


DE MAASHORST 

FEBRUARI 2023 GRATIS MEENEMEN!
WWW.DEMAASHORSTBRUIST.NL

BRUIST



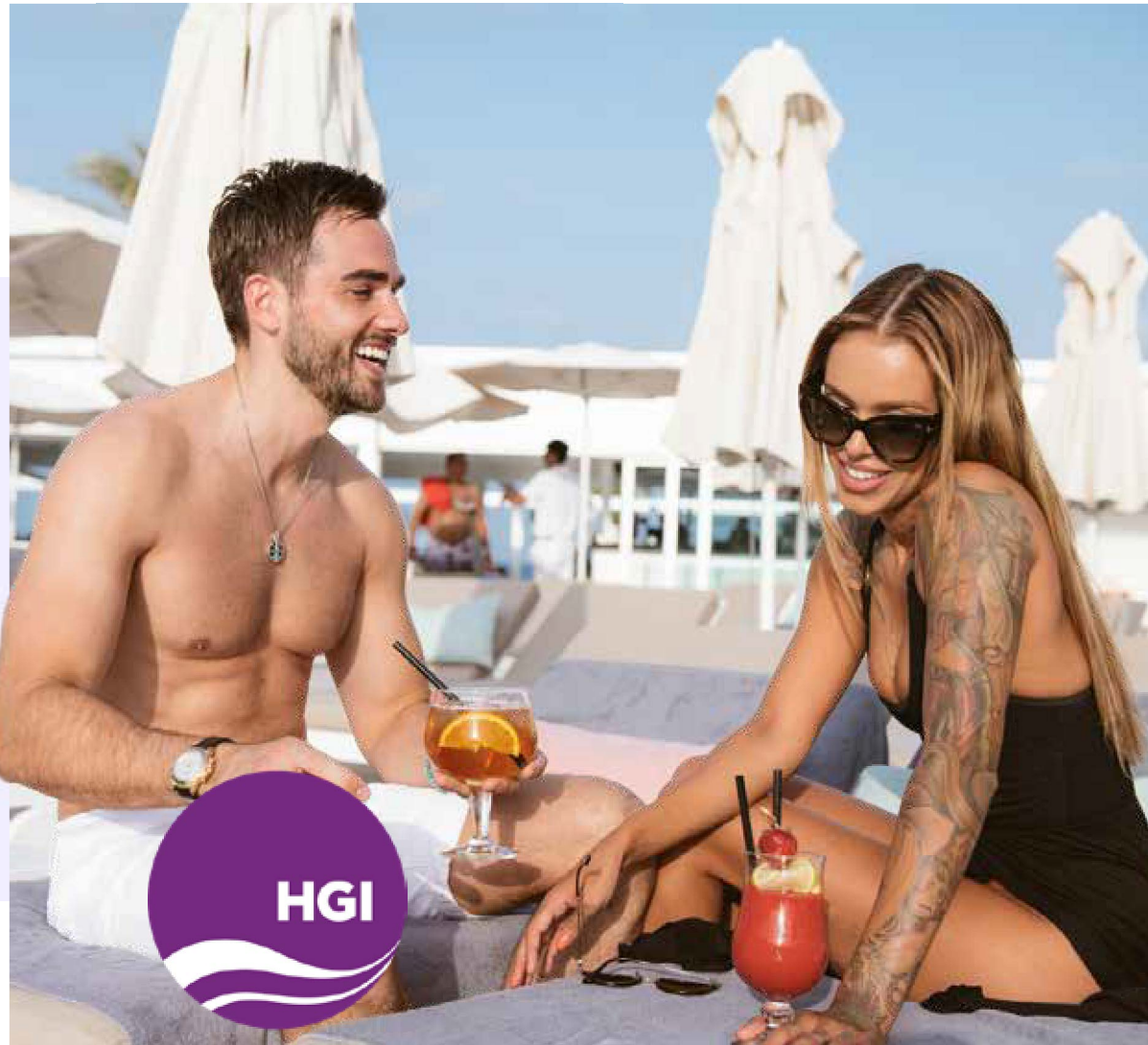
Dit doet
de liefde
met jou!

Christel de Laat:
'Mijn publiek even
alles laten vergeten'

HÉT HOTEL****

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel aan het strand van 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!**



SCAN DE QR-CODE
En laat jouw
vakantie beginnen!

HOTEL GARBI
IBIZA SPA ****

Calle de La murtra 5, 07817 San Jordi, Ibiza | info@garbi-hotel.com | +34 971 300007 | www.hotelgarbi-ibiza.com

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

Jouw persoonlijke gids voor jouw reis naar *je authentieke zelf!*

“Anderen persoonlijk begeleiden in de reis naar hun authentieke zelf is mijn passie”, vertelt Jessie van den Berg. Als transformatie coach begeleidt zij cliënten om los te komen van oude ballast die ze met zich meedragen om zo hun ware ik te ontdekken. Maar dat is niet het enige wat zij doet. Jessie deelt ook haar kennis met anderen via reiki cursussen, lezingen, trainingen en opleidingen.

“Het begon voor mijzelf ooit met reiki”, vertelt Jessie. “In mijn leven heb ik best wat meegemaakt en na jaren therapie was ik uitbehandeld, ik moest er maar mee leren leven. Met mijn onverklaarbare klachten en problemen blijven rondlopen was voor mij echter geen optie, vandaar dat ik in het alternatieve circuit op zoek ging naar een oplossing. Al na enkele reiki sessies wist ik het zeker: dit wil ik zelf leren!”

Reiki cursus

Jessie is officieel Reiki Master en geeft cursussen om ook anderen reiki te leren. “Het mooie van reiki is dat iedereen het kan leren. Tijdens een reiki cursus leer je via handoplegging universele levensenergie door te geven waardoor je – simpel gezegd – blokkades wegneemt. Voor sommigen klinkt dit misschien wat zweverig, maar als je bij mij een cursus volgt, zul je ervaren dat dat absoluut niet het geval is.”

Transformatie coaching

Voor Jessie stopte het overigens niet bij reiki. “Met reiki haal je veel blokkades weg, maar ik wilde ook de kern van het probleem echt leren wegnemen.” Vandaar dat zij besloot om ook een opleiding tot sjamaan en hypnotherapeut te gaan volgen. “Wat een mooie technieken en door deze technieken te combineren kom je daadwerkelijk tot de kern van het probleem. Je leert je los te maken van wat jou tegenhoudt om het leven te gaan leven dat je graag wil leven.” Zelf heeft Jessie met deze technieken afscheid genomen van haar onzekerheid, angsten, paniekaanvallen en herbelevingen.



Zekerheid tot verlichting!

Maak gratis een
vrijblijvende afspraak,
voor een telefonisch
gesprek en ontdek
wat Jessie voor jou
kan betekenen!



10

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
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. ©2023. 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.**



18



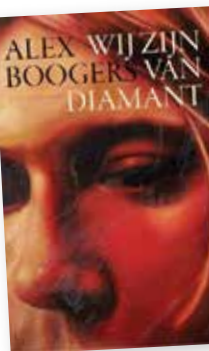
31



12



28



23

Bruisende lezer,

Het is februari, de maand waarin we massaal de liefde vieren. En terecht, want zeg nu zelf... verliefd zijn is toch heerlijk?! Er gebeuren allemaal rare dingen in je lichaam, tot hartkloppingen aan toe, maar toch voel je jezelf beter dan ooit. Hoe dat kan, lees je verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

Liefde is trouwens een breed begrip. Het kan gaan om verliefd zijn op je grote liefde, maar ook over liefde voor je vak, om maar een voorbeeld te noemen. Iets wat de Brabantse comédienne Christel de Laat overduidelijk heeft, zoals bleek tijdens het interview dat we met haar hadden. Ben je benieuwd naar haar verhaal? Blader dan snel verder.

Overigens heeft niet alleen Christel ontzettend veel liefde voor haar vak, datzelfde geldt voor alle bruisende ondernemers die we voor deze editie weer hebben gesproken. Stuk voor stuk spreken zij vol passie over hun werk. Laten wij daarom onze 'liefde' voor hen tonen door ook deze maand weer zoveel mogelijk lokaal te shoppen (misschien wel voor Valentijnsdag), zodat zij hun werk met evenveel passie voort kunnen blijven zetten.

Vier het leven en vier de liefde!
Lea en Marcel Bossers



Foto: Ron Eskens, soowpictures.nl

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

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

Inhoud

VERLIEFDHEID IS
EIGENLIJK SLECHTS
EEN CHEMISCHE
PROEF DIE GELUKT IS



R

Dit doet *de liefde* met jou!

Verliefdheid brengt niet alleen je hoofd op hol, ook in de rest van je lichaam gebeurt van alles. Je krijgt hartkloppingen, vlinders in je buik, zweetende handen én veel energie en opwinding. Dit komt door hormonen en is lichamelijk te verklaren. Maar wat gebeurt er precies in ons lichaam als we verliefd zijn?

Je autonome zenuwstelsel regelt je ademhaling, spijsvertering, het verwijden en vernauwen van bloedvaten en je hartslag. Bij verliefdheid zorgt noradrenaline in je hersenen voor de aanmaak van adrenaline, het bekende stresshormoon. Dit hormoon geeft aan je zenuwstelsel door dat je hart sneller moet kloppen. Zo kan bij een verliefd persoon de hartslag oplopen tot wel 180 slagen per minuut.

AMFETAMINES onderdrukken het hongergevoel en jagen de bloedcirculatie omhoog. Hierdoor krijg je het gevoel alsof er vlinders in je buik zitten. Het liefdeshormoon oxytocine en alcohol veroorzaken allebei hetzelfde gevoel. Als je heel erg verliefd bent, voel jij je, net als na een glaasje te veel, minder angstig of geremd en je zelfvertrouwen krijgt een boost. Je voelt je letterlijk dronken van verliefdheid!

HET HORMOON DOPAMINE zorgt ervoor dat je niet meer realistisch kunt kijken naar je geliefde. Je denkt dat jouw grote liefde de mooiste en geweldigste persoon op de wereld is. Dat beeld klopt natuurlijk niet met de werkelijkheid, maar je bent zo 'onder invloed' dat je dat niet ziet. Pas als de eerste verliefdheid uitdooft en de dopaminespiegel in je bloed inmiddels flink is gedaald, merk je zijn of haar slechte eigenschappen op.

HET GEVOEL van heftige verliefdheid zal in de meeste gevallen na anderhalf tot vier jaar verminderen. Dan worden andere dingen belangrijker, zoals steun, vertrouwen en geborgenheid, die samen de basis kunnen vormen voor een langdurige liefdesrelatie. Endorfine neemt nu de belangrijkste plaats in. Dit hormoon lijkt op de rustgevende pijnstiller morfine en zorgt voor een ontspannen gevoel. Het neemt tevens angsten weg, zodat jij je prettig voelt in de buurt van je liefdespartner.

Wil jij je liefdespartner verrassen dit jaar? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

AMARULA ETHIOPIAN COFFEE

Met de verschillende smaken van veelzijdige likeuren en prachtige flessen van Amarula weet jij jouw valentijn zeker voor je te winnen. De subtiele mokka- en chocoladesmaak van de Ethiopian Coffee variant proef je goed wanneer je deze drinkt met ijs of toevoegt aan een kop koffie of espresso. De smaak heeft zelfs iets weg van romige caramel. Heerlijk om deze koude winterdagen sfeervol en warm mee door te komen.

www.amarula.com



MARJOLEIN BASTIN HANDCREME

Op zoek naar het perfecte geschenk voor Valentijn? Marjolein Bastin zorgt voor dierbare herinneringen met handcremes in drie bijzondere geurlijnen. Geuren bepalen onze gevoelens en werken inspirerend. Wil je geliefde helpen herinneren aan een mooie plek of fijn moment samen? Wellicht doet een van de geurlijnen daar aan denken en kan je geliefde op ieder moment van de dag wegdromen naar de momenten die jullie samen hebben beleefd.

www.hallmark.nl

WILKINSON SCHEERMESJES

Wie ook in de winter fris en glad voor de dag wilt komen, biedt Wilkinson een mooi assortiment. Zo heeft de Intuition Sensitive Touch een mooie look, waardoor deze prachtig zal staan in de badkamer van je geliefde. Heeft je partner liever een scheersysteem met scheerschium in één? Dan is de Intuition 2-in-1 Sensitive Care echt iets voor haar. Alle producten van Wilkinson hebben plasticvrije en recyclebare, dus ook nog eens goed voor het milieu!

www.wilkinsonsword.com



HAWAIIAN TROPIC ZONNEBRAND VOOR WINTERSPORT

We weten allemaal hoe belangrijk het is om je huid te beschermen tegen schadelijke invloeden van de zon. Zo ook tijdens jullie wintersport samen! Show your skin some love en geniet zorgeloos van dat heerlijke winterse zonnetje terwijl je op de piste staat. Met de bloemige en fruitige geuren van Hawaiian Tropic ervaar je echt dat fijne vakantiegevoel.

www.hawaiiantropic.com



♡♡♡ Verras jouw ♡♡♡
valentijn!

Doe mee en win

BRUIST Deals

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

KENWOOD – TITANIUM CHEF BAKER

Duik jij de keuken in voor een huisgemaakte carrotcake, pompoen-quake of een ander baksel? Dan is de Titanium Chef Baker van Kenwood je favoriete keukentool. Hiermee maak je in een handomdraai de lekkerste (hartige) taarten, cakes en meringues.

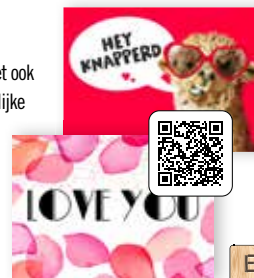
www.kenwoodworld.com



HALLMARK VALENTIJN

Wil jij je geliefde, vriend(in) of familielid laten weten hoe dierbaar hij of zij voor jou is en verrassen met een mooie, persoonlijke valentijnskaart? Bij Hallmark bieden ze een breed assortiment aan wenskaarten en is het ook mogelijk om persoonlijke foto's of decoraties toe te voegen om er een echt kunstwerk van te maken.

www.hallmark.nl

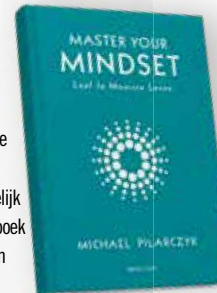


E

LEZERSACTIE* Maak kans op het nieuwe boek van Michael Pilarczyk

Master Your Mindset Leef Je Mooiste Leven gaat over persoonlijke en spirituele groei, maar ook over zakelijk succes. Die combinatie maakt dit boek uniek. Michael Pilarczyk schreef een persoonlijk verhaal over inzicht, bewustzijn en de kracht van gedachten.

www.michaelpilarczyk.nl TAG #BOEK



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

LEEGVERKOOP
OP=OP

STOF & ZO

GRIJP JE KANS: DE MOOIESTE, LUXE KLEDINGSTOFFEN TEGEN ONVOORSTELBARE PRIJZEN

Leegverkoop bij Stof & Zo tot 25 maart

Vakvrouw Lili-jan van Gemert vindt het mooi geweest. Na 20 jaar sluit ze de deuren van haar Stof & Zo, de stoffenzaak die in de afgelopen 20 jaar een begrip werd in Brabant. Dit vanwege de uitgebreide collectie aan **unieke, moderne stoffen en écht persoonlijk advies.**

Haar winkel moet helemaal leeg. Dus kom snel naar de winkel en profiteer van kortingen tot 50%. De fournituren, patronen, breigarens en allerlei luxe stoffen als:

- biologische stoffen
- Italiaanse stoffen
- kinderstoffen
- bamboe tricots

Wil je ongestoord je slag slaan?

Bel of mail Lili-jan en reserveer de winkel voor of na sluitingstijd voor jou en je vriendinnen of vrienden. Samen met een groepje vriendinnen of vrienden.

Geurdenhof 44a, Oss | 0412-624420 | www.stof-en-zo.nl | info@stof-enzo.nl | [f](#) [i](#) [s](#) [t](#) [o](#) [f](#) [e](#) [n](#) [z](#) [o](#) [.nl](#)



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 vijftig tot zeventig procent 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
uitgevoerd

openlijk over, zeker wanneer het verholpen is. Dat is bij aambeien natuurlijk wel 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 wordt vaak binnen slechts vijftien minuten uitgevoerd."

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

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 | www.spataderen-fcg.nl

De comfortabele stadsfiets

Even doortrappen, net dat groene verkeerslicht halen, even later weer moeten remmen voor voetgangers, door een plas heen omdat je niet kon uitwijken, een plekje vinden tussen honderden andere fietsen en hopen dat je je eigen fiets nog terugvindt straks. Voor de gemiddelde stedeling bekende taferelen. Je fiets moet in de stad tegen een stootje kunnen.

Als je zoveel te kiezen hebt, is het moeilijk om te bepalen wat jouw nieuwe fiets moet worden.

Kijk daarom vooral naar wat je met je fiets van plan bent. Ga je vaak boodschappen doen op de fiets? Dan is een voordrager misschien praktisch. Heb je snel stramme benen als het wat kouder is? Wellicht is een fiets met lage instap wel iets voor jou.



De FietsenWinkel Zijtaart

Ceciliastraat 1, Zijtaart (Veghel)
0413-352203 | info@defietsenwinkelzijtaart.nl
www.defietsenwinkelzijtaart.nl



Tevens hebben we altijd genoeg gebruikte fietsen op voorraad.

E-BIKES

STADS- & TOURFIETSEN

KINDERFIETSEN

GEbruIKTE FIETSEN

VERHUURFIETSEN

REPARATIE

Liefde maakt van een huis een thuis. Vrijdag 10 februari is het **Warmetruiendag**. Het idee is simpel: geef aandacht aan klimaatverandering door de verwarming lager te zetten en een warme trui aan te trekken. Gemiddeld worden mensen 7 keer **verliefd** voordat ze gaan trouwen.

Volg je hart, want dat klopt!

Romantisch zijn bestaat voor het grootste deel uit aandacht, liefde en **qualitytime** voor elkaar. Als twee lovers elkaar in de ogen staren, gaat hun **hart** in hetzelfde ritme kloppen.

Je moet het wel 3 minuten volhouden. De hand vasthouden van een geliefde of alleen al naar zijn of haar foto kijken kan **pijn verlichten** en stress verminderen.



**Om deze redenen
kiest u voor
AniCura
Dierenkliniek Oss**

Het belang van uw
huisdier staat bij ons
altijd voorop, want wij
luisteren echt naar de
mensen die in onze
kliniek komen, aldus
onze klanten. Met dat
vertrouwen gaan we dan
ook heel zorgvuldig om.



Obrechtstraat 2, Oss
0412-20656767 | oss@anicura.nl

www.anicura.nl/oss

HET IS WEER FEBRUARI! Deze maand besteden we extra aandacht aan het gebit

Maar liefst zeventig tot tachtig procent van onze honden en katten met de leeftijd van twee jaar loopt rond met (zeer) pijnlijke gebitsproblemen. Problemen aan het gebit komen vaak door tandplak, dat zich kan ontwikkelen tot tandsteen.

Hoe herkent u gebitsproblemen bij uw dier?

- ✓ Stinken uit de bek (9 van de 10 keer komt dit door gebitsproblemen!)
- ✓ Chagrijnig gedrag en minder speels
- ✓ Rood, bloedend of gezwollen tandvlees
- ✓ Aan één kant van de bek kauwen
- ✓ Veel tandplak (witte stinkende pasta)
- ✓ Tandsteen (gele/bruine harde aanslag)

Helaas laten veel dieren niet merken dat ze pijn hebben aan hun gebit en eten ze ook gewoon goed.

Wees er dus op tijd bij en laat het gebit van uw dier regelmatig door de dierenarts controleren.

In de maand februari is deze gebitscheck voor uw dier gratis.

Het aller-
belangrijkste
vinden we de zorg
voor uw huisdier
én voor u.

COLUMN/ANICURA

Supervriendelijke medewerkers met een groot inlevingsgevoel.

Theo

Top mensen met hart voor dieren.

Jos

Ze zijn heel bekwaam, erg lief voor dieren en stellen de baasjes ook gerust. Weten heel goed waarover ze praten, erg professioneel.

Merlin

Goede medische hulp voor onze dierbaarste huisgenoten.

Martijn



Ben je benieuwd naar de samenhang tussen je denken, je voelen en je lichaam? Zou je willen ervaren wat je lijf je te zeggen heeft met dat wat het laat zien? Sta je open voor een andere benadering, maar sta je graag met beide voeten stevig op de grond?

NIEUW VAN BLIJVEND ANDERS: een driedaagse workshop

De kracht van bewustzijn

Dan ben je van harte welkom om deel te nemen aan onze workshop. Tijdens deze weekend workshop krijg je allereerst van ons alle kennis en inzichten die nodig zijn om jezelf te zien, te voelen en te begrijpen waarom je bent zoals je bent en doet zoals je doet. Inzicht hebben is het zien en begrijpen van samenhang. In onze benadering is het inzicht hebben in samenhang tussen wat je denkt, welke emoties je hebt en welke gevoelens er zijn en wat daarvan het effect is op je fysieke gesteldheid van essentieel belang om daar verandering in aan te

kunnen brengen. Daardoor kun je bijvoorbeeld ook meer inzicht krijgen in je stresssysteem en de factoren die dit beïnvloeden. Door aan den lijve te ervaren wat je voelt als er stress is, kun je in het dagelijks leven eerder gaan herkennen wat er gebeurt én eerder ingrijpen om erger te voorkomen.

Alleen inzicht en kennis aanhoren is onvoldoende om jezelf beter te leren (her)kennen. Door samen aan de slag te gaan met oefeningen gaan we ontdekken wat je lijf te zeggen heeft. Door te gaan bewegen



Deze workshop wordt gegeven door Suzanne Otten (pilatusdocente) Gonny van Boxtel (haptotherapeute) en Rob Droog van Blijvend anders.

ontstaan er nieuwe verbindingen, niet alleen in je lijf, maar ook tussen jou en je omgeving. Door gezien te worden, te delen welke factoren voor

jou bepalend zijn en zodoende echt inzicht te krijgen in jouw persoonlijke vicieuze cirkel, kun je mogelijkheden gaan ontwikkelen om deze cirkel te gaan doorbreken.



Dit weekend van bezinning vindt plaats op een prachtige locatie in het Brabantse Velp: het Emmausklooster.

We doen dit alles op een prachtige locatie in het Brabantse Velp: het Emmausklooster. De slaapplekken zijn eenvoudige eenpersoonskamers, maaltijden, koffie en thee zijn inbegrepen. Er wordt graag meegedacht over persoonlijke dieetwensen.

Aantal deelnemers: minimaal 6, maximaal 12
Kosten p/p: € 450,- zes dagdelen, van vrijdagavond tot en met zondagmiddag
Indien de kosten een probleem zijn, neem dan toch contact op.
Voor aanmelden en info: Praktijk Den Hoogen, info@denhoogenreek.nl, 0486-475553 of Blijvend Anders, info@blijvendanders.nl

Kijk voor meer informatie en voor de volledige tekst op www.blijvendanders.nl (onder het kopje cursusaanbod) of scan de QR-code



Appartementen in nieuwe woonzorgvoorziening Residentie De Meierij, per direct beschikbaar



 DE MEIERIJ

Residentie De Meierij is gelegen aan het Stadhuisplein 3 in Veghel.

Voor meer informatie of een afspraak, kunt u contact opnemen via:
www.residentiedemeierij.nl, info@residentiedemeierij.nl, 0413-410126

DAGJE UIT ABN AMRO OPEN



Van 11 tot en met 19 februari vindt in Rotterdam Ahoy de vijftigste editie van het ABN AMRO Open tennistoernooi plaats. Bij het ABN AMRO Open zit je boven op het tennis. Toptennis, want sinds 1974 stonden er talloze legendes op de baan en het is dan ook een podium voor de huidige én aanstaande wereldtop. Tegelijkertijd is het sinds 2009 ook een strijdtoneel voor rolstoeltennis op het allerhoogste niveau. Deze goede reputatie dankt het ABN AMRO Open aan zijn constante zoektocht naar vernieuwing, waardoor het is uitgegroeid tot een veelzijdig evenement voor iedereen: zakelijk en privé, jong en oud, sportief en maatschappelijk geïnteresseerden. **Kijk voor meer info op www.abnamro-open.nl.**

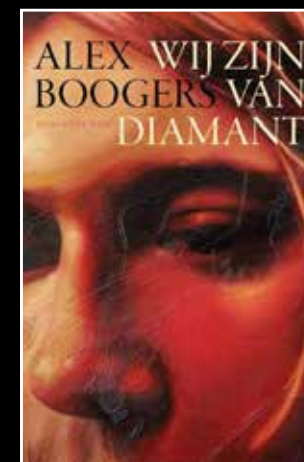
FILMPJE KIJKEN KLEM

Marius en Kitty wonen alweer enige tijd in Italië, waar ze een wijngaard hebben gekocht. Marius heeft zijn leven gebeterd, dus vertrekt Hugo vol goede moed om samen met Sophie zijn dochter Suus bij haar hartsvriendin Chrissie af te zetten. Maar er blijkt een luchtje te kleven aan de aankoop van de wijngaard. Hugo is nog niet aangekomen of alles escaleert. Opnieuw wordt Hugo door Kitty en Marius meegesleurd in een criminele draaikolk, maar ditmaal in een land waar de georganiseerde misdaad geen Nederlandse indringers wenst en niet terugschrikt voor moord en ontvoering. **KLEM is vanaf 2 februari te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN WIJ ZIJN VAN DIAMANT



Wanneer de 21-jarige William onverwacht naar Seattle vertrekt, reist zijn broer Markus hem achterna. Een paar dagen later wordt het levenloze lichaam van Markus gevonden aan de voet van de Snoqualmie Falls. Voordat William met het lichaam van Markus terugreist naar Vlaardingen, krijgt hij bij de receptie van zijn hotel een laatste gift van zijn broer. Het blijkt een notitieboek van opa Lovitz, een joodse familie vriend. Op weg naar het vliegveld begint William te lezen en zo ontdekt hij dat het tragische lot van zijn broer onontkoombaar was. Een familie kroniek die laat zien hoe littekens uit het verleden generaties lang doorwerken. **WIJ ZIJN VAN DIAMANT van Alex Boogers is vanaf 9 februari verkrijgbaar.**



Wilt u graag vaker post ontvangen?

Bij Schrijfmaatje koppelen we u aan een vrijwilliger met dezelfde interesses. Meld u gratis aan.

☎ 088 344 2000
ouderenfonds.nl/schrijfmaatje

Het nieuwe jaar anders doen?!

- ✓ Jij zit nog met een vraag over hoe je je zaken kan regelen!?
- ✓ Je wilt weten of je het up-to-date hebt geregeld.
- ✓ Voor nu, zolang je nog leeft en daarna.
- ✓ Je hebt speciale wensen.
- ✓ Een andere vraag over je nalatenschap.

Maak dan NU een afspraak met Jos van JoVe-Nalatenschap begeleiding.



Jouw 'gratis koffiegesprek' is alleen op afspraak. Aanmelden via 06 – 51 16 91 54 | jove@josven.nl
www.jove-nalatenschap.nl

DARMSPOELINGEN BIJ SPIJSVERTERINGSPROBLEMEN



Heb je last van een opgeblazen gevoel, winderigheid, een verstoord ontlastingspatroon, obstipatie, diarree, vermoeidheid en depressie, spijsverteringsklachten, hoofdpijn, een hoge bloeddruk, schildklierproblemen, rug-, gewrichts- en luchtwegklachten, allergieën of overgewicht? Dan kan een darmspoeling wellicht helpen.

Een hoge darmspoeling wordt ook wel Colon Hydrotherapie genoemd. Door onder lichte druk warm water in de dikke darm in te brengen, wordt de darm gereinigd van aangekoekte afvalstoffen. Er blijven dan nog maar weinig afvalstoffen in je lichaam achter waardoor je je fit en energiek voelt.

Hoe werkt Colon Hydrotherapie?

Je ligt lekker ontspannen op een behandeltafel voor een pijnloze behandeling. Onder lichte druk wordt warm water (32 tot 38°C) in een gesloten circuit naar binnen gebracht. Als je aandrang voelt, laat ik het water samen met de lucht of ontlasting via het apparaat wegstromen. Tijdens dit wegstromen masseer ik je buik zodat dit proces optimaal verloopt. Deze cyclus herhaalt zich gedurende veertig minuten. In de laatste vijf minuten van de behandeling wordt een zeer hoogwaardige probiotica ingebracht zodat de darmflora meer in balans komt. Na de behandeling overleggen we samen over de bevindingen.

Josephine Broeders



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

**Maak nu een afspraak
06 107 59534**

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 anesthesieteam. 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.



*Hoe gezond is
jouw tandvlees?
Test het hier*

Jouw lach, onze passie

26

CDC Complete Tandzorg is dé tandheelkundige kliniek van Nederland waar men naartoe gaat als men ECHT vindt dat er iets aan het gebit moet gebeuren. Dat kan functioneel van aard zijn of cosmetisch. Bij CDC gaan ze voor een compleet GEZOND én MOOI gebit.

Zet de stap in 2023... Ga voor een gezond én mooi gebit!

Al sinds 2002 komen mensen van heinde en verre naar gemeente Best. Velen zijn jaren niet naar de tandarts geweest. In de meeste gevallen komt dat door angst voor de tandarts. Anderen komen speciaal naar CDC vanwege de ervaring in cosmetische, esthetische behandelingen. Ze hebben wel een gezond gebit, maar vinden het niet (meer) mooi. Daar weet CDC wel raad mee.

Niet alleen zijn de tandartsen zeer deskundig en ervaren in esthetiek, maar ook de tandtechnici in het eigen laboratorium zijn echte vakmensen. Zij maken zeer mooi maatwerk. Ieder gebit is daardoor uniek en komt er natuurlijk mooi uit te zien. Dit kan ook doordat de specialisten onder één dak plezierig kunnen samenwerken. Extra voordeel is dat het scheelt in het aantal behandel dagen.

Een gezond en gelukkig leven begint bij je gebit. Tandvleesontstekingen zijn bijvoorbeeld veroorzakers van andere ziektes, zoals hart- en vaatziekten en beroertes. En lachen is heel gezond. Dat doet niemand graag als je schaamt voor je gebit.

Wil je in 2023 eindelijk weer die gezonde, mooie lach? Investeer dan in een gebitsbehandeling bij CDC Complete Tandzorg.

Plan nu alvast een intake, dan ben je snel aan de beurt.

CDC is gespecialiseerd in:

- ✓ Complete gebitsrestoraties
- ✓ Cosmetische tandheelkunde
- ✓ Angst- en narcosebehandelingen
- ✓ Tandvleesbehandelingen
- ✓ Reguliere tandzorg

Wist je dat...

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



Christel de Laat:

‘Mijn publiek even alles laten vergeten, dat is waar ik het allemaal voor doe’

Het is 2014 als het Nederlandse theaterpubliek kennismakt met Christel de Laat. Sindsdien is haar carrière in een stroomversnelling geraakt. We spraken met de Brabantse comédienne over alweer haar derde solovoorstelling: *Hoe dan?!*.

Hoe dan?! staat in het teken van alledaagse dingen, oma worden en irritante kinderen. Vooral het laatste thema baart Christel zorgen. “Als ik vergelijk hoe ik ben opgevoed en hoe kinderen vandaag de dag worden opgevoed, dan gaan mijn haren overeind staan. Kinderen beslissen tegenwoordig mee. Toen ik kind was, moest ik accepteren wat ik kreeg. Of ik het nu leuk vond of niet.”

ZELFSPOT Christel gooit haar frustraties over de individualisering van de hedendaagse samenleving, bureaucratie en irritante kinderen gewoon op tafel. Ze spaart niets of niemand, ook zichzelf niet. “Kijk, ik heb enorm veel zelfspot en blijf te allen tijde mezelf, vooral op het podium.” Net zoals veel collega’s zoekt Christel de interactie met het publiek, maar altijd op haar eigen manier. “Ik wil

mensen met mijn eigen grappen en improvisaties vermaken.”

GOED GEVOEL In welk theater Christel ook komt, ze wil dat de mensen met een grote glimlach de zaal verlaten. “Of ik nu in Groningen, Amsterdam, Zeeland of Brabant optreed, humor werkt overal hetzelfde. Buiten Brabant kennen ze me vaak niet, maar uiteindelijk denken ze overal: die Christel was de moeite waard om naartoe te gaan. Mijn publiek even alles laten vergeten, dat is waar ik het allemaal voor doe.”

De comedyshow *Hoe dan?!* van Christel de Laat is tot en met juni te zien in diverse theaters. Kijk voor meer informatie op www.christeldelaat.nl of www.theater.nl.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist



Hoe het allemaal begon

Toen Judith van Lent tijdens een workshop kennismaatte met masseren, wist ze het meteen: dit is wat ik wil. Ze volgde verschillende opleidingen en opende in januari 2019 haar eigen massagepraktijk aan huis in Oss.

“Ik geef intuïtieve massage”, vertelt 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.”

Vanaf januari 2023 wordt er een nieuwe massage aangeboden:
HSP massage & de chakra's.

TIP!
Maak online
een afspraak!



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

**JONGE
HELDEN**
NIERSTICHTING

Geef voor een toekomst
waarin we nierziekten
kunnen genezen.

nierstichting.nl



NIERSTICHTING

Je nieren zijn je leven.



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

Sonnusstraat 17, Heesch | 06-53532425 | www.praktijkbrigitte.nl



Nieuwbouw in Escharen

Lisa van Dongen mag met recht trots zijn op haar huis. Niet alleen wat betreft het ontwerp en de sfeer die de woning uitstraalt maar ook vanwege het feit dat ze dit met name in haar uppie, slechts 28 lentes jong, heeft neergezet!



Haar woning in Escharen staat op een kavel dat vroeger behoorde tot het land van haar (groot)ouderlijk huis. Een boerderij waar haar opa begonnen was met het houden van koeien en varkens en uiteindelijk is overgenomen door haar ouders. De roots van de familie en dus ook van Lisa zitten dus stevig verankerd in deze grond, een mooi detail hierbij is dat de nieuwe woning van Lisa tegenover het huis van haar oma staat. Vanwege de voorgeschiedenis van de kavel, heeft Lisa een lange tijd kunnen wennen aan het idee dat zij hier haar eerste eigen huis zou gaan bouwen. "Ik heb ook best wel getwijfeld, ik was nog druk bezig met mijn studie en dan komen vragen als "Wil ik dit wel echt?" of "Hoe ga ik dit allemaal doen?" wel af en toe naar boven", aldus Lisa.

Roscobouw ontzorgt

Vanwege haar drukke bestaan en het feit dat ze dit avontuur in haar eentje aanging, zocht ze een partij die haar tijdens dit proces zoveel mogelijk kon ontzorgen. "Mijn broer heeft heel veel zelf geregeld en was erg betrokken bij alle bouwfasen van zijn huis, ik wou dat liever niet, ik wou zo min mogelijk zorg en Roscobouw heeft dit van begin tot het einde voor mij kunnen wegnemen. Na een oriënterend gesprek bij Roscobouw was er meteen een goed gevoel, het verhaal was helder en ook reëel. Ik kreeg te horen dat er met al mijn wensen rekening gehouden zou worden maar tegelijkertijd waren ze ook heel transparant wat er wel of niet zou kunnen om binnen de regelgeving en budget te blijven."

Het hele proces is stap voor stap doorlopen, beginnend met het ontwerp van de woning. Lisa had een bepaald type huis op het oog, maar het bleek dat dit niet goed op haar kavel gesitueerd kon worden. Onder begeleiding van architect Marino van Roscobouw is er een nieuw ontwerp gemaakt, waarin de mooiste elementen van het eerste type woning terugkomen en ook specifieke wensen van Lisa zijn verwerkt, zoals een grote hal, drie hoge ramen in het trappenhuis en grote open ruimtes beneden. Een huis op haar maat!

Een vast aanspreekpunt

Tijdens het bouwen van een huis moeten veel keuzes gemaakt worden en komt er veel op je af, hierbij had Lisa niet alleen veel steun van haar ouders maar ook van Roscobouw. "Je wordt goed begeleid tijdens de verschillende fases, de keuzes moet je uiteindelijk zelf maken maar het is fijn dat alles omkaderd wordt van tevoren, dat maakte het voor mij makkelijker." Een onderdeel van de werkwijze van Roscobouw is dat er altijd een vast aanspreekpunt is, zo blijven de lijntjes kort en de communicatie helder, dit draagt bij aan een zo efficiënt mogelijk bouwproces. Dat alles voorspoedig is verlopen blijkt wel uit de bouwtijd, in april 2020 is er gestart en in november 2020 was de oplevering van de woning. Lisa: "Er was mij wel verteld dat het snel zou gaan, dat het zo snel ging had ik wel gehoopt maar niet verwacht."

Onbezorgd genieten

Op de vraag waar ze het meest trots op is kan ze geen éénduidig antwoord geven, maar naast de hal, de stalen deuren en de keuken is ze met name ook erg blij met haar badkamer. Deze is met twee openslaande deuren verbonden met haar slaapkamer en geven haar na een drukke werkdag een spa-gevoel aan huis. En dat kan ze wel gebruiken. "Het was een druk jaar, zeker ook in combinatie met mijn werk in de zorg, ik had al genoeg zorgen zonder de bouw van mijn huis. Maar ik heb altijd geweten dat Ruud en Paul van Roscobouw alles voor mij in de gaten hielden,

dat gaf een stukje rust in deze hectische en onzekere tijd." Het resultaat mag er zijn, tijd voor verdiend onbezorgd genieten.



www.roscobouw.nl

0412 455 501
info@roscobouw.nl

Vrijgezel Miranda stelt zich voor



LENGTE
175 CM

LEEFTIJD
43 JAAR

OGEN
BRUIN
GROEN

*Jij reageert
toch ook?*

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

Iedereen is op zoek naar de liefde. Vandaar dat we in deze rubriek graag aandacht besteden aan onze Bruisende Vrijgezellen. In februari hebben we speciale aandacht voor de 43-jarige Miranda, samen met haar dochter en kat woonachtig in Vlaardingen. Ze wil graag een lieve man om haar leven compleet te maken.

Als alleenstaande moeder van een bijna zesjarige dochter heeft Miranda haar zaakjes prima voor elkaar. Na jaren in de reisbranche en later als receptioniste te hebben gewerkt, heeft ze een carrièreswitch gemaakt. Ze heeft een éénjarig werk-en-leertraject in de kinderopvang gevolgd en ze is bezig met haar persoonlijke ontwikkeling: ze volgt webinars en heeft een loopbaancoach. "Een nieuwe relatie is al langer een grote wens. Ondanks alle drukte maak ik daar graag tijd voor. Na eerder internetdating te hebben geprobeerd, heb ik besloten om het nu eens over een andere boeg te gooien, wie weet wat het oplevert."

Miranda is een lieve, sociale en spontane vrouw. "Anderen zullen mij omschrijven als een gezellige meid. In mijn vrije tijd doe ik graag iets leuks met mijn dochter. Verder beoefen ik aerobics en yoga en ga ik af en toe op pad met vriendinnen, bijvoorbeeld naar de bioscoop, ergens een drankje drinken of naar het strand. Op vakantie gaan is ook helemaal mijn ding, we zijn net naar Brabant en Tenerife geweest. Een avondje bankhangen is echter ook prima."

Wat voor man zoekt ze?

"Een lieve, ondernemende, open man met wie je goed kunt praten. Een man die bij voorkeur niet rookt en het fijn vindt om soms met mijn dochter en/of met de eventuele eigen kinderen iets te ondernemen. Ook qualitytime voor ons als stel moet hij belangrijk vinden. Ik ben heel gelukkig met mijn leven, maar ik mis de warmte, geborgenheid en de rust van een relatie. Een lief appje van de persoon van wie je houdt, dat maakt wat mij betreft je dag helemaal goed!"

Ben je tussen de 35 en 50 jaar en denk je dat jij de perfecte man bent voor Miranda? Reageer dan vooral!

Miranda zoekt
een leuke
man!



Inzendingen (vertel vooral alvast iets over jezelf!) inclusief foto kunnen gemaaild worden naar mirandah1979@outlook.com.

Mini Charlottes met aardbei

Maak deze kleine versie van de Charlotte Russe: een fruitige mousse van aardbeien met lange vingers rondom. Het zijn net kleine cadeautjes om te eten.

4 STUKS - 4 UUR

INGREDIËNTEN

- 1 pak lange vingers (à 175 gram)
- 125 ml slagroom
- 150 ml kwark
- 4 blaadjes gelatine
- 150 gr aardbei
- 50 gr suiker
- 4 cm kookringen of vormpjes
- Plasticfolie
- Mixer
- Lintjes

BEREIDING

Week de gelatine in koud water. Doe 50 ml water in een pannetje en voeg daar de suiker en ongeveer 1/3 van de aardbeien en verwarm deze tot de suiker is opgelost en de aardbeien uit elkaar vallen. Knijp de gelatine uit en roer door het warme mengsel. Laat daarna grotendeels afkoelen. Klop ondertussen de slagroom stijf. Mix vervolgens de kwark er kort doorheen.

Leg een paar mooie aardbeien apart voor de garnering, prak de rest fijn en mix door de het slagroommengsel. Mix dan ook het gelatinemengsel erdoor.

Leg de kookringen of vormpjes op een snijplank of bakplaat met folie of bakpapier eronder. Bekleed de randen met plastic folie. Snijd een klein stukje van de lange vingers en plaats deze met de rechte kant naar beneden langs de rand van de vormpjes. Schep het aardbeienmengsel erin en garneer met een paar gehalveerde aardbei.

Laat ze minimaal 3 uur goed opstijven in de koelkast. Haal ze dan voorzichtig uit de vorm, bind er een lintje omheen en je kan jouw liefdespartner verrassen!



PUZZELPAGINA



Heb jij al iets gepland voor jouw valentijn? Valentijnsdag is het moment van het jaar om samen de liefde te vieren en extra te genieten van elkaar. Wil jij een avond vol qualitytime met jouw liefje? Wat is nou leuker dan samen spelletjes spelen of gezellig samen de puzzels van Bruist oplossen en kans maken op mooie prijzen?!

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **4-4-9**.

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 'liefde'. De oplossing van vorige maand was **doelen**.

Maak kans op

Pizzolato Spumante

De Pizzolato Spumante Rosé is, naast dat het een hele gave fles is, een mooie zachte en droge wijn met een fraaie roze kleur. In de smaak proef je een zachte, aanhoudende mousse. Deze mousserende wijn is gemaakt van de Glera-druif. Een feestelijke fles, die het goed doet op een borrel, feestje of gewoon een klein momentje genieten.



NIX18

-ur+z+-i

r++é d+-az

h+i=t h=g

k=d+t -a

y=e o=b+ b=r

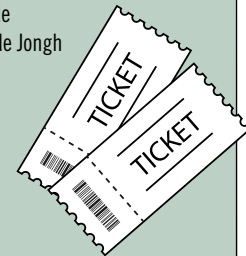
Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 maart de oplossing in op onze site: www.demaashorstbruist.nl.

Maak kans op

Vrijkaarten voor Theater De Leest

We geven 3 x 2 vrijkaarten weg voor de voorstelling 'Zin in liefde' van Igone de Jongh op donderdag 2 maart aanstaande.

Het hele theater- en filmprogramma bekijken? Scan de QR-code.



DE LEEST THEATER EN FILM WAALWIJK

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

| | |
|----------|------------|
| theater | kaarten |
| film | artieste |
| waalwijk | ontmoeting |
| winnen | programma |

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





NIEUWE E-TRANSIT
100% ELEKTRISCH
TOT 317 KM RIJBEREIK



www.vanmossel.nl/ford

Van Mossel