

**GINNEKEN** BAVEL  
ULVENHOUT



MAART 2022 GRATIS MEENEMEN!  
[WWW.GINNEKENBRUIST.NL](http://WWW.GINNEKENBRUIST.NL)

# BRUIST



Hoe gaat het met je  
*goede*  
*voornemens?*

*Francis van*  
*Broekhuizen:*

'Ik doe het, omdat ik  
het superleuk vind'



## *U gaat toch ook voor een echte Ensuite!*

Ensuite is gespecialiseerd in het ontwerpen, maken en plaatsen van traditionele kamer en suite kasten met schuifdeuren.

Hiermee kunt u op een prachtige manier de functionaliteit van uw woning verhogen. Stijlvol in de jaren 30 sfeer, maar volgens de normen van nu.

**Onze inbouwkasten en deuren kunnen volledig naar uw specifieke wensen worden gemaakt en worden geïntegreerd met passende accessoires zoals fraaie scharnieren en authentieke handgrepen van porselein, gietijzer of hout.**

Ook kunnen de schuifdeuren worden voorzien van glas-in-lood in diverse kleuren, patronen en motieven.

### *Interesse?*

Neem contact met ons op of vraag een prijsindicatie op via de site!  
*Paul Ligtoet helpt je graag!*

Nijverheidsweg 8 Oisterwijk (NL)  
+31 (0)13 - 521 06 33  
info@ensuite.nl | [www.ensuite.nl](http://www.ensuite.nl)

**Welke Ensuite past bij u?**

**Maak gewoon een afspraak!**

**Klassiek gevoel van rust**



**Ensuite**

*We make you feel at home!*

# NIET VOOR DE PIEPERS

DEZE SCHAAL HEEFT EEN NAAM:  
LIRIO, SPAANS VOOR LELIE.  
HANDGEMAAKT VAN GLAS MET  
GOUD EN GLINSTERENDE MICA.  
JE TAFEL IN ÉÉN KLAP OPGESCHAALD.



SCAN MIJ

**MEIJS**WONEN  
— TILBURG —



8



12



28

# Inhoud



14



20



23

## COLOFON

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

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

 Like ons op Facebook.com/ginnekenbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2022. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Ginneken Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Foto: Ron Eskens  
soopictures.nl

Het is maart! Tijd dus om de winter achter ons te laten en vooruit te kijken naar de zomer. Wat een heerlijk vooruitzicht. Maar ook een vooruitzicht waarvan je spontaan in de stress kunt schieten. Het goede voornemen om definitief af te rekenen met die paar extra winterkilo's heb je namelijk nog lang niet waargemaakt. Geen zorgen, want verderop in deze nieuwste editie van Bruist vertellen we je hoe je het jezelf makkelijker kunt maken om je doelen te bereiken.

## Bruisende lezer,

Opvallend is dat, nu het voorjaarszonnetje weer steeds vaker begint te schijnen, veel mensen ineens ook weer een stuk vrolijker zijn. Sommige mensen hebben die zon daar overigens helemaal niet voor nodig. Dat geldt zeker ook voor Francis van Broekhuizen, die het hele jaar door straalt. In het interview dat we met deze 'dramatische sopraan' hadden, deelt ze een beetje van haar positiviteit en vertelt ze meer over haar carrière tot nu toe.

Diezelfde positiviteit ervoeren wij trouwens bij iedereen die we voor deze editie interviewden. Benieuwd naar al hun inspirerende verhalen? Lees dan vooral snel verder.

**Lea en Marcel Bossers**

**Adverteren?**

Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel **076-7115340**

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

2022 IS LANG NIET  
VOORBIJ, BEGIN  
VANDAAG NOG!



# Wat is er nog over van je *goede voornemens?*

Stoppen met roken, een paar kilo afvallen, sporten, geld besparen en ga zo maar door. In januari beginnen we massaal met een schone lei. Hoor je het jezelf nog zeggen: 'En dit jaar gaat het me echt lukken'? Maar hoe staat het nu met die goede voornemens?

Als je meerdere voornemens hebt, kan het lastig zijn om alles tegelijk te doen. Hierdoor is de kans groot dat je voornemens mislukken.

**MAAK EEN SCHEMA.** Maak voor jezelf een schema waarin je kunt vermelden wat je graag zou willen bereiken en hoe je dit aan gaat pakken. Gaat het om een doel dat je op korte termijn wilt bereiken of heb je er het hele jaar voor uitgetrokken?

**VOORKOM HOGE EISEN.** Als je te hoge eisen aan jezelf stelt, haak je snel af. Dit komt doordat je geest en lichaam tijd nodig hebben om zich aan te passen aan je nieuwe gewoonten.

**CREËER ROUTINE.** Ben je verslaafd aan roken of snoep? Dan kan het helpen om een andere bezigheid te zoeken als het verlangen naar een sigaret of zoetheid de kop op steekt.

**KEN JE DOEL.** Herinner jezelf regelmatig aan de voordelen van je goede voornemen. Als je dit niet doet, zul je sneller opgeven.

**BELOON JEZELF.** Als het je lukt om jezelf aan je schema te houden staat daar natuurlijk een beloning tegenover. Zorg er wel voor dat je de beloning ook echt koppelt aan het halen van je doelstelling.

**ZOEK STEUN.** Het is niet makkelijk om een goed voornemen in je eentje te verwezenlijken. Vertel je vrienden en familie wat je van plan bent en vraag of ze daar eventueel rekening mee willen houden. Of plaats je goede voornemen op Twitter en Facebook. Wie weet zijn er meer mensen die hetzelfde doel nastreven.

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



## DÉ BRILLENZAAK VAN BREDA

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

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

Gediplomeerde optometristen  
Geen verwijzing nodig  
Geen lange wachttijden  
Uitgebreide collectie

**BIELARS**  
Optiek & Optometrie

Mathenessestraat 63A, Breda  
076 - 587 02 83

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

Ongedwongen met een natuurlijke blik op ieder feestje verschijnen? Tijdens het sporten geen last van aangeslagen glazen of een beperkt zichtveld? Kies voor het gemak van contactlenzen! Bielars Optiek en Optometrie beschikt over een ruim assortiment **daglenzen**, **maandlenzen**, **multifocale lenzen**, **harde lenzen** en **nachtlenzen**. Bielars Optiek en Optometrie werkt merkonafhankelijk en kan bij elke contactlensfabrikant terecht voor de beste keuze voor uw ogen.

Kiest u voor lenzen, dan wilt u wel zeker weten dat deze perfect bij uw ogen passen. Om dit te controleren kunt u bij Bielars Optiek en Optometrie terecht voor een **oogmeting** door een gecertificeerde contactlensspecialist. Zo krijgt u de lenzen die perfect bij uw ogen passen.



Het allerbeste zicht  
en een natuurlijke blik



DE BESTE CONTACTLENZEN VINDT U BIJ ONS!



## DE KLEINE KEUKEN

Een super start van de dag, de gepofte ontbijtgranen met aardbeismaak van De Kleine Keuken. Ze bevatten 75% minder suiker dan vergelijkbare producten voor kinderen en zijn ook nog rijk aan vezels.

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



## LEZERSACTIE \*

4x de 'je ne sais quoi' proefboxen van Gusteau t.w.v. €29,95

We hebben allemaal onze eigen voorkeuren. Dat weet Gusteau. Het draait juist om wat jij lekker vindt. Als jouw persoonlijke wijngids helpt Gusteau je om te ontdekken welke wijnen goed bij je passen. Want je smaak is persoonlijk en je hoeft geen wijnkenner te zijn om van wijn te genieten. In totaal zijn het in deze proeverij (van de winactie) 5 glazen wijn met verschillende karakters. Leuk voor jezelf om je wijnmatch te vinden of om cadeau te geven.

[www.drinkgusteau.com](http://www.drinkgusteau.com) TAG #WIJN



## LEZERSACTIE \*

1 set van 2 Hobstar glazen van Libbey

Genieten van alledaagse momenten, met mooi glaswerk waar je blij van wordt. De kans is groot dat je al eerder hebt gedronken uit glazen van één van de grootste glaswerkproducenten ter wereld, met een fabriek in Nederland. Eén van de klassiekers is de tijdloze Hobstar, waarvan de naam verwijst naar het specifiek geslepen glas met sterpatroon. De vintage 'look and feel' van de Hobstar valt hierdoor in de smaak.

[www.libbey.eu](http://www.libbey.eu) TAG #HOBSTAR



## GUINNESS (4.2%)

Zeg je Ierland, dan denk je aan groene landschappen, riverdance, livemuziek, en... Guinness. Dit iconische bier wordt al meer dan 250 jaar gebrouwen in Dublin. Geen enkel bier staat zó symbool voor een land als het zwarte goud uit de hoofdstad van Ierland. Op 17 maart is het St. Patrick's Day, de nationale feestdag van Ierland, waarbij ook hier een fris Guinness biertje niet mag ontbreken! [www.guinness.com](http://www.guinness.com)



# Begin van de *lente!*



## BRUIST Deals

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

## PRINGLES

Pringles kent iedereen, het unieke chipje in de slanke bus. Nu zijn ze erin geslaagd een gemiddelde zoutvermindering van 23% te realiseren bij de 6 belangrijkste smaken: Original, Sour Cream & Onion, Hot & Spicy, Texas BBQ, Hot Paprika en Classic Paprika. Uiteraard met behoud van de authentieke smaakintensiteit.

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



## LEZERSACTIE \*

Valse verlangens en bloedende harten van Sol Bouzamour

Een ijzersterke roman over liefde en loyaliteit in een harde wereld, de weerspiegeling van de maatschappij en hoe we met elkaar omgaan, discriminatie, de verschillen in klassen, maar vooral over de zoektocht naar eigen identiteit. Het verhaal speelt zich af op het Rembrandtplein in Amsterdam en Broek in Waterland, maar neemt je ook mee naar Ibiza en Marokko. Sol neemt je mee in een eigentijds en realistisch liefdesepos vol geweld, vriendschap, loyaliteit, verraad en heel veel seks. Hoe ver gaan we voor de liefde?

[www.solbouzamour.nl](http://www.solbouzamour.nl) TAG #BOEK



## LEZERSACTIES\*

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie!

Of stuur je gegevens o.v.v. de TAG bij de lezersactie naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)



# Haarsalon met aandacht voor de klant

Al sinds 1999 een begrip in Breda: Harriëts Salon, een gemoedelijke 'gezinskapsalon' waar iedereen meer dan welkom is om plaats te nemen in de kappersstoel. "Wat voor coupe je ook wilt, van traditioneel tot supermodern, bij ons ben je gegarandeerd aan het juiste adres", aldus eigenaresse Harriët Pinxteren.

Of je nu alleen komt om je haar te laten knippen, of een kleurtje erin wilt, alles wordt bij deze salon met aandacht voor de klant gedaan. "Wij zijn bovendien gespecialiseerd in het knippen volgens de revolutionaire Curlsys krulknipstechniek waardoor ook mensen met veel krullen met een gerust gevoel bij ons een afspraak kunnen maken. Of je nu veel krullen hebt of alleen wat slag, dankzij deze knipstechniek krijgt het haar de ruimte om weer mooi natuurlijk te krullen. Daarvoor werken wij met CG-producten." Daarnaast kun je bij Harriëts Salon ook terecht voor hairextensions van Great Lengths, die voor honderd procent zijn gemaakt van natuurlijk haar.

## Goed luisteren

Om op de hoogte te blijven van de laatste trends volgt het team van Harriëts Salon regelmatig trainingen en workshops. "En ook onderling blijven we elkaar steeds

motiveren om nog verder te groeien in ons vak. Dat houdt het werk leuk, net als de afwisseling. Geen klant is hetzelfde, dus ook geen dag, is hier hetzelfde. Het enige wat elke dag weer terugkeert is dat wij er alles aan doen om de klant tevreden en met een mooie coupe weer naar huis te laten gaan. Daarom vinden we het ook erg belangrijk om – voordat we aan de slag gaan – eerst heel goed te luisteren naar de wensen van onze klanten en de mogelijkheden te bespreken. Een werkwijze die bijzonder wordt gewaardeerd."

Ben jij ook toe aan een nieuwe coupe of een kleurtje in je haar? Maak dan zeker eens een afspraak bij Harriëts Salon. Het maken van een afspraak kan telefonisch, maar ook eenvoudig online.



HARRIËTS SALON



**Harriëts Salon**  
Hooghout 62, Breda  
076-5877897  
Eigenaresse: Harriët Pinxteren  
[www.harriëtssalon.nl](http://www.harriëtssalon.nl)



# Met een scheiding valt ook je toekomstbeeld stuk...

**Bij Praktijk Moos ontwikkel je met onze 'perspectief methode' in 4 stappen een nieuw toekomstperspectief voor jou en jullie kinderen.**

- Focus op duurzaam gezamenlijk ouderschap
- Begeleiding van 2 specialisten, met ieder hun eigen expertise en 15 jaar ervaring
- Na de scheiding nog steeds beschikbaar voor al je vragen. Je staat er niet alleen voor



BEZOEK ONZE WEBSITE  
[WWW.PRAKTIJKMOOS.NL](http://WWW.PRAKTIJKMOOS.NL)

Als je jouw goede voornemen **drie maanden** hebt volgehouden, lukt het **de rest van het jaar** ook. Met **minder rommel** om je heen heb je niet alleen meer ruimte in je huis, maar ook in **je hoofd**.

**Een kwartiertje** per dag sorteren en weggooien is hetzelfde als één hele dag ruimen per maand. **Handel kleine klusjes**, die minder dan 5 minuten van je tijd vergen, **meteen af**. Zo hoef je ze niet te onthouden of op te schrijven. **Als je niest**, moet je **neus** zich even **resetten**. Op deze manier wordt de neus **schoongemaakt**.

**Bankbiljetten** zijn gemaakt van katoen en linnen. Zo kun je een bankbiljet in je broek laten zitten **in de was** zonder dat het meteen kapot is.

De eerste **eetbare paashazen** verschenen rond 1800.



www.villasbuigues.nl

**Constructie en makelaardij,**  
uw specialist voor de **bouw,**  
**verbouw en aankoop** van uw  
woning aan de **Costa Blanca**

Wij spreken uw taal: 0034 965 744 918

constructie | makelaardij



  
**Villas Buigues®**  
Creating Dreams



*Jij reageert toch ook?*

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

**LENGTE**  
163 CM

**LEEFTIJD**  
54 JAAR

**OGEN**  
BRUIN  
GROEN

# Vrijgezel Saira

## stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Vandaar dat we in deze rubriek aandacht besteden aan onze Bruisende Vrijgezellen. In maart hebben we speciale aandacht voor: Saira Khadje.

Jarenlang maakten de wisseldiensten die ze op Schiphol draait een relatie praktisch onmogelijk. Maar wat Saira Khadje betreft mag daar nu weleens verandering in komen. “Binnenkort krijg ik wat meer vrije tijd. Tijd die ik heel graag met mijn vrienden door wil brengen, maar óók met een nieuwe partner!”

“Ik kom op Schiphol de hele wereld tegen”, lacht Saira. “Maar helaas niet de juiste man...” En met die ‘juiste man’ heeft ze het over iemand die charmant en integer is, spontaan en gezellig, goed gekleed en betrouwbaar. “Ik zoek iemand die behalve mijn partner ook echt mijn beste maatje is... Met wie ik kan lachen en praten, strandwandelingen kan maken, een wijntje kan drinken en kan genieten van het leven. Op wie ik trots kan

zijn en met wie ik samen mooie momenten kan beleven.”

Dat die partner er nog niet is, moet haast wel aan die wisseldiensten liggen, want pratend met Saira ontdek je meteen dat zij ontzettend veel te bieden heeft. Super spontaan, goedlachs, gezellig en een gemakkelijke prater. En zoals op de foto te zien, is ze nog een prachtvrouw

### Saira zoekt de liefde van haar leven!

ook. Ze heeft overigens geen kinderen. “Ik krijg vaak te horen dat ik er veel jonger uitzie dan ik daadwerkelijk ben en zo voel ik me eigenlijk ook. Qua leeftijd moet een nieuwe partner daar dus wel enigszins op aansluiten. Nu is het mijn tijd om te gaan genieten en te gaan leven en dat doe ik het liefst met een leuke man naast mij!”

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar [saarbruist@gmail.com](mailto:saarbruist@gmail.com)

# Avondje NAC BREDA



## DAGJE UIT NACHT VAN GRONINGEN



Goed nieuws voor hardloof-liefhebbers: 12 maart vindt de twintigste editie van de Nacht van Groningen plaats. Ook dit jaar loopt het parcours traditiegetrouw door de binnenstad en het Noorderplantsoen van Groningen. Deelnemers kunnen kiezen uit verschillende afstanden: 5 kilometer, 10 kilometer, 10 Engelse mijl (16,1 kilometer) of de halve marathon. Uniek aan dit hardloopevenement is het feit dat alle afstanden in het donker worden afgelegd. De Nacht van Groningen wordt onvergetelijk door muziek en verlichting langs het parcours.

Meer info:  
[www.nachtvangroningen.nl](http://www.nachtvangroningen.nl)

## FILMPJE KIJKEN THE 355

Wanneer een geheim wapen in de verkeerde handen valt, moet CIA-agent Mason Brown de handen ineenslaan met de rivaliserende Duitse agent Marie, voormalig MI6-bondgenoot en computerspecialist Khadijah en de Colombiaanse psycholoog Graciela. Op hun levensgevaarlijke missie om het wapen terug te vinden moeten ze een stap voorblijven op de mysterieuze Lin Mi Sheng die al hun bewegingen volgt. Terwijl de actie hen over de hele wereld brengt sluit het viertal een kwetsbaar verbond dat de wereld kan redden of hun einde zal worden. **THE 355 is vanaf 10 maart te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN JEROEN WINDMEIJER



De Middelburgse antropologiestudent Anthoni doet op Paaseiland onderzoek naar de moai, de mysterieuze beelden die al eeuwenlang tot de verbeelding spreken. Hij ontdekt dat er op het eiland een strijd woedt over de oorsprong van de moai. Als er mensen beginnen te verdwijnen, lijkt het niet bij discussiëren te blijven... In Middelburg treft een museum voorbereidingen voor een tentoonstelling over ontdekkingsreiziger Jacob Roggeveen en Paaseiland. Een Paaseilandse beeldhouwer is uitgenodigd om een beeld te maken, maar een in een nabijgelegen dorp gevonden moai zet de verhoudingen op scherp. En dan valt de eerste dode... **DE STENEN GODEN van Jeroen Windmeijer is vanaf 1 maart verkrijgbaar.**

# HÉT HOTEL ★★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL **GARBI**  
IBIZA SPA ★★★★★

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

*Boek nu!  
Jouw vakantie  
begint hier!*



# Win kaarten voor Mozarts Requiem en Krönungsmesse

Gratis kaarten



**Wil jij kans  
maken  
op kaarten?**

Registreer je dan vóór 1 april  
via [theater.nl/buist](https://theater.nl/buist) en  
wie weet ben jij één  
van de gelukkigen!

The Bach Choir & Orchestra of the Netherlands voert in mei 2022 Mozarts beroemde Requiem op. Onder leiding van dirigent Pieter Jan Leusink brengen de musici ook Mozarts Krönungsmesse en Allegri's Misere Mei ten gehore. Het gezelschap krijgt bijval van diverse solisten, waaronder de veelgeprezen sopraan Olga Zinovieva.

Wil jij Mozarts meesterwerken een keer live beleven? Dat kan! Theater.nl geeft in samenwerking met Beleef Klassiek kaarten weg voor de concerten van The Bach Choir & Orchestra of the Netherlands. Registreer je vóór 1 april op [Theater.nl](https://theater.nl/buist) via [theater.nl/buist](https://theater.nl/buist) en maak kans op gratis tickets!

## Nog meer kans maken?

In maart organiseert Theater.nl ook nog een speciale winactie op haar sociale media kanalen. Houd de Facebook- en Instagrampagina van Theater.nl de komende tijd dus goed in de gaten.

*\*Theater.nl neemt na afloop van de acties zelf contact op met de winnaars. Over de uitslag kan niet worden gecorrespondeerd.*



**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

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



*Francis van Broekhuizen:*

# 'Ik zal nooit gemeen zijn of mensen afzeiken'

De populariteit van operazangeres Francis van Broekhuizen ging in de afgelopen jaren door het dak. Naast haar theateroptredens maakte ze steeds vaker haar opwachting in tv-programma's, zoals De Slimste Mens, Maestro! en All Together Now. "Ik doe nooit dingen om te zien of het iets oplevert. Ik doe het omdat ik het superleuk vind", vertelt Francis aan Theater.nl.

Plezier maken staat bij Francis al van jongs af aan op één. "Vroeger deed ik in mijn werk al zoveel dingen die ik gewoon leuk vond, ook al was het voor weinig geld", legt ze uit. "Dan kreeg ik kritiek van collega's, die zeiden: 'Je moet naar het buitenland en carrière maken.' Maar ik wilde het liever kleiner doen."

**KREDIET** Francis straalt altijd. Met haar positiviteit, oprechtheid en vriendelijkheid heeft ze al een hoop bereikt. "Ik ontmoet heel veel mensen en bezoek veel verschillende verenigingen. Ik zal nooit gemeen zijn of mensen afzeiken, ben nooit ziek en zeg nooit af. Omdat ik

altijd op die manier heb gewerkt, heb ik toch een bepaald krediet opgebouwd."

**GUNFACTOR** De zangeres plukt daar nu de vruchten van. "Het gaat zich nu uitbetalen in dat mij veel wordt gegund. Het is altijd mijn ambitie geweest om mijn vak zo goed mogelijk uit te oefenen, niet om BN'er te worden. En nu rol ik van het een in het ander", vertelt ze trots.

*Francis staat tot eind mei 2022 in de theaters met Bij twijfel hard zingen, een voorstelling bomvol muziek en openhartige verhalen. Kijk op Theater.nl voor de speellijst.*

**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

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

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

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

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

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

*Inge van der Gaag*



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

# 'Klik' en de prothese zit stevig vast

Een loszittende onderprothese is een van de meest voorkomende klachten bij dragers van een volledig kunstgebit. Herkent u deze klacht? En belemmert het u in uw dagelijkse functioneren? Dan bent u bij tandprotheticus Inge van der Gaag aan het juiste adres voor het aanbrengen van implantaten.

## Wat is een implantaat?

"Een implantaat moet je zien als een kunstwortel die als een schroefje in de kaak wordt geplaatst. Om een kunstgebit goed te kunnen dragen, zijn twee implantaten vaak al voldoende. Een implantaat is in de regel gemaakt van titanium en heeft een keramische buitenlaag. Dit zijn materialen die niet door het lichaam worden afgestoten. Het plaatsen van de implantaten gebeurt onder plaatselijke verdoving. Als de kaak geheel genezen is en de implantaten vastgegroeid zijn, wordt het nieuwe kunstgebit aangemeten en vervaardigd om uiteindelijk op de implantaten te worden vastgekleefd. Je kunt het nieuwe kunstgebit daarna probleemloos losklikken. Een kleefpasta is niet meer nodig; het kunstgebit zit bij het eten, praten en lachen stevig in de mond!"

## Wanneer is het tijd voor een implantaat?

"Bij het langdurig dragen van een kunstgebit blijft met name de onderkaak slinken. Daardoor gaat het kunstgebit steeds losser zitten. Het schuift over het tandvlees met daaronder het kaakbot, wat klachten kan geven. Implantaten kunnen bij vrijwel iedereen geplaatst worden, al gelden voor een goed resultaat wel enkele voorwaarden. Zo moet er voldoende kaakbot aanwezig zijn om de implantaten in te verankeren. Bovendien is het van belang dat kaakbot en tandvlees gezond zijn. Daarnaast moet de algehele gezondheid goed zijn. Verder dienen de implantaten en het kunstgebit dat daarop bevestigd wordt goed gereinigd te worden."

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



Mensen kunnen bij mij ook terecht voor controles en reparaties.

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

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

KUNSTGEBIT

FRAMEPROTHESE

IMPLANTATEN

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

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





# Uw ramen en vloer totaal anders?

Geen wens is ons te gek!

Benieuwd naar onze producten? Maak vrijblijvend een afspraak.

VLOEREN

ZONWERING

GORDIJNEN

**VERPO**  
TOTAALSTOFFERING

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

Klompemakerstraat 20, Etten-Leur | 06 - 22 23 92 82 | [info@verpo.nl](mailto:info@verpo.nl) | [www.verpo.nl](http://www.verpo.nl)

32

**KOOTSTRA** RIJOPLEIDINGEN.nl



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

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

### Kwaliteit

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

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

Kootstra Rijopleidingen | Mathenessestraat 59, Breda  
Tel. 088-9800300 | [www.kootstrarijopleidingen.nl](http://www.kootstrarijopleidingen.nl)

WE  
LESSEN OOK  
ELEKTRISCH!  
MAAK NU EEN  
AFSPRAAK!

Poelier Geert Frijters heeft veertig jaar ervaring en in zijn speciaalzaak geertkip.nl verkoopt hij de lekkerste kipspecialiteiten... en nog veel meer!



GEGRILD



HAPJESPANNEN



TAPASSCHOTELS

Nieuwe Haagdijk 34, Breda  
076-5217055 | 06-24940388  
info@geertkip.nl

# geertkip.nl

Om je vingers bij af te likken...

Alle producten zijn vers en worden met liefde en aandacht gegrild

**AANBIEDING**  
gegrilde kippen  
2 stuks  
**€7,98**  
Indisch of mild gekruid



## LIN'S, LEONIDAS BREDA

Bij ons geniet u van luxe Bacchi's koffie, smaakvolle Or Tea? en heerlijke Callebaut warme chocolademelk in zeven smaken.

Voor de lekkere trek is er een ruime keuze aan gebak (onder andere van Teurlings Patisserie), Luikse wafels en vooral heel veel Leonidas-chocolade, die wij als enige in Breda verkopen. Met meer dan tachtig verschillende smaken in ons Leonidas chocolade-assortiment is er voor ieder wat wils!



### LEONIDAS BREDA

Weer terug in het mooie Breda! Vier jaar geleden zijn we gestart met het eigen ontwikkelde horecaconcept Lin's met als middelpunt de verleidelijke winkel met Belgische chocolade en bonbons van Leonidas.



Wie kent die heerlijke 'witte bonbon met noot' nu niet! Een combinatie van horeca en winkel; rustig genieten in onze luxe lounge van onze heerlijke producten (een met zorg samengesteld zoet assortiment) en daarna nog wat lekkers uitzoeken om mee naar huis te nemen. **Ons motto is Genieten!**

### PROEVERIJEN

Gezellig uitje met vrienden of iets te vieren? **Boek een proeverij!** Weer terug in de wintermaanden, de Dip in Heaven: een plateau vol zoetigheden, met keuze uit 7 verschillende chocolade dips, echt hemels! Liever een Lin's, chocolade, wafel of zomers de ijsproeverij? Op onze website [www.Linsbreda.nl](http://www.Linsbreda.nl) vindt u meer informatie.



Tot ziens bij Lin's,  
Leonidas Breda!

# Typelessen & dyslexie

NIET ALLEEN ONLINE, MAAR ECHT LES EN PERSOONLIJKE BEGELEIDING

Als je dyslexie hebt, is het extra handig om te kunnen typen. Je hoeft niet meer te schrijven en je kunt altijd de spellingscontrole gebruiken! Als je dyslexie hebt, hoeft dat nog niet te betekenen dat leren typen moeilijk voor je is. Je typt letter voor letter, en in het programma type je over woorden heen. Je hoeft dus niet goed te kunnen spellen. Wij stellen een apart lettertype in voor kinderen met dyslexie.

Voor iedereen die het moeilijk vindt om te leren typen is er een apart programma, GigaKids Xtra. De teksten zijn hier korter, de letters groter, de woorden wat eenvoudiger en het is wat gemakkelijker om naar de volgende oefening te gaan. Ook kun je de letters een kleur geven die bij de vinger past waarmee je hem aan moet slaan. Bij Typecursus Breda gaan ze graag de uitdaging aan om kinderen met dyslexie te leren blind typen met tien vingers.

INTERESSE?  
Schrijf je nu in voor  
een cursus.  
Kijk voor locaties  
en tijden op de  
website.

HET XTRA PROGRAMMA BESTAAT  
UIT 16 LESSEN VAN 45 TOT 60 MINUTEN.



Clasin Dehing

**Bij Typecursus Breda leert Clasin Dehing jou met tien vingers blind typen.**

De persoonlijke, fysieke lessen worden afgewisseld met online oefenen en wij werken met kleine groepjes, zodat we iedereen voldoende aandacht kunnen geven.

**Iedereen kan het leren! Schrijf je in en ervaar het zelf.**

TYPELESSEN VOOR  
KINDEREN

TYPELESSEN &  
DYSLEXIE

TYPETRAINER VOOR  
VOLWASSENEN

OPFRISCURSUS  
NEDERLANDS

  
**Typecursus Breda**  
Typecursussen Anno Nu

06-430 808 32  
www.typecursusbreda.nl



MICHAEL PILARCZYK

# Ik ben dankbaar

Zeg vaker 'dank je wel', al is het in stilte. Drie kleine woordjes met een grote betekenis. Wees dankbaar voor wat je hebt. Wees niet ongelukkig over wat je niet hebt. Dankbaarheid geeft een gevoel van verlichting en geluk.

Je kunt je staat van bewustzijn en je energieniveau verhogen door dankbaarheid te tonen. Wanneer je oprecht dankbaar bent, is dat een blijk van waardering en een uiting van vriendelijkheid.

Dankbaarheid kun je elke dag beoefenen. Bijvoorbeeld 's avonds. Neem voordat je gaat slapen tien minuten tijd en rust voor jezelf. Sluit je ogen en adem een paar keer ontspannen diep in en uit. Voel wat er in je lichaam gebeurt. Vervolgens vraag je aan jezelf: waar ben ik vandaag dankbaar voor? Stel die vraag vanuit je hart. Waar ben ik vandaag dankbaar voor? Elke dag zijn er dingen om dankbaar voor te zijn.

Met een positieve gedachte je dag afsluiten, beïnvloedt je onderbewustzijn positief. Als je dat elke avond doet, zul je ontdekken dat je met een prettig gevoel gaat slapen. Wees dankbaar en je zult je gelukkiger voelen.

Hasta la proxima.

*Michael Pilarczyk*

www.meditationmoments.nl

# Een jeugdige schoonheid op elke leeftijd

Een nieuw beautytijdperk begint: drink jezelf mooi!

# LR

## HEALTH & BEAUTY

by *Claudia Matthijssen*

De revolutionaire LR LIFETAKT 5-in-1 Beauty Elixir voldoet aan alle vijf de schoonheidswensen, en dat in één keer. Met slechts één shot per dag activeert een uniek dubbel-complex diep de schoonheidsprocessen in het lichaam en beschermt preventief tegen de belangrijkste oorzaken van veroudering. Voor een jeugdige schoonheid van top tot teen op elke leeftijd.

### 1. JEUGDIGE VERSCHIJNING MET MINDER RIMPELS

Rimpelvermindering door vitamine C1 en diepe effectieve collageen-peptiden: vijftien procent meer huidelasticiteit door effectieve collageenpeptiden. Aloë vera-gel, bloedappel-extract, rozenwortel-extract en groene thee-extract beschermen tegen de belangrijkste oorzaken van veroudering, zoals uv-straling.

### 2. EEN ZUIVERE EN GEZONDE HUID ZONDER IRRITATIES

Bescherming tegen externe milieu-invloeden door middel van bosbes-extract en vitamine E5. Verbeterde huidfunctie en pigmentatie met de sterk geconcentreerde vitaminen A, riboflavine, niacine, biotine, C en zink als essentiële sporenelementen.

### 3. STRAKKER LICHAAM MET MINDER CELLULITIS

Aangevoeld is dat collageenpeptiden de huiddichtheid verhogen en cellulitis verminderen. Koper en aloë vera-gel versterken het bindweefsel.

### 4. KRACHTIG, GLANZEND HAAR

Biotine versterkt het haar en bouwt het van binnenuit op. Koper zorgt voor normale haarpigmentatie en geeft een gezonde glans.

### 5. STERKE, GEZONDE NAGELS

Er is aangetoond dat collageenpeptiden de nagelgroei versnellen. Schade aan de nagels wordt tot 42% gereduceerd. Zink versterkt de nagels. Uniek op de markt: Dubbel Complex, Complex Actief. Het actieve complex activeert de schoonheidsprocessen en bestrijdt tekenen van veroudering. Het combineert de bekendste en belangrijkste schoonheidsingrediënten in de hoogste concentratie.



# 5 IN 1 BEAUTY ELIXIR

- Geen zoetstoffen, kunstmatige kleurstoffen, lactose of gluten.
- Een maandelijks verpakking bevat 30 x 25 ml schoonheidsshot 30 x 25 ml.

# 't CRUYDT

MANGERIE

## Kom genieten van onze tongstrelende culinaire creaties!

In de unieke ambiance van de Mangerie 't Cruydt hebben kookkunstenaar Barry Smeekens en zijn team hun ideeën op smaakvolle wijze gestalte gegeven. De plannen werden daar in een eendrachtige samenwerking gesmeed en verwezenlijkt.

Het resultaat mag gezien worden: een fraaie samengang tussen de kook- en decoratiekunsten, tussen de tongstrelende culinaire creaties van 't Cruydt en het oogstrelende antiek, tussen de beeldende kunst en de interieur- en tuindecoraties van de Greenhouse brigade.

Wie niet alleen de smaakpapillen wil verwennen, maar ook de ogen de kost wil geven, raden wij aan om bij Mangerie 't Cruydt te reserveren.

We zijn geopend van woensdag t/m maandag van 12.00 tot 21.30 uur en alle zon- en feestdagen! Wij zien u graag terug in ons restaurant.

Met culinaire groet,

*Team Mangerie 't Cruydt*



Mangerie 't Cruydt Heilig Bloedlaan 259-261 2320 Hoogstraten België  
(+32) 3 322 77 37 | (+32)0476913992 | info@tcruydt-mangerie.eu

Bestel nu dit unieke  
schoonheidselixir  
via de website of bel  
(0031) 06-22831987



**KOM EEN VAN  
ONZE PRACHTIGE  
SHOWROOMS  
BEZOEKEN!**

**Roberto Bikes & Scooters**

Valpoort 60, Etten-Leur  
+31 (0)76 73 70 179

**Roberto Bikes Testcenter**

Neerloopweg 13, Breda  
+31 (0)76 73 70 034

**Roberto Fietsen aan De Mark**

Dorpstraat 47c, Ulvenhout  
+31 (0)76 78 50 180

Nieuwsgierig?

bekijk meer op

**robertobikes.nl**



**MADE  
IN  
GERMANY**

Kettler is in Nederland bekend van de skelters, maar de Duitsers maken ook al jarenlang (elektrische) fietsen. Kettler Alu-Rad staat bekend als pionier op het gebied van lichtgewicht fietsen en kwaliteit made in Germany. Bij Kettler werd de allereerste aluminium fiets ontwikkeld en gemonteerd!



**SPECIALIZED**

**Specialized E-bike** Het is nu, en voor altijd, onze belofte voor elke Turbo E-Bike: It's You, Only Faster. Bekijk onze elektrische fietsen. EEN FIETS VOOR IEDERE RIJDER



**DIRECT UIT  
VOORRAAD  
LEVERBAAR**

*Fiet adres voor e-bikes!*

*e-bikes veranderen je leven!*

In de showroom vind je al onze fietsen bij elkaar, krijg je persoonlijk fietsadvies en kun je direct een proefrit maken! Vind je perfecte fiets, kom inspiratie opdoen en krijg antwoord op je vragen. Neem een lekker kopje koffie of thee terwijl je rondkijkt.



**TREK**

**E-bikes van Trek** maken meer mogelijk. Betrouwbare, lang meegaande accu's en intuïtieve bediening maken elektrische fietsen van Trek perfect als je iets meer wil!



**- REVIEW -**

"Een hele mooie, nette winkel. Ik stapte binnen en ik had echt zoiets van 'wow, dit heb ik nog nooit gezien'. Zo'n mooie winkel, het is echt een aanrader! Vriendelijk personeel dat je graag helpt en uitleg geeft. Ga zo door!"

# BAAS OVER JE EIGEN LEVEN

Het leven bestaat uit trillingen. Deze trillingen hebben een bijpassende frequentie en trekken soortgelijke trillingsfrequenties aan. Als je angst, stress, jaloezie, haat, verdriet of soortgelijke emoties ervaart, heb je een lage trillingsfrequentie. Terwijl de positieve emoties en gedachtes een hoge frequentie hebben en dus mooie, positieve en leuke situaties aantrekken.

Het is belangrijk dat je je bewust wordt van je gedachten. Dat je negatieve gedachten afkapt en ze direct omwisselt voor de positieve variant. Denk ook zorgvuldig na over de mensen waarmee je omgaat. Krijg je er energie van of kosten ze vooral energie?

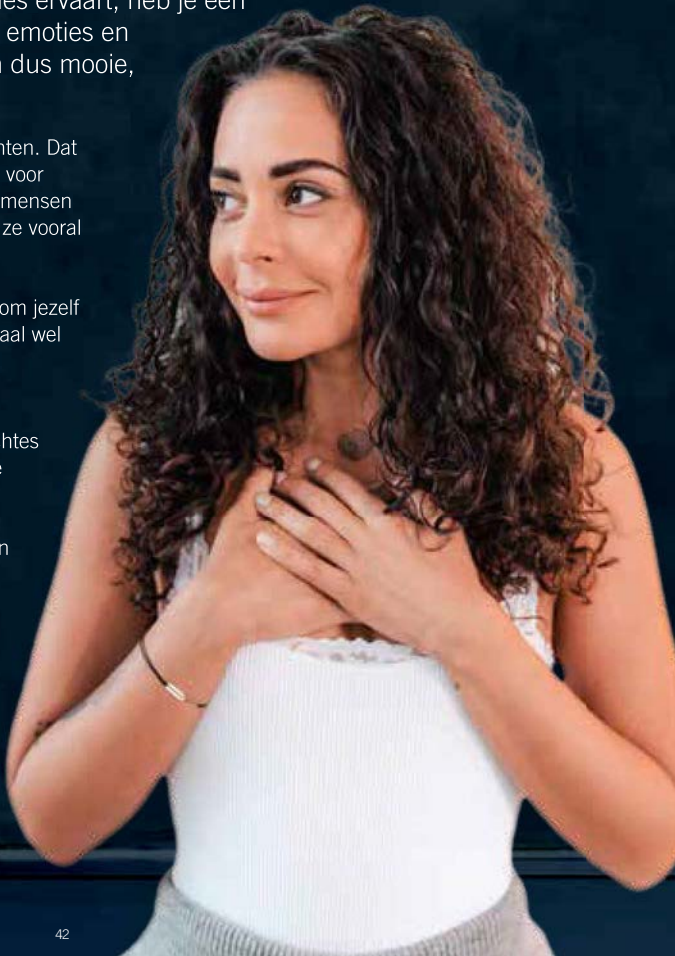
Om je mooiste leven te creëren is het dus belangrijk om jezelf in een hoge frequentie te brengen. We kennen allemaal wel dat geluksgevoel, het moment dat alles heerlijk voelt.

Mijn grote inspirator Abraham Hicks zegt dat het de bedoeling is om vanuit dit heerlijke moment je gedachten te sturen. Je trekt alles uit de kast om in dat heerlijke gevoel te blijven. Bij mij werkt het door muziek aan te zetten, vervolgens visualiseer ik mijn droomleven. Hierbij denk ik niet aan de materiële zaken, maar aan het gevoel dat het mij zou kunnen geven. Ik doe dat door de vrijheid die geld mij geeft te visualiseren. Ik focus mij op dit gevoel, zodat ik in die heerlijke hoge frequentie blijf hangen.

Het is dus aan jou om in die hoge frequentie terecht te komen! Alles wat je wilt is mogelijk. Jij bent de baas over je eigen leven.

Liefs, Fajah

**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION



# HALLO LENTE!

Volop nieuwe collectie bij





146  
piet boon

**HOUT  
IJZERWAREN  
GEREEDSCHAPPEN**  
**JAAK VAN WIJCK**  
Ginnekenweg 146  
BREDA  
www.jaakvanwijck.nl

**Een greep uit onze vernieuwde collectie**

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

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

**BRUIST**

Hallo *lente!*  
Wat fijn dat je er weer bent.

Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

**‘Kwaliteit tegen een scherpe prijs!’**

Maandag & dinsdag korting op knippen voor studenten en 65+

Kinderen knippen	€ 15,00
Heren knippen	€ 17,00
Dames knippen	€ 21,50
Dames kleuren vanaf	€ 29,50
Permanenten incl. knippen vanaf	€ 52,50
Epilieren met touw vanaf	€ 12,50

  
AIRCO aanwezig

*Dames- en herenkapsalon*  
**Coiffure de Milano**

Wij werken met producten van **L'OREAL**

Eigenaresse Anneke Damen

Mgr Nolensplein 26, Breda | coiffuredemilano@gmail.com | [www.coiffuredemilano.nl](http://www.coiffuredemilano.nl)

Afspraak?  
076-5144407  
Maandag geopend

**BROCKS**  
HOMEOPATHIE

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

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

**U wilt toch ook het beste  
voor uw gezondheid?**

*Janne Brocks*

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

Een gezonde levensstijl voor jezelf én voor je kinderen, de juiste kennis over voeding doorgeven en ze gezonde gewoontes aanleren waar ze de rest van hun leven van kunnen profiteren: dat wil jij toch ook? Roxanne en haar dochter Casey Mae van Olst maakten samen het boek: Let's go healthy kids om kinderen te leren waarom en vooral hoe ze gezond kunnen eten en leven op een leuke en plezierige manier.

# LET'S GO HEALTHY



GA NAAR

[WWW.GEZONDMETROX.NL](http://WWW.GEZONDMETROX.NL)  
VOOR MEER INFORMATIE!



Naast het boek Let's go healthy KIDS heeft ze ook Let's go healthy. Voor iedereen die een gezond, energiek en zoveel mogelijk klachtenvrij leven wil leiden. Je brengt je huidige levensstijl in beeld en gaat aan de hand daarvan op een praktische en vooral leuke manier aan de slag met de recepten, tips en het weekmenu.

Gezond met Rox | Noordervaart 52, Stompetoren | 06 419 961 39 | [WWW.GEZONDMETROX.NL](http://WWW.GEZONDMETROX.NL)



voor een  
afspraak  
**076 56 12 888**

## Keuring voor rijbewijs A of B nodig?

Praktijk Hoogmoed in Ulvenhout is al ruim 16 jaar het vertrouwde adres voor uw rijbewijskeuring. De keuringskosten zijn slechts € 39,-. Er is ruime parkeergelegenheid.

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

# Professionele ogen die weten van huizen, verkoop en styling!

Een goede indruk maken met je woning of bedrijfspand in binnen- en buitenland? Soms kun je daar wel wat hulp bij gebruiken. Hulp die interieur- en verkoopstyliste Marion Boodie kan bieden.

Als interieurstyliste weet Marion perfect de wensen van haar klanten te vertalen naar een passend interieur. "Het start met een intakegesprek en dan is het ontzettend belangrijk om te luisteren naar de wensen van de klant. Het gaat immers om de 'wants, needs and must haves'." Styled by Jom realiseert interieurplannen, geeft advies op locatie en biedt shoppen met styliste als aankoopbegeleiding.



Bij verkoopstyling laat Marion zich minder leiden door de wensen van de klant, omdat je maar één keer de eerste indruk kunt maken. Ze zorgt ervoor dat de sterke punten van een woning goed uitkomen. Een leegstaande woning of modelwoning? Door een combinatie van kartonnen en echte meubels en accessoires is de woning in korte tijd verkoopklaar. Mede doordat Marion ook een aantal jaren werkzaam is geweest in de makelaardij, weet zij een woning juist te presenteren.

### Meer weten?

Neem dan eens een kijkje op   of [www.styledbyjom.nl](http://www.styledbyjom.nl) of bel voor een vrijblijvend gesprek.

*Marion Boodie*

Kijk op  
[www.styledbyjom.nl](http://www.styledbyjom.nl)  
of bel **06-44029928**  
voor een vrijblijvend  
gesprek of een  
afspraak

STYLED BY JOM | Marion Boodie  
06-44029928 | [info@styledbyjom.nl](mailto:info@styledbyjom.nl)  
[www.styledbyjom.nl](http://www.styledbyjom.nl)





# Zwarte bonenburger met bieten en quinoa

Deze vegan zwarte bonenburger is stevig, smaakvol en bindt perfect samen met aquafaba-vloeistof, de vloeistof in een blik kikkererwten. Je kunt hiervoor ook een lijnzaadei gebruiken.

6 PERSONEN - 75 MIN.

## INGREDIËNTEN

800 gram bieten  
 1½ kopje quinoa  
 1¼ kopje zwarte bonen  
 1 kleine sjalot  
 2 teentjes knoflook  
 2 eetlepels lijnzaad  
 ½ theelepel zwarte peper  
 ¼ kopje korianderblaadjes  
 2 eetlepels appelciderazijn  
 2 eetlepels vers limoensap  
 2 eetlepels bloem  
 1 theelepel zout  
 3 eetlepels aquafaba-vloeistof  
 6 broodjes  
 sla  
 mosterd  
 rode ui

## BEREIDING

Verwarm voor de bieten de oven op 200 graden. Wikkel ze stevig in aluminiumfolie en leg ze op een bakplaat. Bak tot je er met een vork makkelijk in kunt prikken, 50-60 minuten. Pak ze uit, koel ze voldoende af en verwijderen de schillen.

Kook de quinoa en de zwarte bonen. Snipper de sjalot, snijd de knoflook fijn, maal het lijnzaad en de zwarte peper en hak de korianderblaadjes.

Verwarm de oven voor op 200 graden. Doe de zwarte bonen en bieten in een grote mengkom en gebruik een aardappelstamper om ze samen te mengen. Roer de quinoa, sjalot, knoflook, azijn, limoensap, bloem, lijnzaad, zout, peper, koriander en aquafaba erdoor en meng goed. Je kunt ook een keukenmachine gebruiken, maar houd het een beetje grof.

Gebruik je handen om het mengsel in zes gelijke porties te verdelen en vorm elk tot een pasteijsje. Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat en bak gedurende 15 minuten of tot de bovenkanten stevig zijn.

Serveer de burgers op een broodje met sla, mosterd en rode ui. Eet smakelijk!



# PUZZELPAGINA



Wij zitten al met het voorjaar in onze bol. Een nieuw seizoen met nieuwe kansen en nieuwe mogelijkheden. Heerlijk, daar zijn we wel aan toe. Lekker genieten en... puzzelen helpt ook om heerlijk te ontspannen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-2-2**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

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

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

Maak kans op een

## Peach blossom Smoothing Body Wash



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

👁️-o+ 🍷-fr

🧑m=v 📺y=e

f+🐟v=r+s+🍳-i

🛁a=o+y 🧑d=w+h

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

Maak kans op een

## SodaStream bruiswater toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

[sodastream](http://sodastream.nl)

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

water	keuken
prikje	apparaat
dorst	fles
bubbel	gas

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

FIAT

# NEW PANDA

P/M VANAF €235



**Van Mossel Breda** Minervum 7001C | T: 076 522 25 33 | [info.fiat@vanmossel.nl](mailto:info.fiat@vanmossel.nl)  
**Van Mossel Tilburg** Kraaienvstraat 20 | T: 013 594 39 50 | [www.vanmossel.nl/fiat](http://www.vanmossel.nl/fiat)

**Van Mossel**