

'S-HERTOGENBOSCH



JUNI 2019 GRATIS MEENEMEN!
WWW.SHERTOGENBOSCHBRUIST.NL

BRUIST

Nijmegen

Gezellige
historische stad

Cadeautips
voor **Vaderdag**





≡ TYPE-UNIEK ≡

Typeles voor Kids

**TYPE-UNIEK: SNEL, GOED EN
SPELENDERWIJS BLIND
LEREN TYPEN MET
PERSOONLIJKE BEGELEIDING
IN KLEINE GROEPEN.**

Typeles is nu **veel leuker dan vroeger**

Angelique Vorstenbosch-Gitz begon vier jaar geleden met het geven van typeles. Ze startte aan de keukentafel met haar eigen kids, daarna sloten vriendjes en vriendinnetjes aan. Dat beviel zo goed dat ze besloot er haar werk van te maken en zie daar: Type-Uniek was geboren. Sinds 2016 geeft Angelique typeles in groepsverband, bij haar thuis of op locatie zoals op basisscholen in de regio Rosmalen, in Den Bosch bij Babel en in Vught bij De Elzenburg.

Er zijn typescholen die ook les geven aan volwassenen, maar Angelique koos er voor om zich alleen op kinderen te richten: "Dat vind ik het leukste. Het is belangrijk dat kinderen goed en snel leren typen. Bij Type-Uniek zijn ze verzekerd van persoonlijke begeleiding in een groep van maximaal twaalf kinderen. Dat vinden ouders ook prettig. Daarbij maken ze gebruik van laptops die ter plekke aanwezig zijn. Bijkomend voordeel is dat mijn typelessen goedkoper zijn dan bij grote landelijke instituten."



Voor kinderen met dyslexie is er een aangepast programma mogelijk."

TYPEWORLD

Type-Uniek werkt met het kindvriendelijke programma TypeWorld. "Veel leuker dan hoe we vroeger typeles kregen! De kinderen hoppen van eiland naar eiland. Telkens als een opdracht voldoende is afgerond spelen ze een slotje vrij en mogen ze naar het volgende eiland. Dat werkt enorm motiverend," aldus Angelique die ook online typecursussen aanbiedt. "Maar mijn ervaring is toch dat het werken in groepsverband de beste resultaten oplevert."

DYSLEXIE

De typelessen bij Angelique thuis, op diverse basisscholen of andere locaties duren altijd één uur en kennen een cyclus van tien tot twaalf weken. "Natuurlijk moet er daarnaast ook nog thuis geoefend worden. Aan het einde sluiten we af met een type-examen en een feestelijke diploma-uitreiking.

**GOED BLIND LEREN TYPEN IS EEN
INVESTERING VOOR DE TOEKOMST!**

Type-Uniek | Coupletweg 46 Rosmalen | **06-30789989**
info@type-uniek.nl | **www.type-uniek.nl**

6



voor
vader



10

36



Inhoud

13



25



23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.

MANAGER Marcel Bossers

OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers

TRAFFIC Nederland Bruist

VORMGEVING Nederland Bruist - Mirjam Kuus

THEMA'S Nederland Bruist - Annemiek Jansen

TEKSTEN BZ Ron van Kuijk

FOTOGRAFIE BZ Yvonne Wesling

EINDREDACTIE Ron van Kuijk

ACQUISITIE Michael Thörig, 06-11087563

CONTACT 'S-HERTOGENBOSCH BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340, nl@nederlandbruist.nl

Like ons op Facebook - 's-Hertogenboschbruist

CONTACT HOOFDKANTOOR

Nederland Bruist B.V.

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl

www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be

Like ons op Facebook.com/nederlandbruist

ABONNEMENT Ontvang de Bruist uit jouw regio(s) iedere maand in je brievenbus voor € 1,49 p.m. **Meer weten?** Stuur een e-mail naar abonnement@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2019 Nederland Bruist B.V. Merksnaam 's-Hertogenbosch Bruist is een merksnaam 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 brengt magazines uit in: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, IJzica, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsengebied, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildesloten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.



Je merkt het aan alles: de zomer staat weer voor de deur. De zon schijnt meer en meer, de terrassen zitten voller en voller en, ligt het aan ons of worden ook de mensen zelf steeds vrolijker? Hier bij Bruist is dat in ieder geval wel zo!

Bruisende lezer,

En wat doe je in de zomer? Lekker naar buiten gaan! Optimaal genieten van alle mooie dagen. De ene keer heerlijk aan het water, de andere keer heb je misschien wel meer zin in een dagje stad. Waarom dan niet een keer naar Nijmegen? Een schitterende stad waar we je in dit magazine dan ook graag wat meer over vertellen. En het mooie is, deze stad ligt aan de Waal met z'n vele Waalstrandjes. Hier hoeft je dus eigenlijk niet te kiezen tussen een dagje stad en een dagje aan het water, want Nijmegen biedt het beste van beide.

Mooie tips voor een dagje uit dus in deze nieuwste uitgave van Bruist, maar zeker ook tips voor het vinden van het leukste cadeautje voor Vaderdag. Want ook die dag staat weer op de agenda; om precies te zijn op 16 juni.

Nog meer? Yes! Ook deze maand bieden we je weer meer dan genoeg te lezen en vertellen bijzondere ondernemers als Amazing Shoes en Claudia Vesters Voedings & Lifestylecoach je over hun bedrijf. En de rest? Ontdek het vooral zelf...

Geniet van de zon en van Bruist!

Michael Thörig



Eén van de oudste steden van

Nijm

In deze schitterende historische stad weten ze prima wat gezelligheid inhoudt! Of je nu voor cultuur, natuur, winkels of een hapje en drankje gaat, Nijmegen heeft voor ieder wat wils. Wandel vanuit de stad zo de natuur in of plof na een dagje shoppen neer op een van de vele terrassen. www.visitnijmegen.com



HARTING OPTIEK is een gezellige winkel in de Hertogstraat. Of je nu voor een (zonne)bril, lenzen, oogzorg of iets anders komt: Harting Oogmode & Oogzorg geeft altijd advies op maat. www.hartingnijmegen.nl

Al meer dan 70 jaar lang is **TIJSSSEN MODE** dé herenmodezaak in het centrum van Nijmegen. Hier vind je een ruime selectie kleding voor verschillende stijlen en gelegenheden. Ook online dé herenmode specialist. www.tijssenmode.nl

SHOPPEN

In het oude stadscentrum kun je al slenterend de historische pareltjes spotten, maar je kunt er ook uitstekend shoppen in de **LANGE HEZELSTRAAT**, de oudste winkelstraat van Nederland. Naast de grote ketens vind je hier vooral exclusieve boetiekjes en leuke speciaalzaken.

www.hezelstraatnijmegen.nl

In **DE MARIKENSTRAAT**, de leukste winkelstraat gelegen in het hart van Nijmegen, is het zeer diverse aanbod van winkels verdeeld over maar liefst twee niveaus. Er worden ook regelmatig bijzondere activiteiten georganiseerd. Kortom: genoeg te beleven in de Marikenstraat! www.marikenstraat.nl



CULTUUR

In **MUSEUM HET VALKHOF** duik je in het Romeinse verleden van Nijmegen, maar bekijk je ook moderne kunst. Het gloednieuwe museum **DE BASTEI** leert je alles over natuur en cultuur. En in het **MUZIEUM** ervaar je hoe het leven is als je blind of slechtziend bent. En zo kunnen we nog wel meer musea noemen! Daarnaast zijn er verschillende galeries en exposities te bezoeken. www.visitnijmegen.com/overzicht/museum



BEREIKBAARHEID

Nijmegen is goed bereikbaar met het openbaar vervoer, dankzij de vele trein- en busverbindingen. Voor zowel auto's als fietsen beschikt het centrum over voldoende parkeerplaatsen en (gratis) stallingmogelijkheden. Fietsers zitten sowieso goed in de 'fietsstad van 2016', met al haar snelfietspaden. Ook kun je een handige leenfiets pakken.

Nederland

eigen



VIERDAAGSE

Vanuit heel de wereld komen jaarlijks tienduizenden wandelaars naar Nijmegen om vier dagen te wandelen in de Waalstad en haar prachtige, bosrijke omgeving. Na vier dagen wandelen wacht de wandelaar een glorieuze intocht over de Via Gladiola om daarna het welverdiende Vierdaagsekruis in ontvangst te nemen. De 103de Vierdaagse vindt dit jaar plaats van 16 t/m 19 juli.

www.4daagse.nl



NIJMEGEN/BRUIST

WAAI UIT LANGS DE WAAL

Wandel vanuit de historische binnenstad richting de Waal om uit te waaien aan de waterkant of neer te ploffen op een van de terrassen. Vanaf **DE WAAKKADE** wandel je zo het hooggelegen **VALKHOF PARK** in. Vanuit dit historische stadspark heb je een schitterend uitzicht over de iconische Waalbrug. Ook kun je er een kijkje nemen in de Valkhofkapel, het oudste stenen gebouw van Nederland (1030). Een ander mooi park in Nijmegen is het door Frank Boeijen bezongen **KRONENBURGER PARK** waar nog een gedeelte van de oude stadsmuur staat met de 30 meter hoge Kronenburgerstoren uit 1425.

INSPIREREND TREFPUNT

Wie de laatgotische Stevenskerk in het historische centrum van Nijmegen binnenstapt, raakt direct onder de indruk van het indrukwekkende lijnenspel in de architectuur en de bijzondere lichtval door de glas-inloodvensters. **DE STEVENSKERK** is ook een bijzondere locatie voor een congres, evenement, bijeenkomst of diner. De grote kerk is zowel geschikt voor grootschalige als intiemere ontvangsten. www.stevenskerk.nl



Met 36 uitgaven is Nederland Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland, België, op Ibiza en in Marbella. Naast de glossy uit jouw regio, brengen we ook een stadsmagazine uit in Nijmegen. DUS OOK HET MOOIE NIJMEGEN BRUIST!





[BOGARDEN.NL](https://www.bogarden.nl)

**BOREK • MAX&LUUK • SUNWOOD • RIZZ • BIG GREEN EGG
OUTDOORCHEF • DOMANI • ATELIER VIERKANT • LUCA LIFESTYLE • KYMO**

VOOR HET ULTIEME BUITENGEVOEL

Bogarden is het adres waar u de zonnige kant van het leven proeft tussen onze uitgebreide en sfeervolle collectie buitenmeubilair, parasols en accessoires voor uw terras. Bekijk uw terras als een verlenging van uw huis, een expressie van uw persoonlijke stijl, waarbij elk stukje even belangrijk is, zoals elke andere kamer in uw huis en kleed het aan met prachtige producten.



BOGARDEN
buitenmeubilair

Bedrijfsweg 7 | Oisterwijk | The Netherlands | T +31 (0)13 521 64 64 | E mail: info@bogarden.nl



DESIGN THEE VOOR VADER

Theeën vertellen een bijzonder verhaal. Over exotische landen, waar theebladeren met de hand worden geplukt. Een delicaat proces, waarbij de plukker de kwaliteit van de thee grotendeels bepaalt.

Arte & Zayne thee vanaf € 6,95. www.artezayne.com

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Maak nu kans op een overheerlijk vaderdagpakket.

Dit complete pakket wordt aangeboden door Slijterij Prinsenbeek, www.slijterijprinsenbeek.nl



NIX78
Drink met mate.

Like dan de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens o.v.v. Lezersactie #SlijterijPrinsenbeek naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**

BRUIST Deal

BIJ HOTEL DE LEIJHOF OISTERWIJK

Overnachting in een Comfort Room
Culinair 3 gangenmenu du chef
Luxueus ontbijt - Wifi internet - Parkeren

€ 79,50 p.p.*

**excl. lokale heffingen. Op basis van minimaal 2 pers.*

**Reserveer via www.leijhof.nl
met promocode BRUIST**

Tips voor

SPORTIEF CRUISEN

De E-Lite van Union is een elektrische fiets waardoor je met gemak een flink aantal kilometers kunt maken. Of je de fiets nu gebruikt voor een rondje door het park of om de stad te doorkruisen: trendy ben je sowieso!

Vanaf €1.999. www.union.nl





BRUISENDE SMAKEN

De SodaStream Flavors Red Berry Mix, Blackcurrent, Fruit Mix en Orange Mix zijn unieke smaken met 50% vruchtensap om je SodaStream (bruis) water een extra fruitige smaak te geven. **Glazen fles met SodaStream Flavors, € 4,99.** www.sodastream.nl/flavours

Nederdag



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#3

Maak kans op een SodaStream bruiswatertoestel.

Maak van fris kraanwater zelf heerlijk bruiswater in slechts enkele seconden. Je kunt zelf de hoeveelheid bubbels bepalen (licht, medium of intens).



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. Lezersactie #Sodastream naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**

sodastream

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#2

Maak kans op twee vrijkaarten voor Wonderfeel op vrijdag 19 juli.

Wonderfeel is een driedaags buitenfestival voor klassieke muziek op Landgoed Schaep en Burgh in 's-Graveland. www.wonderfeel.nl



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. Lezersactie #wonderfeel naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**

VOOR DE STIJLVOLLE MAN heeft Previa een exclusieve haarverzorgingslijn ontwikkeld die het haar en de hoofdhuid voedt, verzorgt en haaruitval tegengaat. **Previo Man Energising Treatment Kit, € 37,95.** www.hairsuite.nl



MAN EVERYDAY VIGOROUS* ENERGISING TREATMENT PREVIA



Kwaliteit voor een mooie prijs

Brasserie La Porte een smaakbeleving voor iedereen, dat is wat Timothy da Silva en Esther van Rooij willen creëren met hun restaurant. Kwaliteit leveren tegen een lage prijs om op deze manier een laagdrempelig concept neer te zetten. Waar het in de brasserie om draait is ontdekken, proeven en genieten.

In een sneltreinvaart zijn de afgelopen zeven maanden voor Timothy en Esther voorbijgevlogen. Er zijn plannen voor het terras en we zijn continue bezig met het uitbreiden en wisselen van de menukaart. We zijn afgelopen zomer gestart met een beperkte menukaart om te zien hoe onze gasten hierop zouden reageren. Inmiddels is het een menukaart met diverse keuzes en uitdagende smaak combinaties. Waar het begon met een Frans-Mediterraanse keuken, is nu tevens de Aziatische keuken omarmt. Dit valt in goede smaak bij de gasten van La Porte. Een smaakbeleving en een gezellige avond, dat is waar wij voor staan en waarmee wij onze gasten willen verwennen.

“KIJK OP

WWW.BRASSERIELAPORTE.NL
VOOR DE ACTUELE MENUKAART”



brasserie
La Porte

Dinsdag t/m zondag geopend
vanaf 17.00 uur
Op maandag gesloten

Wat is nu Mediation?



Harriët van der Struijk is mediator. Zij biedt een luisterend oor en begeleiding bij echtscheidingen, familiezaken, nalatenschappen en arbeidsconflicten.



Mediation en zo

06-46021973

info@mediationenzo.nl

www.mediationenzo.nl

Het werd mij in het begin van mijn praktijk vaak gevraagd. Mediation is het samen zoeken naar oplossingen bij een conflict. “Oh”, zei men. “Dan kun jij zeggen hoe het moet?” Nee, dat juist niet, de mensen zoeken zelf naar een oplossing.

En vanaf dat moment merk ik pas dat mensen beginnen met luisteren naar wat ik erover vertel. Ik denk dat iedereen wel eens een ruzie of conflict heeft gehad en tijdens zo'n gesprek hieraan terug dacht.

Maar Mediation gaat verder. Momenteel ben ik bezig met een echtscheiding, een ouder echtpaar, hij net gepensioneerd en zij altijd voor het huishouden gezorgd. Toeval wil dat zij nu net in het nieuwe appartement bij de bewonerscommissie is gegaan en daar een leuke vriend heeft leren kennen. Zij is zelfs naar zijn appartement verhuisd en heeft te kennen gegeven te willen scheiden. Vanaf haar verhuizing naar de onderbuurman, tot ze beide en bij mij aan tafel zaten, was er niet veel meer gesproken. Hij was boos en zij koppig, immers had ze al vaak aangegeven dat ze wat meer de deur uit wilde, terwijl hij zei dat hij vaak genoeg de deur uit was geweest om te werken. Na 36 jaar huwelijk vloeiden bij beide tranen, want hoe moest het nu verder?

Er is na zo lange tijd in dit geval nog zeker een vorm van bezorgdheid om elkaar, maar ook bij beide sprake van verdriet om het verlies van de ander. De zaken die aan de Mediation tafel uitgesproken worden kunnen heel divers zijn. Wat verdelen we? Waar gaan we van leven? Belangrijke zaken voor beide. Hoe gaan we uit elkaar?

**Voor meer info kun je bellen of mailen naar:
Harriët van der Struijk, 06 46021973 of info@mediationenzo.nl**

FoodSaam in het *BBQ*-seizoen

Met de langer wordende dagen en het mooie weer dient zich direct het BBQ seizoen weer aan. Heerlijk buiten genieten van BBQ.

Foodsaam, weet als geen ander hoe je in korte tijd een heerlijk en aparte BBQ kunt samenstellen. Geen groenten en fruit en bijgerechten uit de kant-en-klaar koelwand van een supermarkt, maar gezonde en lekkere, dagelijks vers bereide salades, side-dishes, fingerfood. Probeer ook eens wat anders zoals burrito's en wraps of een Thaise rode viscurry in bootje van een bananenblad. Niet alleen bijzonder mooi, en decoratief maar vooral heerlijk om te eten.

Natuurlijk mag een lekker fris drankje en een delicious dessert niet ontbreken, ook daar hebben we een uitgebreide keuze voor u. Kijk eens op onze website voor inspiratie en om een indruk op te doen terwijl wij in onze winkel in Vught een groot en gevarieerd assortiment hebben van heerlijke BBQ gerechten en aparte side-dishes.

HEEFT U IETS TE VIEREN?

Ook dan zijn we u graag van dienst met maatwerk catering, waarmee we u volledig ontzorgen van boodschappen, zelf gerechten klaar te maken en dergelijke. In overleg stellen we vast wat u uw gasten wilt presenteren, dat kan ook in het kader van een thema zijn, een verjaardag, jubileum, receptie. Of gewoon eens een keertje luxueus en makkelijk van uw gasten en het mooie weer genieten en u laten verwennen door onze exclusieve, speciaal voor u gemaakte gerechten.

Bezoek onze winkel eens in het centrum van Vught aan de Raadhuisstraat 3F, dan kunt u zien dat we zo veel als mogelijk dagverse seizoen- en streekproducten gebruiken. Hier kunt u ook inspiratie opdoen en advies krijgen wanneer een zelf gemaakt gerecht niet helemaal aan uw verwachtingen voldoet



Eveline Gauth heet u van harte welkom!

FOODSAAM
GEZOND & LEKKER ETEN!

Raadhuisstraat 3F Vught | 073 303 08 89
info@foodsaaMVught.nl | www.foodsaamvught.nl



Je ontvangt:

- een persoonlijk plan met bijbehorend shape-dagboek
- een wekelijks weeg- en meetmomenten om je te motiveren en jouw resultaten vast te leggen
- minimaal 3 effectieve sportsessies per week in de hot cabin, zaal of outdoor, onder begeleiding van een professionele coach
- onbeperkt food- & lifestylecoaching om jouw voedingsgewoontes en leefstijl te optimaliseren.



Shape Boost!

Wil jij graag doelgericht afvallen en helemaal in shape genieten van jouw zomer?

Kom dan naar bbb health boutique voor onze Shape Boost! Deze boost staat in het teken van afvallen en strakker worden! Het biedt je alle tools om kilo's en centimeters te verliezen, voor een mooi, gezond en strak lijf!

Schrijf je nu in en ontvang 50 euro korting bij een abonnement van 6, 12 of 24 maanden. Deze actie loopt tot september 2019 met kortingscode: shapeboost2019

Plan je gratis proefles online in!

bbb
health boutique

bbb health boutique is een holistische sportschool voor iedere vrouw.

bbb health boutique helpt jou bij een duurzame leefstijl verandering op het gebied van body, food en mind.

30 minute workout

bbb voor iedere vrouw

bbb mama

shape boost

bbb heeft boutiques in Amsterdam (Jordaan & Amstel), Delft, Den Haag, Haarlem, Tilburg, Utrecht, 't Gooi, Den Bosch en Rotterdam

bbb health boutique
Den Bosch
Orthenstraat 290
5211SX Den Bosch

088 644 00 73
info@bbbhealthboutique.nl

www.bbbhealthboutique.nl

Hello Summer time!



DE ZOMERCOLLECTIE IS COMPLEET.

Volop hoeden en petten met UV filters voor dames en heren. Neem eens een kijkje in onze winkel.

hoedzo.nl

Vughterstraat 65 's-Hertogenbosch | 073-6990193 | info@hoedzo.nl | www.hoedzo.nl

Bekijk ook
onze website
voor het
uitgebreide
assortiment!

Psst... Het is al **juni**, maar dat blijft even tussen mei & juli.

Liefde is te mooi om in een kast verborgen te houden.

Elke minuut dat jij je druk maakt om het verleden,
gaat af van de **toekomst!**

Wil ik net mijn **roze bril** afzetten, kom ik jou tegen.

Koud afdouchen versnelt je stofwisseling,
stimuleert de bloedsomloop en voorkomt een duf gevoel.

Hoe lang of kort je ook wandelt, je **verslaat** altijd
iedereen die op de bank ligt!

Mensen kunnen niet zonder muziek. Het zorgt voor ontspanning,
opwinding, **kippenvel**, tranen en emoties.

Wie een **regenboog** wil zien, moet eerst de regen trotseren.

Wanneer je met een **andere bril** kijkt, kan je
toekomst er ineens heel anders uitzien.

Was de weg naar de **sportschool** maar net zo
makkelijk als die naar de koelkast.

Geloof niet alles wat je denkt.

GARAGE
POMPEN & VERLOUW

Het perfecte recept voor een eigentijdse en hippe eetgelegenheid? Dan tover je toch gewoon een oude Ford-garage die kwaliteit hoog in het vaandel had staan om tot toprestaurant? Jean Paul ter Maat deed het met zijn prachtzaak **Garage Pompen & Verlouw** aan de Parklaan in Den Bosch. Een pareltje voor de stad en vooral voor liefhebbers van design, relaxte achtergrondmuziek en lekker eten!

Culinaire hotspot

**GARAGE POMPEN & VERLOUW
ONDERHOUD DE CONTACTEN EN
SMEERT DE SMAAKPAPILLEN**

Parklaan 27G Den Bosch
06-19963602
info@garagepompenenverlouw.nl
www.garagepompenenverlouw.nl



Verbeteren van de kwaliteit van leven van mensen



Het is mijn passie om als acupuncturist en herbalist de kwaliteit van leven van mensen te verbeteren.

Dit kan voor de één het verlichten van bijwerkingen van een chemokuur zijn, voor de ander het verlichten van bijvoorbeeld pijn, slapeloosheid, eczeem of hooikoorts. Ook opvliegers, piekeren en rugpijn zijn met acupunctuur en Chinese kruiden te verminderen en zelfs te verhelpen.

**Vanwege mijn 40e verjaardag
trakteer ik in juni op een
vrijblijvende GRATIS intake t.w.v. € 65,-**



**Praktijk voor Acupunctuur
& Chinese Kruiden
Ben Schellekens**

Colvenierstraat 2 Den Bosch
Theerestraat 5 Sint Michielsgestel

06-46062858

info@acupunctuurben.nl

www.acupunctuurben.nl

Tijdens de behandelingen krijgt u inzicht over het ontstaan van de klacht. Daarnaast krijgt u tips over voeding, ontspanning, ademen en slapen. De combinatie van de behandelingen en inzichten geven u een sterke basis om blijvende, positieve resultaten te behalen.

Ik ontmoet u graag in de praktijk in het centrum van 's-Hertogenbosch of bij Fysio Bouts in Sint Michielsgestel.

SEIKO

SINCE 1881



Tip
voor
Vaderdag!



GPS
SOLAR

Juwelier  *Sinds 1956*
Schute

Achter de Driesprong 1
Rosmalen
073 - 521 88 71

Van stress naar

ontspannen!

Herken je dat, dat zo rond etenstijd de stress oploopt en je bijna ongemerkt gaat snaaien? Je had je nog zo voorgenomen om het nooit meer te doen. Maar ja, je bent net thuis van je werk. Er moet echt eten op tafel komen, het liefste nog gezond ook, de kinderen zeuren, er moet nog zoveel gedaan worden...

Met een paar kleine aanpassingen kun ook jij van het spitsuur een ontspannen uurtje maken. Om je stressniveau te laten dalen heb je een bepaald stofje nodig: oxytocine.

Het hormoon oxytocine heet ook wel knuffelhormoon.

Het komt vrij als je borstvoeding zou geven, maar ook bij vrijen en knuffelen. Dit stofje kun je dus prima inzetten om van stress naar ontspannen te gaan.

Alles wat je plezier en ontspanning geeft, dat niks met eten te maken heeft, kan je stress helpen verminderen. Dus ook even voordat je gaat koken gezellig kletsen, van je af praten. Of even knuffelen met je kinderen, spelen met de kat of hond. Het maakt niet uit wat, als het je maar plezier en ontspanning geeft.

Heb je veel stress en wil je jezelf eens lekker verwennen, neem dan bijvoorbeeld een bad met magnesiumvlokken en ga daarna lekker slapen.

Als gewicht, hormoon en leefstijlcoach vind ik het belangrijk dat je leert dat je hormonen de hoofdrol spelen om goed gezond, fit en energiek te zijn. Een gezond lichaam heeft iedere dag goede voeding nodig. Gelukkig heb je hiervoor juist geen streng dieet nodig. Je kan dit bereiken met normale voeding uit de supermarkt.

**Good FOOD, Good MOOD,
Happy HORMONES, Healthy WEIGHT**

Met haar methode Leven Zonder Dieet leert Claudia vrouwen om weer te gaan genieten van lekker en voldoende eten. Ze leert je welke voeding je nodig hebt om je hormonen in balans te brengen zodat je én afvalt en gezond, fit en energiek gaat worden.



CLAUDIA VESTERS

info@claudiavesters.nl
06-23476435
www.claudiavesters.nl



iktoon

Tijdens iktoon is heel Nederland het podium van de amateurkunstenaars. Natuurlijk doet Babel daar aan mee. De hele maand ben je welkom voor open lessen, workshops, exposities, uitvoeringen en demonstraties.

Een greep uit de agenda:

Maandag 3 juni | 19:30 uur
Uitreiking Het Beste Amateurkunstwerk 2019 en opening expositie

Woensdag 19 juni | 17:00 - 21:00 uur
Handjes uit de mouwen
Creatief aan de slag op onze beeldende dag!

Zondag 30 juni | 12:00 - 19:00 uur
Music Mash Up
Muzikaal indoor festival

Kijk voor meer informatie en het volledige programma op www.babeldenbosch.nl

1 t/m 30 juni | BABEL
Hinthamerstraat 74, 's-Hertogenbosch
gratis toegang

DAGJE UIT 2 FESTIVALS

LUISTEREN EN LUIEREN OP WONDERFEEL

Wonderfeel is een driedaags buiten-festival voor klassieke muziek met de ongedwongen sfeer van een popfestival. De zeven podia bieden voor elk wat wils: van Mozart tot Aart Strootman, van Rameau tot Pärt met lijntjes naar jazz, wereld- en popmuziek. **LIKE & SHARE LEZERSACTIE#2 EN WIN TWEE VRIJKAARTEN VOOR 19 JULI!** 19, 20 en 21 juli in 's-Graveland www.wonderfeel.nl



50 JAAR WOODSTOCK

Kom 17 of 18 augustus naar het Goffertpark voor twee dagen vol Peace, Love & Music met gelouterde tributebands en -acts uit de hele wereld die een ode brengen aan hun helden: Janis Joplin, The Who, Jimi Hendrix, Santana, Joe Cocker en nog vele, vele anderen. www.openluchttheaters.nl/site/programma/50-jaar-woodstock

FILMPJE KIJKEN YESTERDAY

Wat als The Beatles nooit hadden bestaan en jij de enige persoon bent die hun nummers kent? 'Yesterday' volgt het leven van een worstelende muzikant. Jack (Himesh Patel) komt erachter dat hij van de ene op de andere dag de enige persoon op aarde is die zich The Beatles kan herinneren. Met de kennis van al hun muziek is hij vervolgens relevanter dan ooit. Film van regisseur Danny Boyle (Slumdog Millionaire) en scenario-schrijver Richard Curtis (Love Actually, Notting Hill). Verder met o.a. Lily James, Kate McKinnon en Ed Sheeran. **YESTERDAY draait vanaf 27 juni in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN WIL SCHILDERS



DE SUDOKU... vrijwel iedereen zal er weleens een hebben opgelost of een poging gedaan hebben tot. Heb je daar wat moeite mee of zou je je sudokukwaliteiten willen verbeteren, dan is het boek 'Los elke sudoku op' een aanrader. Wil Schilders: "Ik heb er al zoveel opgelost dat ik inmiddels door heb hoe sudoku's werken. Kennis die ik graag wil delen." Vandaar dat hij enkele jaren geleden dit boek schreef dat zelfs al in meerdere talen is vertaald. "Als je dit boek stap voor stap doorloopt, leer je steeds moeilijkere sudoku's oplossen." **LOS ELKE SUDOKU OP van WIL SCHILDERS is voor € 19,95 te koop via www.loselkesudokuop.nl**



SUBTRAINING

NO EXCUSES

GET FIT WITH US!

SMALL GROUP - PERSONAL - OUTDOOR - PROFESSIONAL - STRENGTH - **TRAINING**

SUBTRAINING - SEBASTIAAN DE RANITZ

WWW.SUBTRAINING.NL - INFO@SUBTRAINING.NL - 06.437 577 96

De Brabantse Boekhouder stelt orde op zaken

Marisca Smits - Van Gent is boekhouder. En niet zo maar één. Nee, Marisca verzorgt als De Brabantse Boekhouder met veel plezier de financiële administratie van vele - veelal kleinere - ondernemers. Naast het werk dat ze verricht voor ZZP-ers, eenmanszaken en VOF-eigenaren kun je Marisca ook inhuren als interim-boekhouder en is ze ook particulieren van dienst.

Daarbij richt ze zich zoals de bedrijfsnaam al impliceert op klanten uit voornamelijk Brabant, maar in principe zou De Brabantse Boekhouder ook landelijk kunnen opereren omdat het contact met klanten door het gebruik van speciale software voornamelijk via internet verloopt zonder daarbij het persoonlijke contact uit het oog te verliezen.

"Ik neem de boekhouding graag uit de handen van de ondernemer"

Marisca heeft een duidelijke verklaring waarom kleinere ondernemers zich zo bij haar bedrijf thuis voelen: "Zij voelen zich vaak niet serieus genomen door grotere administratiekantoren. Dat is wat De Brabantse Boekhouder anders maakt: klanten kunnen mij altijd bereiken en waarderen het persoonlijke contact, de laagdrempelige manier van werken en de gunstige tarieven. Ik neem hen de boekhouding graag uit handen, zodat de ondernemer kan doen wat hij of zij het liefste doet: ondernemen!"

**Kan ik
je helpen?
Neem contact
met mij op!**



Haalderen 10 Den Bosch
06-52673345
info@debrabantseboekhouder.nl
www.debrabantseboekhouder.nl



Marisca Smits - Van Gent



Beach

1. Waterlover Sun Mist van Biotherm, € 37,50 www.douglas.nl
2. Face Spray Glowing Summer van Babor, € 24,90 www.babor.nl
3. Terracotta Route des Indes Zonnepoeder & Blush van Guerlain, € 67,- www.guerlain.nl
4. Strandhoed van Comma, € 29,99 www.comma-store.eu
5. Broekje van Beachlife, € 29,95 www.beachlife.nl
6. Fake It van Mádara, € 27,- www.drogisterijnet.nl



lovers

Het strandseizoen staat weer voor de deur! En of je nu wel of niet dicht bij zee woont of binnenkort een strandvakantie hebt gepland, we willen allemaal hetzelfde: onze huid optimaal beschermen, er absolutely fabulous uitzien en... zon natuurlijk!

7. Capital Soleil Hydraterende Bodymelk SPF 50+ van Vichy, € 27,50 www.vichy.nl
 8. French Riviera Eau de Toilette van Lancaster, € 44,90 www.douglas.nl
 9. Slippers van Ipanema, € 16,99 www.ipanemashop.nl
 10. Zonnecrème SPF 50+ van Zwitsal, € 18,99 www.zwitsal.nl
 11. Vernis à Lèvres WaterStain van Yves Saint Laurent, € 38,50 www.ysl.com
 12. Refreshing After Sun Gel of Balm van Clarins, € 31,- per stuk www.clarins.nl



**J&B EXCLUSIEVE
TUINMEUBELN**

EEN 'BUITENGEWOON' LEVEN IN DE TUIN

VOOR DE MEEST
UITGEBREIDE KEUZE
AAN BUITENMEUBELEN
KOMT U NAAR J&B
IN BREDA

CREOO
DIPHANO
FUERADENTRO
GLATZ
GLOSTER
HEATSAIL
HEATSCOPE

JARDINICO
MANUTTI
MARZINI
MORSO
NET-ECHT
OASIQ
ROYAL BOTANIA

SOLPURI
TODUS
TRADITIONAL TEAK
UMBROSA
UNKNOWN FURNITURE
VARASCHIN
VINCENT SHEPPARD



J&B EXCLUSIEVE TUINMEUBELEN | ETTENSEBAAN 17A1 | 4812 XA BREDA | WWW.JENB.NL



Mode

VOOR IEDERE
VROUW

Onze merken: Aventures des Toiles - Elsewhere
Le Pep - Maloka - Masai - Nör - Sani Blu - Simclan
Vetono - Zeitlos - Zilch

Basic: Anna Montana - Kunert - Slippely

U kunt bij ons
terecht voor
maat 34 t/m 48.



Boetiek Gaya | Schoolstraat 14 Rosmalen | 073-6897723 | info@boetiekgaya.nl | www.boetiekgaya.nl

Krachtig & Puur

Body Mind Release Rosmalen & Den Bosch

**Vermoeidheid, burnoutklachten,
depressieve klachten of angsten?**

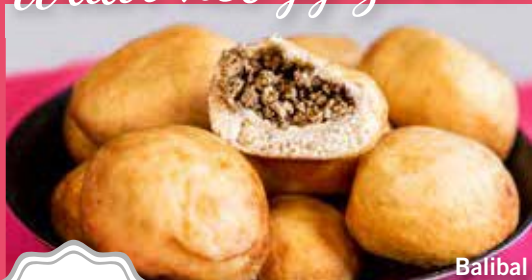
Pak het aan met BMR!

- Kortdurend traject
- Geen wachtlijst
- Bewezen effectief
- Ook als verzuiminterventie

www.krachtigenpuur.nl | info@krachtigenpuur.nl | 06-10419973

Gerechten en snacks uit de Moluks/ Indische keuken.
Dagvers, ambachtelijk bereid en vooral overheerlijk!

Waar heb jij zin in?



Balibal

Kleine Toko
BY ESSE
UIT DE MOLUKS/ INDISCHE KEUKEN

Burgemeester v. Houtplein 25
Vlijmen | 06-57149470
info@kleinetoko.nl | www.kleinetoko.nl

Ook aan huis via thuisbezorgd.nl



Onze passie
**Originele en eerlijke
lunchgerechten**

Bij Jack's Foodbar zit je midden in het centrum van Den Bosch. Ideaal wanneer je een dagje in de stad bent, maar ook geschikt voor een originele zakenlunch.

....

Tafeltje reserveren?

jacksfoodbar.nl/reserveren
reserveren@jacksfoodbar.nl
073 - 73 702 73

....

Of loop binnen:

Brede Haven 7
's-Hertogenbosch



Inpakstress is bijna niet te voorkomen als je op vliegvakantie gaat. En nu je bij veel luchtvaartmaatschappijen moet betalen voor je koffers wordt het er niet gemakkelijker op. Het is meer dan ooit zaak om het aantal bagagekilo's scherp in de gaten te houden. Tien tips voor het snel, efficiënt en kreukvrij inpakken van je koffer.

Inpakken zonder



- 1. LEG IN DE DAGEN VOOR VERTREK** alvast dingen klaar die je mee wil nemen. Die fijne jeans die net uit de wasmachine komt, een nieuwe fles zonnecrème, een boek dat je echt wil lezen en zaken die echt niet vergeten mogen worden zoals een zonnebril en medicijnen.
- 2. CHECK BIJ HET HOTEL OF ER STRANDHANDDOEKEN** beschikbaar zijn. Het is heerlijk om je neer te vleien op een lekkere grote handdoek, maar minder fijn om die joekel in je koffer mee te moeten sjouwen.
- 3. VOUW TOPJES, BLOESJES, VESTJES** en eventueel een trui maar één keer dubbel om kreukelen te voorkomen. Jurkjes en rokjes pak je als laatste in. Sla deze één keer dubbel en leg ze zo glad mogelijk bovenop.
- 4. BOEKEN, REISGIDSEN EN SCHOENEN** gaan onderop in de koffer. Schoenen vul je op met sokken of opladers. Stop de schoenen eventueel in een schoenzak of plastic zakje om je kleren niet vuil te maken.
- 5. NEEM JE 'ZWARE' KLEDIJ MEE** op vakantie (bijvoorbeeld een jeans of wandelschoenen), trek die dan aan tijdens de reis. Dat scheelt veel gewicht in je koffer.



stress

6. WEEG DE KOFFER VOOR VERTREK.

Teveel kilo's is niet alleen duur, het is ook een stressfactor wanneer je op de luchthaven spullen moet overladen van koffer naar handbagage.

7. GAAT ER EEN STAPEL T-SHIRTS

MEE? Rol deze dan op en leg ze op lege plakjes in de koffer, bijvoorbeeld aan de randen. Oprollen voorkomt kreuken en het scheelt veel ruimte. Ook ondergoed en badkleding leent zich goed voor het opvullen van loze ruimtes.

8. TOILETSPULLEN PAK JE ALS

LAATSTE IN. Neem crèmes, shampoo

et cetera mee in kleine reisflesjes. Om het risico van lekken te voorkomen is het handig de dopjes af te plakken met tape.

9. MAAK EEN INPAKLIJST en vul deze na de vakantie aan met spullen die je achteraf toch gemist hebt. Gebruik die lijst bij alle vakanties. Zo ga je nooit meer met te veel óf te weinig op pad. Bewaar de lijst gewoon in je koffer.

10. BEHOED JEZELF VOOR OVERTOLLIGE, DURE BAGAGEKILO'S en neem alleen dat mee wat je echt nodig hebt. Bijvoorbeeld een paar leuke setjes voor 's avonds die je met elkaar kan combineren en maximaal drie paar schoenen. Slippers wegen trouwens vrijwel niets...

..... NEEM ALTIJD
EEN PLASTIC
ZAK MEE
VOOR DE
..... VUILE WAS



J&B

**J&B EXCLUSIEVE
TUINMEUBELN**

EEN 'BUITENGEWOON' LEVEN IN DE TUIN

VOOR DE MEEST
UITGEBREIDE KEUZE
AAN BUITENMEUBELEN
KOMT U NAAR J&B
IN BREDA

CREOO
DIPHANO
FUERADENTRO
GLATZ
GLOSTER
HEATSAIL
HEATSCOPE

JARDINICO
MANUTTI
MARZINI
MORSO
NET-ECHT
OASIQ
ROYAL BOTANIA

SOLPURI
TODUS
TRADITIONAL TEAK
UMBROSA
UNKNOWN FURNITURE
VARASCHIN
VINCENT SHEPPARD

J&B EXCLUSIEVE TUINMEUBELEN | ETTENSEBAAN 17A1 | 4812 XA BREDA | WWW.JENB.NL



AMAZING SHOES

De ware liefhebbers van unieke handgemaakte en bijzondere schoenen vinden dé schoenen van hun keuze in Heusden-Vesting en 's-Hertogenbosch.





Ontdek in Heusden-Vesting en 's-Hertogenbosch de winkels van Amazing Shoes met schoenen en bijbehorende accessoires van de Spaanse merken Pepe Milán en New Rock. De meeste modellen in de winkel zijn voor heren, maar elke schoen is ook in verschillende damesmodellen (pumps en sneakers) te bestellen. Hierdoor komen aanstaande echtparen bijvoorbeeld graag matchende schoenen kopen.

Naar eigen ontwerp

Ook wie een speciale wens heeft, graag zelf eens een schoen ontwerpt of eigen schoenen wil voor bedrijf of (carnavals) vereniging is van harte welkom.



Amazing Shoes is in Heusden geopend op zaterdag en zondag van 12 tot 17 uur. In het zomerseizoen ook op de vrijdag geopend van 12 tot 17 uur. Informeer hiernaar door gebruik te maken van onze app-service.

De winkel in 's-Hertogenbosch is geopend van dinsdag tot en met vrijdag van 13 tot 18 uur, op zaterdag van 10.30 tot 17 uur. Of neem een kijkje op onze webshop!

Onderdeel van **DE HEEREN VAN 'S-HERTOGENBOSCH**
SHOES&MORE

Engstraat 1, Heusden-Vesting | Hinthamerstraat 102 's-Hertogenbosch | 06-19999879
info@deheerenvanshertogenbosch.nl | www.deheerenvanshertogenbosch.nl
info@amazingshoes.nl | www.amazingshoes.nl

TIP

Het is mogelijk om
- alleen of met een groep -
ook buiten de reguliere
openingstijden een bezoek
te brengen aan
Amazing shoes!

Pannûkoek

Met de voorjaarszon in aantocht dé ideale plek om lekker even bij te komen met 'een heerlijk glas' op het mooiste terras midden in de natuur tussen Vught en Den Bosch. Daar vind je namelijk Pannûkoek en Osteria Ciao Bella.

Pizza's in Pannûkoek!

Sinds kort buiten een volledig vernieuwde website, naast pannenkoeken ook échte traditionele Italiaanse pizza's (by Osteria) in Pannûkoek. "De keuze voor ons Pannûkoek & Pizza-concept is bewust gemaakt", aldus Laurens, "omdat we tegelijkertijd de keuken en beleving in de Osteria naar een hoger niveau willen tillen en het ongedwongen karakter van Pannûkoek willen behouden."

Binnenkort iets te vieren? Pannûkoek is dé plek voor het vieren van verjaardagen, (kinder)feestjes, kraamborrels en trouwerijen. Ook na sluitingstijd de ideale locatie voor het organiseren van een besloten feest.

Ciao Bella bewust en duurzaam ondernemerschap

We kopen direct in bij lokale boeren op Sicilië. We werken het liefste samen met partijen die duurzaam ondernemen. Het is een bewuste keuze om de bereiding van onze gerechten te splitsen in een keuken op Sicilië om zo veel mogelijk het authentieke Siciliaanse karakter en receptuur te behouden. Wil je écht vergaderen in de natuur? Op dinsdag tot en met zondag open je vanaf 9 uur je laptop en spreek je af voor een kop koffie en lunch in Osteria Ciao Bella. Of boek onze vergaderzaal.

Osteria
**CI
AO BELLA**



Reutsedijk 4 Vught
06-42727276 (Kirsten) | 06-41983995 (Laurens)
www.pannukoek.nl | www.restaurantvught.nl

Mooie, verzorgde voeten

Zijn jouw voeten al mooi voor slippers? Maak ze nu klaar om die dichte schoenen of laarzen uit te schoppen. Je voeten mogen weer gezien worden.



VERWIJDER NAGELLAK Zitten er nog restjes nagellak op je teennagels? Verwijder die eerst.

NEEM EEN VOETENBADJE Vul een teiltje met lauwwarm water. Doe er een scheutje olie bij en laat je voeten 10 minuten weken. Scrub je voeten daarna. Vergeet je hielen en enkels niet.

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

NAGELS KNIPPEN Knip of vijl je nagels recht af om ingegroeide teennagels te voorkomen.

SMEER JE VOETEN IN Gebruik een dikke laag crème. Smeer je voeten het liefst 's avonds in en trek daarna katoenen sokken aan zodat de crème (heel de nacht) goed kan intrekken.

NAGELS LAKKEN EN BIJHOUDEN Mooi: subtiel pastel, een Franse manicure of een zomerse knalkleur. Een vrolijk kleurtje op je nagels zorgt ervoor dat je voeten er vrolijk en verzorgd uitzien.

WIJ HEBBEN LETTERLIJK DE TIJD

In de tijd dat je net klok leerde kijken duurden zomervakanties nog oneindig lang. De secondewijzer is een vreemd begrip; vanuit een tandartsstoel gaat hij voor de meesten trager dan vanaf een barkruk. Voor zowel mensen bij wie iedere minuut telt als relaxte types die niet op een minuutje kijken, hebben we een tijdloos mooie gadget. Qloocktwo van design duo Marco Biegert & Andreas Funk vermeldt letterlijk in woorden de tijd. De klok is er in verschillende maten en uitvoeringen, van verroest ruw staal tot smetteloos glas. Kom hem in onze winkel bewonderen, dan weet je meteen hoe laat het is... Herken jezelf bij **MEIJSWONEN**.

MEIJSWONEN

RINGBAAN ZUID 251 | 5021 LR TILBURG
+ 31(0)13-5359464 | **MEIJSWONEN.COM**



QLOCKTWO IN DIVERSE UITVOERINGEN EN MATEN



MOOIE
EYECATCHER
VOOR KANTOOR
OF THUIS



QLOCKTWO[®]

A photograph of three people enjoying a sunny day outdoors. On the left, a man with a beard and blonde hair, wearing a teal polo shirt and dark sunglasses, is smiling broadly. In the center, a woman with long blonde hair, wearing a white top and aviator sunglasses, is also smiling. On the right, a woman with long dark hair, wearing a white floral-patterned top and aviator sunglasses, is laughing. They are all holding glasses of drinks. The background is bright and slightly blurred, suggesting an outdoor setting like a beach or festival.

Eén van de populairste fashionitems: de zonnebril.
Hoewel je zonnebril er natuurlijk ook kek uit moet zien, dient die bril in de eerste plaats om je ogen te beschermen tegen de uv-stralen van de zon.
Waar moet je allemaal rekening mee houden bij de aanschaf van een goede zonnebril?
We helpen je graag met wat tips.

DOOR HET DRAGEN
VAN EEN ZONNEBRIL
VERMINDER JE DE KANS
OP KRAAIENPOOTJES
ROND JE OGEN

Hello *sunshine*

TIP 1

Dat uv-straling schadelijk is voor de huid, weten de meeste mensen wel. Dat hetzelfde geldt voor de ogen is helaas nauwelijks bekend. Zonder goede bescherming kan uv-straling namelijk permanente schade aan de ogen veroorzaken. Een goede zonnebril heeft het kwaliteitslabel UV-400 of het opschrift 100% UV-bescherming. Check dit voor je een bril koopt.

TIP 2

Een goede zonnebril beschermt niet alleen je ogen, maar ook de tere huid eromheen. Let er bij het passen van een nieuwe zonnebril dus op dat deze breed genoeg is om ook de huid rond je ogen voldoende te beschermen. Dit verkleint de kans op huidveroudering.

TIP 3

'Had ik maar veel eerder een zonnebril op sterkte genomen.' Misschien wel de belangrijkste tip voordat je een zonnebril gaat uitzoeken: laat je ogen opmeten. Wanneer je je ogen hebt laten opmeten, kan de opticien bepalen of je voldoende hebt aan een 'gewone' zonnebril of dat je juist een zonnebril op sterkte nodig hebt.

Voor de kids

In welke (speelgoed)winkel je ook kijkt, zodra het zonnetje schijnt, vind je overal vrolijke zonnebrillen voor kids. Heel leuk natuurlijk, maar vaak gaat het hier om goedkope brilletjes met plastic glazen zonder enige bescherming voor de juist zo tere kinderoogjes. Koop dus ook voor kinderen altijd een zonnebrilletje met uv-filter.

Met een kleurtje

Wist je dat gekleurde glazen niet alleen mooi zijn, maar ook nog een reden hebben?

- Gele glazen: verscherpen het zicht.
 - Bruine glazen: zorgen dat het zonlicht minder verblindend is.
 - Grijze glazen: verminderen de felheid van het licht.
 - Groene glazen: beperken de verblinding door de zon en filteren een deel van het blauwe licht.
 - Roze glazen: zorgen voor een uitstekend contrast.
- Daarnaast staat een roze zonnebril natuurlijk geweldig op een festival!



Het is tijd voor wat
meer Luxx in huis

LUXX
Living & Lifestyle

www.luxxliving.nl



**Tweede
Pinksterdag
geopend!**



Besloten feestje?

MAZZELTOFF

is in het weekend beschikbaar!
Vraag naar de mogelijkheden.

www.mazzeltoffdenbosch.nl



Leeghwaterlaan 59a Den Bosch | 073 621 92 64
info@mazzeltoff.nl | www.mazzeltoff.nl



vleespakketten

van het Brandrode rund

Eerlijk vlees, heerlijk vlees.

**Pakketten van het Brandrode rund
variëren van 3 kilogram tot 8 kilogram
en bevatten diverse soorten puur en
lekker vlees.**

Het vers ingevroren vlees is in de vriezer tot
circa een jaar houdbaar!

Kruisstraat 52 • 5249 PA Rosmalen • 06 - 122 003 46
info@inonsstraatje.nl • vleespakketteninonsstraatje.nl

De Brandrode runderen
groeien rustig in de kudde op
met alleen gras op het menu.
Kijk voor meer info op:
vleespakketteninonsstraatje.nl



NEXT ROSMALEN 

DAMESMODE VOOR EEN MAATJE MEER

Next + is een dameskledingzaak voor de modebewuste, moderne
vrouw met een maatje meer. We voeren maat 42 tot en met 60.
Mocht u speciale wensen hebben, komen wij hier graag aan
tegenmoet.

See you NEXT time!

NEXT+

DORPSSTRAAT 50D - ROSMALEN | T. 073-5223560 | MAIL@NEXTPLUS.NL | WWW.NEXTPLUS.NL

Ik verkoop geen haren, maar **een gevoel**

**BRENG OOK EEN BEZOEK AAN DÉ STUDIO
OP HET GEBIED VAN HAIREXTENSIONS!**

Uiteraard kun je bij BY WENDYS ook terecht voor knippen en kleuren, maar de studio is gespecialiseerd in het zetten van hairextensions, ideaal om het haar voller en/of langer te maken. "Mensen komen hiervoor van heinde en verre naar ons toe.

We werken uitsluitend met de hoogste haarkwaliteit Great Lengths-extensions, de meest geavanceerde apparatuur en de nieuwste inzettechnieken. Alles om het haar er zo natuurlijk mogelijk uit te laten zien."

BY WENDYS
H A I R A R T I S T S

Rodenborchweg 28 A Rosmalen | 073-5236513
www.wendys.nl | www.facebook.com/BYWENDYS

Wendy Heijmans



Kom op Muzikale Zoektocht! (4 - 9 jaar)

- 11.30-12.15u zoektocht 4-5-6 jarigen - 12.30-13.15 zoektocht 7-8-9 jarigen
Informatie en aanmelden: eefje@MusiCare.info

"Één ding kiezen en daarmee spelen!" Klinkt dit bekend in je oren? Wij krijgen een soortgelijke opmerking regelmatig van ouders van onze leerlingen.

Of het nou gaat om Netflix, speelgoed of muziekinstrumenten, het lijkt wel alsof we tegenwoordig de focus niet meer kunnen leggen op een specifiek ding. Een van de oorzaken daarvan is de toename van de prikkel. Met een prikkel bedoel ik de informatie die ons hoofd te verwerken krijgt. De introductie van de smartphone en de tablets dragen daar hun steentje meer dan aan bij. De hoeveelheid prikkels die je nu in een dag binnen krijgt is al meer dan iemand in de Middeleeuwen in een heel jaar kreeg!

In de Middeleeuwen maakten ze trouwens prachtige muziek. Prikkel die een stimulans vormen voor de hersenen! Maar dat even tussendoor.

Laten we eerlijk zijn, het is ook verdomd lastig om van te voren al een keuze te maken en daar dan bij te blijven. Met name als het gaat om muziekinstrumenten want je hebt nou eenmaal niet thuis alles staan. Vroeger had je Algemene Muzikale Vorming, dan begon je met een blokfluit. Het minst sexy instrument dat er bestaat. Wij hebben elke zaterdag een Muzikale Zoektocht waarin we met jou gedurende 10 lessen op zoek gaan naar een instrument dat bij je past en wat de invloed is van muziek. Dan kan je daarna een keuze maken, handig toch?



Juni

Tweelingen

Je zult
positieve
energie om
je heen
uitstralen.

Ram 21-03/20-04

In juni zul je alles uit je tenen moeten halen. Vergeet echter niet dat deze periode slechts tijdelijk is. Daarnaast kun je rekenen op steun van je partner of je naaste familie.

Stier 21-04/20-05

Een verliefdheid zal, samen met andere factoren, een groot effect hebben op je gemoedstoestand. Je moet geen mensen over het hoofd zien vanwege je partner.

Tweelingen 21-05/20-06

Tweelingen krijgen eindelijk de langverwachte positieve energie in hun carrière. Obstakels worden gemakkelijk overwonnen en je zult positieve energie om je heen uitstralen.

Kreeft 21-06/22-07

Je laat iedereen om je heen een glimlach zien, maar van binnen voel jij je niet zo goed. Zeg wat je dwars zit. Een actieve vakantie zal de beste manier van ontspanning voor je zijn.

Leeuw 23-07/22-08

Plan een feestje. Je hebt al lange tijd gesmacht naar wat plezier en wat nog belangrijker is, dit is een geweldige kans om vrienden te ontmoeten.

Maagd 23-08/22-09

De Maagd zal in juni de vakantie moeten vergeten. Je kunt grote dingen op je werk verwachten. Wees niet bang om te claimen wat van jou is.

Weegschaal 23-09/22-10

Je had al een tijdje niet de mogelijkheid om je hele familie te bezoeken. Toon wat initiatief en organiseer een reünie. Ontspan en neem wat rust. Lees een boek of kijk een film.

Schorpioen 23-10/22-11

Definieer de grenzen in je relatie, wat goed is en wat niet. Op die manier kun je veel toekomstige problemen voorkomen, hoewel dit gesprek niet erg aangenaam zal zijn.

Boogschutter 23-11/21-12

In juni zal de Boogschutter floreren, vooral op het gebied van relaties, dus je kunt met vertrouwen plannen voor de toekomst maken. Houd je ogen wijd open.

Steenbok 22-12/20-01

Je kunt uitkijken naar een sterke gezondheid en vitaliteit in juni. Voel jij je toch wat minder, probeer dan te ontspannen en te mediteren. Probeer niet te koppig te zijn.

Waterman 21-01/19-02

Er breekt een stabiele en vreedzame periode aan. Daarom is deze tijd geschikt voor langetermijnplanning. Je kunt je bijvoorbeeld richten op andere huisvestingskansen.

Vissen 20-02/20-03

Als je denkt dat je teveel werk hebt, moet je prioriteiten stellen of volgens een schema werken. Draag ook zorg voor je gezondheid. Je hebt vooral wat meer slaap nodig.

OP ZOEK NAAR IETS BIJZONDERS? WAT DACHT JE VAN ...

TRIO VAN BIOLOGISCHE WIJNEN

Exclusief geselecteerd door onze klantenkring.

Bossche Rood, tempranillo druif, elegante fruitige rode wijn, van biologisch geteelde druiven.

Bossche Rosé, tempranillo druif, frisse fruitige droge rosé, van biologische druiven.

Bossche Wit, Airen en Sauvignon blanc druiven. Frisse fruitige droge witte wijn.

Per stuk € 8,99

3 ACTIE
HALEN
=
2 BETALEN



The QueenoftheBosscheBubbels | De Stadslijsterij

Visstraat 10, 's-Hertogenbosch | 073-6147849

info@datgaatnaardenboschtoe.com | www.datgaatnaardenboschtoe.com

DAT GAAT NAAR
DEN BOSCH TOE...



"Everything an artist needs"

KaJa
TEKENWINKEL

KaJa Tekenwinkel in Vught is een sfeervolle winkel met een verrassend aanbod in teken- en schildermaterialen

Naast alom bekende namen als Winsor & Newton, Rembrandt, Caran d'Ache en Faber Castell kunt u hier ook terecht voor bijzondere, kwalitatief hoogstaande merken als Blockx, Sennelier en Escoda. Een overgroot deel van het aanbod is ook in de webwinkel terug te vinden.

NIEUW!

Een supermooie zeer complete serie voor de experimenterende kunstenaar!

ABSTRACT van Sennelier

Een verrassende serie acrylverf:

- 60 kleuren heavy body
- 35 kleuren soft body MAT!
- 20 kleuren navulbare LINERS (markers) met heavy body
- 43 kleuren INKT.

*Op vertoon van deze advertentie.
Aanbieding geldig t/m 30 juni 2019.*


BRUISENDE AANBIEDING!

Ter introductie **20% KORTING** op het gehele
ABSTRACT assortiment!



Lo La

Exclusieve Baby- en Kindermerkkleding

The thing you made out of Love, may be dressed-up with Love 

STONE ISLAND
JUNIOR

RALPH LAUREN



DSQUARED2

KENZO
KIDS

EA7
EMPORIO ARMANI



LIFE & SCOTT

DIESEL
KIDS

ALPA PAPIR

LACOSTE

C.P.
COMPANY

ARMANI
JUNIOR

WOOLRICH
LEARN TO SKI BY SKIATIS

Chloé

BOSS
KIDS BOSS



PHILIPP PLEIN

De nieuwe
zomer collecties
zijn binnen.

Open van di t/m za
10.00 - 18.00 uur
Altijd open op
WWW.LO-LA.NL



Foto: Iris Wuijster Fotografie

Dr. Alice van der Linden

“Als cosmetisch arts vind ik het een mooie uitdaging om uw natuurlijke schoonheid te benadrukken en u een frissere uitstraling te geven. Met subtiele veranderingen kun je al een groot effect bereiken, zonder dat uw omgeving doorheeft dat u ‘iets’ heeft laten doen. Gelukkig zien we dat het taboe op cosmetische ingrepen steeds meer verdwijnt en mensen de stap durven te zetten om eens langts te komen voor een advies.”

Als u er goed uitziet, voelt u zich goed en straalt u dit ook uit.

Bij Mooi Medisch Sportief kunt u terecht voor rimpelinspuitingen met botox of hyaluronzuur. Ook verzorgen wij anti-transpiratiebehandelingen, littekencorrecties en behandelingen tegen verschillende huidaandoeningen en migraineklachten.

mooi medisch sportief
rimpelinspuitingen

Achterstraat 4 Helvoirt
06-17028131

info@mooimedischsportief-denbosch.nl

www.mooimedischsportief.nl

Een natuurlijke look met Botox® en fillers, dat kan!

Veel mensen denken dat de functie van botox en fillers bij het verminderen van rimpels hetzelfde is. Niets is echter minder waar.

Botox® remt de overdracht van prikkels van de zenuw naar de spier en wordt gebruikt voor het vervagen van dynamische rimpels op plaatsen in het gezicht waar de mimiek sterk is, zoals bij de frons, het voorhoofd en rondom de ogen. Botox® vult dus niks op. Fillers zijn injectables op basis van hyaluronzuur, een lichaamseigen stof met als functie vocht vasthouden. Met fillers kunnen lijntjes worden opgevuld, waardoor deze vervagen of verdwijnen. Het wordt ook gebruikt voor het herstel van volume, zoals de wangen, jukbeenderen en traangoten (wallen). Daarnaast kunnen bijvoorbeeld lippen worden verfraaid door deze wat extra volume te geven.

Helaas zijn er in de media verschillende slechte voorbeelden van (overmatig) gebruik van Botox® en fillers. Gelukkig kunt u ook behandeld worden zonder er 'nep' uit te zien. Ik streef ook niet naar rimpelloze gezichten zonder mimiek, maar juist om u een frisse uitstraling te geven en scherpe lijnen en schaduwen te verzachten. Een ander zal zeggen dat u er goed uitziet zonder te zien dat u behandeld bent.

Nieuwsgierig geworden en spreekt deze visie u aan?

Maak gerust een afspraak voor een gratis en vrijblijvend adviesgesprek.



Kijk uit. Jezelf mooier maken kan lelijk uitpakken.
Een geslaagde ingreep begint bij een goede arts.

Losliggende tegels? Wij lossen het op!

Vakkundige tegelreparatie zonder hak- en breekwerk

Waar tegels in het verleden uitgehakt werden, is dit met onze speciaal ontwikkelde injectiehars gelukkig verleden tijd. Zonder stof en rommel niet belangrijk: **kosten- en tijdbesparend!**

Voordelen van tegelinjectie:

- ✓ **Voorkomt meer schade**
- ✓ **Vervanging van de tegel is niet nodig**
- ✓ **Tegel zit weer muurvast**
- ✓ **Geen hak- en breekwerk nodig**
- ✓ **Stofvrije en geluidsarme reparatie**
- ✓ **Ook geschikt bij vloerverwarming**
- ✓ **Binnen 3 uur klaar voor gebruik**

Vrijblijvend hersteladvies

Bij een beschadigde tegel(vloer) zijn er talloze mogelijkheden om deze te repareren. Hierdoor is vervanging niet nodig.

Nodig ons uit voor een inspectie en wij vertellen u precies wat in uw situatie de beste oplossing is.

Vakkundig, snel en met een minimum aan ongemak.

Bel **06 - 54 34 74 99** of kijk op **www.tegelherstel.nl** voor meer informatie over onze diensten.

Wat is cupping?

**Regelmatig is cupping een onderdeel van mijn massagebehandelingen.
Maar wat is het eigenlijk?**

Cupping is een behandelwijze die zijn oorsprong heeft in de Traditioneel Chinese Geneeswijze. Het stimuleert de doorbloeding in de spieren en het bindweefsel, zorgt dat afvalstoffen beter worden afgevoerd en helpt bij opheffen van blokkades in je energiebanen (meridianen).

De (siliconen) cups zet ik op de huid en door erin te drukken trekt de cup vacuüm. De huid komt omhoog, de doorbloeding komt op gang en de energie gaat stromen. Afvalstoffen komen los en kunnen afgevoerd worden.

Meestal masseer ik met de cups (moving cups). Af en toe, bijvoorbeeld bij een hardnekkige spierknoop zet ik de cup (in overleg) een paar minuten stil op één plek (koud/dry cupping). Op de huid kan dan een rode-paarse kring ontstaan. Deze blauwe plek trekt binnen een paar dagen weg. Bij het masseren met de cups blijven er geen kringen achter.

Wat zijn de reacties? Vaak voelt de cliënt meteen verlichting van pijnklachten.

Het gebied voelt soepeler en men ervaart meer ruimte, alsof het weer kan doorstromen.

Cupping werkt onder andere goed bij stress, pijnklachten (bijv schouder, nek en onderrug), stijve spieren, vermoeidheid en hoofdpijn.

KOM JE
HET EEN KEER
UITPROBEREN?

Jacky



Burg. Loeffplein 70 E-F Den Bosch | 06-18463434
info@jackybekers.nl | www.jackybekers.nl



Wij komen naar u toe wanneer het u uitkomt!

Gijs Lansdaal | 06-45765505
info@bugsoft.nl | www.bugsoft.nl

15% KORTING
op horren
20% KORTING
op raamdecoratie

Gratis innemen en montage
Landelijk actief

"*Warom ergens anders... als u bij ons minder betaalt!*"

BUGS OUT
HORREN & RAAMDECORATIE



Openingstijden:
ma gesloten
di-zo
13.30 - 21.00

**SNEL,
MAKKELIJK
ÉN VERS**

FRESH



PASTA

Orthenstraat 40 's-Hertogenbosch **073-7505977**

Bodega
DE UNIE

**ZONDAGS
KIPPETJE**



Op houtskool gegrilde kippetjes met de beroemde 'mojo' van Jos de Stip!

Heerlijk sappig!

**IEDERE ZONDAG
VANAF 16.00 UUR**

Blijf op de hoogte van onze evenementen via Facebook!

**KARDINAAL V. ROSSUMPLEIN 15
DEN BOSCH | (073) 613 29 17**

Gezond haar is prachtig, maar het vereist wel wat zorg om het ook *in de zomer zo mooi te houden*.

Als je lang haar hebt, zal je merken dat het aan de punten vaak een stuk droger is dan bij je hoofdhaar. Dat is niet zo gek als je je realiseert hoe oud dat haar is en hoe lang het al aan allerlei schadelijke invloeden blootstaat. Goede verzorging is daarom een must.

Ga je deze zomer op zonzavakantie?

Stop dan in ieder geval de volgende items in je trolley: een voedende shampoo, een verzorgende conditioner, een sterk voedend haarmasker en verzorgende stylingproducten. Kies producten die speciaal voor de zon zijn ontwikkeld of waar UV-filters inzitten

HANDIGE TIPS: Maak je haar nat voordat je gaat zwemmen. Chloor en zout hebben er zo minder grip op. Heb je toch groene punten door chloorwater? Tomaten-ketchup kan wel eens helpen. Langdurig zonnen kan schadelijk zijn voor je haar. Gebruik daarom altijd een beschermende spray of mousse met Uv-filter.

DE ZON in je haar!

Breng voor een goed advies een bezoek aan Marciano's Haarstyling in Engelen. Je kunt daar rekenen op vakmanschap, kwaliteit en passie voor het kappersvak.



**MARCIANO'S
HAARSTYLING**

Zonneweide 18 Den Bosch | 073-8882899 / 06-15439983
www.marcianoshairstyling.nl



*Persoonlyk, betrokken...
gemoedelyk en
vooral menselyk.*

Voor een uitvaart op maat

Ook als u elders verzekerd bent.

passend binnen ieders budget



Koenen-Oel
Uitvaartverzorging

www.koenen-oel.nl

073 59 437 66



UITVAARTCENTRUM DEN DUNGEN

Litserstraat 40 | Den Dungen

BGNU



Dag en nacht bereikbaar



Slank de zomer door!

Ondanks intensief sporten en diëten kunnen er op sommige plekken van het lichaam vetophopingen blijven bestaan. Endermologie biedt de oplossing voor zulke plaatselijke vetophopingen, cellulite en huidverslapping.

Doortje Dekkers - Putmans
h u i d t h e r a p e u t



Een behandeling middels endermologie is eigenlijk een diepe bindweefselmassage. Deze behandeling wordt uitgevoerd met het LPG-apparaat dat een huidplooi oppakt en heen en weer rolt met een langzame, regelmatige beweging. Hiermee worden de stofwisseling en bloedcirculatie gestimuleerd, wordt de afvoer van lymfevocht ondersteund en verharde littekens verzacht. Vetophopingen worden afgebroken en de huid wordt gezond en sterk door de vorming van elastinevezels en de stimulatie van collageenvezels. Dit alles gebeurt op een natuurlijke wijze.

Er zijn verschillende behandelkoppen voor het lichaam en het gelaat. Alle koppen zijn in staat de collageen- en elastinevezels te stimuleren en te versterken, waardoor de behandeling voor zowel medische als cosmetische doeleinden kan worden ingezet. Om het apparaat gemakkelijk over de lichaamshuid te laten glijden en deze te beschermen, wordt tijdens de behandeling een bodysuit gedragen.

Een behandelplan wordt opgesteld aan de hand van de klachten en/of het doel dat u voor ogen heeft. De behandelingen vinden in het begin één tot twee keer per week plaats, waarna langzaam wordt opgebouwd.

“We halen

Broadway in New York is het mekka van de musicals. Artiesten dromen er vaak van daar een keer te spelen en ook het publiek heeft het bezoeken van een show op Broadway vaak op de bucketlist staan. Een magische plek voor de musicalliefhebber. Stanley Burleson, Willemijn Verkaik, Freek Bartels, Tessa Sunniva en Pia Douwes halen nu het mekka van de musical naar Nederland met de voorstelling 'Best of Broadway'.

BEST OF BROADWAY LIVE IN CONCERT



BROADWAY

naar Nederland”

De droom om op Broadway te staan is voor **Willemijn Verkaik** inmiddels al uitgekomen. In 2013 speelde ze in *Wicked* ook op Broadway de rol van Elphaba. “Je groeit op met het idee dat Broadway het ultieme is wat je als musicalartiest kan bereiken. Er is zo'n lange muziektheater-geschiedenis en alle grote iconen hebben op Broadway gestaan”, zegt Verkaik. “Het was ook een geweldige ervaring. Ik weet nog dat toen ik mijn première met *Wicked* op Broadway had, ik door het publiek werd toegejuicht. Een geweldig moment. Ik heb een fantastische tijd beleefd op Broadway maar het was soms ook een beetje eenzaam. Ik werk veel in het buitenland en moet mijn man dan veel missen, maar in Amerika was dat door de afstand en het tijdsverschil nóg lastiger.”

Tijdens de show 'Best of Broadway' wordt het Amerikaanse theatermekka naar Nederland gehaald. “Ik vind het een ontzettend leuk concept dat door Stanley Burleson is bedacht”, zegt **Freek Bartels**. Zelf hoefde de 32-jarige musicalacteur niet lang na te denken om mee te doen. “Het is verschrikkelijk leuk. We brengen musicalklassiekers maar ook onbekender werk ten gehore. Daarnaast is er ook veel interactie en zelfspot tussen ons als groep. Het wordt dus vooral ook een zeer vrolijke show. Het is daardoor heel anders dan een rol in een musical. Ik ben daar wel beter en lossen in geworden.”

Stanley Burleson en de producent hebben de speellijst van nummers bepaald, maar de acteurs hebben ook zeker hun inbreng gehad. “We mochten een lijstje met nummers indienen”, vertellen Freek en Willemijn. Stanley en de producent hebben vervolgens bepaald welk nummer wel en wat niet. “Voor mij is het in ieder geval Gethsamene uit 'Jesus Christ Superstar'. Een geweldig nummer wat ik ook zong bij de finale van 'Op zoek naar Joseph'. Maar ik vind het ook leuk dat we onbekender Broadway-materiaal doen zoals *Dear Evan Hansen*”, vertelt Freek. “Ik vind het allerleukste dat we musicals laten zien, die nog nooit in Nederland zijn geweest en misschien ook wel nooit hierheen komen. We laten zoveel verschillende stijlen zien. Er zijn grote uitspattingen maar ook intieme nummers. De variatie is enorm”, vult Willemijn Verkaik aan. Voor Verkaik staat uiteraard 'Wicked' op haar lijstje. “Maar het is ook erg tof om 'Side Show of City of Angels' te laten zien. Je begeeft je soms op onbekend terrein, maar dat vind ik juist de uitdaging en de charme.”

De show 'Best of Broadway' is van 14 mei tot en met 16 juni te zien in de Nederlandse theaters.
Ga voor meer informatie naar www.bestofbroadway.nl.

FOODBAR BOTTLES

AGENDA

Elke woensdag

CARPACCIO WEDNESDAY

Al onze carpaccio's 7,50

Elke donderdag

THIRSTY THURSDAY

Al onze speciaal bieren 3,50

Al onze gin tonic's 7,50

Vanaf 18.00 uur

Elke vrijdag

VRIJ MI 80

Wij zorgen voor iets lekkers!

Elke zondag

BURGER SUNDAY

Alle burgers voor maar 10,-

De Driesprong 34-35 Rosmalen
(073) 68 97 641 | info@cafebottles.nl
www.cafebottles.nl



Als je elke dag je dag/nachtcrème aanbrengt, zorg dan dat je dit zachtjes masseert, hierdoor komt de doorbloeding op gang.

Waarom is de doorbloeding in de huid belangrijk?

Naast directe symptomen zoals grauwheid, bleekheid of vochtophoping, verouderd een gezichtshuid met mindere doorbloeding vele malen sneller. Ook andere zichtbare delen in het gezicht, zoals de nek en rond de decolleté, kunnen door verminderde doorbloeding sneller verouderen. Daarom is het zo belangrijk om de doorbloeding van het gezicht en de hals te blijven stimuleren. Zo ga je de zichtbare tekenen van huidveroudering effectief tegen.

BEN JE AL ZOMERPROEF?

**BOEK EEN
GEZICHTS
BEHANDELING
ONLINE EN KRIJG
OKSELS WAXEN
CADEAU!**

BEL 06-30007101



Heesterveld 34 St. Michielsgestel | 073-6445324
www.schoonheidssalonxclusiv.nl



Bourgondisch tafelen of feesten

Diverse boerenschotelmenu's

verse appeltaart uit eigen keuken

Complete feestarrangementen of een feest op maat

Informeer naar de mogelijkheden
en kom gerust een keertje langs



Bourgondisch
genieten bij


d'n
Boerderij
RESTAURANT | ZALEN

Hervén 52-54, 's-Hertogenbosch | **073-6445058** | info@dnboerderij.nl | www.dnboerderij.nl



Dé makelaar in Vught en omgeving

Als geboren en getogen Vughtenaren kennen we de woningmarkt in Vught en omstreken als geen ander.

Op zoek naar een betrouwbare makelaar voor begeleiding bij aan- en verkoop van een woning of taxatie? Dan ben je bij ons aan het juiste adres!

073 657 90 47
info@veenemamakelaardij.nl
www.veenemamakelaardij.nl



welcom

dé onafhankelijke
telecomspecialist

**BREED
ASSORTIMENT
EN EEN
GOEDE SERVICE**



Welcom bij Nuij

Helptheuvelpassage 264
5224 AR 's-Hertogenbosch
073 623 47 78
denbosch@welcombijnuij.nl

Welcom bij Nuij

De Driesprong 31A
5241 TJ Rosmalen
073 521 07 98
rosmalen@welcombijnuij.nl

De zonwering-specialist bij uitstek!

In de sfeervolle en complete showroom van Markant Zonwering, Rollluiken en Buitenleven met uitgebreide presentaties wordt u optimaal geadviseerd over zonwering, rolluiken, screens, terrasoverkappingen, shutters, horren en binnen zonwering. Ze zoeken samen met u naar de beste oplossing. Indien gewenst komt Markant bij u thuis de situatie bekijken. De showroom van Markant Zonwering is gevestigd aan Orthen 40 in Den Bosch. Hier kunt u op uw gemak de gehele collectie zonwering, rolluiken, terrasoverkappingen en overige artikelen bekijken. Alle producten zijn van topniveau, dus laat u inspireren!



**Markant Zonwering,
Rollluiken en Buitenleven,**
dé specialist uit Den Bosch
in zonwering, rolluiken,
terrasoverkappingen,
shutters, horren, screens,
binnenzonwering en
aanverwante
productgroepen.



De laatste
trends op
zonwering
gebied!

Openingstijden

Maandag: Gesloten
Dinsdag: 10.00 - 17.30 uur
Woensdag: 10.00 - 17.30 uur
Donderdag: 10.00 - 17.30 uur
Vrijdag: 10.00 - 17.30 uur
Zaterdag: 10.00 - 16.00 uur

 **markant**
ZONWERING, ROLLLUIKEN & BUITENLEVEN BV

Orthen 40-42 's-Hertogenbosch

073-6419734

info@markantzonwering.nl

www.markantzonwering.nl



Leer elke sudoku

De sudoku... vrijwel iedereen zal er weleens een hebben opgelost of een poging gedaan hebben tot. Heb je daar echter wat moeite mee of zou je je sudokukwaliteiten willen verbeteren, dan is het boek 'Los elke sudoku op' zeker een aanrader.



Wil Schilders



KENNIS DELEN

“Als wiskundige probeer je altijd te ontdekken hoe dingen werken”, vertelt Wil. Toen hij in 2004 geïnteresseerd raakte in het oplossen van sudoku’s, was dat dan ook precies wat hij deed. “Ik heb er zoveel opgelost dat ik inmiddels door heb hoe sudoku’s werken. Kennis die ik graag wil delen.”

HET WERKT ECHT

Vandaar dat hij enkele jaren geleden dit boek schreef dat zelfs al in meerdere talen is vertaald. “Als je dit boek stap voor stap doorloopt, leer je steeds moeilijkere sudoku’s oplossen. Er zijn heel wat sudoku-leerboeken op de markt, maar van de meeste leer je vrij weinig. Van mijn boek word je daarentegen echt steeds beter, mede door de vele kennis die ik heb vergaard, maar ook doordat deze kennis op zeer heldere wijze gedeeld wordt in het boek.”

**Wil je dus ook je sudokukwaliteiten verbeteren?
Ga dan naar www.loselkesudokuop.nl en bestel
het boek!**

Boek: Los elke sudoku op | Auteur: Wil Schilders | www.loselkesudokuop.nl

oplossen!

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

Weet jij de oplossing al?
Of kun je wat hulp gebruiken?



BE PROUD, *stand out!*

Een duidelijke boodschap van het Nederlandse
lifestylemerk A fish named Fred.

Fred verrast keer op keer met kleurrijke, scherpe
en opvallende ontwerpen uit eigen design studio.
Een Fred vindt het leven te kort om gemiddeld te zijn.
Iedereen kan een Fred zijn, hoe oud je ook bent,
wat je ook doet of hoe je er ook uitziet.

Met 250 verkooppunten in Nederland is er altijd
een A fish named Fred dealer bij jou in de buurt.

VERKRIJGBAAR BIJ:



PIET ZOOMERS
A CELEBRATION OF FASHION

HUDSON'S BAY

Bent u een beetje ondeugend?

Is het alweer een tijdje geleden dat u 'de stoute schoenen heeft aangetrokken', dan helpen wij u graag een stukje op weg.

Wij runnen al ruim vijftien jaar de leukste en toegankelijkste nachtclub in het zuiden van het land. Dat zeggen wij niet alleen zelf, maar ook onze gasten die ons van heinde en verre bezoeken.

Bij binnenkomst betaalt u € 24,-. Hiervoor krijgt u vier consumptiemunten (op donderdag € 12,- voor twee munten) en dan kan het feest beginnen. Met 'zwierige zwaaien' draaien onze dames als volleerde acrobaten aan de paal. Na de show begeven zij zich op de bar om de gasten vrijblijvend de gelegenheid te geven het een en ander, al dan niet voorzien van een toefje slagroom, van dichtbij te inspecteren. Een sfeerimpressie van dit festijn kunt u zien op onze website www.de-nacht.nl. 18+

Vrijgezellen en andere feestvarkens kunnen gebruikmaken van ons 'podium-arrangement', een speciale behandeling op het podium die voor de toeschouwers even zo vermakelijk is als voor de gelukkige. Een drankje aanbieden aan onze vertegenwoordigsters in gezelligheid behoort ook tot de mogelijkheden. En geloof me, kletsen kunnen ze ook. Zijn de remmen los, neem dan een lapdance.

Gezeten in een ruime fauteuil krijgt u een show in onze 'private room' van de dame naar keuze. Bent u op zoek naar seks, dan moeten wij u teleurstellen. Dit behoort niet tot de mogelijkheden. Vandaar ook ons devies: is uw man of vrouw op bezoek geweest bij 'De Nacht', wees niet boos of ongerust, er kan niks gebeuren. Wij raden u dan ook aan ten volste te profiteren van de inspiratie die hij of zij bij ons heeft opgedaan. Komt u alleen of in gezelschap? Bij ons bent u nooit eenzaam.

Graag tot ziens bij 'De Nacht'

NIET ON-LINE OF AAN DE LIJN ALLEEN LIVE

Donderdag, vrijdag en zaterdag
van 22.00 tot 06.00 uur



DE NACHT
TILBURG

(Korte) Heuvel 47a
5038 CS Tilburg

facebook

De-Nacht Tilburg

WWW.DE-NACHT.NL 18+



BEDRIJFSWAGEN

VOORDEEL



www.vanmossel.nl/ford

TIJDELIJK VOORDEEL TOT € 5000

Van Mossel