

'S-HERTOGENBOSCH



FEBRUARI 2020 GRATIS MEENEMEN!
WWW.SHERTOGENBOSCHBRUIST.NL

BRUIJST



*Planten en
bloemen,*
het mooiste cadeau!

Mag ik jouw
valentijn
zijn?

Een unieke carnavalsoutfit voor jong en oud



Ben je op zoek naar een leuke carnavalsoutfit? Loop dan eens binnen bij 't Oetelhuukske. Deze carnavalswinkel heeft veel handgemaakte spullen die je niet snel ergens anders zult vinden. "We focussen heel bewust op rood-wit-geel, jassen en kielen, daar ligt onze kracht", aldus eigenaresse Marjolein Kerste.

De winkel van 325 m² staat bomvol en nodigt uit om lekker uitgebreid rond te snuffelen. "We hebben alle strass-applicaties van Strassberry, evenals allerlei epauletten en emblemen; de laatste niet alleen van de Oeteldonksche Club maar ook naar eigen ontwerp." Ook hoeden en sieraden in Ibiza-stijl, Knillis-beelden, Oeteldonks bier, Oeteldonkse stroopwafels en zelfs pakjes en sjaaltjes voor honden mogen niet ontbreken. "Nieuw dit jaar zijn de mooie kieljassen, daarmee zie je er net wat gekleeder uit dan met een gewone kiel."

OP MAAT

"Vanaf 39,95 euro koop je bij ons opgepimpte colberts, maar je kunt ook je eigen jasje meenemen naar onze winkel en ter plekke kijken waarmee je deze op wilt leuken. De emblemen zetten we er desgewenst tegen betaling op en strass-applicaties brengen we gratis aan. Wat je ook wilt, we kunnen bijna alles op maat maken doordat we kunnen putten uit een schat aan stoffen, linten en andere materialen. Steeds meer mensen uit omliggende dorpen weten ons bijvoorbeeld te vinden om hun Brabantjas op te pimpen."



"HET IS DRUK
MAAR OOK HEEL
GEZELLIG!"

HET GOEDE DOEL

't Oetelhuukske zet zich tevens in voor het goede doel. "We verkopen dit jaar onder andere emblemen voor Stichting Hartekind, de opbrengst gaat naar kinderen met een hartafwijking." Marjolein zit nog vol nieuwe ideeën. "In het carnavalsweekend verkopen we bijvoorbeeld speciaal carnavalsgebak. We willen de mensen blijven verrassen."

TOPDRUKTE

Op het moment dat we Marjolein spreken, zit ze tot over haar oren in het werk. "Het is keihard werken maar gelukkig vind ik het nog steeds ontzettend leuk om te doen. Na de carnaval hebben we een weekje vrij om even bij te taken, daarna gaan we vol energie weer aan de slag voor het nieuwe seizoen!"



Carnavalswinkel

'T OETELHUKSKE

**MGR. DIEPENSTRAAT DEN BOSCH
06-20278465 | WWW.OETELHUKSKE.NL**



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.NL

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



BOGARDEN
buitenmeubilair

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



12



10



Inhoud



23

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
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Mirjam Kuus
THEMATEKSTEN Maaike van Helmond
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Astrid van Berkhout
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Ron van Kuijk

f Like ons op Facebook/s-Hertogenboschbruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl of
bel Michael Thörig 06-11087563 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Alkmaar Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



All you need is love! De Beatles zongen het ooit al en nog steeds 'predikt' Mister Love Robert ten Brink dit met grote regelmaat op de Nederlandse televisie. En geef ze eens ongelijk... liefde is toch ook een van de belangrijkste dingen in het leven?! De liefde mag wat ons betreft dan ook zo vaak als mogelijk gevierd worden. Gelukkig doen we dat deze maand wereldwijd weer massaal op Valentijnsdag. En wij vieren die liefde met jullie mee!

Bruisende lezer,

Natuurlijk draait deze nieuwste editie van Bruist niet alleen om de liefde. Zoals elke maand hebben we je ook nu weer heel wat te vertellen over tal van bruisende onderwerpen. Vertelden we vorige maand bijvoorbeeld nog dat 'groen wonen' – in de zin van duurzaam wonen – de trend was, deze maand vertellen we je meer over het letterlijk wonen tussen het groen. Want ook dat is dit jaar dé trend. Op naar het tuincentrum dus en tover jouw huis om tot je eigen private jungle. Verderop in dit magazine geven we je hiervoor maar al te graag wat inspirerende tips.

Vier het leven en vier de liefde!
Michael Thörig

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



WONEN
TUSSEN HET
GROEN

Verander je huis in een trendy *jungle*

In de vorige editie van Bruist vertelden we het al: groen wonen is de trend. Vorige maand doelden we daarmee specifiek op duurzaam wonen, dit keer willen we het echter hebben over letterlijk wonen tussen het groen.

En dan bedoelen we wonen in een huis vol groene planten, want ook dat is een van de trends voor 2020. Om precies te zijn: groene (niet bloeiende) planten met grote bladeren die jouw huis het hele jaar door de uitstraling geven van jouw eigen 'private jungle'. Kies bijvoorbeeld voor een Monstera (gatenplant), palm, Alocasia (olifantoor) of Pilea (pannenkoekenplant). En ook cactussen en vetplantjes doen het bijzonder goed binnen deze trend, klein of groot, alleen of meerdere bij elkaar, maar net wat jij het mooist vindt.

De juiste verzorging

Als je dan kiest voor al dat groen in je huis, is het natuurlijk wel belangrijk dat het ook echt groen blijft. Sommige planten hebben voldoende aan alleen wat water op zijn tijd, anderen hebben meer verzorging nodig. Internet kan hiervoor natuurlijk een eenvoudige bron van informatie zijn, maar bij een goed tuincentrum kunnen ook de medewerkers

je meer vertellen over de verzorging van jouw aankoop, zodat je zo lang mogelijk van je groene huis kunt genieten.

Nooit uit de mode: rozen

Ook op het gebied van bloemen kent 2020 natuurlijk weer de nodige trends. Je bloemist kan je hier ongetwijfeld meer over vertellen. Maar het belangrijkste blijft dat je kiest voor een boeket dat jij echt mooi vindt en dat bij jou of degene voor wie je het koopt past. Maar als we je dan toch een tip mogen geven: het is natuurlijk februari, de maand van Valentijnsdag en bij deze dag van de liefde horen... rozen! Wat ons betreft een trend die nóóit uit de mode zal raken. Verras je geliefde met één enkele roos of een prachtige bos rozen (eventueel aangevuld met wat groen) en diens dag kan zeker niet meer stuk. De liefde mag immers gevierd worden!

Wil jij meer weten over de planten- en bloementrends voor 2020? Op www.nederlandbruist.nl vind je altijd wel een specialist in jouw regio die je hier uitgebreid over kan informeren.

ALL BODY DEN BOSCH

ALLES ONDER ÉÉN DAK!

Op het gebied van afvallen en bewegen zijn er aanbieders genoeg. Maar wij gaan juist net een paar stapjes verder. Bij ons kun je niet alleen terecht voor voeding en beweging maar juist ook voor vetreductie en huid- en figuurcorrectie.

Naast sporten in de nieuwste infraroodcabines hebben we ook de infrarooddeken, cryo voor vetreductie, tunnel voor de kilo's, compressie voor mooie benen en vochtreductie en de transvomer voor huidverbetering en een strakker figuur.

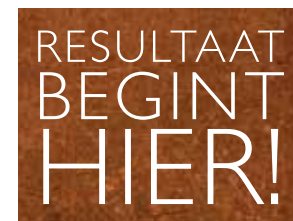
Alleen resultaat telt bij All Body!

Wist je dat we als enige in Den Bosch en omstreken een erkend Cryospecialist zijn en het officiële keurmerk hebben? Hierdoor kunnen wij met onze professionele apparatuur zorgen dat jij je gewenste resultaat boekt inclusief centimeter garantie! Mannen of vrouwen; voor elk doel hebben wij een plan!

Waarom kiest men voor All Body?

Afvallen is en blijft lastig. Intensieve ondersteuning werkt dan het beste. Laat je daarom door onze coaches begeleiden, samen sta je sterk! Met meer dan 17 jaar ervaring in deze branche weten we wat de kracht is van blijvend- en gegarandeerd resultaat. Door de inzet van een combinatie van verschillende behandelingsmethoden en een gezonde leefstijl aanpak kunnen we de puntjes op de 'i' zetten. Omdat we 100% achter onze aanpak staan met superresultaten geven wij zelfs centimeter garantie.

Voor meer informatie over onze behandelingen, prijzen en succesverhalen kijk op onze website: www.allbody.nl. Of maak een afspraak voor een vrijblijvend adviesgesprek via 073-614 42 20 of mail naar info@allbody.nl



SUSTOILABLE: NATUURLIJK PUUR!

Goede huidverzorging kan ook met pure, natuurlijke producten. Geen gedoe met toevoegingen, kleuren en geuren. De producten van sustOILable bieden uitstekende verzorging voor het hele lichaam: Verzorgende huid- en haarolie (in navulbare pipet flesjes), handgemaakte stukken zeep, heerlijke geurolie en natuurlijk wasmiddel (wasnoten).

www.sustOILable.com



50% KORTING MET DEZE BRUIST Deal

SHOP JOUW GAASTRA MODE MET PROMOCODE BRUIST

Ga naar www.nederlandbruist.nl/lezersacties

**WHERE STYLE MEETS COMFORT!**

Deze eetkamerstoel doet je hart sneller kloppen. Het zwart metalen frame is gecombineerd met een comfortabele zitting bekleed met een velours stof in diverse trendy kleuren. Om urenlang samen met jouw valentijn te genieten van een romantische avond.

www.livinroom121.be

LEZERSACTIE

Maak kans op een mooie, sterke rugzak t.w.v € 49,99

Maak de blits met deze rugzak gemaakt van soepel canvas, stijlvol met subtiel details. En... hij is waterafstotend!



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #RUGZAK naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

Verwen jouw valentijn!

win

LEZERSACTIE

Maak nu kans op een Paradise PINK kussen t.w.v. € 32,-

Zacht velours kussen met aan beide zijden een mooie Paradise-print erop. 60 cm x 40 cm. Aangeboden door Liv'in Room 121 in Antwerpen. www.livinroom121.be



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #PINK KUSSEN naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

**BEAUTY AWARD WINNER**

MGC Derma staat voor pure en luxe huidverzorgingsproducten. Het merk is ontwikkeld door experts op het gebied van natuurlijke huidverzorging en ze hebben gebruikgemaakt van de meest hoogwaardige ingrediënten.

www.mgcenterma.nl

LEZERSACTIE

Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash.

Verras jouw valentijn met deze heerlijke body wash op basis van perzikenbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met deze Body Wash van O'right.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #PEACH BLOSSOM naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

VISTA BELLA
SUN & LOVE

BRUIST Deal

Neem jouw valentijn mee naar Gran Canaria

Verblijf in een prachtig complex met een zwembad en een geweldig uitzicht.

1-slaapkamerappartement € 85,- per nacht*
2-slaapkamerappartement € 105,- per nacht*

€ 85,- p. nacht*

Ga naar www.nederlandbruist.nl/lezersacties en reserveer met promocode **BRUIST**

Wil jij jouw huid op een natuurlijke wijze verbeteren en laten stralen? Ga dan eens langs bij **Be You Huidinstituut in Vught**. Dit is meer dan zomaar een schoonheidssalon. Het instituut richt zich op natuurlijke en intensieve verbetering van de huid.

**"EEN MOOIE HUID.
NU, STRAKS
EN LATER"**

Krijg weer die natuurlijke en mooie glow

Het doel? De cellen weer gezond maken en zorgen voor blijvende huidverbetering. Samen met haar team aan huidspecialistes, een huidtherapeute, een permanente make-up specialiste en cosmetisch arts verwelkomt eigenaresse Lian de Bresser je graag bij haar huidinstituut.

Grondige huidanalyse

Voordat de huidspecialisten van Be You Huidinstituut aan de slag gaan met een behandeling, vindt er altijd een grondige huidanalyse plaats. Er wordt gekeken hoe de huid ervoor staat en wat de conditie ervan is. Met speciale apparatuur wordt er goed naar de conditie van de huid gekeken, zowel de binnen- als buitenkant. Op basis hiervan wordt een persoonlijk behandelplan opgesteld. Deze uitgebreide huidscan is volledig kosteloos.

Verbeter je huid van binnen en buiten

De huid is vaak een spiegel van onze binnenkant. Daarom krijg je bij Be You Huidinstituut een persoonlijk voedingsadvies om een gezonde huid van binnenuit te stimuleren. Ook zijn er supplementen beschikbaar, bijvoorbeeld collageen wat zorgt voor verjonging van de huid. Daarbij wordt er met apparatuur, luxe en semi-medische huidproducten ook vanaf de buitenkant gewerkt aan huidverbetering.

Hoe wil jij jouw huid verbeteren?

Je kunt bij Be You Huidinstituut terecht voor diverse hulpvragen. De behandeling is altijd persoonlijk en op maat. Heerlijk ontspannen met wel de mooiste resultaten.

Je kunt bij Be You Huidinstituut terecht voor een mooie huid:

- Met minder rimpels en lijntjes
- Met minder verslapping
- Zonder onzuiverheden en acné (vergoeding zorgverzekering mogelijk)
- Met een gezonde uitstraling
- Zonder zichtbare poriën
- Zonder pigmentvlekken
- Zonder haartjes
- Met permanente make-up
- Met make-up op minerale basis

Benieuwd naar de conditie van jouw huid? Kom langs voor een kosteloze huidscan!



Eigenaresse: Lian de Bresser
Moleneindplein 2 Vught | 073 - 656 656 1
info@beyouhuidinstituut.nl
www.beyouhuidinstituut.nl

6 dagen per week geopend | Gratis parkeren voor de deur



Afstand? Geen probleem!

Vorige week werd ik benaderd door een dame die wat vragen had over de koppeling van haar Facebookaccount met haar advertentieaccount. Ik heb haar op weg geholpen door haar wat tips te geven.

Een dag later nam ze wederom contact op... "Dit is zó niet mijn ding, kun je dit van me overnemen?" We hebben even met elkaar gebeld, ze gaf me aan wat ze precies wilde en of ik dat voor haar kon gaan doen. Aan het eind van het gesprek gaf ze nog wel even aan dat ze in het buitenland (lees: Zuid-Amerika) woont.

In mijn geval is het uiteraard geen probleem waar mijn klanten wonen of waar ikzelf aan het werk ben. Doordat alles op afstand kan, is juist afstand geen probleem meer!

Ik kan nu met trots zeggen dat ik wereldwijd klanten heb en dat werken op afstand dus zeer zeker werkt! Het is natuurlijk wel zo, dat wanneer we dichterbij elkaar in de buurt zitten, ik sneller bij je op de koffie zal komen en een persoonlijke vergadering inplan.

Wil je hier nu meer over weten?

Neem contact met me op, dan drinken we samen een kop koffie en kan ik je vertellen hoe ik je kan helpen!



Heb jij een snelgroeiend bedrijf en kan je wel wat hulp gebruiken? Bij Anne van Ando Support ben je aan het juiste adres. Zij werkt als Virtual Assistant en ondersteunt ondernemers bij dagelijkse werkzaamheden. Zodoende ben je minder tijd kwijt aan nevenactiviteiten en kan jij je volledige richten op de ontwikkeling van je onderneming.
Ondersteuning of een sparringpartner nodig? Neem vandaag nog contact met Anne op.

ando
support.

Repelweg 63 Vught
06-28252149
info@andosupport.nl
www.andosupport.nl

Dit jaar telt februari niet 28 maar 29 dagen. Deze **schrikkeldag** is ooit ingevoerd omdat anders de lente steeds vroeger zou beginnen.

14 februari vieren we wereldwijd **de liefde**, het is Valentijnsdag. In een kamer met planten werkt je **geheugen** maar liefst 20% beter.

De geboortesteen voor februaribaby's is **de amethyst**, deze steen symboliseert moed en klasse.

Rode rozen staan voor romantiek, gepassioneerde liefde en verleiding. Geef je je geliefde 1 rode roos, dan wil dat zeggen: ik houd nog steeds **alleen van jou!**

Mensen die in februari (of januari) geboren zijn, hebben volgens een onderzoek meer kans om **beroemd** te worden.

Het verzorgen van planten blijkt een perfecte manier te zijn om **stress te verminderen**.

4 februari is het Wereldkankerdag. Op deze dag wordt wereldwijd stilgestaan bij **de impact van kanker**.

Huidtherapie Boxtel & Best

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

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

Onze behandelingen

• Pigment

- Overbehandeling
- Acne
- Oedeem
- Huidadvies
- Littekens
- Couperose/ vaatproblemen
- Nazorg kanker
- Huidverbeterende Behandelingen
- Lasertherapie
- Peelingtherapie



Doortje Dekkers - Putmans
Eigenaresse & huid- en oedeemtherapeut

Huidtherapie
Boxtel & Best



Pigmentvlekken

Pigmentvlekken zijn vlekjes die lichter of donkerder zijn dan de rest van de huid. De vlekken ontstaan veelal door blootstelling aan ultraviolette (uv) straling door de zon of door gebruik van zonnebank. Zwangere vrouwen hebben door hormonale schommelingen een groter risico op pigmentvlekken, ook wel zwangerschapsmasker genoemd.

Pigmentvlekken kunnen bij de huidtherapeut met verschillende methodes worden behandeld. Niet alle behandelingen zijn mogelijk bij elke patiënt. De behandelingen kunnen ook gecombineerd worden uitgevoerd. De huidtherapeut bekijkt tijdens het intakegesprek en onderzoekt welke behandeling het meest geschikt is voor de patiënt.

Chemische peelings

Door een chemische peeling wordt de huid verdund. De peeling kan donkere pigmentvlekken behandelen en daarnaast ook littekens en ontstekingen bij acne verminderen. De huid voelt na de behandeling egalier en zachter aan en de huidconditie is verbeterd.

IPL/Lasertherapie

Donkere pigmentvlekken kunnen behandeld worden met behulp van Intense Pulsed Light (IPL) of de Gentle Max Pro laser. Het pigment in de huid neemt door de lichtflits/laserpuls de lichtenergie en de warmte op waardoor het pigment wordt afgebroken.

Camouflage

Door middel van speciale camouflageproducten kunnen pigmentvlekken worden bedekt, waardoor ze niet meer zichtbaar zijn. Deze producten kunnen watevast worden gemaakt, hierdoor is de patiënt in staat om ermee te gaan zwemmen of nat te worden door regen. Deze methode dient echter wel dagelijks opnieuw te worden toegepast en is niet blijvend.

Producten

Naast de behandeling is het belangrijk om de juiste verzorgingsproducten te gebruiken. Deze producten voorkomen verschillende stappen in het proces naar pigmentvorming en deze producten kunnen pigmentvlekken ook verminderen. Daarnaast is zonbescherming met minimaal SPF 30 erg belangrijk in de voorkoming van pigmentvlekken.



www.huidtherapieboxtelbest.nl



Onze specialisten

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

BEHANDELINGEN
kunnen worden vergoed
door uw zorgverzekeraar

Onze vestigingen

Boxtel
Nieuwe Nieuwstraat 20
5283 CD Boxtel

Best
Oirschotseweg 28a
5684 NJ Best

06 8126 4333

HOME SLEEP HOME



Uni-Bridge 22 lattenbodem

SF Hybrid 26 Wool wash matras

SF Hybrid 26 Pure wash matras

Uni-Bridge 22_95 RF lattenbodem

Elegant ontwerp ontmoet de onverslaanbare en bekoonde Swissflex Bridge®-technologie met de unieke, zelfinstellende lichaams-aanpassing. De zonering in de Swissflex Bridge® veersuspensie is in lijn met de matras en het bed past zich als een schaduw aan uw lichaam aan.

INTERACTIEF OPHANGCOMFORT

De gepatenteerde Swissflex-lattenbodemtechnologie bridge® volgt de menselijke wervelkolom dankzij de ergonomische vorm en past zich geheel automatisch en individueel aan het lichaam aan, ongeacht postuur, gewicht en slaaphouding. De zones zijn afgestemd op de matras.

FLEXIBILITEIT TOT AAN DE RAND

De bridge®-moduleketen ligt dankzij de binnenframe-constructie aan de uiteinden van de latten en garandeert een ongeëvenaard hoge vering over het hele ligvlak.



DE REVOLUTIE BEGINT BIJ DE BASIS
Je vindt het comfort van Swissflex bij:



BABEL

IK
WIJ
ROBOT

3 t/m 8
februari



Kijk voor meer informatie op www.babeldenbosch.nl

DAGJE UIT BLUES FESTIVAL DELFT



14, 15 en 16 februari vindt in Delft weer het grootste indoor blues-festival van Nederland plaats. De programmeurs stellen ieder jaar een divers programma samen waarin verschillende bluesstijlen te beluisteren zijn. Bij de ruim dertig locaties hoor je onder andere delta blues, Chicago blues, Texas & Westcoast blues, jump'n'Jive, bluesrock, Americana, rock-a-billy en versterkte en akoestische livemuziek. Volop variatie dus! Naast alle gratis toegankelijke optredens, staan tijdens deze 22e editie eveneens bijzondere specials op het programma, waaronder een speciale filmvertoning in filmhuis Lumen, theatervoorstellingen in het Rietveld Theater, een gospel-optreden in de Maria van Jessekerk en een mondharmonica workshop.

Meer info op www.delftblues.nl

FILMPJE KIJKEN THE CALL OF THE WILD

Deze film volgt Buck, een hond met een groot hart. Zijn normale huisdierenbestaan in Californië komt op z'n kop te staan wanneer hij tijdens de goldrush aan het einde van de negentiende eeuw naar de wildernis van de Alaskaanse Yukon wordt gestuurd. Buck wordt de minst ervaren toevoeging aan een hondensleeteam dat post moet gaan bezorgen. Later groeit de heldhaftige hond uit tot de leider en beleeft hij het avontuur van z'n leven. Op deze manier vindt Buck zijn ware plek in de wereld en wordt hij eindelijk z'n eigen baas.

THE CALL OF THE WILD is vanaf 19 februari te zien in de bioscoop.

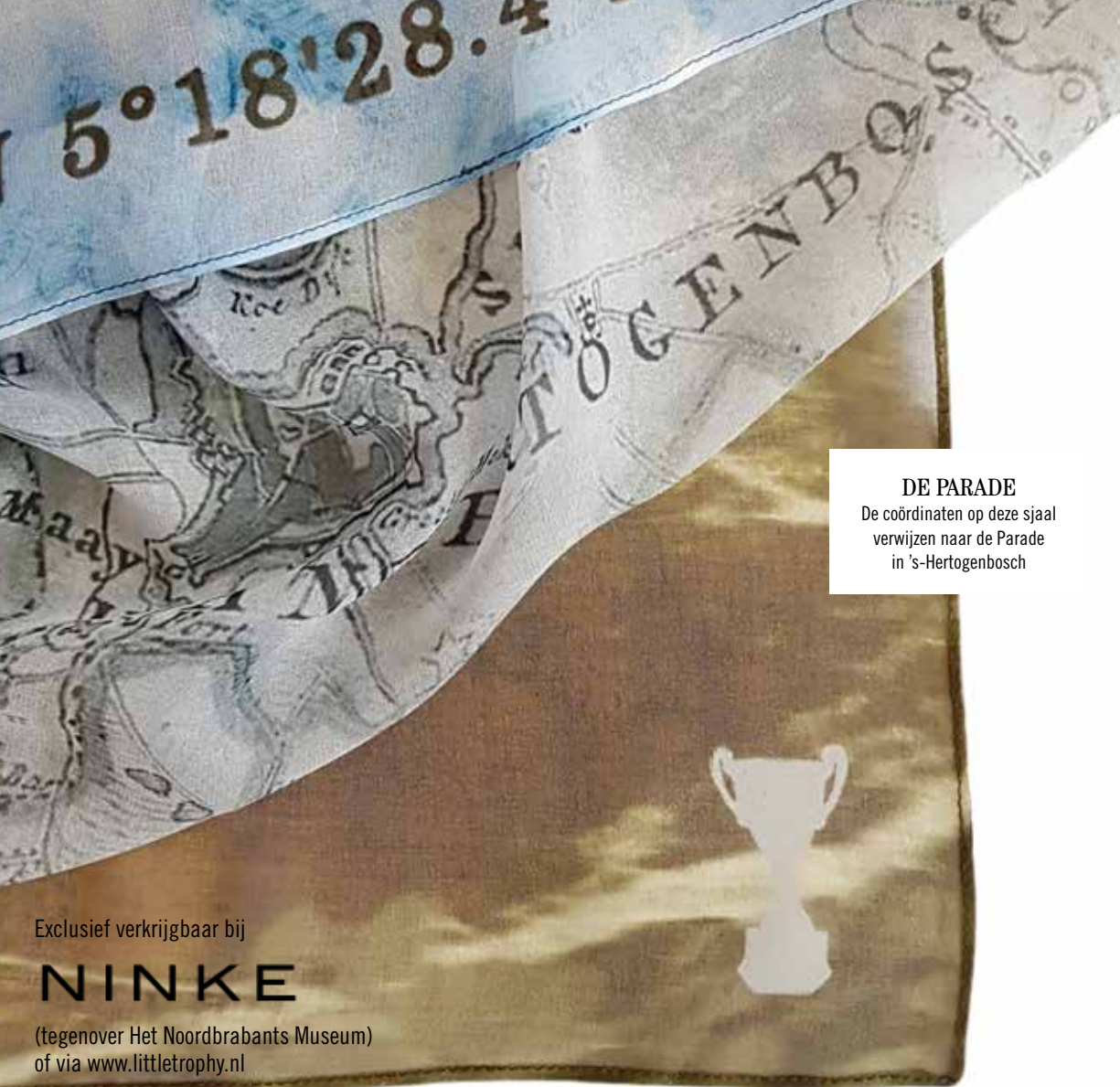


BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN THOMAS VERBOGT



De hoofdpersoon in de nieuwe roman van Thomas Verbogt wil graag een verbond vormen met Sander, zijn pleegbroer, maar dat lukt niet. Er staat iets in de weg, iets wat hij niet kan duiden, maar wat hem een leven lang achtervolgt. Wanneer hij afscheid neemt van zijn ouderlijk huis en daarmee ongewild ook zijn grote liefde uit het oog verliest, begint hij aan de zoektocht naar zijn eigen leven. Die zoektocht is onlosmakelijk verbonden met het geheim dat tussen Sander en hem in stond. Als je de stilte ziet is een diep ontroerende roman over verlangen, vluchtigheid en betekenis geven aan het leven. **Vanaf 24 februari verkrijgbaar bij de boekhandel.**



DE PARADE
De coördinaten op deze sjaal
verwijzen naar de Parade
in 's-Hertogenbosch

Exclusief verkrijgbaar bij

NINKE

(tegenover Het Noordbrabants Museum)
of via www.littletrophy.nl



LITTLE TROPHY

THE NETHERLANDS



SPECIALE EDITIE
Met foto's en landkaarten van
's-Hertogenbosch, Vught, Helvoirt, Cromvoirt,
Rosmalen,
Berlicum, Drunen.
Hometown Map, 100% Zijde € 199,-
www.littletrophy.nl



"Ik ontwierp een zijden shawl met daarop oude landkaarten van mijn omgeving, ik maakte foto's en verwerkte ze tot de print op de shawl. Onderaan de shawl staan coördinaten. Als je deze intoetst in Google Maps kom je uit op de Parade in 's-Hertogenbosch. De productie is duurzaam en vindt geheel plaats binnen Europa. De shawls worden met liefde voor mens en milieu gemaakt in een kleine oplage."
Wendy Huijs, Owner & Founder Little Trophy

f [littletrophyofficial/](https://www.facebook.com/littletrophyofficial/) **📷** [littletrophy_official/](https://www.instagram.com/littletrophy_official/)
www.littletrophy.nl

Het interieur van je dromen?

met Luxury Design Interiors wordt het waarheid!

LUXURY
DESIGN
INTERIORS  HANDMADE

Luxury Design Interiors (LDI) uit Tilburg realiseert interieurs en meubelen van hoogwaardige kwaliteit. Altijd op maat, in iedere situatie anders, volgens uw eigen eisenpakket. Koen Donders

“JE BENT ZO
GOED ALS
JE LAATSTE
PROJECT”

Nieuwsgierig geworden?
Maak een afspraak via
+31 (0)6 21 81 60 45

Makkumplein 4, Tilburg
+31 (0)6 21 81 60 45
info@ldih.nl | www.ldih.nl



All you need is... *love*

Februari is de maand van valentijn. Pak dus dit moment en laat je partner, familie en vrienden weten wat ze voor je betekenen. Een beetje extra liefde doet wonderen.

1. Amor Amor Eau de Toilette van Cacharel, vanaf € 42,- www.iciparisxl.nl

2. Body van Leg Avenue, € 40,95 www.legavenue.eu

3. Showergel van de Hema, € 4,- www.hema.nl

4. Kalan, € 210,- www.parfumerie.nl

5. Scandal'Eyes Volume on Demand Mascara van Rimmel, € 15,99 www.rimmellondon.nl

6. essie limited valentine's day collection, € 9,99 www.essie.nl

7. Rouge Pur Couture Collector van Yves Saint Laurent, € 38,70 www.ysl.com

8. Revitalift Red Cream van L'Oréal Paris, € 24,95 www.loreal-paris.nl

9. Tas Florian Fire van SMAAK Amsterdam, € 249,- www.smaakamsterdam.nl

10. Fruit kiss caring lip balm van essence, € 1,59 www.essence.eu

11. Olympéa Onyx Eau de Parfum 80ml van Jean Paul Gaultier, € 109,25 www.douglas.nl

12. Sneakers van s'Oliver Women, € 89,95 www.soliver.nl

Wij hebben de mooiste meubelen

in regio Waalwijk, Drunen en Kaatsheuvel



30

Magneet Interieurs heeft de mooiste banken, tafels, kasten, stoelen, hoekbanken en relaxfauteuils in de regio Waalwijk, Drunen en Kaatsheuvel.

Of je nou toe bent aan vernieuwing van je interieur of gaat verhuizen naar een groter huis waardoor je je interieur moet aanvullen, bij Magneet Interieurs in Waalwijk ben je aan het goede adres. We horen graag wat je woonwensen zijn en geven je graag advies en tips op het gebied van woninginrichting, ons specialisme.

Kom gerust eens langs in onze showroom.

**“Gratis advies en persoonlijke begeleiding”
Camiel Klerx**



31

Magneet Interieurs neemt jou alles uit handen als het gaat om interieur!

Bent je toe aan een ander interieur? Magneet Interieurs is jouw specialist op het gebied van wonen, slapen, vloeren en raamdecoratie.

MEUBELEN

SLAPEN

VLOEREN

RAAMDECORATIES



Grctestraat 331 Waalwijk
0416 - 33 30 17
www.magneetinterieurs.nl

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit 4 sterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*



CASANOVA
GEBRUIKTE
CHOCOLADE ALS
AFRODISIACUM

Chocolade en de *liefde...*

Het kan je bijna niet zijn ontgaan. Nu Valentijnsdag voor de deur staat, liggen de winkels weer vol met allerlei lekkernijen gemaakt van... chocolade. Waarom is dat eigenlijk? Wat maakt chocolade tot het ware bewijs van de liefde?

Daar zijn heel wat verklaringen voor. Zo maakten de Azteken al een drankje van cacao, honing en vanille dat ze xocolat noemden (later veranderde dit in chocolat). Een echte liefdesdrank, meenden zij, want het drinken ervan zou de passie aanwakkeren. Het verhaal gaat dan ook dat de koning van de Azteken, Montezuma, speciaal een kop xocolat dronk voor hij naar zijn harem ging. En ook Casanova zou chocolade hebben gebruikt als afrodisiacum, net als de Marquis de Sade.

Wetenschappelijk verband

Nog steeds wordt chocolade door veel mensen geassocieerd met de liefde. Een associatie waar winkeliers in februari maar al te slim op inspelen. Maar bestaat er ook daadwerkelijk een verband? Jazeker! In chocolade zit namelijk om te beginnen theobromine, een stof die zorgt voor een ontspannen gevoel. Daarnaast bevat het ook fenylethylamine, ook

wel 'liefdespeptide' genoemd, wat je lichaam eveneens aanmaakt als je verliefd bent. Of je ook daadwerkelijk echt opgewonden raakt van chocolade, is de vraag, maar alle kleine beetjes helpen, toch?!

Lekker én gezond

En als het dan niet die stofjes zijn die de verliefdheid aanwakkeren, dan doet het krijgen van een chocolade cadeautje van je grote liefde ongetwijfeld al genoeg op zich. Wie zwijmelt er immers niet van geluk na het krijgen van zo'n heerlijk geschenk? Mocht die liefde nu uiteindelijk toch niet helemaal uitpakken zoals je had gehoopt, dan heb je in ieder geval nog die chocolade om jezelf lekker mee te verwennen. Daar hoeft je je dan echt niet schuldig over te voelen. Onderzoek heeft namelijk uitgewezen dat het zelfs goed voor je is om dagelijks een klein stukje (pure) chocolade te eten. Goed voor je humeur én voor je gezondheid!

Wil jij je geliefde ook verrassen met een heerlijk chocolade valentijnscadeau? Of heb je zelf gewoon zin in chocolade? Op www.nederlandbruist.nl vind je altijd wel een ondernemer die je hierbij kan helpen.



brasserie
La Porte

*Een smaak-
beleving
voor iedereen*

brasserie
La Porte

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

Maaspoortweg 207 's-Hertogenbosch | 073-6894040 | info@brasserielaporte.nl | www.brasserielaporte.nl

HÉ LEUKE MUTS!

Wist u dat Hoedzo naast een grote herenafdeling ook een damesafdeling heeft? Met veel hoeden, petten, handschoenen, sjaals en meer. Voor de kou maar ook voor speciale gelegenheden. Of omdat u zomaar gewend bent om een leuk hoofddeksel te dragen. Het maakt uw outfit natuurlijk helemaal compleet. **KOM EENS GEZELLIG LANGS IN ONZE WINKEL!**



hoedzo.nl

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

Loop eens een keertje bij ons binnen en sta versteld van ons assortiment.

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
HAIR ARTISTS

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



Wendy Heijmans

Hoe jij je snel energiekeer voelt, met normaal eten uit de supermarkt. Uitgerust zijn, bruisen van energie, een platte, ontspannen buik, dat willen we allemaal wel.

Maar hoe zorg je ervoor dat jij je zo voelt zonder een ingewikkeld dieet te volgen.

De gouden tip!

Eenvoudig en heel effectief! Leg vandaag de aandacht de aandacht op het eten van minimaal 350 gram groene groenten. Alles wat je vandaag eten wat je doet, geeft je de energie voor morgen.

Groene groenten bevatten veel voedingsstoffen die je lichaam nodig heeft. Ze leveren je voedingsvezels, zijn een bron van foliumzuur, ijzer en vitamines, zoals bijvoorbeeld C en K. Kortom alles wat je lichaam nodig heeft om ervoor te zorgen dat jij bruist van energie.

Extra tips:

- Zeg vandaag liefdevol nee tegen de tussendoortjes.
- Zorg voor 3 goede eetmomenten.
- Maak tussen de middag of na het avondeten een wandeling.
- Lees dagelijks een paar bladzijdes uit een boek dat je inspireert.
- Leg voordat je gaat slapen je handen op je buik, sluit je ogen en voel het verschil met gisteren. Voel hoe jij je nu voelt en spreek in jezelf uit hoe jij je morgen wil voelen en wat je gaat doen om je zo te voelen.

Ben je nieuwsgierig geworden en wil jij ook je gezonde gewicht gaan bereiken met (h)eerlijk eten uit de supermarkt? Neem dan gerust contact op voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek.

COLUMN/CLAUDIA VESTERS

Zijn jouw hormonen uit balans?

Zit je nu niet lekker in je vel, ben je moe, gaat afvallen moeizaam? Voel je je opgejaagd, kom je niet uitgerust uit bed, heb je last van eetbuien, vaak een kort lontje? Baal je van je buik, die lovehandles, dan is de kans groot dat jouw hormonen uit balans zijn.

Met mijn programma Vrouw in Balans leer ik je hoe je met gezonde, normale voeding uit de supermarkt je hormonen weer in balans komen. Je zit weer lekker in je vel, bruist van energie, straalt en bereikt je ideale gewicht.




CLAUDIA VESTERS

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

LIQUIDE GOLD IN A BOTTLE



Deze maand staat in het teken van ons Rescue-treatment van BHAVE.

De naam zegt het al! Rescue is een mega-haar-hersteller die boordevol met 100% natuurlijke bioactieve keratine zit. Het zorgt voor minder haarbreuk en sterkere punten, herstelt de elasticiteit van het haar, zorgt voor glanzender en gladder haar en vermindering van pluishaar. De Rescue hernieuwt en herstelt het haar dat van nature, beschadigd is of door chemicaliën en hitte. Ook kan het worden toegevoegd aan uw kleuring voor nog meer glans en levendigere kleuren.

Deze maand bij een intensieve Rescue-treatment (niet door de kleuring) een gratis mini rescue shampoo voor het onderhoud van uw behandeling.

Wilt u graag een gratis kleuradvies, ook dan staan wij voor u klaar en plannen graag 20 minuten voor u in!



Eigenaresse: Joyce van Overdijk-Trum
Erasmusstraat 22 's-Hertogenbosch | 073 614 83 12
info@joysforhair.nl | www.joysforhair.nl

GEKNIPT & geschoren

MAN/CAVE

Ging je voorheen 'gewoon' naar de kapper, tegenwoordig brengen weer steeds meer mannen een bezoekje aan de barbier. De laatste paar jaar schieten de 'old school' barbershops dan ook als paddenstoelen uit de grond en viert het beroep van barbier hoogtij.



Niet alleen omdat de man van nu waarde hecht aan een goede scheer- en/of knipbeurt, maar vanwege de gehele ervaring. Bij een barbier wip je namelijk meestal niet snel even binnen. Je neemt de tijd, laat je knippen en/of scheren en geniet ondertussen van een drankje en een praatje met de andere mannen in de shop. Oftewel: 'the barber experience'!

Allrounders

Barbieren van nu zijn overigens veel meer allrounders dan de barbieren van vroeger. Destijds ging je hoofdzakelijk naar de barbier om je baard of snor te laten knippen, scheren en verzorgen. De naam barbier zegt het eigenlijk al, want die is afgeleid van het Latijnse woord barba dat baard betekent. Voor hun kapsel gingen mannen meestal naar een gewone (heren)kapper. Tegenwoordig beheersen veel barbiers beide disciplines en kun je er dus zowel je baard en snor als je kapsel onder handen laten nemen. Maar dan net even in een iets andere setting dan bij een traditionele kapperszaak, door vakspecialisten met ontzettend veel passie voor hun werk.



BIJZONDER LUNCHEN IN DEN BOSCH

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.



Brede Haven 7 • 5211 TL, 's-Hertogenbosch
www.jacksfoodbar.nl • 073 - 73 702 73

De Brabantse Boekhouder stelt orde op zaken

Marisca 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!



Adriaen Willaertstraat 55 Den Bosch
06-52673345
info@debrabantseboekhouder.nl
www.debrabantseboekhouder.nl

Het perfecte recept voor een eigentijdse en hippe eetgelegenheden? 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

SEIKO PROSPEX SPB103J1



Verkrijgbaar
bij

Juwelier



Sinds 1956
Schute

Achter de Driesprong 1 | Rosmalen
073 - 521 88 71

VANAF HEDEN WEER
OP VOORRAAD!

De zonwering-specialist bij uitstek!

In de sfeervolle en complete showroom van Markant Zonwering, Rolluiken 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!



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, Rolluiken en Buitenleven, dé specialist uit Den Bosch in zonwering, rolluiken, terrasoverkappingen, shutters, horren, screens, binnenzonwering en aanverwante productgroepen.

markant
ZONWERING, ROLLUIKEN & BUITENLEVEN BV

Orthen 40-42 's-Hertogenbosch
073-6419734
info@markantzonwering.nl
www.markantzonwering.nl



Kliniek
Heyendael

Cosmetische Plastische Chirurgie

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk: dat is Kliniek Heyendael. Een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie.

Bij Kliniek Heyendael houden we ons iedere dag bezig met professionele behandelingen om mensen hun zelfvertrouwen terug te geven.

Onze behandelingen

Borstvergroting

Neuscorrectie ▶
Liposculptuur/Lipofilling
Spataderbehandeling
Ooglidcorrectie
Facelift (MACS-lift)
Borstverkleining
Rimpelbehandeling
Armlift - Halslift
Contourverbetering
Oorcorrectie
Labiacorrectie

We hopen je binnenkort te mogen verwelkomen!
Plastisch chirurg
Frans Straten



Parklaan 70, Groesbeek (Nabij Nijmegen)

Neus-correctie?

De wens om een neuscorrectie te laten doen komt meestal voort uit ontevredenheid over de vorm van de neus. Dit kan leiden tot minder zelfvertrouwen. De vorm van de neus is immers zeer bepalend voor het uiterlijk en ligt daardoor emotioneel gevoelig.

Met behulp van een neuscorrectie wordt de vorm van de neus verbeterd en op uw wensen afgestemd. Vaak is een kleine verandering van de neus al voldoende. Of het nu gaat om een neustipcorrectie, uw neus laten corrigeren of een neusverkleining, wij informeren u zo goed mogelijk over de verschillende mogelijkheden.

Neuscorrectie behandeling

Een neuscorrectie, ook wel rhinoplastiek genoemd, is een chirurgische ingreep waarbij de plastisch chirurg delen van het benige kraakbeen gedeelte of delen van het tussenschot (septum) verandert om zo de neus meer in balans te brengen met de rest van het aangezicht.

Overweeg je een neuscorrectie?

De voordelen bij Kliniek Heyendael zijn dat we korte wachttijden hebben, dat er een zeer gespecialiseerd team voor je klaarstaat dat garant staat voor kwaliteit en veiligheid, dat er een diagnose en een persoonlijk behandelpun opgesteld kunnen worden en dat je mee kunt beslissen in de planning.

Neem gerust contact op met een van onze consulenten voor het inplannen van een vrijblijvend en kosteloos consult via 024 - 845 05 06 of door middel van ons contactformulier.

Betrouwbare en betaalbare neuscorrectie.

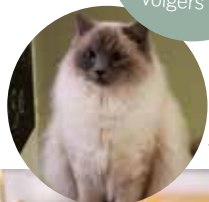
Voor meer info
024 - 845 05 06

info@kliniekheyendael.nl | 024 - 845 05 06 | www.kliniekheyendael.nl

UNIEKE LUNCHROOM MÉT SHOP!

Het kattencafé van Den Bosch

Kom bij Mispoes voor een uitstekende koffie met iets lekkers, lunch, shoppen en daar een flinke dosis helende kattenliefde ontvangen!



Meis

Wij juichen nieuwe Facebook en Instagram-volgers toe!

Dit mag u niet missen naast uw dagje winkelen, vaartocht over de binnendieze of stadswandeling. Een heerlijke plek om te zijn; Naast genieten van allerlei lekkers kun je uren onze zeven schatjes bewonderen, knuffelen en met hen spelen. Ook daten, (net-)werken, een feestje vieren of een HIGH TEA, binnen onze huiskamer en stadstuintje komt dat helemaal goed. Een machtig mooie combinatie van heerlijk eten, Brabantse gezelligheid, Cat-stuff scoren en de gemoedelijke bediening door onze vrijwilligers waarvan het merendeel een afstand tot de arbeidsmarkt heeft.

Tot gauw / Meow

Openingstijden

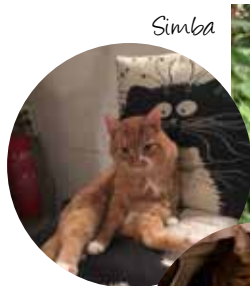
Donderdag en zondag 12.00 - 16.00 uur

Woensdag - zaterdag 11.00 - 18.00 uur

Woensdag - zaterdag vanaf 10.00 uur al open voor reserveringen

High tea: via reservering

In het belang van onze katjes gelden er binnen ons paradijs wel enkele huisregeltjes.



Simba



Taco

Orthenstraat 31 's-Hertogenbosch | 06 - 10 97 60 86
info@kattenparadijsmispoes.nl | www.kattenparadijsmispoes.nl
Rolstoeltoegankelijk!

"Everything an artist needs"

KaJa TEKENWINKEL

Breng eens een bezoek aan **KaJa Tekenwinkel** met een verrassend aanbod in **teken- en schildermaterialen!**

Nast bekende merken als Winsor & Newton, Rembrandt, Caran d'Ache en Faber Castell kunt u hier ook terecht voor de hoogstaande merken als Blockx, Sennelier en Escoda.



Nu al nieuwsgierig? We hebben ook een webwinkel!



KaJa Tekenwinkel Vlasmeersestraat 39-41 - 5261 TB Vught - T 073 657 9992

detekenwinkel.nl

Kom tot rust in de sauna

Heerlijk ontspannen, hebben we daar op zijn tijd niet allemaal behoefte aan? Jezelf even opladen zodat je weer klaar bent voor de ratrace van het dagelijks leven. En waar kun je dat nu beter dan in de sauna?!

Als je nog nooit in een sauna bent geweest, kan de drempel om ernaartoe te gaan misschien wat hoog zijn. 'Al die naakte mensen, is dat wel wat voor mij?' zul je je wellicht afvragen. Er zijn echter ook genoeg sauna's die speciale badkledingdagen bieden en anders zijn er ook nog de privésauna's waar je bijvoorbeeld in alle privacy heerlijk samen met je lief kunt genieten (tip: leuk cadeautje voor Valentijnsdag).

Alleen maar voordelen

Het is namelijk wel echt een aanrader om regelmatig naar een sauna te gaan. Niet alleen omdat je er dus heerlijk kunt ontspannen, maar zeker ook omdat het goed voor je is. Zo vermindert een bezoekje aan de sauna je spierpijn, zorgt het voor een betere doorbloeding, vermindert het stress, verdwijnen afvalstoffen uit je lichaam door het zweten en zorgt het voor een betere weerstand. Daarnaast zijn er ook

mensen die beweren dat het helpt als je wil afvallen. En inderdaad, na een bezoek aan de sauna ben je meestal lichter door het vele vocht dat je verliest door het transpireren. Dit gewichtsverlies is echter maar tijdelijk doordat je het vocht weer aanvult (tijdens een bezoek aan de sauna is het sowieso belangrijk om veel water te drinken om dit vochtverlies te compenseren). Als je na de sauna een plons neemt in een ijskoud dompelbad, kan dit echter wel de vetverbranding stimuleren...

Als herboren

Zoals je kunt lezen zijn er genoeg redenen om je eventuele saunavrees te overwinnen. En je zult zien: na afloop ga je als herboren weer naar huis. Volledig ontspannen na dit moment voor jezelf, met een rozige huid en klaar voor de dag van morgen. Heb jij je volgende saunabezoek al gepland? Wij wel!

Wil jij ook even heerlijk ontspannen in de sauna? Op www.nederlandbruist.nl vind je altijd wel een sauna of wellnesscentrum in jouw regio.



ZWEET
DE STRESS
VAN JE AF

 **BEREIK IS ALLES**

 423 KM 100% ELEKTRISCH 8% BIJTELLING



Bezoek onze website vanmosselvoorraad.nl/opel voor het actuele aanbod!

Van Mossel

Anti-hoofdpijn massage

Veel mensen hebben weleens hoofdpijn van de drukte of de stress, de zogenaamde spanningshoofdpijn.

Wat kan je daaraan doen? De huisarts is de plek waar je natuurlijk als eerste naar toe gaat. Die kan je bijvoorbeeld pijnstillers voorschrijven. Daarnaast kan in sommige gevallen een regelmatige massage van nek, schouders en hoofd verlichting geven.

De anti-hoofdpijn massage geeft aandacht aan nek en schouderspieren en je hoofd wordt gemasseerd.

Naast het fysieke deel helpt de massage je om meer bewustzijn te krijgen over hoe je je voelt. Wanneer ben je werkelijk ontspannen en wanneer span je je spieren (onbewust) toch aan?

Regelmatige herhaling van deze massage kan ervoor zorgen dat je hoofdpijn minder vaak voorkomt.

Kom je het uitproberen?

JE BENT
VAN HARTE
WELKOM!

Jacky



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



Is het roos of **uitdroging van de hoofdhuid?**

We krijgen vaak vragen wat zijn die rode plekken of schilfers op mijn hoofd? Het jeukt zo en heel mijn kleren zitten ermee onder, ik heb roos! Kan daar niks aan gedaan worden?

MEDISCOPE

Wanneer we de hoofdhuid goed bekijken of een diagnose stellen met de Mediscope zien we steeds vaker, dat het geen roos is maar juist een uitdroging van de hoofdhuid. Dan is een anti roos shampoo niet de beste keus om te gebruiken. Dus vraag altijd na bij je salon wat het nu daadwerkelijk is en wat je het best kunt gebruiken.

Salons die met Mediceuticals werken, kunnen ook in het bezit zijn van de Mediscope. Ook Marciano's haarstyling is in de unieke gelegenheid om een professionele diagnose te maken van de hoofdhuid en het haar. Tevens krijg je een deskundig advies.

Dus heb je last van haaruitval, dunner wordend haar, roos, droge hoofdhuid, vette hoofdhuid of een gevoelige hoofdhuid? Maak een afspraak of bel voor een diagnose met de mediscope!



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



Vind jij de liefde in **februari?**

Waterman
Je wordt
geconfronteerd
met een
belangrijke
beslissing.

Ram 21-03/20-04

Hoewel februari een hectische periode is voor de Ram, moet je de mensen in jouw omgeving niet vergeten. Laat stress geen invloed op jouw gezondheid en rust hebben.

Stier 21-04/20-05

Februari kan een emotionele verandering brengen, maar dit is geen groot probleem voor de Stier. De mening van anderen deert je niet.

Tweelingen 21-05/20-06

Een vriendelijke en sympathieke houding verzekert je van een zeer succesvol februari. Familie- en liefdesrelaties blijven zonder moeite harmonieus.

Kreeft 21-06/22-07

Het wereldbeeld van de Kreeft is realistisch. In het geval dat iemand hem kwetst, zal hij zijn gevoelens voor zich houden. Hij deelt zelfs zijn liefdesgevoelens met niemand.

Leeuw 23-07/22-08

Je kunt een neergang ervaren in je privéleven, maar in je carrière zul je het goed doen. In het gezelschap van geliefden kom je tot andere gedachten.

Maagd 23-08/22-09

In relaties zal de Maagd de neiging hebben om eerder haar hart te volgen dan haar hoofd. Op zo'n moment zul je kwetsbaar zijn, dus kijk uit bij wie je jouw hart openstelt.

Weegschaal 23-09/22-10

Je moet niet verlegen zijn om een helpende hand te bieden als iemand je nodig heeft. Je zult vertrouwen van deze persoon krijgen en later voor jouw actie worden beloond.

Schorpioen 23-10/22-11

Je hebt heel veel energie en je besteedt je vrije tijd aan sporten en het verbeteren van je conditie. Je wilt niet nadenken over werk, dus stel belangrijke beslissingen uit.

Boogschutter 23-11/21-12

Februari brengt een goede bui en optimisme met zich mee. Dankzij deze positieve energie heeft de Boogschutter veel interessante ideeën.

Steenbok 22-12/20-01

Als je lange tijd alleen bent geweest, is het misschien moeilijk om weer aan relaties te wennen. Je was rust gewend, maar je zult al snel merken dat het de moeite waard is.

Waterman 21-01/19-02

Je wordt geconfronteerd met een belangrijke beslissing die jouw hele carrière kan beïnvloeden. Weeg zorgvuldig alle opties en doe niets overhaast.

Vissen 20-02/20-03

Laat je door niemand iets aanpraten. Je weet alleen zelf het beste wat je wilt en wat goed voor je is, dus geef niet toe en houd vast aan zekerheden en stereotypen.

DEFINITIEF ONTHAREN MET IPL

Kies uit iedere zone één lichaamsdeel om te laten ontharen. Aantal behandelingen afhankelijk van uw haargroei. **Bel met 0486 - 43 60 11 voor een afspraak!**

Zone S, kies uit:

of bovenlip
 of bikinilijn smal
 of kin
 of teen
 of voet
 of bilnaad
 of wenkbrauwen
 of navelstreepje

5 beh. nu € 75
10 beh. nu € 125

Zone M, kies uit:

of gezicht
 of oksels
 of onderarmen
 of bikinilijn breed
 of schouders
 of borst

5 beh. nu € 99
10 beh. nu € 150

Zone L, kies uit:

of onderbenen
 of bovenbenen
 of buik en borst
 of hele armen
 of bovenrug en
 schouders

5 beh. nu € 150
10 beh. nu € 250

Zone XL, kies uit:

of hele benen
 of hele rug

5 beh. nu € 220
10 beh. nu € 375

Leef vanuit *liefde*

Leef vanuit liefde en je zult je gelukkig voelen. Liefde heeft geen oordeel, liefde is. Liefde maakt je puur, vermindert pijn en problemen, liefde is alles en alles is liefde.

Als je je ogen sluit en je hart opent, dan verdwijnen je gedachten. Op dat moment ben je in je hart en dan zie je alleen liefde. We willen liefde zien met onze ogen, maar dat lukt niet. Alleen ons hart kan liefde zien. Laat je gedachten los, wees in dit moment en laat alles zijn zoals het is. Dat is liefde.

‘Alleen met het hart kun je goed zien. Het wezenlijke is voor de ogen onzichtbaar’, schreef Antoine de Saint-Exupéry in De kleine prins, een van mijn favoriete boeken. Zolang wij niet kijken met ons hart, maar de wereld om ons heen alleen aanschouwen door onze ogen, zullen we geen vrede vinden. Wees vandaag vriendelijk en verdraagzaam naar jezelf en naar anderen.

Leef vanuit liefde.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

www.meditationmoments.nl

Praktijk voor muzikles & persoonlijke ontwikkeling

MusiCare verbindt muzikles met persoonlijke ontwikkeling door onze speciaal ontwikkelde 'MusiCare Methode'. Deze methode zorgt ervoor dat de muzikles wordt gegeven op een manier die het best bij jou past. Al onze coaches zijn naast coach ook uitvoerend muzikant met veel podiumervaring. Ze zijn er voor jou, zodat jij het beste uit jezelf kunt halen.

Muziek maken is voor ons meer dan alleen een instrument bespelen. Door het maken van muziek leer je jezelf en de wereld om je heen beter kennen. Of je nu wilt leren piano spelen, liedjes schrijven, beter omgaan met je AD(H)D, bij MusiCare zorgen we samen dat jij je doel behaalt. MusiCare is voor iedereen vanaf 2 jaar.

Wij bieden naast de leukste muzieklessen ook:

- Twee keer per jaar een MusiCare Live
- CD-opnames van je eigen geschreven songs
- Begeleiding en optredens voor podiumbeesten
- Verschillende extra workshops, uitstapjes, kinderfeestjes en groepslessen
- Muzikles bij jou op school
- Muziektherapie

Wij bieden:

- Snelle plaatsing
- Korte opzegtermijn
- Voldoende parkeer-gelegenheid
- Kindvriendelijke ruimte en wachtruimte



Vanaf januari zijn er weer een aantal super leuke cursussen gestart:

■ V-Kids

Kinderkoor V-Kids heeft de ambitie om de Kinderen voor Kinderen van het zuiden te worden. Tijdens de wekelijkse lessen schrijven en zingen ze hun eigen liedjes, nemen ze een CD en videoclip op en treden ze regelmatig op.

■ Muzikale zoektocht

Tijdens 8 muzieklessen op maat ga je: verschillende instrumenten uitproberen, allerlei muziekstijlen ontdekken en ervaren hoe jij het best een instrument leert (voor kinderen van 4 t/m 8 jaar).

■ Koren voor volwassenen

Happy Hart Koor: een hardcore a capella koor voor mannen met ballen en/of baarden.

Koor Don Bleu: voor vrouwen (18+) die altijd al een keer hebben willen zingen in een groep. Ervaring is niet nodig.

Meer informatie en aanmelden kan door te mailen naar kim@musicare.info.

Reutsedijk 21 Vught | 06-219 439 96
www.musicare.info

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



NEW SPRING COLLECTIONS

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



Mindfulness Training & Coaching

We neigen er naar om met onze denkkeest in het verleden te verkeren, te fantaseren over de toekomst of ons bezig te houden met oordelen over onszelf, anderen of situaties. Dit doen we op de automatische piloot. Aandacht brengt je terug in het moment, het hier-en-nu. Aandacht kan getraind worden, net als alle andere vaardigheden.

Tessa van Dongen heeft de unieke Aandacht Methode Harmoni3® voor Emotioneel-, Mentaal- en Fysiek evenwicht, persoonlijk doorleefd en professioneel ontwikkeld met als missie:

Individuele en collectieve bewustzijnsverruiming.



Door het trainen van de aandacht word je bewust van je lichaam, gedachten, gevoelens en 'automatische' patronen, zonder te oordelen. Met aandacht kun je bewust kiezen om hier in mee te gaan of om dit te doorbreken. Door (on)bewuste overtuigingen en (emotionele) patronen te herkennen en te doorbreken, creëer je meer innerlijke ruimte en rust om bewust te antwoorden en de juiste keuzes te maken die bij je passen.

Leer te STOPPEN om te kunnen KIJKEN en VOELEN wat er gebeurt om vervolgens bewust en gewenst te HANDELEN.

Deze unieke zelfontwikkelde training bevordert het contact met lichaam en geest. Het ontwikkelt je bewustzijn, vergroot je zelfkennis en zelfvertrouwen.

Verbetert de concentratie en geeft rust en ontspanning en vermindert angst en stress. Leert je beladen emoties te integreren en om jezelf emotioneel te voeden met onvoorwaardelijke liefde.

Bewust en aandachtig leven maakt je leven interessanter, levendiger en plezieriger.



De training start 2x per jaar: in januari en september

Haal jij wel het beste uit jouw glimlach?

Er zijn veel verschillende redenen om naar een mondhygiënist te gaan. Bijvoorbeeld als u een wit en stralend schoon gebit wenst (bleken), last heeft van rokersaanslag/tandsteen, regelmatig nieuwe gaatjes krijgt, een beugel draagt, zwanger bent, lijdt aan hart- en vaatziekten/diabetes, maar ook aan het bestrijden van slechte adem of bloedend tandvlees. Een mondhygiënist **voorkomt** en **bestrijdt** tandbederf en tandvleesaandoeningen.

Er is geen verwijzing nodig voor de mondhygiënist en afhankelijk van uw tandartsverzekering, krijgt u een vergoeding voor een behandeling.

“De tandartsstoel hoeft **niet eng** te zijn als je regelmatig bij **Mint** op bezoek komt!”



Mint Your Dental Hygienist

Eigenaresse: Melek Atas
Verwersstraat 45 's-Hertogenbosch **073-8500945**
info@mint-ydh.com | **www.mint-ydh.com**

Volg ons ook op instagram #mintyourdentalhygienist



YOU GIVE ME FEVER

Sommige mensen hebben er al vroeg in het jaar last van: hooikoorts, in het Engels hay fever. Wij van Meijs Wonen zijn altijd koortsachtig op zoek naar het mooiste, meest pure design en krijgen het wel warm van de HAY stoelen, maar dat is geen allergische reactie. Integendeel! Het ontwerp zit heel lekker met een hoge rugleuning en een royale zitting, is verkrijgbaar in gepolijst of gepoedercoat zwart aluminium en met een keur aan bekledingsopties. Zo vormt HAY een mooie basis die niet snel verveelt en zich aanpast aan elk interieur. Herken jezelf bij **MEIJSWONEN**.

MEIJSWONEN

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

HAY ABOUT A CHAIR AAC22 STOEL

Pannûkoek

Dé ideale plek om lekker te genieten van deze tijd van het jaar op het mooiste plekje 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.



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

64

Waar gaan jullie wonen?



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



06-46021973
info@mediationenzo.nl
www.mediationenzo.nl

Vaak een eerste vraag als mensen vertellen dat ze gaan scheiden. Ook de eerste vraag die ik als echtscheidingsmediator vrijwel meteen stel. Een goede oplossing is zeker nodig met kinderen en staat op nummer één van de taken.

Er zijn verschillende scenario's

Jullie kunnen het huis verkopen en de opbrengst of het verlies delen. Hierna dient voor beide partijen een andere woning gezocht te worden. Jullie kunnen besluiten dat een van jullie in de woning blijft wonen. Jullie kunnen de woning ook nog in 'onderverdeeldheid' behouden; je spreekt af dat de woning voorlopig nog niet verdeeld gaat worden, maar op een later tijdstip. Soms wordt er een tijdelijke duurdere huurwoning gevonden,

waarbij pas na een tijdje een goedkopere optie gehuurd of alsnog gekocht kan worden.

Welke oplossing bij mensen past, is bij iedereen anders. Het is voor een mediator erg belangrijk om mensen hier goed in te begeleiden. De nieuwe woonsituatie is namelijk van belang bij de alimentatieberekening.

Er zijn vaak vragen over wanneer en op welke momenten mensen bijvoorbeeld naar de notaris of hypotheekverstrekker dienen te gaan. Ook veranderingen in de woonsituatie enige tijd na de scheiding zijn belangrijk en reden om opnieuw te overleggen. Als mensen een nieuwe partner krijgen, kan er een herberekening worden gemaakt. Of als een gezamenlijke woning een tijdje later alsnog verkocht gaat worden, dient er wederom her herberekend te worden.

Dat alles kan door mij verzorgd worden, ook dus op een eventueel later tijdstip. **Ik zoek als echtscheidingsmediator telkens de beste oplossing voor én samen met mijn klanten.**

65

Maak zelf iets unieks!

Schrijf je nu in voor onze workshops!



Kijk op
www.zilverke.nl
voor de
mogelijkheden!

Atelier 't Zilverke



Marianne de Bakker-Depmann

Kap. Huijberslaan 2, Oisterwijk | 06-22443833 / 013-5220206 | www.zilverke.nl

Februariactie!

Just Be-You-Ty is geen 'gewone' schoonheidssalon, maar een Health- en Beautysalon. Samanta, Jikke en Marèse zijn ervaren en zorgen er samen voor dat jij de salon op en top verlaat. Denk daarbij aan kappersbehandelingen, ontspannende en huidverbeterende gezichtsbehandelingen, pedicuren, manicuren, tandenbleken, microdermabrasie, Quadrivas-therapie en zelfs voor botox en fillers!

ACTIE!

BOEK IN DE MAAND **FEBRUARI 2020**
3 DEZELFDE GEZICHTSBEHANDELINGEN NAAR KEUZE EN
KRIJG DE 4DE GEZICHTSBEHANDELING CADEAU!
De eerste 3 behandelingen dienen meteen geboekt te worden.



Wil je graag een afspraak maken?

Neem dan contact met ons op, dit kan telefonisch op telefoonnummer 073- 850 64 61 of per e-mail: info@justbeyouty.nl.

Voor meer informatie
over de prijzen kun
je terecht op onze
website
www.justbeyouty.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 - 122 083 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



Just Be-You-Ty
BEAUTY & HEALTH

Ondernemers: Samanta, Jikke en Marèse | Graafseweg 68 's-Hertogenbosch | 073 850 64 61
info@justbeyouty.nl | www.justbeyouty.nl | www.facebook.com/justbeyouty1

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

Waar heb jij zin in?



Balibal

Kleine Toko
BY ESSIE
UIT DE MOLUKS/ INDISCHE KEUKEN

Burgemeester v. Houtplein 25
Vlijmen | 06-57149470
info@kleinetoko.nl | www.kleinetoko.nl
Ook aan huis via thuisbezorgd.nl

Februari aanbieding

ONTVANG
€ 10,- KORTING

OP EEN NIEUWE SET
KUNSTNAGELS MET
VERLENGING (€ 55,- I.P.V. € 65,-)

Maak
snel je
afspraak!

Nail it
NAGELSTUDIO

Lisa Robbins

Prinses Margrietstraat 26 Rosmalen
nagelstudionailit@gmail.com
06-39211983 | [f](https://www.facebook.com/nagelstudionailit) nagelstudionailit



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 langs 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 huidandoeningen en migraineklachten.

mooi medisch sportief
rimpelinspuitingen

Achterstraat 4 Helvoirt
06-17028131
info@mooimedischsportief-denbosch.nl
www.mooimedischsportief.nl/helvoirt

COLUMN/MOOIMEDISCHSPORTIEF

Hyperhidrosis

We doen het allemaal: zweten. Zweten is een normale lichaamsfunctie, waarmee overmatige warmte aan het lichaam wordt onttrokken. Door verdamping van het zweet wordt de huid afgekoeld. Het zweten neemt toe bij lichamelijke inspanning, emoties of bij het eten van sterk gekruid voedsel.

Bij sommige mensen is er sprake van overmatig zweten van oksels, handen en/of voeten, dat men hiervan hinder ondervindt in het dagelijkse leven. Wanneer zweten als onaangenaam wordt ervaren, spreken we over hyperhidrosis. De oorzaak van hyperhidrosis is meestal niet bekend. Veel mensen gebruiken deodorant om de geur te verdoezelen of antitranspirant om het zweten plaatselijk te remmen. Indien dat niet voldoende is, kan gekozen worden voor Botox-injecties. Botox blokkeert de zenuwuiteinden van de zweetklier. Door de zenuwblokkade houden de zweetklieren op met het aanmaken van zweet. Het gunstige effect van botox op de zweetsecretie kan tot 6 maanden aanhouden.

Bent u benieuwd wat Mooi Medisch Sportief Helvoirt voor u kan betekenen? Kom gerust langs voor een vrijblijvend adviesgesprek.



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

welcom

dé onafhankelijke
telecomspecialist

BREED
ASSORTIMENT
EN EEN
GOEDE SERVICE



Welcom bij Nuij

Heltheuvelpassage 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



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**

RIJSCHOOL
Van Heugten



**WIL JIJ OOK
AANHANGER
RIJDEN?!**

Profiteer van deze ACTIE!
DagCursus Aanhanger
NU € 500,- INCL BTW!

KIJK OP DE SITE VOOR MEER INFO!

Deken van Roestellaan 47 Rosmalen
073 521 67 05
www.rijsschoolvanheugten.nl

Nieuw gevestigd in 'The Bridal Shop'; de gezelligste beautysalon Nuland 'The Beauty Palace'.

The place for beauty

Hier kunt u terecht voor: Volume Lash Lifting, Wimperextensions en vanaf februari ook voor alles op het gebied van wenkbrauwen.



LANGE WIMPERS ZONDER WIMPEREXTENSIONS

Bij Volume Lash Lifting draait het om de eigen wimpers, die met behulp van siliconenpads worden gelift. Daardoor worden ze niet langer, maar lijken ze dat wel. Kortom: wil je geen wimperextensions of ben je allergisch dan is Volume Lash Lifting de ideale oplossing voor een eyecatching blik. Het oogt veel natuurlijker, is minder gedoe én is goedkoper dan eyelash extensions, doordat het resultaat wel tot acht weken zichtbaar is. Gebruik je ook nog mascara, dan is het effect echt smashing. Het valse-wimpereffect. Maar dan helemaal van jezelf. Een behandeling duurt 45 tot 60 minuten.

DE VOORDELEN VAN DE VOLUME LASHLIFT

- Het resultaat blijf ca. 8 weken zichtbaar
- Geen wimperkrultang meer nodig
- Extensions worden overbodig
- Het geeft een natuurlijke uitstraling
- Het is niet schadelijk voor de natuurlijke wimpers
- Douchen en zwemmen is geen probleem

Volg je ons al op facebook of instagram? Wij plaatsen zoveel mogelijk impressies van wat je bij ons kunt verwachten.
Facebook: facebook.com/thebeautypalacenuland
Instagram: instagram.com/wimperextensionsnuland

Gevestigd in 'The Bridal Shop'
Pelgrimstraat 1-B
5391 BL Nuland
06-28847208
www.thebeautypalace.nl

MAAK SNEL EN
MAKKELIJK EEN
AFSPRAAK VIA
DE SITE

Mode VOOR IEDERE VROUW

Onze merken: Aventures des Toiles - Elsewhere
Masai - Nör - Sani Blu - Simclan - Vetono
Yellow Label - Zeitlos - Zilch

Basic: Anna Montana - Kunert - Slippely - Stehmann
Sieraden van Zsiska

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



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



SMALL GROUP - PERSONAL -

OUTDOOR - PROFESSIONAL -

STRENGTH - TRAINING



SUBTRAINING

NO EXCUSES

GET FIT WITH US!



SUBTRAINING - SEBASTIAAN DE RANITZ
INFO@SUBTRAINING.NL - 06.437 577 96
WWW.SUBTRAINING.NL

Maak
MENSEN
blij met
bloemen!



Stacey Liebrechts:
"Wij adviseren
u graag!"


FLORISTA

Plein 1B/C Vlijmen | 073-6898982

Facebook: Florista Bloemen, Planten en Decoratie

Openingstijden:
ma gesloten
di-zo
13.30 - 21.00

**SNEL,
MAKKELIJK
ÉN VERS**

FRESH



PASTA



Orthenstraat 40 's-Hertogenbosch 073-7505977

Ben jij een Beauty Professional?

KUO'S Professional is een gerenommeerd Spaans cosmetica merk. Een bijzondere lijn welk zich niet alleen richt op de huidverbetering, maar ook uitgebreid is in alle noodzakelijke aspecten van de alledaagse uiterlijke verzorging. Met KUO'S Professional is het gebruik van meerdere merken/producten verleden tijd. KUO'S Professional heeft alles om een salon te kunnen starten of uit te breiden. Denk aan: gezichts-, lichaams-, voet-, hand-, nagel-, sport- en zonproducten!

Kuo's Professional ontwikkelt en levert producten die uit natuurlijke en plantaardige ingrediënten zijn ontwikkeld.

Kuo's Professional staat voor:

- Zichtbaar en langdurig resultaat
- 100% vegan
- 100% parabenen vrij
- 100% natuurlijk
- 100% dierproefvrij

Kuo's Professional is **het** exclusieve merk voor jouw salon!

Boerhaaveweg 95
3401 MN IJsselstein
www.auricskincare.nl
info@auricskincare.nl
030-761 25 70


AURIC
SKINCARE



NEDERLANDS DANS THEATER

Sometimes, I Wonder

Nederlands Dans Theater (NDT) bestaat zestig jaar. Dit wordt gevierd met de prachtige dansvoorstelling *Sometimes, I Wonder*. Deze is volledig opgedragen aan Jiří Kylián, een van de meest diepzinnige, toonaangevende kunstenaars uit de geschiedenis van NDT. Zijn creatieve visies hebben het gezelschap naar ongekende hoogte gebracht.

De kostuums spelen een belangrijke rol in de voorstelling. “De dansers worden uitgedaagd om op topniveau te dansen. Wij mogen hen daar niet bij hinderen, wat betekent dat de kostuums perfect om het lichaam moeten, zitten zodat ze vrij kunnen bewegen”, vertelt *Yolanda Klompstra* gedreven. Samen met haar team is zij verantwoordelijk voor de kostuums van NDT. “Tegelijkertijd moet het er natuurlijk wel goed uitzien en recht doen aan het beeld dat de betreffende choreograaf én de ontwerper voor ogen hebben. Dat is en blijft een geweldige uitdaging.”

Creativiteit

Ook voor *Sometimes, I Wonder*, dat in feite drie aparte voorstellingen van Kylián omvat, mogen de naaisters weer veel mooie dingen maken. “Denk aan korset jasjes en een grote, roze, zijden rok met meer lagen voor *Bella Figura*, stijlvolle,

Victoriaanse kostuums voor *Claude Pascal* en fijn geplisseerde, tweekleurige jurkjes voor *Vanishing Twin*. We kunnen er al onze creativiteit in kwijt en spelen met kleuren en materialen.”

Tot het allerlaatste moment

“Als kostuummaker blijf je eigenlijk altijd bezig. Soms is een danser bijvoorbeeld afgevallen en moeten we de tailleband weer innemen. Vandaar dat we ook die laatste week, tot vlak voor de première, met onze naaimachine klaarzitten in het Zuiderstrandtheater om de laatste aanpassingen te kunnen doen. Het is keihard werken, maar ontzettend leuk om te doen. Je moet ook echt een passie hebben voor dit veeleisende vak, anders houd je het niet vol. We zijn allemaal superblij als het weer gelukt is. En tijdens de première is het ook voor ons genieten geblazen, dan zien we waar we het allemaal voor hebben gedaan!”

Op 6 februari 2020 gaat *Sometimes, I Wonder* in première in het Zuiderstrandtheater in Den Haag. Kaarten zijn te koop via www.ndt.nl.

DE KRACHT
VAN PERFECTE
KOSTUUMS





ALL YOU
NEED IS
LOVE!

Laten we *de liefde* vieren!

14 februari, Valentijnsdag... de dag waarop wereldwijd in heel veel landen de liefde wordt gevierd. De een doet dit met een (anoniem) kaartje, de ander pakt groots uit. En weer een ander... die vindt het de grootste commerciële onzin die er is.

Zo mysterieus als het ontvangen van een anonieme valentijnskaart is, zo mysterieus lijkt de oorsprong van deze dag van de liefde. Vaak wordt gezegd dat deze teruggaat naar de derde eeuw na Christus toen er in Rome een priester woonde met de naam Valentinus. Hij stond bekend om de goede daden die hij verrichtte voor armen, ouderen en kwetsbaren. Deze Valentinus werd op 14 februari 270 echter onthoofd vanwege zijn geloof, maar later (in 496) werd hij door de kerk juist heilig verklaard. Sindsdien zou 14 februari een feestdag zijn, de dag van de Heilige Valentijn.

Paringsdrang

Andere bronnen beweren echter dat Valentijnsdag is ontstaan vanuit het Romeinse Lupercalia feest (een vruchtbaarheidsfeest). En er zijn zelfs mensen die beweren dat het puur te maken heeft met het feit dat rond 14 februari de vogels beginnen met paren

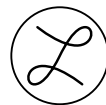
en dat ook de mensen rond die tijd weer 'last' krijgen van paringsdrang.

De liefde is mooi

Hoe het ook zij, feit is dat deze dag van de liefde pas in de jaren negentig echt goed vanuit Amerika naar Nederland is overgewaaid. Sindsdien verrassen ook wij massaal onze geliefde op 14 februari. Waar dat in de jaren negentig vooral nog gebeurde met dat anonieme, handgeschreven kaartje via de post, staan veel winkels in aanloop naar 14 februari tegenwoordig volledig in het teken van Valentijnsdag. Ook de meeste restaurants en wellnesscentra spelen hier volop op in, bijvoorbeeld door het aanbieden van speciale Valentijnsdagarrangementen. Commercieel? Ongetwijfeld, maar geef ze eens ongelijk. Elke kans om de liefde te vieren is er immers een die je met beide handen moet grijpen! De liefde is mooi, dus geniet ervan, óók op 14 februari...

Wil jij ook je geliefde verrassen op Valentijnsdag? Op www.nederlandbruist.nl vind je altijd wel een ondernemer in jouw regio die je hier met liefde bij wil helpen.

EEN ONVERGETELIJKE ERVARING



Hotel de Leijhof
EST. Oisterwijk 1874

EST. 1874
THE GEORGE
RESTAURANT



**Verblijf in Hotel de Leijhof
Oisterwijk met deze Bruist Deal.**

Overnacht in onze Comfort Room, geïnspireerd door de bosrijke omgeving, en laat u culinair verrassen door onze chef Dylan van Hirtum in Restaurant The George middels ons 3-Gangen Menu Du Chef. Beleef de geur van verse kruiden uit onze eigen kas en neem een kijkje in de wijnbibliotheek samen met onze sommelier Maikel Ginsheumer. Na een heerlijke nacht in dit luxe boutique hotel met de charme van een landhuis, kunt u genieten van een heerlijk luxueus ontbijt.

P.S. Ontdek nu ook onze nieuwe PERK'S Treasure Lounge!

BRUIST
Deal

€ 79,50 P.P.*

PROMOCODE: BRUIST

**RESERVEER NU VIA
WWW.LEIJHOF.NL**

**Overnachting in een
Comfort Room van één van
de meest luxe boutique hotels
van het bosrijke Oisterwijk**

**Culinair
3-Gangen Menu Du Chef
Luxueus ontbijt**

Parkeren

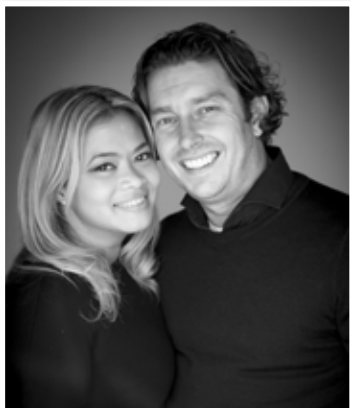
* Bovenstaande prijs is op basis
van minimaal 2 personen
exclusief lokale heffingen.

Heusdensebaan 7 Oisterwijk
+31 (0)13 523 1123
www.leijhof.nl



Groeten uit Oisterwijk

WERKT ADVERTEREN?



Marcel en Lea Bossers,
directie Nederland Bruist

Met 37 magazines per maand is uitgeverij Nederland Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland, België én in Spanje. Ons streven is om uit te groeien naar minstens vijftig edities. Onze visie is: ondernemers helpen om op de juiste manier te adverteren, waardoor de naamsbekendheid omhooggaat. Daarom komen de ondernemers in onze magazines en op onze website op een unieke manier aan het woord en in beeld.

Wil jij ook opvallend adverteren in Bruist? Bel 076-7115340 of mail naar nl@nederlandbruist.nl

In deze rubriek vertellen adverteerders aan de hand van vijf vragen hoe ze de samenwerking met Bruist ervaren.

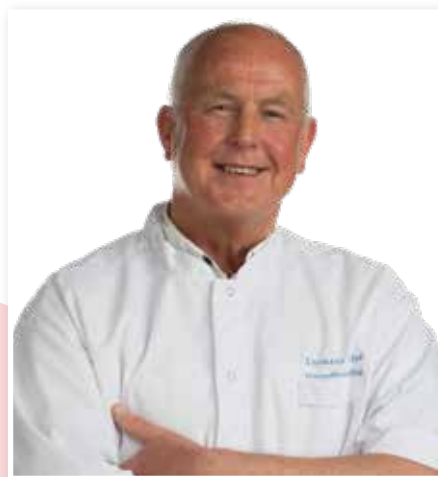
Deze maand: **Dokter André**, die al jaren onderdeel uitmaakt van onze glossy magazines. Deze trouwe klant is zeer tevreden over onze samenwerking en daar zijn wij op onze beurt erg trots op!

Hoe ben je bij Bruist terechtgekomen?

Media-adviseur René Moes is een keer op bezoek gekomen en we hebben een gesprek gehad. Dat is alweer zo'n twee á drie jaar geleden. En nog altijd ben ik enorm tevreden.

Waarom heb je gekozen om te adverteren bij Bruist?

Ik vind het heel belangrijk dat mensen weten wie je bent. De manier waarop mijn bedrijf in het magazine staat, heeft veel invloed. Het feit dat ik in de Bruist magazines sta met een artikel over mijn bedrijf in plaats van een advertentie, levert mij veel autoriteit in mijn vakgebied op. Dankzij de artikelen krijgen mensen meer vertrouwen in mijn bedrijf. In mijn vak is dat heel belangrijk, want een botoxbehandeling is niet iets wat je zomaar even doet.



Ook de uitstraling van het magazine speelt een belangrijke rol. Juist in mijn sector moet een blad een glossy uitstraling hebben. De mensen die bij mij komen, houden van beauty. Iets moet mooi zijn. Het moet glanzend zijn en glimmen. Bruist heeft dat ook. Dat nodigt uit om op te pakken en door te bladeren. Voor mij als adverteerder is dat natuurlijk heel belangrijk.

Hoe vind je de samenwerking met Bruist?

Eigenlijk heel goed! Ik vond het ook leuk dat ik laatst door René was uitgenodigd om mee te gaan naar het tennistoernooi in Rosmalen. Dat was heel erg leuk en gezellig, helemaal voor mij als tennisliefhebber.

Wat heeft adverteren bij Bruist je opgeleverd?

Veel mensen kennen mij en weten me te vinden doordat ze mij hebben gezien in een magazine. Ik vraag ook geregeld hoe mensen bij mij terechtkomen. En dan krijg ik vaak te horen dat ze mij in een blad hebben zien staan. Het regelmatig herhalen van advertenties is dan ook goed voor de herkenbaarheid van mijn bedrijf.

Zou je Bruist aanbevelen?

Jazeker, en dat doe ik af en toe ook. Tegenwoordig geloven steeds minder mensen in adverteren in papieren bladen. Veel mensen doen vooral aan social media. Ik vind juist dat die combinatie van papieren bladen en social media heel goed werkt.

ZEKER WETEN!

**WIL JIJ OOK EEN BRUISENDE
SAMENWERKING MET BRUIST?
NEEM DAN CONTACT MET ONS OP!**



Dokter André

Gaastra

Shop nu
online
met 50%
korting

Met de kleding van Gaastra komt u altijd sportief voor de dag! Gaastra maakt een mooie collectie casual kleding en is sterk in jassen, fleecvesten en softshells in mooie kwaliteiten en frisse kleuren. De kleding van Gaastra is sportief, comfortabel en ideaal om prettig in te bewegen.

Bekijk onze Gaastra collectie online en ontvang korting met promocode BRUIST!



BRUIST
Deal

50% korting
PROMOCODE: BRUIST
SHOP NU OP
NAUTIC FASHION.ONLINE

NAUTIC FASHION.ONLINE is een Nederlandse online outlet van het maritieme en nautisch georiënteerde outdoor modemerkt GAASTRA.

We richten ons op het aanbieden en leveren van stijlvolle producten voor outdooractiviteiten tegen geweldige prijzen.

NAUTIC FASHION
ONLINE

hello@nauticfashion.online
NAUTIC FASHION.ONLINE

Paddenstoelen *risotto* met portobello

2 PERSONEN - 30 MINUTEN

INGREDIËNTEN

300 gr gemengde paddenstoelen (oesterzwammen, cantharellen, kastanjechampignons)
1 portobello
60 gr walnoten
1 ui
2 eetl olijfolie
peper en zout
1 knoflook teentje
80 gr volkoren risottorijst/
zilverviesrijst (ongekookt)
50 ml droge witte wijn
300 ml tuinkruidenbouillon
10 gr gehakte peterselie
1 eetl Zwitserse strooikaas

Veeg de paddenstoelen en portobello schoon met een borsteltje en snijd in kleine stukjes. Hak de walnoten fijn en snipper de ui. Verhit de helft van de olie in een hapjespan en bak de paddenstoelen op hoog vuur bruin. Schep ze op een bord en bestrooi met peper en zout. Schenk de rest van de olie in een pan en bak de ui 3 minuten zachtjes. Pers de knoflook erboven uit en bak de risottorijst even mee, tot alle korrels glazig zijn. Voeg de wijn toe en laat verdampen. Roer een scheut bouillon door de rijst met een pollepel. Voeg de volgende scheut pas toe als de vorige is opgenomen door de rijst. Maak zo alle bouillon op en laat de risotto zachtjes doorkoken tot de rijstkorrels beetgaar zijn (totaal circa 20 minuten). Schep de paddenstoelen en noten door de risotto en warm de risotto nog even door. Breng op smaak met wat extra peper en zout. Schep de peterselie erdoor, verdeel de risotto over twee diepe borden en bestrooi met Zwitserse strooikaas.



Loes, senior media adviseur bij Bruist

Deze heerlijke gerechten van New Fysic zijn mijn favoriete recepten. Ik ben 19 kg kwijtgeraakt met New Fysic. Ineke, mijn coach in Breda, heeft mij hier goed bij begeleid. Ik vind New Fysic geen straf om te volgen en ik heb me er altijd heerlijk bij gevoeld. Daarnaast sport ik bij Move 35 in Breda. Inmiddels ben ik al een half jaar op mijn streefgewicht, maar ik vind deze recepten nog steeds heerlijk om te maken ook al volg ik geen dieet meer. Mijn gezin kan ook mee-eten en deze recepten zijn erg lekker, gezond en makkelijk om te maken. **Geniet ervan en smakelijk eten**

Runderreepjes met broccoli, ui en sesamzaadjes

2 PERSONEN - 30 MINUTEN

INGREDIËNTEN

2 kleine struikjes broccoli
1 ui
stukje verse gember, 2 cm
1 teentje knoflook
80 gr volkoren noedels
Frylight bakspray
250 gr runderreepjes
1 dl kippenbouillon (tablet)
1 eetl sojasaus
1 theel sesamolie
half Spaans pepertje
peper en zout
1 theel sesamzaadjes

Verdeel de broccoli in kleine roosjes. Schil de stelen en snijd deze in dunne plakjes. Blancheer de roosjes 2 minuten in kokend water en laat ze daarna kort onder de koude kraan 'schrikken', zo blijven ze mooi groen en garen ze niet verder. Snipper de ui, gember en de knoflook. Kook ondertussen de volkoren noedels volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar. Spray wat Frylight bakspray in een wok en bak de knoflook, ui en gember circa 2 minuten op middelhoog vuur. Zet dan het vuur hoog en voeg de runderreepjes toe. Bak circa 3 minuten. Zet het vuur weer wat lager en voeg de broccolistukjes toe. Bak 2 minuten en blus af met de bouillon. Laat het geheel nog 2 minuten pruttelen. Haal de wok van het vuur en voeg de sojasaus, sesamolie en Spaanse peper toe. Breng verder op smaak met peper en zout en bestrooi met de sesamzaadjes. Verdeel over 2 borden en serveer met de volkoren noedels.





Hotel
Nuland

GRATIS
ENTREE



GRAN
CASINO
NULAND

DAGELIJKS
GEOPEND VAN
10:00 - 02:00

Kom naar Gran Casino Nuland en geniet van live entertainment,
leuke acties en laat u culinair verrassen door onze koks.

De hapjes en drankjes zijn altijd gratis voor onze spelende gasten

GRAN CASINO NULAND | RIJKSWEG 25 | 5391 LH NULAND
VAN 10:00 - 02:00 UUR GEOPEND | GRANCASINO.NL | GRATIS TOEGANG | VANAF 21 JAAR | SPEEL BEWUST