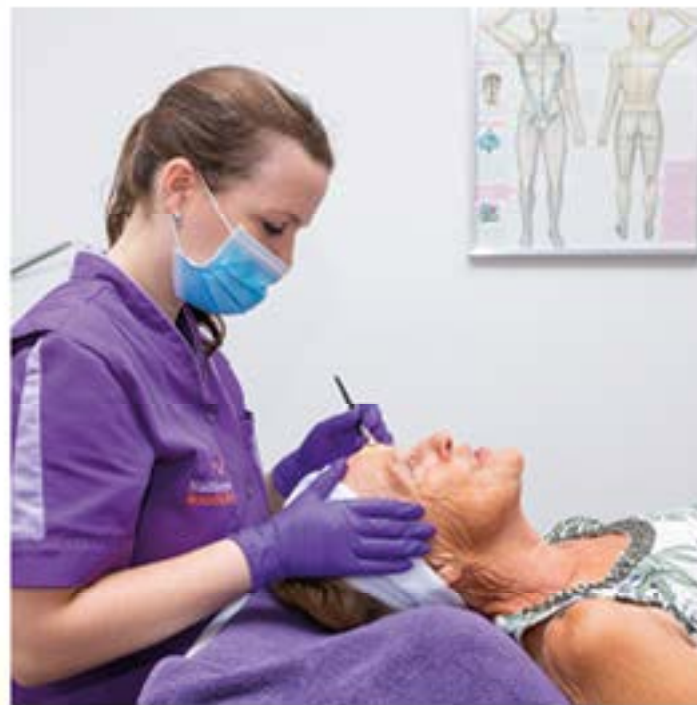


# Mensen weer even écht zien lachen, dat is zo mooi!

Het team van Huidtherapie Boxtel & Best zorgt ervoor dat patiënten zich lekkerder in hun vel voelen. Met diverse behandelingen als peelings, oedeemtherapie en lasertherapie laten we mensen (weer) meer houden van hun huid!

Doortje Dekkers - Putmans is het gezicht van Huidtherapie Boxtel & Best en zorgt er samen met haar team voor dat patiënten zich lekkerder in hun vel voelen. Met diverse behandelingen als peelings, oedeemtherapie en lasertherapie helpen Doortje en haar team mensen met allerlei klachten. „Iemand blij en positiever de deur uit zien gaan, daar doe ik het voor.“

„Ik kwam in dienst bij het Regionaal Huidcentrum en kreeg in 2015 de kans hun vestiging in Boxtel over te nemen. Medio 2017 volgde de nieuwe praktijk in Best.“ Met trots kan Doortje zeggen dat haar eerste praktijk inmiddels alweer 7 jaar bestaat!



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



'Iemand blijer en positiever de deur uit zien gaan, daar doen wij het voor.'

**Doortje Dekkers - Putmans**  
huidtherapeut



#### Dankbaar werk

Een belangrijk deel van haar werkzaamheden bestaat uit oedeemtherapie. Mensen met lymfoedeem - ongewenste ophoping van vocht - worden behandeld met een speciaal apparaat dat het vocht wegmasseert uit het lichaam.

Doortje: "Lymfoedeem ontstaat vaak bij kankerpatiënten. Zo heb ik veel vrouwen onder behandeling die borstkanker hebben of hebben gehad. Maar ook mensen die terminaal zijn, kunnen door mij behandeld worden. Ze worden niet beter, maar voelen zich wel even wat fijner. Natuurlijk zijn dit ook voor mij heftige gevallen, maar het is zo'n dankbaar werk."

En dat is precies wat Doortje zo aantrekt in het werk. Mensen zichzelf even wat beter laten voelen en weer écht zien lachen. Zoals de jonge vrouw met fikse overbeharig. Of de moeder die na een behandeling tegen strafe weer een bikini aan durft te trekken. "Als een patiënt weer met een lach weggaat, dan ben ik tevreden."

#### Houd van je huid

Een gezonde huid is veel meer dan alleen mooi. Ervaar het zelf. Maak nu een afspraak of bekijk voorafgaand onze behandelingen.

#### Afspraak maken?

Heeft u interesse in een vrijblijvend intakegesprek? Het maken van een afspraak kan telefonisch of via het online afsprakensysteem.



Scan de QR code voor meer info of het maken van een afspraak.

*"Goede behandeling en ik kon snel terecht. De therapeut was vriendelijk en nam me serieus."*

Anoniem

*"Zeer goede behandeling voor Lipoedeem. Ik beveel het ieder aan die dat heeft."*

Anoniem

*"Deskundige, vriendelijke hulp en begeleiding bij behandeling van lymfoedeem en littekenvorming. Moderne hulpmiddelen en apparatuur."*

Anoniem

Ons team van huidtherapeuten en welkomstmanagers!



Onze specialisten

v.l.n.r. Romy Vermeulen,  
Meggie van den Broek,  
Doortje Dekkers -  
Putmans, Annette van  
Duijnen

**BEHANDELING EN**  
kunnen worden vergoed  
door uw zorgverzekeraar

Onze vestigingen

Boxtel  
Nieuwe Nieuwstraat 20  
5283 CD Boxtel

Liempde  
Nieuwstraat 8  
5298 CL Liempde

Best  
Oirschotseweg 68  
5684 NK Best

0499-745083  
06 8126 4333 (WhatsApp)





Bedacht en gerund door een bijzondere vrouw die ook weleens de hondenfluisteraar wordt genoemd.

## STUDIO HIMALAYA... een merk met een verhaal!



Naast het runnen van een webshop (doedelsandmore) is ze bovenal fokker van de Australian Labradoodle (doedels4you) en vindt ze het vooral belangrijk dat dit mooie ras op verantwoorde wijze voortgezet wordt. Pups worden geboren binnen het gezin in de huiskamer en met liefde, passie en enorm veel ervaring verzorgd.



Haar hart ligt niet alleen bij de pups. Nepal is haar tweede thuis. Daar doet ze al meer dan 15 jaar ontwikkelingswerk om vooral minderbedeelde kinderen een kans te geven.

Door jouw aankoop help je vrouwen uit Nepal die de producten, onder goede omstandigheden en tegen een eerlijk loon, met de hand maken

Mede door jou kunnen ze voorzien in hun eigen onderhoud zoals hun kinderen naar school laten gaan.

Doedelse groeten, *Anoeska de Bekker*



**Doedels & More**

[www.doedelsandmore.nl](http://www.doedelsandmore.nl) | /Doedelsandmore | doedelsandmore

**Meer info? Kijk op**  
[www.doedelsandmore.nl](http://www.doedelsandmore.nl)

# Op zoek naar een goede gebruikte fiets?

Wij hebben altijd mooie exemplaren, inclusief garantie



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

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



**Peter en Mirjan van Gorkum**

Onze fietsenwinkel is al ruim 25 jaar een begrip in Zijtaart en omgeving en daar zijn we trots op. Bij ons staat service hoog in het vaandel en dat merk je aan alles. Wij zijn niet voor niets drie jaar op rij 'fietsenwinkel van het jaar' geworden.

E-BIKES

**GEBUIKTE FIETSEN**

VERHUURFIETSEN

KINDERFIETSEN

STADS & TOURFIETSEN

REPARATIE



**De FietsenWinkel Zijtaart**

Ceciliastraat 1, Zijtaart (Veghel)

0413-352203

[info@defietsenwinkelzijtaart.nl](mailto:info@defietsenwinkelzijtaart.nl)

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



Tevens hebben we altijd genoeg gebruikte kinderfietsen op voorraad.





Probeer  
voor maar  
€9,95



Vijf vlijmscherpe  
mesjes



Verzorgende  
aloe vera &  
vitamine E-strip



Flexibele  
draaibeweging

*Shave'm*

Loopkantstraat 25, Uden  
0413-301500  
www.shavem.nl

# Hoe het allemaal begon

**TIP!**  
Maak online  
een afspraak!

Toen Judith van Lent tijdens een workshop kennismakte met masseren, wist ze het meteen: dit is wat ik wil. “Het voelde als thuiskomen”, vertelt ze enthousiast. “Ik vond het geweldig dat ik tijdens het masseren even helemaal vrij van gedachten was.” Ze volgde verschillende opleidingen en opende in januari 2019 haar eigen massagepraktijk aan huis in Oss.

**Intuïtieve massage** “Ik geef intuïtieve massage”, vervolgt Judith. “Ik masseer vanuit mijn hart, op intuïtie en vanuit mijn gevoel. De grepen komen onder andere uit de klassieke massage, aangevuld met basiswerkvormen van de chakra-leer. Ik stem af op degene die ik voor me heb, om er zo achter te komen wat diegene op dat moment nodig heeft. Iedere massage is daardoor anders. We communiceren zonder woorden, het is een ontmoeting van mens tot mens. Intuïtief masseren is aanraken en geraakt worden.”

**Mogelijkheden** Er is keuze uit een ontspannende lichaamsmassage van 30 minuten, 45 minuten of 60 minuten. Ook een Energetische Voetmassage & De Chakra's, Chi-Wit massage of Energetische Hoofdmassage behoren tot de mogelijkheden. **Voor meer informatie en reserveren ga naar de website [www.lentemare.nl](http://www.lentemare.nl).**

*Judith van Lent*



## Wat is een Nalatenschapscoach?...

...en waarmee helpt hij NU voor later?

Een nalatenschapscoach is opgeleid om met u uit te zoeken wat voor u **NU** belangrijk kan zijn.

Denk hierbij o.a. aan:

- Schenkingsrecht
- Testament
- Erfrecht
- Levenstestament

Hij gaat dit samen met u in kaart brengen zodat u en uw nabestaanden als het nodig is alles overzichtelijk kunnen vinden.

Bel of mail voor uw gratis koffiegesprek met Jos....

### LEZERSACTIE SEPTEMBER

#### PersoonlijkLevensDossier

voor u + uw wettelijke partner normaal € 475,-  
nu voor slechts **€ 400,-**



nalatenschapscoach



Voor jouw gratis koffiegesprek neem je contact op met Jos:

06 – 51 16 91 54 | [jove@josven.nl](mailto:jove@josven.nl)

[www.jove-nalatenschap.nl](http://www.jove-nalatenschap.nl)

## Kom uit je luie stoel!

Door het sporten bij Juvenalis ben ik na jaren eindelijk van mijn ruggpijn af. Al snel voelde ik mij sterker en ging het sporten mij steeds beter af.

Ik voel mij nu fitter en sterker door de Milon Cirkel en Bodytec-EMS-training.

Ik ben blij met de trainers. Kom dus uit je luie stoel en ga ervoor!



De Milon Cirkel is snel, veilig en efficiënt. Een complete training in 35 minuten, ook voor wie niet van sporten houdt. Je traint zowel je spieren als je conditie, bevordert je gezondheid en vermindert eventuele klachten. Je kan ook kiezen voor het functioneel trainingscircuit, bootcamp, groepslessen en Bodytec EMS-training. Met ons effectieve voedingsprogramma kom je tot een gezond en gevarieerd eetpatroon. Daarmee bereik je moeiteloos je streefgewicht.



Spreek nu af voor een gratis proefles



Juvenalis Sport Boutique  
Rembrandtlaan 17 e Veghel  
0413 - 714 912 [info@juvenalissport.nl](mailto:info@juvenalissport.nl)  
[www.sportboutiqueveghe.nl](http://www.sportboutiqueveghe.nl)

# Jezelf mogen zijn!

COLUMN/BRIGITTE

Als je jezelf continu aanpast aan anderen, dan verlies je jezelf. Het is heel normaal om je iets anders te gedragen in verschillende situaties, maar je mag daarbij niet jezelf verliezen. Je mag trots zijn op wie je bent, want jij bent uniek en puur.

Wat zeg je tegen jezelf als je in de spiegel kijkt? Iets positiefs of juist iets negatiefs? Welke woorden blijven zich in je hoofd herhalen? Zijn het negatieve woorden, dan is het tijd om in te grijpen en het heft in eigen handen te nemen.

Zorg voor jezelf, want je bent het waard. Ik ben er voor jou en jij bent de expert over jezelf. Jij bent degene die bepaalt op welke manier we aan de slag gaan. Mijn specialisaties zijn autisme, ontspanning, burn-out en het aanbrengen van structuren in het dagelijks leven of in je administratie. Samen kijken we naar de uitdagingen en samen maken we een plan van aanpak. Als coach help ik je om weer in jezelf te geloven. Je wordt je weer bewust van je kwaliteiten en talenten. Elk traject is op maat gemaakt.



Praktijk Brigitte



# GEDRAGEN DOOR HET UNIVERSUM

Zie jij wel eens dubbele getallen? Als spiriwiri geloof ik dat dit signalen zijn van onze beschermers uit een andere dimensie.

Als ik een dubbel getal zie, zoek ik snel de betekenis op. Ik voel me omringd door beschermers en gidsen die mij helpen in het aardse bestaan. Ook via engelenkaarten en dromen krijg ik antwoorden op eerder gestelde vragen. Soms zeggen de getallen dat je de beschermers om hulp mag vragen. Of dat ze je hulpvraag hebben gehoord en ermee bezig zijn. De getallen stimuleren mij en geven aan dat ik op de juiste weg zit. Zo ga ik in mijn kracht staan.

Ik voel me gedragen door het universum en alle wezens die daarbij horen. Ik ben zo dankbaar om te voelen dat ik niet alles alleen hoeft te doen. MKBM groeit steeds meer uit tot een bedrijf dat mensen in hun kracht zet. Het begon met een Killer Planner vol zelfhulpoefeningen. Toen een online Feel Good Training waarin ik jullie help om bewuster, positiever en succesvoller te worden en nu een nieuwe website met motivatievideo's. Wil je meer weten? Ga naar de [Mykillerbodymotivation](#) website.

Grappig, nu ik deze blog schrijf, zie ik het getal 14:44. Ik ga even de betekenis opzoeken!

Liefs, Fajah

BLOG/FAJAHLOURENS



**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION

LOOKING/GOOD

# Kleur beïnvloedt je stemming

Chromotherapie, kleurentherapie, gebruikt kleuren om je energiebalans te bepalen. Kleuren werken namelijk heel stimulerend en kalmerend op de geest. Elke kleur heeft een specifieke werking. Dit merk je ook wanneer je een bepaalde kleur in je interieur gebruikt.



- GEEL** maakt mensen vrolijk en alert. Het helpt bij hoofdpijnen, stembandproblemen en longproblemen omdat het invloed heeft op je zenuwen en ademhaling. Het heeft ook een positief effect op de huid!
- ROOD** werkt stimulerend, het straalt wijskracht uit. Het beïnvloedt de bloedsomloop en celvernieuwing. Het helpt bij spierspanning, infecties, stress en wondjes.
- GROENE** kleuren helpen tegen stress en vermoeidheid omdat ze voor ontspanning, emotioneel evenwicht en stabiliteit zorgen. Een gevolg daarvan is het positieve effect op de maag, darmen en blaas. Het wordt gebruikt bij bloedarmoede, duizeligheid en koorts.
- PAARS/VIOLET** heeft een positief effect op het afweersysteem, lymfesysteem en de milt. Het wordt ingezet bij mensen met een eetprobleem om de eetlust te remmen.
- BLAUW** wordt ingezet bij chronische aandoeningen, zoals jicht en reuma. Het remt ontstekingen en koorts en brengt je stofwisseling en darmactiviteit in balans. Ook heeft het een positief effect bij slaapproblemen en angst.

Op basis van chromotherapie zijn er ook brillen ontworpen met allerlei kleurenfilters, waardoor jij de wereld bijvoorbeeld door een roze bril ziet. Dit kan je stemming (positief) beïnvloeden!



# Lunenburg

## SONOS EXPERIENCE STORE

 NULAND

# BELEEF SONOS IN DE EXPERIENCE STORE BIJ LUNENBURG IN NULAND

Ervaar Sonos bij Lunenburg en laat je adviseren door onze experts. Alleen bij Lunenburg koop je SONOS inclusief de Lunenburg Service. De Lunenburg Service:

- Vertrouwd dichtbij
- Eerlijke prijs
- Alles voor de klant
- Vakmanschap
- Verstand van zaken
- Altijd het nieuwste



## EXPERIENCE STORE NULAND

De Sonos Experience Store is een speciaal verkooppunt in Nederland welke door Sonos is uitgekozen op basis van presentatie, locatie en de kennis over de Sonos producten. In de Sonos Experience Store bij Lunenburg kun je ervaren welke Sonos producten het beste passen bij jouw thussituatie!

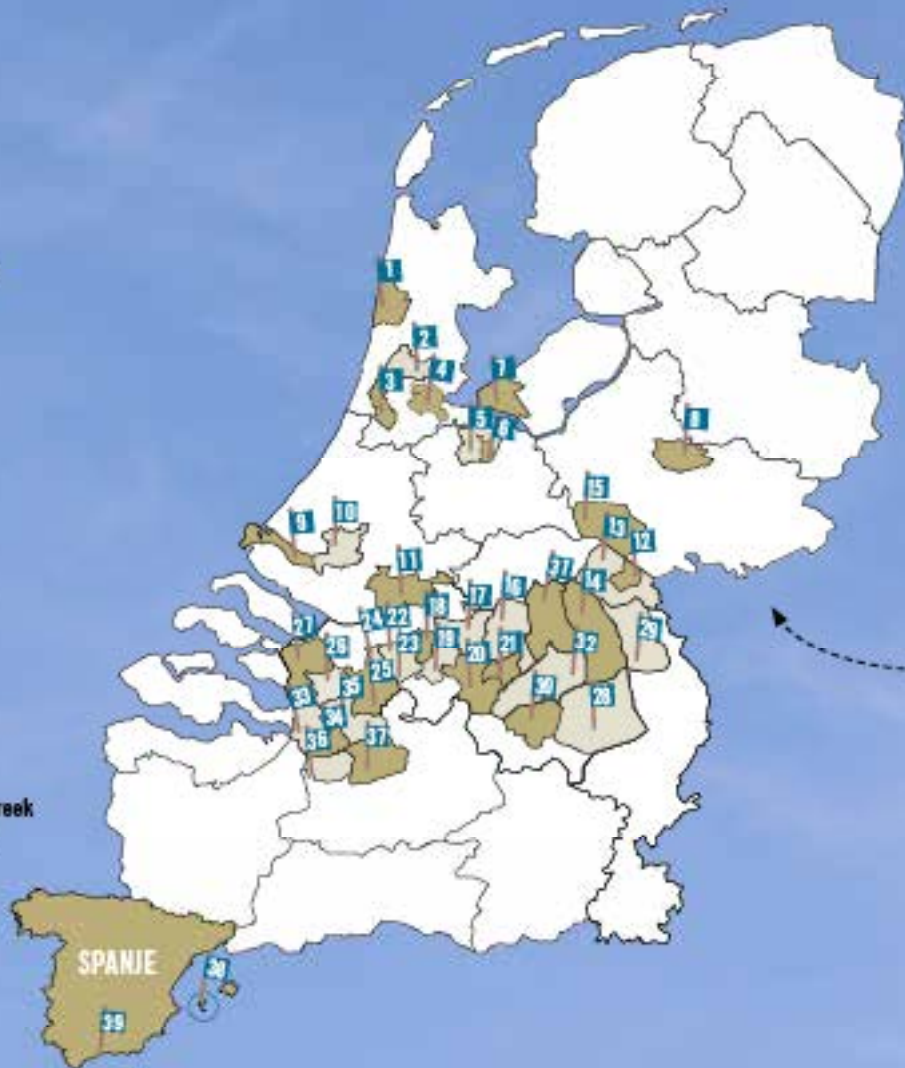


NULAND RIJKSWEG 69  
ROSMALEN VERLENGDE VAN MEEUWENSTRAAT 2  
WWW.LUNENBURG.NU





1. Alkmaar
2. De Zaanstreek
3. Haarlem
4. Amsterdam
5. 't Gooi
6. Hilversum
7. Almere
8. Zutphen
9. Waterweg
10. Rotterdam
11. Drechtsteden
12. Nijmegen
13. Rijk van Nijmegen
14. De Maashorst
15. Overbetuwe
16. Den Bosch
17. De Langstraat
18. Oosterhout
19. Reeshof
20. Tilburg
21. Oisterwijk
22. Breda
23. Ginneken
24. Prinzenbeek
25. Etten-leur
26. Roosendaal
27. Bergen Op Zoom
28. De Peel
29. Land van Cuijk
30. Eindhoven
31. Rosmalen
32. Oirschot-Bert
33. Kapellen
34. Brasschaat
35. Belgische Grensstreek
36. Schilde, Schoten  
's-Gravenwezel
37. De Kempen
38. Ibiza
39. Costa del Sol



# BRUIST

JOUW PARTNER IN WEL  
39 *Bruisende* regio's







€ 7,- KORTING P.P.



### ATTRACTIEPARK TOVERLAND

#### ONTDEK JE EIGEN MAGIE IN TOVERLAND

Ben jij een echte snelheidsduivel, houd je van klimmen en klauteren of ben je een echte waternut? Met ruim 35 attracties en shows beleeft jong en oud in Attractiepark Toverland een dag om nooit te vergeten, vergeten. Dompel je onder in 6 betoverende werelden vol magie. Voor de echte waaghals zijn er maar liefst 5 achtbanen, waaronder wing coaster Fenix! Deze wing coaster gaat maar liefst 3 keer over de kop! Doel op waterpret? Leef je dan uit in wildwaterbaan Djengu River. Daarnaast kun je samen genieten van de bootjesattractie Merlin's Quest waarin je door de ruïnes onder het kasteel van tovenaar Merlijn vaart. In Port Laguna kun je met een toverstaf en de toverkaart Mapa Magica zelf écht toveren!

— ATTRACTIEPARK —  
**TOVERLAND**

COMBITICKET € 13,- KORTING P.P.



### EFTELING

#### EN TOEN... WAS IK IN EEN WERELD VOL WONDEREN

In de Efteling maak je samen de mooiste herinneringen. Luister naar de mooie verhalen van de pratende Sprookjesboom of naar de bijzondere muziek van de paddenstoelen in het Sprookjesbos. zweef tussen trollen en elfjes in Droomvlucht of ga op wereldreis met Jokie in Carnaval Festival. Vlieg op je kop in de Python of stort de diepte in met Baron 1898. Of beleef een doidwaze rit in de nieuwste familie-achtbaan Max & Moritz. Er is iedere dag genoeg te beleven. Welkom in de Efteling, Wereld vol Wonderen.

**NU EEN UNIEK PRODUCT BESCHIKBAAR:**  
een combiticket voor de Efteling én Safaripark Beekse Bergen.

**Efteling**

€ 4,50 KORTING P.P.



### SAFARIPARK BEEKSE BERGEN

#### OOG IN OOG MET WILDE DIEREN

Waan je in Afrika, ontdek de uitgestrekte savannes en bosgebieden en sta oog in oog met de meest fascinerende Afrikaanse diersoorten! Prikkel je zintuigen tijdens één van de indrukwekkende safari's. Ga op avontuur met je eigen auto, stap op de boot voor een prachtige tocht over het water en laat je verrassen door de dieren langs de oevers. Wie nog meer wil weten over wat er achter de dieren en de natuur schuilgaat, gaat mee op bussafari. Een ranger vertelt je alle ins en outs over de dieren in het park én in de natuur. Wandelen kan ook! Ontdek het prachtige Safaripark in je eigen tempo en geniet samen van het buitenleven.

**BEEKSE BERGEN**  
SAFARIPARK



### MOYA - MUSEUM OF YOUNG ART

#### VOOR IEDER WAT WILS

MOYA is gevestigd in het zuiden van Nederland, Brabant, op een unieke locatie in de voormalige Galvanitas fabriek in Oosterhout. Het werd geboren om een verandering teweeg te brengen in de kunstwereld. De drijfveer is om jonge kunst op de kaart te zetten. De tentoonstellingen en collectie van MOYA kenmerken zich door de diversiteit aan kunst en haar makers. Van schilderkunst, beeldhouwkunst, textielkunst en fotografie tot digitale kunst. Transparantie, een open deur en innovatie zijn de kenmerken van MOYA. Voor de kunstenaar is het meer dan een tentoonstellingsruimte. MOYA begeleidt de jonge kunstenaar in zijn carrière; het motiveert, stimuleert, activeert en faciliteert.

**MOYA**



# Franse *ovenshotel* met aardappel

Deze Franse ovenshotel is een gerecht dat over de hele wereld wordt gegeten. Beter comfortvoedsel dan dit gerecht met aardappelen die zijn gedrenkt in met knoflook doordrenkte room en vervolgens langzaam zijn gekookt tot smeltende perfectie bestaat eigenlijk niet.

6 PERSONEN - 10 MINUTEN (+ 95 MIN. KOKEN)

## INGREDIËNTEN

1 kilo aardappelen  
5 kopjes volle melk  
2 teentjes knoflook  
1 1/2 kopjes slagroom  
1 1/2 kopjes crème fraîche  
1 tl zout  
1/4 tl gemalen zwarte peper  
versgeraspte nootmuskaat  
2 el ongezouten boter  
2/3 kopje geraspte kaas

## BEREIDING

Schil de aardappelen en snijd ze in plakjes van 6 mm dik. Breng in een grote pan op middelhoog vuur de aardappelen, melk en knoflook zachtjes aan de kook. Af en toe de aardappelen zachtjes roeren en pas het vuur zo nodig aan om het behouden. Kook tot de aardappelen net gaar zijn, dit duurt ongeveer 15 minuten. Pas op dat ze niet te gaar worden, want ze moeten hun vorm behouden om in de pan te kunnen worden gelegd. Verwarm de oven voor op 180 graden.

Doe de aardappelen in een kom en zorg ervoor dat de plakjes niet breken. Giet de melk uit de pan. Voeg de slagroom, crème fraîche, zout, peper en nootmuskaat toe aan de pan en klop om te combineren. Doe de aardappelen voorzichtig terug in de pan.

Verwarm het aardappel-roommengsel tot het nauwelijks kookt (een paar bubbels zijn prima, maar niet meer) gedurende 10 tot 15 minuten tot de aardappelen heel zacht zijn, maar niet uit elkaar vallen. Beboter een grote ovenschaal. Breng de aardappelen met een schuimspaan over in de ovenschaal en leg ze in lagen zonder ze te veel te breken. Bedek het geheel met de room uit de pan.

Strooi de geraspte kaas over de aardappelen. Bak dit ongeveer 50 minuten in de oven tot de aardappelen goudbruin zijn en de room grotendeels is opgenomen.



# PUZZELPAGINA

Vakantie voorbij? Blijf stressvrij! Na zo'n ontspannen break wil je dat vakantiegevoel natuurlijk zo lang mogelijk vasthouden. Ook als je weer aan het werk moet. Het geheim? Rustig opstarten en probeer de relaxte sfeer vast te houden, bijvoorbeeld met deze bruisende puzzels.

	6					1	○	
			6	5	1			
1		7				6	2	
6	2		3		5		9	4
○		3				2		
4	8		9		7		3	6
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 **1-5-8**.

## 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 'frisse start'. De oplossing van vorige maand was **duiken**.

Maak kans op een

## Bruist Ecofriendly Powerbank



Nooit meer een lege telefoon, want met de kleine, ecofriendly herlaadbare Bruist Powerbank zit jij nooit meer zonder stroom. De powerbank is tot honderd keer oplaadbaar en biologisch afbreekbaar. Geschikt voor zowel iPhone als Android. Lever de Celltank na verbruik in bij een van de bekende inleverpunten.

y=e o=a+i+ -it

a=l p=d+ d=r+e

-nd+w+ -st+ s

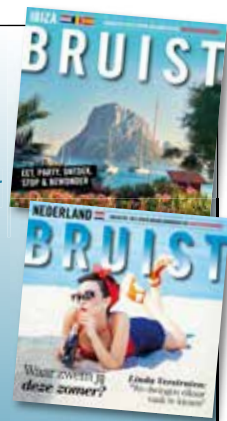
v+ j+ s=uw

b=t+ j=f z=o

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

Maak kans op

## 1 jaar abonnement op Bruist



Wil jij iedere maand twee edities naar keuze van het leukste magazine van Nederland in je brievenbus ontvangen? Los de puzzel op en lees alles over onze bruisende ondernemers. Daarnaast geniet je van exclusieve acties, aanbiedingen en kortingen. Veel leesplezier.

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

lezen magazine  
editie gratis  
bruist content  
prijs prijzen

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 oktober de oplossing in op onze site: [www.demaashorstbruist.nl](http://www.demaashorstbruist.nl).



# Voorbereid op vakantie?



## Autotaalglas Oss lost het voor je op

Autotaalglas Oss · Parallelweg 7a · 5349 AD · Oss ·  
0412-651600 · oss@autotaalglas.nl



Opgelost.  
**Autotaalglas**