

**BREDA** 

OKTOBER 2024 [WWW.BREDA-BRUIST.NL](http://WWW.BREDA-BRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST



**GENIET &  
BEWONDER**



**BOREK**  
parasols | outdoor furniture

ENJOYING THE OUTDOORS  
WITH OUR THREE BRANDS

ORIGINAL DUTCH DESIGN SINCE 1977

Showroom Borek | Bedrijfsweg 7 | Oisterwijk (NL) | T +31 (0)13 528 88 66 | E mail@borek.eu



**MAX&LUUK**  
PARASOLS | OUTDOOR FURNITURE



**yoi**  
INSPIRED BY  
RELAXATION



Wij regelen het graag voor u!

# Betrouwbaar transport van en naar **Spanje!**

Bent u op zoek naar betrouwbaar transport voor uw inboedel, auto, motor of boot van en naar Spanje?

Costa Sprinter staat voor u klaar! Wij verzorgen met plezier ook kleinere zendingen zoals huisraad, kleding of koffers. Onze uitgebreide dienstverlening omvat tevens opslagmogelijkheden in zowel Nederland als Spanje. Of u nu verhuist naar de zonovergoten Costa's of naar het Spaanse binnenland, wij regelen het graag voor u!

### Complete transportservice voor Spanje en Europa

Costa Sprinter biedt meer dan alleen transport naar **Spanje**. Wij rijden regelmatig naar **Portugal, Frankrijk, België, Duitsland** en door heel **Nederland**. Onze service is ontworpen om aan al uw transportbehoeften te voldoen, of het nu gaat om een **enkele koffer** of een **complete inboedel**. Dankzij onze **ruime ervaring**

en **betrouwbare dienstverlening** bent u verzekerd van een **zorgeloze verhuizing**.

### Opslagmogelijkheden in Nederland en Spanje

Heeft u tijdelijke opslag nodig tijdens uw verhuizing? Geen probleem! Costa Sprinter biedt **veilige** en **flexibele opslagmogelijkheden** aan in zowel Nederland als Spanje. Of het nu gaat om kortedurende of langdurige opslag, uw bezittingen zijn bij ons in goede handen.

Wij zorgen ervoor dat uw goederen veilig en beschermd worden opgeslagen tot u ze weer nodig heeft.

**Kies voor onze betrouwbare en flexibele service en onze jarenlange ervaring. Contacteer ons vandaag nog voor een vrijblijvende offerte!**



MEER INFO, scan de QR-code of  
kijk op [www.costasprinter.online](http://www.costasprinter.online)



## COSTA SPRINTER

Vraag naar de mogelijkheden en onze tarieven, bel of whatsapp (+31) 6 27 27 27 72

## Transport van en naar Spanje



## UW GEHOOR, ONZE UITDAGING

### ① INTAKE

- Gehooronderzoek
- Luisteronderzoek
- Medische indicatie

### ② OPLOSSING

- Kosten
- Vergoeding

### ③ ERVARINGS- PERIODE

- Aanmeten
- Controle
- Eindcontrole

### ④ NATRAJECT

- Onderhoud
- Nacontrole

# VOOR DE JUISTE TOON

KOM LANGS WE HELPEN JE GRAAG AAN EEN GOED GEHOOR

Volgens Ina Kooijman zijn kwaliteit en klantvriendelijkheid erg belangrijk bij Kooijman Hoortoestellen. Aandacht en tijd voor de klant, luisteren naar de problematiek van de klant en continuïteit van de audiëns zijn van groot belang gebleken.

“Wij zijn nog een van de weinige echt zelfstandige audiëns in West-Brabant. We kunnen daardoor een keuze maken uit alle hoortoestelmerken die leverbaar zijn in Nederland.” Kooijman Hoortoestellen heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Dit betekent dat er vaak geen eigen bijdrage voor de hoortoestellen betaald hoeft te worden.

Dit is afhankelijk van de polisvoorwaarden van de zorgverzekeraar. Ina Kooijman kan u daar alles over vertellen. “Voor Achmea en Friesland verzekerden wordt er geen eigen risico berekend. Ook kunnen bij ons de slechthorenden terecht die hoortoestellen bij een andere audiëns aangeschaft hebben, maar niet tevreden zijn. Wij kunnen, tegen een kleine vergoeding, proberen een verbetering aan te brengen door een hoortest uit te voeren en het geluid van de hoortoestellen daarop aan te passen.”

*Ina Kooijman*



**KOOIJMAN**  
HOORTOESTELLEN



## COLOFON

### UITGEVER

NL Bruist B.V.

### DIRECTIE

Marcel en Lea Bossers

### SALES SUPPORT

NL Bruist 076 711 5340

### VORMGEVING

NL Bruist - Ron Schouwenaar

### THEMATEKSTEN

NL Bruist

### TEKSTEN BZ

Astrid Berkhout

### FOTOGRAFIE BZ

Chantal de Visser, Yvonne Wesling

### EINDREDACTIE

Linda Groothuijse

### CONTACT



NL Bruist B.V., Beneluxweg 45,  
4904 SJ Oosterhout, 076 711 5340  
bereikbaar van 08.30 - 17.30 uur.

Copyright NL Bruist B.V. ©2024. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van het auteursrecht is niet toegestaan. Breda Bruist is een merknaam en eigendom van NL Bruist B.V.. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. NL 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. NL Bruist B.V. is een uitgeverij van glossy magazines die 32 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.



### ADVERTEREN?

Mail [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl) of bel Marcel Bossers  
06-34590975 | 076-7115340

Like ons op  
 bredabruist &  
 nederlandbruist

## OPVALLEN? Adverteer in Bruist

Mail [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl) of bel  
Marcel Bossers: 06-34590975  
076-7115340



Scan de QR-code  
voor een afspraak!

## WEBSITE NODIG?

Mail [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl) of bel  
Lorenzo Bossers: 06-42720554  
076-7115340 of scan de QR-code.



**BRUIST**  
ONLINE

*Ja, dat kunnen we!*



*Culinaire  
tradities*

24



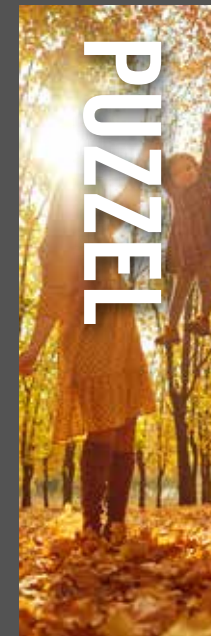
*Amsterdam  
Dance Event*

58



*Een verrassende  
agenda*

62



*Altijd wat  
te winnen*

86



# *Bruisende lezer,*

Oktober brengt de herfst naar Nederland, een seizoen van kleurrijke bladeren, knusse avonden en herfstige gezelligheid. Het is een ideale tijd om de natuur te verkennen, met wandelingen door de glooiende bossen en langs de schilderachtige grachten die in herfstkleuren schitteren. De koelere temperaturen zijn perfect voor het genieten van warme dranken en lokale lekkernijen zoals stamppot en pompoensoep.



Foto: Ron Eskens soowpictures.nl

In de oktobereditie van Bruist delen lokale ondernemers hun beste tips om de herfst optimaal te beleven. Ontdek de charmante markten met seizoensgebonden producten, van vers geogste appels en pompoenen tot ambachtelijke kazen en bieren. Lokale boetieks presenteren hun nieuwste herfstcollecties, ideaal voor het vinden van die perfecte, comfortabele outfit. Bovendien vind je aanbevelingen voor gezellige cafés en restaurants, waar je kunt genieten van hartverwarmende gerechten en lokale delicatessen. Laat je inspireren door de inzichten van Nederlandse ondernemers en ervaar de herfst op een authentieke en gezellige manier.

**Lea en Marcel Bossers**



**Adverteren?** Mail naar [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl) of bel 076-7115340.



**ONAFHANKELIJK INZICHT  
IN DE KWALITEIT VAN JE  
DIENSTVERLENING**



# ‘Schoonmaken is écht een vak!’

De schoonmaakbranche heeft helaas regelmatig te maken met een slechte reputatie. En dat is lang niet altijd terecht. Natuurlijk zijn er uitwassen, maar veel schoonmaakbedrijven doen keihard hun best om te zorgen dat hun dienstverlening op orde is. Qualis Insight helpt hen daarbij. Deze onderneming verricht volledig onafhankelijke kwaliteitsmetingen bij schoonmaakbedrijven. “Ik zie het als mijn missie om de schoonmaakbranche in een positiever daglicht te stellen”, aldus eigenaar Edgar van Engelen.

Edgar zit zelf al vanaf zijn negentiende in de schoonmaakbranche. In 2012 startte hij zijn eigen bedrijf, Clear4Clean, dat zich richtte op de ondersteuning van schoonmaakbedrijven in de breedste zin van het woord. In 2022 kreeg hij de kans om Qualis Insight over te nemen. Daar hoefde hij niet lang over na te denken. “Ik kende Qualis Insight en datgene waar ze voor stonden, namelijk objectieve, onafhankelijke en eerlijke kwaliteitsmetingen: dat maakte het makkelijk om de keuze te maken. Dat is namelijk ook datgene waar ik voor sta. Ik vind het geweldig om mensen te motiveren hun werk zo goed mogelijk uit te voeren”, vertelt Edgar enthousiast.





### Een keurmerk als zekerheid

Qualis Insight is een meetbureau dat onafhankelijke kwaliteitsmetingen uitvoert. “Een schoonmaakbedrijf kan zelf het initiatief nemen om een onpartijdige rapporteur diens werk te laten beoordelen. Soms is het ook specifiek gericht op het behalen van een keurmerk.

Daarmee kun je toekomstige opdrachtgevers laten zien dat je een professionele, betrouwbare partij bent waar je veilig mee in zee kunt gaan. Verder sta je daarmee sterker bij een Europese Aanbesteding. Wij auditeren voor het keurmerk van SIEV (Schoonmaken Is Een Vak), een brancheorganisatie die zich richt op het midden kleinbedrijf. Daarbij wordt onder andere gekeken naar de kwaliteit van de werkzaamheden, de vakbekwaamheid van de medewerkers en de administratie. Daarnaast geven we een eigen keurmerk Verantwoord Schoon uit. We werken hoofdzakelijk met het meetsysteem LOSK. Waar normaal vaak alleen wordt gekeken of op papier alles is geregeld, gaan onze auditoren echt langs bij een onderneming om ter plekke de beoordeling te doen. Het mooie van LOSK is dat het gestoeld is in de praktijk én dat er op

een positieve, realistische manier wordt gekeken naar schoonmaakonderhoud. Voor een stoffig roostertje verlies je bijvoorbeeld minder punten dan voor een vies toilet, het laatste is uiteindelijk immers belangrijker.” Ook voor het MVO-keurmerk (Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen) kan Qualis Insight de toetsing verzorgen.

### Met de voeten in de praktijk

“Onze objectiviteit is essentieel. We zijn dan ook niet verbonden aan leveranciers, intermediairs en dergelijke om alle schijn van belangenverstrengeling te voorkomen. We voeren ook geen dure hermetingen uit. Omdat we zelf uit de praktijk komen, weten we bovendien precies hoe het werkt, dat is een groot voordeel. Daardoor zijn we in staat bedrijven een eerlijk advies te geven waar ze echt iets aan hebben. In onze eindrapportage geven we altijd duidelijk aan wat er goed gaat en wat er beter kan. Uiteindelijk is het uiteraard aan het schoonmaakbedrijf wat ze met de adviezen doen. Op onze manier hopen we zo een bijdrage te leveren aan de verdere professionalisering van de schoonmaakbranche.”

Scan de QR-code en ontdek onze diensten!



***Wil je als schoonmaakbedrijf laten zien dat je je zaken goed op orde hebt en beschikt over een positieve instelling? Informeer dan vooral bij Qualis Insight wat ze voor jou kunnen betekenen.***



Qualis biedt onafhankelijke en objectieve kwaliteitsmetingen voor de schoonmaakbranche. Met ons unieke meetsysteem en deskundige auditors krijgt u eerlijke en gedetailleerde rapporten, zonder commerciële belangen of vaste contracten. Vertrouw op ons voor betrouwbare audits en directe verbeterinzichten.

- Objectief
- Onafhankelijk
- Onpartijdig
- Schoonmaakbedrijven
- Opdrachtgevers
- Intermediairs

Pieter Zeemanweg 47 B07, Dordrecht  
0852 - 08 06 56  
info@qualis-insight.com  
[www.qualis-insight.com](http://www.qualis-insight.com)

# De ultieme ontspanning aan de Zeeuwse kust

Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied de Zeepedijnen en het strand van Westerschouwen, vind je **Grand Hotel ter Duin**. De perfecte plek om te genieten van alles wat de Zeeuwse kust te bieden heeft!



Grand Hotel ter Duin is van alle gemakken voorzien. Wil je Zeeland op twee wielen verkennen? Geen probleem, het hotel kan de fietsen voor je regelen. Daarnaast beschikt het hotel over een prachtige lobby met bar, waar je heerlijk kunt zitten om te genieten van een hapje en een drankje. Ook voor een smakelijk diner ben je hier aan het juiste adres. Grand Hotel ter Duin is niet alleen open voor hotelgasten, want iedereen is hier welkom om even te relaxen.

Met een uitgebreide wellness, fitnessruimte en het strand op loopafstand ontbreekt het je hier nergens aan!



Grand Hotel ter Duin Hogeweg 55, Burgh-Haamstede | Tel. 0111 655 200 | [www.sheetz.nl/grandhotelterduin](http://www.sheetz.nl/grandhotelterduin)



*Echt tijd voor elkaar!*

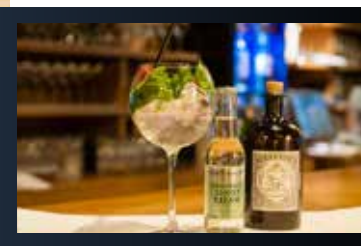
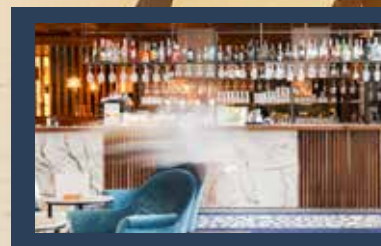
## Lekker uitwaaien!

Grand Hotel Ter Duin ligt op loopafstand van het strand. Leg je deze afstand liever niet te voet af, dan verhuren wij ook fietsen.

Het luxe hotel met **133 kamers** en vier appartementen kent verschillende faciliteiten waarvan je onbepert kunt genieten: twee sauna's, een Turks stoombad, verwarmd zwembad en twee luxe zonnebanken. De kamers zijn sfeervol ingericht en hebben een warme uitstraling.



*Scan de QR-code en ga naar de website voor meer info of om meteen te reserveren*



HOTELS BY SHEETZ





# Naaien en handwerken zijn helemaal hot

Kees en Jolien van Vliet zijn niet alleen man en vrouw, ze zijn ook zakenpartners. Twintig jaar geleden openden ze de deuren van hun winkel in naaimachines in het bruisende centrum van Breda. In 2018 verhuisden ze naar een nieuw, groter pand aan het Spinveld. Sindsdien bloeit de winkel alleen maar verder op. Mensen komen van heinde en verre naar de speciaalzaak, niet voor alleen naai-, lock-, coverstitch- en borduurmachines, maar ook voor vele fournituren, garen en wol. “Het is een uitstervend vak waar de jeugd moeilijk warm voor loopt. Des te leuker is het echter dat naaien en handwerken momenteel juist helemaal hot zijn”, vertelt Kees enthousiast.

Kees is bij wijze van spreken geboren tussen de naaimachines, zijn ouders hadden namelijk ook een winkel in naaimachines. ▶





Toen Jolien daar kwam werken, sloeg meteen de vonk over. Het jonge stel besloot een eigen winkel te beginnen in Zierikzee. Noodgedwongen moesten ze daarmee stoppen in 1999. Het bloed kroop waar het niet gaan kon, dus ze trokken naar Breda om daar opnieuw te beginnen. De verhuizing naar het Spinveld zorgde voor een positieve impuls. “Mede omdat mensen hier gratis kunnen parkeren. Daardoor nemen ze vaak meer tijd als ze langskomen; ze komen ook speciaal naar ons toe. Slow shopping noemen we dat. Lekker op je gemak rondsnuffelen onder het genot van een kopje koffie en een praatje. Zeker als je bijvoorbeeld een naaimachine komt kopen, is bovendien een deskundig advies noodzakelijk. Dat geven we met plezier!”

#### Opgebouwde expertise

Service staat sowieso hoog in het vaandel bij Van Vliet Naaimachines en dat wordt ook gewaardeerd door de klanten. Datzelfde geldt overigens voor de expertise die Kees en Jolien hebben opgebouwd. Voor de borduren- en industrienaaimachines komen zelfs mensen van over de hele wereld. “Van hobbyisten tot professionals, voor iedereen hebben we een geschikte machine. We begeleiden de aankoop van A tot Z. Heb je eenmaal je keuze gemaakt, dan bezorgen we de machine bij je aan huis en maken deze helemaal klaar voor gebruik. Desgewenst leggen we ook uit wat je er allemaal mee kunt. En gaat er iets kapot na verloop van tijd, dan kun je bij ons terecht voor reparatie en natuurlijk ook voor

onderhoud. Goede voorlichting vinden we sowieso heel belangrijk. Mede om die reden geven we ook workshops en lessen in handwerken, Jolanda en Yanne helpen ons daarbij. De workshopruimte bevindt zich midden in de winkel, dat vinden de mensen alleen maar gezellig.” Ook alles wat je nodig hebt voor het handwerken is uiteraard te koop in de winkel.

#### De passie is springlevend

De passie voor het vak is er na al die jaren nog steeds bij Kees en Jolien. “Die dragen we maar al te graag over aan de mensen. Daarnaast blijven we vernieuwen en springen we waar mogelijk in op wat de markt vraagt. We zijn een tijd geleden bijvoorbeeld begonnen met de industrienaaimachines, waar je ook leer mee kunt bewerken. Op die manier houd je het ook leuk en uitdagend voor jezelf. De kunst is de klant serieus te nemen en goed te luisteren om erachter te komen wat hij of zij precies wil, om vervolgens je uiterste best te doen die klant verder te helpen. We maken behoorlijk wat uren, maar het geeft veel voldoening als we datgene bereiken wat we willen: een tevreden klant!”

**Tip: houd de social media in de gaten voor het actuele overzicht van workshops en lessen.**

MET PASSIE  
VOOR HET VAK

Spinveld 13a-2, Breda | 076-5216827 | [info@vanvlietnaaimachines.nl](mailto:info@vanvlietnaaimachines.nl) | [www.vanvlietnaaimachines.nl](http://www.vanvlietnaaimachines.nl)







ERIKA VOGL BIJDT MET MYBRIDES BRUIDSSTYLING MET EXPERTISE IN VISAGIE EN HAARSTYLING.

Met 14 jaar ervaring en diverse diploma's creëert ze prachtige looks, erkend met de Top Trouwbedrijven Award 2023/2024. Heldere communicatie, klanttevredenheid en back-up service staan centraal voor een zorgeloze trouwdag.

MyBrides biedt topservice met persoonlijke aandacht voor al je stylingwensen, inclusief gasten en bruid/meisjes. We gebruiken alleen hoogwaardige producten en komen graag naar jou toe voor proefsessies en styling op je trouwdag. Bij ziekte zorgen we voor vervanging.

LAAT ONS JOUW DROOMLOOK CREËREN!



FOTOCREDITS: DANIEL SEINER



© My Brides



© My Brides



© My Brides



© My Brides



© My Brides



© Bianca van der Veen



© My Brides

# DE BRUIDSLOOK

*die écht bij jou past!*

**Bij MyBrides begrijpen we dat bruidsmake-up aan specifieke eisen moet voldoen. Het moet de hele dag mooi blijven, zowel bij daglicht als bij kaarslicht, en daarom werken we alleen met top visagiemerken.**

We hebben kennis van diverse huidtypes, huidskleuren en technieken om je unieke kenmerken te benadrukken. Jouw wensen staan centraal, zodat je jezelf kunt zijn op je grote dag. Wat betreft bruidskapsels bieden we een diverse selectie, aangepast aan jouw jurk, haarstructuur, haarkleur, gezichts- en hoofdvorm. We luisteren naar jouw voorkeuren en passen deze toe voor een perfect resultaat.

**NIEUWSGIERIG?**  
Neem dan nu contact op voor meer informatie.







## *Culinaire tradities*

De voorkeuren voor uit eten gaan in Nederland en België, aan de Costa del Sol en op Ibiza weerspiegelen de diverse culinaire tradities van deze landen en regio's, elk met hun eigen unieke gerechten en eetgewoonten.

In **Nederland** zijn bistro's en eetcafés populaire eetgelegenheden waar mensen genieten van eenvoudige, maar smakelijke maaltijden. Gerechten zoals saté met friet, stoofvlees en biefstuk met pepersaus zijn typisch Nederlandse keuzes. Buitenlandse keukens, zoals Italiaans en Aziatisch, winnen ook aan populariteit. Pizza margherita en sushi zijn veelgevraagde opties. De trend naar vegetarische en veganistische gerechten groeit, met een breed scala aan plantaardige menu-opties die de Nederlandse eetgewoonten verder diversifiëren.

**België** staat bekend om zijn verfijnde gastronomie en uitgebreide maaltijden. Belgen genieten van voorgerechten zoals garnalenkroketten en kaaskroketten, gevolgd door hoofdgerechten zoals mosselen met friet, waterzooi (een romige kip- of visstooft) en stoofvlees met bier. Belgische bistro's serveren vaak steak tartaar en konijn in geuze. Het Belgische bier en de friet spelen een belangrijke rol in de eetcultuur, waarbij een ontspannen maaltijd vaak met veel aandacht voor detail wordt bereid.

Aan de **Costa del Sol**, in Zuid-Spanje, kunnen bezoekers genieten van de zon en een rijke keuken die de nadruk legt op verse ingrediënten en smaken. Typische gerechten zijn pescaito frito (gefrituurde vis), espeto de sardinas (gegrilde sardines op een spies) en gazpacho (koude tomatensoep). De vele chiringuitos (strandrestaurants) bieden een casual en ontspannen eetervaring met een focus op lokale zeevruchten en tapas.

**Ibiza**, beroemd om zijn levendige nachtleven en prachtige stranden, biedt een scala aan eetgelegenheden, van chique restaurants tot informele strandbars. Gerechten zoals paella, calamares (gegrilde inktvis) en sobrasada (Spaanse worst) zijn populair. De tapasbars van het eiland serveren een variëteit aan kleine gerechtjes, ideaal voor een sociale eetervaring tijdens de lange, warme avonden.

Laat je verrassen door de lokale gerechten en geniet van de rijke eetculturen.





**ZOUT & CITROEN** Welkom bij het sterrenrestaurant van Oosterhout, hét adres voor een culinaire beleving! Ze nodigen je graag uit om de creaties van Bram Helleman en zijn team te proeven, begeleid door de wijn- en bierpairings van Sjoerd Bergmans. Het bedieningsteam onder leiding van Patricia zorgt voor een heerlijke gastvrije ervaring.

Ridderstraat 86, Oosterhout  
0162 - 45 08 06

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



**BRASSERIE OVERSTAG** is een gezellig restaurant aan jachthaven Noordschans in Klundert, met een heerlijk terras aan het water, lekker eten en vriendelijk personeel. Iedereen voelt zich hier thuis! Perfect voor fietsers, watersporters en families. Kom langs en beleef het zelf. Proef de specialiteiten!

Noordschans 121, Klundert | 0168 - 74 55 63 | [www.brasserieoverstag.nl](http://www.brasserieoverstag.nl)



**VISHANDEL VAN NUNEN** Verken de verfijnde smaken van tong deze oktober bij Vishandel van Nunen in Breda, onze vis van de maand. Deze platvis, bekend om zijn zachte, witte vlees, is perfect voor een luxe diner. Bezoek ons en ontdek hoe onze duurzaam gevangen tong uw culinaire ervaring kan verrijken met zijn delicate smaak.

Haagweg 159, Breda | 076-5210145 | [www.vishandelvannunen.nl](http://www.vishandelvannunen.nl)



**BULLION BREDa** belooft een unieke culinaire ervaring te worden, waarbij de smaken van verschillende landen samenkomen in verrukkelijke burgers. Het feit dat de menukaart wordt geïnspireerd door seizoensgebonden ingrediënten en de persoonlijke achtergrond van de eigenaren, Dunya en Akram, voegt een bijzondere dimensie toe aan de eetervaring. Met vier speciale burgers op het menu is er voor ieder wat wils, en de diversiteit aan smaken belooft een ware smaaksensatie. Ginnekenweg 16, Breda  
[www.bullion-breda.nl](http://www.bullion-breda.nl)



## BRUIST

### Wil je ook op de GENIET-pagina staan?

Vraag dan naar de mogelijkheden of maak een afspraak via de QR-code.

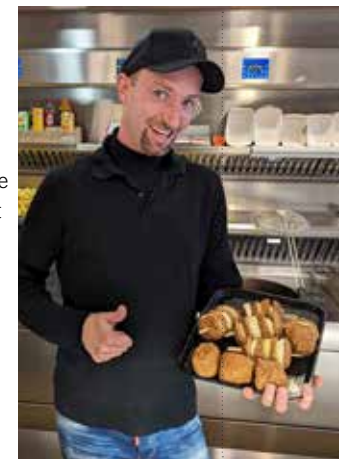
Mail naar [lorenzo.bossers@nederlandbruist.nl](mailto:lorenzo.bossers@nederlandbruist.nl)  
of bel Lorenzo Bossers  
+ 31 6 42 72 05 54 of +31 76 711 53 40

U kunt ook het contactformulier invullen op:

[www.nederlandbruist.nl/adverteren](http://www.nederlandbruist.nl/adverteren)



**CAFETARIA D'N DIJK** Ontdek de culinaire geneugten van Cafeteria d'n Dijk in het hart van Breda! Laat je verrassen door onze uitgebreide menukaart met een scala aan heerlijke opties, variërend van sappige hamburgers en knapperige frietjes tot smaakvolle snacks en verfrissende drankjes. Onze gastvrije service en gezellige ambiance zorgen voor een onvergetelijke eetervaring. Kom langs en proef zelf de smaakvolle creaties bij Cafeteria d'n Dijk. Dijklaan 117, Breda  
076 - 532 0000 | [DenDijkBreda@hotmail.com](mailto:DenDijkBreda@hotmail.com)  
[www.heytom.eu/dndijkbreda](http://www.heytom.eu/dndijkbreda)



BESTEL  
ONLINE





### Najaarfavoriet BOEKET

Is de herfst ook jouw favoriete seizoen? Geniet van al het moois dat het najaar te bieden heeft met dit onweerstaanbare boeket in zachte tinten. Laat je verrassen door de pracht van de natuur met deze Najaarsfavoriet.



### Maandboeket BOEKET

Met dit boeket van de maand maakt september extra kleurrijk. Met liefde samengesteld met de mooiste bloemen van dit seizoen: de hortensia, aster en rozenbottel. Om verliefd op te worden, zo mooi.



### Pastel gerijpt BOEKET

Ook zo fan plukboeketten? Deze variant met pasteltinten is een ware favoriet. En wij begrijpen volkomen waarom. De vrolijke gerbera, mooie eustoma en lelie zijn ware eyecatchers en in de mooiste pasteltinten komen ze nog beter tot hun recht.

*Wij bezorgen  
je een goed  
gevoel!*



ONLINE BESTELLEN?

**SCAN DE  
QR-CODE**



*Bekijk online het  
hele assortiment*

**BLOEM & PLANT**

*By Dennis Kuylgaars*

Halstraat 19 • Breda verkoop@boeketbezorgen.com | 076- 522 27 23

*Bloemwerk voor  
alle gelegenheden*



Markt 54, Etten-Leur  
076-5034986  
boeketterie@vbw-groenplein.nl  
www.boeketterie-ettenleur.nl

**DE MOOISTE BOS**  
haal je bij ons.  
Kom langs!





SenseCity

## Verwen jezelf deze zomer bij Health Wellness SenseCity

Met de warme zomerdagen biedt Health Wellness SenseCity in het Ginneken, Breda, een oase van verkoeling en ontspanning. Laat je betoveren door onze exclusieve Permsal magnesiumbehandelingen, die niet alleen je immuunsysteem een krachtige boost geven, maar ook perfect aansluiten bij de energie van het zomerseizoen. Magnesium wordt effectief en direct door je huid opgenomen, waardoor zowel je lichaam als geest ontspannen en stress verlicht worden. Na een dagje Health Wellness voel je je als herboren, helemaal klaar om te genieten van de zomer vol vitaliteit en ontspanning. Geniet alleen of samen van een ontspannende reis bij SenseCity!



## Waarom is magnesium essentieel tijdens warme dagen?

Tijdens warme dagen verliezen velen van ons essentiële magnesiumzouten door zweten, wat kan leiden tot symptomen van een magnesiumtekort zoals spierkrampen en vermoeidheid. Dit mineraal ondersteunt bij het verlichten van stress, het verbeteren van je slaapkwaliteit en het ontspannen van spieren. Daarom is het essentieel om je magnesiumgehalte dagelijks aan te vullen tijdens dit seizoen. Laat een magnesiumboost bij SenseCity je gids zijn naar een veerkrachtige en welzijnsoverrijke zomer, waar frisheid en energie samenkomen. Dus ben je echt toe aan ontspanning, stuur dan de kracht van magnesium voor een optimale zomer!


## Permsal Magnesium Experience

SOLO €109 - DUO €105,pp - GROEP vanaf 4 personen €100,pp

Wat maakt de Permsal Magnesium Experience zo bijzonder? Zoals je eerder hebt gelezen, brengt magnesium vele heilzame effecten met zich mee. Bij SenseCity zijn we gespecialiseerd in het bieden van magnesiumbehandelingen met producten van Permsal, wat ons uniek maakt! Zo kun je gedurende 2,5 tot 3 uur lang genieten van vijf revitaliserende treatments:

- Magnesium voelertbad
- Infraroodkaban met magnesium lichaamspakking & aloë vera gezichtsmasker
- Andulabmassage
- Drink een magnesiumrijke smoothie in de rustgevende lounge
- Infraroodcabine
- Floeten in magnesiumwater (ook los te boeken)

Ook bieden we voordelige rittenkaarten en een 3-daags weekendarrangement voor een wekelijkse of maandelijkse boost. Bekijk de tarieven online en vraag aan wat de receptie op locatie. Reserveer nu online, laat verwennen deze zomer en kom samen helemaal tot rust.

 Geef ontspanning cadeau op feestelijke gelegenheden! Bestel online via onze website of haal ze op bij ons op locatie in het Ginneken Breda.



Beauty gezichtsritueel



Diep ontspannende massages



SenseCity  
Health Wellness in Breda

Reserveer hier:



Volg ons @sensecity.nu

Tel. 076-785 74 65  
Mail: info@sensecity.nu  
www.sensecity.nu  
Ginnekenweg 11-13  
4818 JA Breda





# Gezocht

# Meewerkend Teamleider

**Groeneveld Groen en Wonen is een erkende specialist in tuinonderhoud en tuinaanleg. Ogericht 18 jaar geleden door Ralf Groeneveld, begon het bedrijf als een klein project en is het door de jaren heen uitgegroeid tot een bloeiende onderneming. Onze focus ligt op het bieden van betrouwbare en regelmatige onderhoudsservices, wat gewaardeerd wordt door onze stabiele en trouwe klantenkring. We streven ernaar om zowel onze werkomgeving als die van onze klanten te verbeteren, met een team dat zowel de technische kennis als de passie voor natuur heeft om elke tuin te transformeren.**

**Leeftijd:** Circa 25-45 jaar

**Ervaring:** Je beschikt over uitgebreide ervaring als hovenier en hebt ervaring met het leiden van een jong team.

**Persoonlijkheid:** Je bent een gedreven en enthousiaste professional die graag in de buitenlucht werkt en een positieve impact wil maken op de leefomgeving van onze klanten. Je bent een geboren leider en organisator.

#### Aanbod

Wij bieden een dynamisch en leuk team van zeven vaste medewerkers.

- Veel zelfstandigheid in je rol.
- Een aantrekkelijk salaris.
- Een loyale en uitgebreide klantenkring bestaande uit 1.100 klanten, variërend van huishoudens tot grote bedrijven.
- Een goed geoutilleerd bedrijf met moderne machines en de mogelijkheid om te werken aan zowel tuinaanleg als onderhoud.

#### Waarom werken bij ons?

- Werken in een no-nonsense organisatie, geen woorden maar daden.
- Je werkt in een gezonde buitenomgeving met een positieve impact op de natuurlijke wereld.
- Werken in je eigen omgeving. Ons bedrijf heeft alle klanten tegenwoordig in de directe omgeving. Je hoeft niet te reizen.



ons team



particulier



zakelijk



exclusief



Venkelhof 33, Oosterhout | 06 – 44 33 92 96  
info@groenenwonen.nl | [www.groenenwonen.nl](http://www.groenenwonen.nl)

groeneveldgroenenwonen  
 groeneveldgroenenwonen

Bent je klaar om ons team te versterken en samen onze klanten de beste service te bieden? **Solliciteer dan nu!**



# Luxe vakantie appartementen te huur

Step into your dreams!



**Hacienda  
el Sueño**

la cala de Mijas

Ontsnap aan regenachtig weer en geniet van een heerlijke zomer aan de prachtige Spaanse Costa! Speciaal voor jou hebben we nu een last minute actie met 20% korting op jouw verblijf. Gebruik de code **SpanjeBruist2024** en boek direct! Zien we je binnenkort?

**Er zijn nog enkele  
appartementen te koop!**

Maak vrijblijvend een afspraak met onze sales.

**Sales**

**+31 621 128 189 • +34 604420449** Diana Mol  
**+31 263 034 261** Petra De Kleermaeker  
[www.dreamhomemarbella.com](http://www.dreamhomemarbella.com)

Meer informatie en voor reserveringen:  
[www.haciendaelsueno.com](http://www.haciendaelsueno.com)  
[rentals@haciendaelsueno.com](mailto:rentals@haciendaelsueno.com) of bel met **+34 951 668 718**



SALES



**MERK VAN DE MAAND: Trenker**

**-20%**  
op de adviesprijs

**Trenker**  
laboratoires

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

**Deze plek**  
is gereserveerd

**DE BELL**

SCHILDERWERKEN

SCAN VOOR MEER INFO OF BEL VOOR EEN  
VRIJBLIJVENDE OFFERTE 06 20 20 34 09

INFO@DEBELLSCHILDERWERKEN.NL | WWW.DEBELLSCHILDERWERKEN.NL

**HOUD IJZERWAREN GEREEDSCHAPPEN**  
**JAAK VAN WIJCK**  
Ginnekenweg 146  
BREDA  
[www.jaakvanwijck.nl](http://www.jaakvanwijck.nl)

**Van Wijck voor als u van hout houdt!**

**KOM LANGS**  
Bekijk al onze houtproducten!

Waar de gemiddelde bouwmarkt ophoudt, gaan wij nog net even een paar stappen verder.

# Ben je op zoek naar een advies dat past bij jou?

Het startpunt voor elke particulier en ondernemer, administratief en/of belastingadvies **AFORTUNA**.

Dankzij zijn brede expertise beperkt Aart Blokland (eigenaar van Afortuna) zich allang niet meer tot administratieve en fiscale dienstverlening. Ook voor zaken als mediation, conflictbemiddeling en budgetcoaching en begeleiding van startende zzp'ers kan je bij hem terecht.

Zowel bedrijven als particulieren kunnen bij AFORTUNA aankloppen. "Het eerste gesprek is altijd gratis. Wat wil je precies, waar heb je behoefte aan? Ben ik vanuit mijn deskundigheid niet in staat om daarop aan te sluiten, dan zeg ik dat eerlijk en verwijs ik je door. Gaan we een samenwerking aan? Dan spreken we de kosten af. Een vast tarief, waarbij er tussendoor altijd kosteloos vragen gesteld mogen worden."

AFORTUNA staat al ruim 35 jaar garant voor deskundigheid en betrouwbaarheid.

Maak vrijblijvend een afspraak. Wij besteden op een persoonlijke, vriendelijke en deskundige wijze aandacht aan jouw vraag!



Belastingaangiften

Zorgtoeslag/huurtoeslag/kinderopvangtoeslag

Budgetcoaching

Bezwaarschriften/uitstelregeling



Johanna van Polanentoren 6, Breda (centrum bij NS-station) | 06-54 37 76 45 | [info@afortuna.nl](mailto:info@afortuna.nl) | [www.afortuna.nl](http://www.afortuna.nl)



# GA ER FIETSEND OP UIT IN DEZE KLEURRIJKE HERFST

## FONGERS Nuevo Plus



Adviesprijs  
€2999,-  
nu

**€2199,-**

  
**FONGERS**  
Distributed by Matrabike

Matrabike heeft al meer dan 30 jaar ervaring met het leveren van fietsen direct van fabrikant naar de klant. Het assortiment van Matrabike bestaat uit allerlei soorten fietsen; van racefietsen, stadsfietsen, mountainbikes tot elektrische fietsen. Oftewel; Matrabike heeft voor elk wat wils! Het is voor Matrabike van groot belang dat klanten écht waar voor hun geld krijgen.

*Matrabike heeft de hoogste klantenwaardering in de fietsenbranche op Trustpilot.*

## FONGERS Cargo 3 Basic



Adviesprijs ~~€3299,-~~  
nu

**€2499,-**

*Ook beschikbaar  
in het bruin*

★ Trustpilot



TrustScore 4.7  
4.928 reviews

### Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

Gompenstraat 21, 5145 RM Waalwijk,  
Nederland. Tel. 0416 34 20 12

### Matrabike Sint-Martens-Latem (BE)

Kortrijksesteenweg 70, 9830 Sint-Martens-  
Latem, België. Tel. 03 888 09 90

### Matrabike Rumst (BE)

Antwerpsestraat 83, 2840 Reet  
(gemeente Rumst), België.  
Tel. 03 888 09 90



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

**matrabike**  
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

Heeft u vragen of wilt u meer informatie?  
Stuur dan een e-mail naar:  
[klantenservice@matrabike.nl](mailto:klantenservice@matrabike.nl)

Kijk voor uw elektrische fiets op:  
[www.matrabike.nl](http://www.matrabike.nl)



## ONTDEK ONZE FACILITEITEN

Wellness

Fitness

Fietsverhuur

E-Chopper

Was- en stomerij service

Gratis wifi

Oplaadpunt

Duurzaamheid

### Reviews



Onze gasten beoordelen ons met een

# 8,2

uit 13571 betrouwbare beoordelingen



+31 76 522 60 55  
**24u bereikbaar**  
lokaal tarief

Princenhagelaan 5, Breda  
receptie@vandervalkbreda.com  
[www.vandervalkbreda.com](http://www.vandervalkbreda.com)

# Overnachten in unieke ambiance

Groot nieuws bij Van der Valk Breda: na een flinke verbouwing en restyling zijn de eerste drie nieuwe suites eindelijk klaar. Suites die garant staan voor een unieke ervaring en een bijzonder comfortabele overnachting in een heerlijk bed. Dus... waar wacht je nog op, boek nu één van de suites en dompel je onder in een compleet nieuwe setting!

"Bij Van der Valk Breda gaan we graag met de tijd mee en willen we onze gasten blijven verrassen", vertelt Nick Vergouwen, die verantwoordelijk is voor de marketing en communicatie bij Van der Valk Breda. "Vandaar dat een van onze directieleden, Jessica Wohrmann, met het idee kwam om de oude suites een flinke upgrade te geven en compleet te transformeren. Een idee dat ze vervolgens zelf helemaal heeft uitgewerkt, met vijf unieke suites met elk een eigen thema als resultaat."



VAN DER VALK  
**HOTEL BREDA**

WE ZIJN TROTS OP  
ONS TEAM





# Verhuur je woonruimte via Oxrooms!

België telt steeds meer arbeidsmigranten om de tekorten op de arbeidsmarkt op te lossen. Die moeten natuurlijk ook ergens wonen. Oxrooms bouwt leegstaande gebouwen om tot compleet ingerichte woonruimtes, waar met name uitzendbureaus hun internationale werknemers kunnen huisvesten. Een mooie business, die ook interessant is voor jou! Door je eigen woning via Oxrooms te verhuren kun je namelijk een stabiele, vaste inkomstenbron realiseren.

“De huisvesting van arbeidsmigranten komt nogal eens negatief in de publiciteit. ‘Dat zijn de huissjersmelkers die alleen snel geld willen verdienen.’ Wij nemen onze business serieus en doen ons uiterste best om het allemaal zo goed mogelijk te doen. We richten de woning volledig in, zodat de mensen er fijn kunnen wonen. Als ik langskom en ze zeggen: ‘Het voelt echt als thuis’, dan ben ik helemaal tevreden. Daar gaat het uiteindelijk om.”

## Tips zijn welkom

Oxrooms beschikt over een groot aanbod van woningen, appartementen, studio's en hotelkamers. “Dankzij ons uitgebreide netwerk hebben we op dat gebied niet te klagen. In deze krappe woningmarkt

zijn we echter voortdurend op zoek zijn naar nieuwe gebouwen, dus tips zijn zeer welkom. Daar staat uiteraard een leuke beloning tegenover.”

## Hoog rendement

Niet alleen bedrijven, maar ook particulieren kunnen hun woonruimte via Oxrooms verhuren. “Als ze willen, kunnen we zelfs voor hen op zoek gaan naar een gebouw dat geschikt is als investering. Het werkt als volgt: je verhuurt je woning aan ons, en wij verhuren het vervolgens aan onze klanten. Je hebt er zelf geen omkijken naar, wij regelen verder alles. Sowieso heb je bij deze doelgroep nooit veel problemen, dat is een heel ander verhaal wanneer je het zelf verhuurt aan particulieren. En het loont. Op deze manier behaal je een rendement van gemiddeld 10-12%. Dat is toch mooi meegenomen.”

**Is je interesse gewekt?**

Neem contact op voor meer informatie!

**‘Een investering die loont’**

# Luxe 4D Master massagestoel



## Waarom deze massagestoel onmisbaar is voor jou!

- ✓ Ervaar unieke 4D menselijke massage voor een ongeëvenaarde ontspanning.
- ✓ Programmeer tot 4 persoonlijke massages voor een maatwerk ervaring.
- ✓ 7 instelbare massage intensiteiten voor iedereen.
- ✓ Krijg nu € 2.245,- **Bruist-korting** op de standaardprijs van € 7.995,-!
- ✓ Inclusief gratis verzending, geen verborgen kosten!

De Master 4D luxe massagestoel biedt je de ultieme ontspanningservaring. Met zijn unieke massageprogramma's en aanpasbare intensiteiten is deze stoel perfect voor iedereen die op zoek is naar comfort en herstel na een lange dag. **Mis deze kans niet om te genieten van luxe tegen een gereduceerde Bruist-prijs!**

**Deze stoel is perfect voor wie thuis wil ontspannen en stress wil verminderen.**

Scan om te bestellen of voor meer info over de actie de QR-code!



KORTING  
**30%**  
VOOR BRUIST LEZERS







### Ontdek Bruist Online

Wist je dat wij naast Bruist ook Bruist Online hebben? Met Bruist Online kunnen wij jou als ondernemer ontzorgen op het gebied van social media beheer, het bouwen van een website en/of webshop en het creëren van een eigen brand identity.

# De kracht van naamsbekendheid *in ons magazine*

Als uitgeverij begrijpen wij dat adverteren in een magazine niet altijd direct nieuwe klanten oplevert. Het is een veelgehoorde misvatting dat een enkele advertentie meteen zorgt voor een verkoopstijging. Echter, de werkelijke waarde van adverteren in ons magazine ligt in iets veel fundamenteler en duurzamer: naamsbekendheid.

Naamsbekendheid is het vermogen van jouw merk om herkend en herinnerd te worden door potentiële klanten. In een markt waar consumenten dagelijks worden overspoeld met informatie, is het cruciaal dat jouw merk blijft hangen. Ons magazine biedt de perfecte omgeving om je merk op te laten vallen en consistent in beeld te blijven.

Elke keer dat een lezer door ons magazine bladert en jouw advertentie ziet of jouw column leest, wordt een zaadje geplant. Na verloop van tijd, wanneer deze lezers een product of dienst nodig hebben die jij aanbiedt, is het jouw naam die naar boven komt. Dit proces van geleidelijke herkenning en herinnering kan uiteindelijk leiden tot meer vertrouwen en loyaliteit van klanten.

Denk aan de grootste merken die je kent. Hun succes is zelden gebaseerd op één enkele advertentiecampagne, maar op een voortdurende aanwezigheid en herkenbaarheid in de media. Door te adverteren in ons magazine investeer je in deze langdurige zichtbaarheid en merkherkenning.

Jouw merk verdient het om gezien en onthouden te worden. Kies voor Bruist en leg de basis voor een langdurige en succesvolle relatie met je doelgroep. Naamsbekendheid is geen sprint, maar een marathon en wij lopen graag met je mee!

Neem vandaag nog contact met ons op en ontdek hoe Bruist jouw merk naar een hoger niveau kan tillen. Jouw succes begint hier!

Met bruisende groet,

*Lorenzo Bossers*

Sales Manager  
Nederland Bruist  
+31 6 42 72 05 54



Benieuwd naar onze unieke mogelijkheden? **Maak dan nu een afspraak!**



## LUXE GEURSTOKJES EN GEURKAARS

Met deze set bestaande uit geurstokjes en een geurkaars van Maison Sucre krijgt je interieur een magische atmosfeer en kun je op een stijlvolle manier je huis heerlijk laten ruiken. Deze zachte geuren zijn perfect voor in je woonkamer, slaapkamer of badkamer. Deze luxe geurlijn is ook ontzettend leuk om cadeau te geven. [shop.maisonsucre.nl](http://shop.maisonsucre.nl)

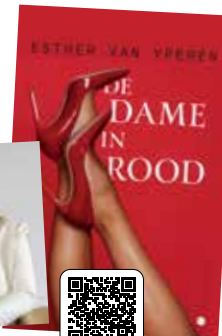


## MAESTRO PEPERMOLEN

De Maestro pepermolen is een toonbeeld van vakmanschap en innovatie. Deze robuuste molen is uitgerust met een uniek maalsysteem en verwisselbare reservoirs, ontworpen om de aroma's van verschillende pepersoorten volledig tot hun recht te laten komen. Van een uitstekende kwaliteit en met groot gebruiksgemak. [be.peugeot-saveurs.com/nl](http://be.peugeot-saveurs.com/nl)

## OM BIJ WEG TE DROMEN!

In je luie stoel, wijntje erbij en dan dit heerlijke boek om bij weg te dromen... Een fijn verhaal waarin doodgewoon realisme, humor en spanning elkaar afwisselen en de Portugese hitte als zinderend element fungeert. [www.esthervanperen.com](http://www.esthervanperen.com) **VERKRIJGBAAR BIJ BOL.COM**



## VOGELHUISJE COTTAGE

Geniet jij ook zo van vogels in je tuin? Dan is het zeker aan te raden om een nestkastje te plaatsen. Daarnaast zal dit houten vogelhuisje ook prachtig staan als decoratie in je tuin. Het vrolijke huisje bevat veel decoratieve elementen en is ontworpen in cottage stijl. [www.vogelhuisjes.nl](http://www.vogelhuisjes.nl)



# BRUIST Deals



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

## KUNST BLOESEMBOMEN

Bij Seta Fiori vind je de meest uitgebreide collectie kunst bloesembomen. Van tafelmodel tot wel tien meter hoog. Showroom in Bergen op Zoom.



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



## BOBO'S CHOCOPOST

BoBo's ChocoPost is een luxe brievenbusdoosje gevuld met een verrukkelijke mix van onze beste bonbons, fudge en rijstrotsjes, verkrijgbaar in witte, melk, pure (volledig vegan) of gemengde chocolade. Het perfecte cadeau om te versturen en iemand te verrassen met pure chocoladeverwennerij! [www.bobosbonbons.nl](http://www.bobosbonbons.nl)



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

## LEZERSACTIE\* FLOWERSNGIN Autumn Edition t.w.v. € 55,-

De FLOWERSNGIN Autumn Edition is helemaal afgestemd op het seizoen. Ontdek de zoete, evenwichtig gebalanceerde smaak, met rijke toetsen van bessen. Van dit smaakbommetje geniet je puur, als borreltje in een klein glaasje.

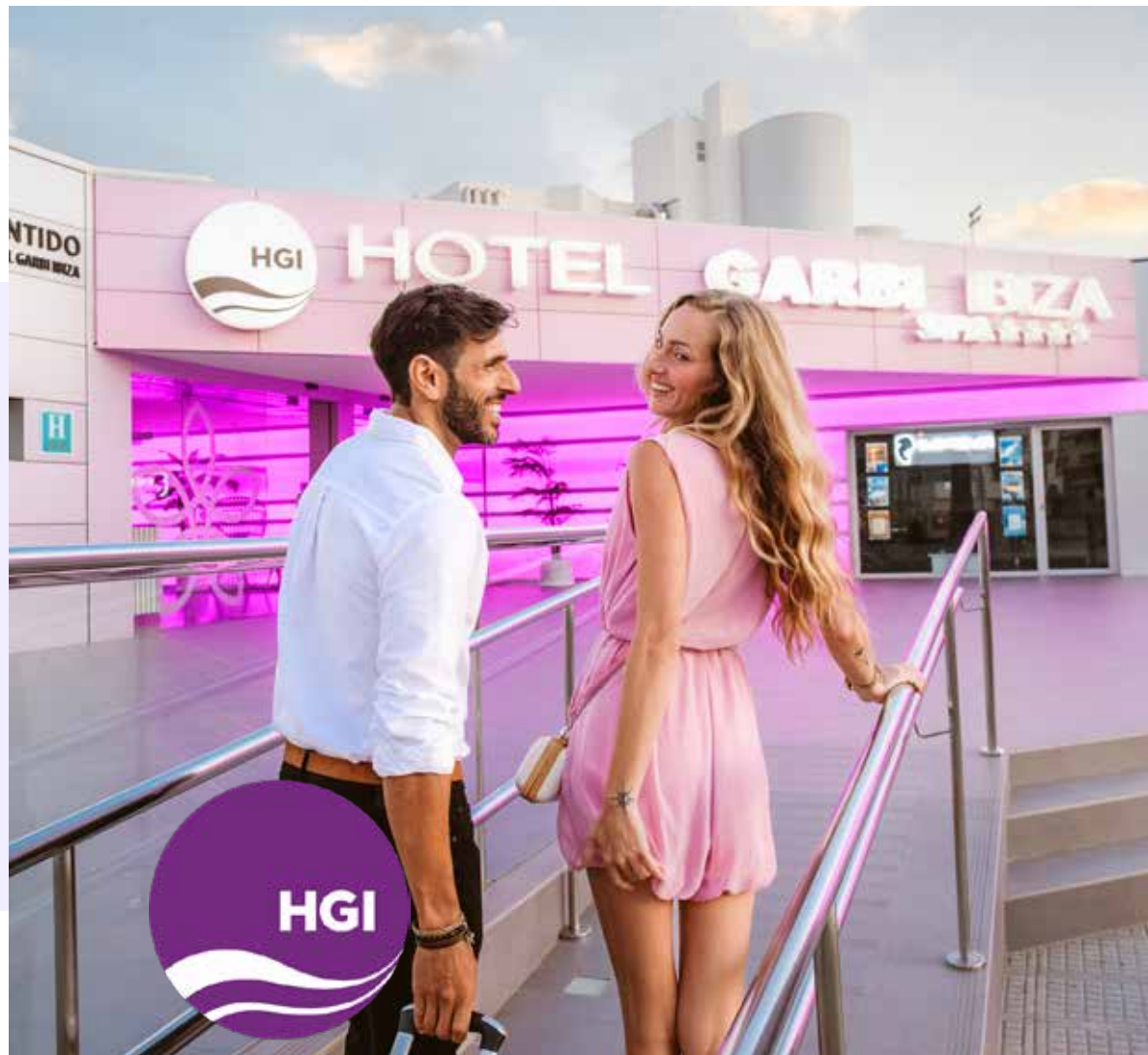


## LEZERSACTIES\*

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)





HOTEL GARBI  
IBIZA SPA \*\*\*\*

# HÉT HOTEL\*\*\*\*

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

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



SCAN DE QR-CODE  
En laat jouw  
vakantie beginnen!



# 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 | www.verpo.nl

52

## Diepgaande energetisch reinigen van ruimtes

BuZZonder  
the sound of healing

Herstel en Harmonie met VortexHealing®



VortexHealing® is een geavanceerde vorm van energetische healing, geworteld in de traditie van Merlin, die universele 'Goddelijke' energie benut om diepgaande genezing te bewerkstelligen. Deze methode verbindt het Goddelijke en vitale web van energie, werkend met intentie op het energiesysteem, inclusief chakra's, meridianen en het zenuwstelsel, alsmede het karmisch systeem en organen.



VortexHealing® is ook effectief voor het reinigen van ruimtes en materialen en werkt zowel op bewust als onderbewust niveau om niet alleen symptomen maar ook hun oorzaken aan te pakken.

Het resulteert in stressvermindering, betere slaap, verhoogde energie en het doorbreken van negatieve patronen en blokkades. Scan de QR-code en reserveer je afspraak.



BuZZonder | Zero-Point, Cerestraat 29, Breda  
06-18228138 | buzzonder@gmail.com | www.buzzonder.com

53

# De perfecte witte tanden?

Iedereen wil een mooie glimlach. Een wit gebit geeft een gezonde uitstraling en meer zelfvertrouwen. U durft weer te lachen en uw tanden te laten zien.

Tanden worden donkerder doordat kleurstoffen uit voedingsmiddelen vanuit de tandplak in het glazuur dringen. Ook roken is een oorzaak van verkleuringen. Bovendien worden tanden donkerder naarmate u ouder wordt. De vorming van tandbeen gaat namelijk altijd door, waardoor de laag geelkleurig tandbeen dikker wordt. De glazuurlaag wordt juist dunner door slijtage. Bleken is medisch gezien niet nodig, maar het oog wil natuurlijk ook wat. Overweegt u een bleekbehandeling? Kies dan voor een veilige en verantwoorde manier. Bleek uw tanden altijd onder begeleiding. U kunt daarvoor uiteraard bij ons terecht!



**Wilt u meer weten over de mogelijkheden?**  
Scan de QR-code en maak een afspraak of neem contact op. Het eerste consult is altijd gratis.



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

☎ 076 – 5877020

✉ [info@tppvdgaag.nl](mailto:info@tppvdgaag.nl)

📍 Alard Duhamelstaat 78,  
Breda

Tandenbleken

Kunstgebit

Frameprothese

Implantaten





# Dé salon voor iedereen!

Of je nu toe bent aan een nieuwe coupe of je haar in een ander kleurtje wilt laten verven, bij kapsalon **Coiffure de Milano** in Breda is iedereen welkom.

## Gezocht: leuke collega

Ben je sociaal, een beetje avontuurlijk en kun je goed zelfstandig werken? Dan zijn we op zoek naar jou om ons team te versterken! Stuur ons een e-mail op [coiffuredemilano@gmail.com](mailto:coiffuredemilano@gmail.com). Uren en dagen in overleg.



Afspraak?  
076-5144407  
Maandag  
geopend

Dames- en herenkapsalon  
**Coiffure de Milano**

Mgr Nolensplein 26, Breda  
076-5144407

[coiffuredemilano@gmail.com](mailto:coiffuredemilano@gmail.com)  
[www.coiffuredemilano.nl](http://www.coiffuredemilano.nl)



## Extra genieten in oktober!

In het hartje van Breda kun jij genieten van de **lekkerste broodjes**, **verrassende wijnen**, **verfrissende bieren** en nog veel meer. Reserveer nu jouw high tea, high wine of een gezellig lunch via de website of onderstaande QR-code.



Bestel online jouw broodje of reserveer een tafel  
[www.broodtoren.nl](http://www.broodtoren.nl)



📍 torenstraat 16, Breda 📞 076 785 6611  
📧 @debroomtorenbreda 📧 info@broodtoren.nl

# Hè, wat zeg je?

Herkent u het, dat u uw tv steeds iets harder zet? Dat u op een druk feestje gesprekken niet goed meer kunt volgen? U kunt zich natuurlijk de vraag stellen hoe erg dat is. Toch blijken de gevolgen van zelfs een klein beetje gehoorverlies groter dan u wellicht denkt.

Gehoorverlies is niet iets om u voor te schamen, er is bijna altijd iets aan te doen. Uitstellen is begrijpelijk, het is voor veel mensen moeilijk om te accepteren dat hun gehoor minder wordt. Hoe langer u wacht met een hoorstest, hoe groter de kans dat uw gehoor in de tussentijd nog verder achteruit gaat, en dat is zonde. Twijfelen helpt niet, testen wel.

Bij Hoorservice Schram beloven we niets, maar onderzoeken we alles. Kom langs, dan zoeken we samen naar een oplossing waarmee u écht geholpen bent!

*André Schram*

Donderdag 10 oktober is er een servicemonteur van Widex/Coselgi aanwezig voor een gratis servicebeurt aan uw hoortoestel

 HOORSERVICE  
SCHRAM

Groot Ypelaardreef 169 - Breda, (Tegenover Winkelcentrum De Burcht) | 076-5649706 | [www.hoorserviceschram.nl](http://www.hoorserviceschram.nl)



Laat nu uw gehoor  
GRATIS TESTEN!  
076-5649706



## *Amsterdam Dance Event*

**Amsterdam Dance Event (ADE) is een jaarlijks terugkerend festival dat Amsterdam wereldwijd op de kaart zet als dé hotspot voor elektronische muziek. Sinds de oprichting in 1996 is het uitgegroeid tot het grootste evenement ter wereld voor elektronische muziek en de daaraan verbonden industrie.**

**G**edurende vijf dagen in oktober transformeert ADE de stad in een bruisend centrum van beats, showcases en innovaties, waarbij honderden locaties meedoen aan het programma. Het unieke van ADE is dat het niet alleen draait om feesten. Het festival biedt een veelzijdig platform dat zowel artiesten en producers als muziekliefhebbers bij elkaar brengt. Overdag worden er conferenties georganiseerd met panels, workshops en lezingen, waar professionals uit de muziekindustrie samenkomen om te netwerken en te leren. Innovaties in technologie, muziekproductie en marketing staan hier centraal. Van bekende dj's tot opkomende talenten, iedereen krijgt de kans om zijn of haar stem te laten horen.

's Avonds verandert de stad in een vibrerend dansparadijs, met optredens van internationale toptiesten in clubs, concertzalen en zelfs op unieke locaties zoals kerken en oude pakhuizen. Genres variëren van house en techno tot trance, drum and bass en alles daartussenin. ADE weet niet alleen de gevestigde namen te

trekken, maar geeft ook opkomend talent een kans om zich aan een groot publiek te presenteren.

Naast het feestelijke aspect richt ADE zich ook op maatschappelijke en culturele impact. Programma's zoals ADE Green belichten de duurzame toekomst van festivals en de rol van muziek in de samenleving. Ook kunst en technologie krijgen steeds meer een plek, met projecten die experimenteren op het snijvlak van audiovisuele en digitale ervaringen.

ADE is daarmee veel meer dan een festival; het is een ontmoetingsplek waar creativiteit, muziek en technologie samenkomen. Het is een platform waar nieuwe trends worden geboren en waar de liefde voor elektronische muziek wereldwijd wordt gevierd. Een ervaring die de ziel van Amsterdam vangt en die elk jaar weer duizenden harten sneller doet kloppen.

*16 t/m 20 oktober 2024*



# & BEWONDER

STEEDS VERRASSEND AANBOD

**CLOSING PARTIES IBIZA** De eindfeesten op Ibiza markeren een prachtig einde van een lange zomer die begon in april. Ondanks dat de temperatuur daalt, zijn deze feesten in september en oktober de heetste op het eiland. Iconische clubs zoals Hi, Pacha, Amnesia en Ushuaïa worden het toneel van spectaculaire afsluiters, met optredens van top-dj's en adembenemende shows. Na een seizoen waarin het clubleven op Ibiza zijn glans herwon, beloven de closing parties van 2024 nog onvergetelijker te worden. Het is de ultieme gelegenheid om de zomer in stijl af te sluiten, met een energieke sfeer en een feestelijke ambiance die je niet wilt missen.

<https://ticketsibiza.co.uk/ibiza-closing-parties/>



**OKTOBERFEST** Het Oktoberfest 2024 in München, dat duurt tot en met 6 oktober, belooft een onvergetelijk feest te worden. Dit iconische festival viert zijn 191e editie met een bruisende mix van traditionele Duitse cultuur en moderne festiviteiten. Bezoekers kunnen genieten van gezellige bierhallen met de beste lokale bieren en heerlijke Beierse gerechten. Het evenement biedt ook kleurrijke parades, livemuziek en een scala aan attracties en kraampjes. Jaarlijks trekt het Oktoberfest miljoenen bezoekers van over de hele wereld en met de rijke tradities en feestelijke sfeer is het de ultieme bestemming voor een bijzondere herfstervaring.

[www.oktoberfestfan.nl/oktoberfest-munchen-2024/](http://www.oktoberfestfan.nl/oktoberfest-munchen-2024/)

**HALLOWEEN 2024** Halloween 2024 wordt een spookachtig spektakel dat je niet wilt missen. Van 25 tot 31 oktober transformeren steden over de hele wereld in griezelige wonderlandjes, met decoraties die variëren van sinistere spookhuizen tot angstaanjagende verkleedpartijen. Feestgangers kunnen genieten van spannende evenementen zoals halloweenfeesten, trick-or-treating en kostuumwedstrijden. Diverse attracties zoals spooktochten en horror-maze avonturen zorgen voor extra spanning en plezier. Met een focus op creativiteit en fantasie zullen de feestelijke activiteiten zowel jong als oud in de ban houden. Bereid je voor op een week vol plezier en huiveringwekkende momenten die het halloweenseizoen onvergetelijk maken!

Diverse attracties en locaties



**TCS AMSTERDAM MARATHON** Op zondag 20 oktober 2024 vindt de TCS Amsterdam Marathon plaats, één van de grootste hardloopevenementen van Nederland. Met duizenden deelnemers van over de hele wereld belooft het weer een sportieve en feestelijke dag te worden. De route voert de lopers langs bekende plekken in de stad, zoals het Rijksmuseum en het Vondelpark. Het biedt zowel professionals als amateurs een geweldige uitdaging. Voor velen is het een kans om hun persoonlijke doelen te behalen, terwijl de toeschouwers langs de kant voor een geweldige sfeer zorgen. Het belooft een sportieve viering te worden van zowel doorzettingsvermogen als Amsterdam zelf.

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

## VRIJDAG 4 OKTOBER OM 20.00 UUR

### VOORRONDE GROTE PRIJS BREDA

Op vrijdag 4 oktober vindt de tweede voorronde van de categorie 'Bands & Singer-songwriters' voor de Grote Prijs Breda plaats in Poppodium Phoenix. Hier strijden KIIK, SUUS en NYVE om een plek in de finale op 2 november in MEZZ. Breda's talent krijgt erkenning door samenwerking met POB Breda, Poppodium Phoenix, Pier15, Sound Dog en Breda Barst. De finalisten worden gekozen door een vakjury. Alle voorrondes zijn gratis en aanmelden is niet nodig.



## MAANDAG 7 OKTOBER OM 20.30 UUR

### CRASH TEST DUMMIES

De Canadese folk-rockband Crash Test Dummies brak in 1994 door met de wereldhit 'Mmm Mmm Mmm Mmm', wat hen blijvende bekendheid opleverde. In 2018 gingen ze, 25 jaar na hun Grammy-genomineerde album 'God Shuffled His Feet', opnieuw op tour. Dit leidde tot een 30th Anniversary Tour in 2022 voor hun debuutalbum 'The Ghosts That Haunt Me'. Volgens zanger Brad Roberts blijft de band toeren en muziek maken door de blijvende steun en persoonlijke verhalen van hun publiek.



## WOENSDAG 9 OKTOBER OM 20.30 UUR

### WIES + NOÉMIE WOLFS

WIES is een Nederlandstalig poptrio uit Amsterdam, bestaande uit Jeanne Rouwendaal, Tobias Kolk en Dan Huijser. Hun muziek, met invloeden van alternatieve rock en elektronica, wordt gekenmerkt door een Do It Yourself-mentaliteit. Na het debuutalbum Het Is Een WIES (2021) kwam in 2023 hun tweede album Alles Anders uit. Met nummers als 'Ik Zie Ik Zie' en 'Leugenaar II' duiken ze dieper in thema's zoals leven, liefde en verdriet.



## DONDERDAG 10 OKTOBER OM 20.30 UUR

### PORTLAND

Portland, geleid door Jente Pironet, creëert melancholische muziek die sterke emoties en levensmomenten weerspiegelt. Hun sound combineert Britse indiepop, Amerikaanse folk, en een mix van vreugde en verdriet, met akoestische gitaren en elektronica. Na het winnen van Humo's Rock Rally en De Nieuwe Lichting, en optredens op Rock Werchter en Pukkelpop, bracht Portland in 2023 het album Departures uit. Geproduceerd door Oliver Bayston, markeert dit album hun ambitie om internationaal door te breken, met een frisse start en nieuw begin.



## ZATERDAG 12 OKTOBER OM 20.30 UUR

### THE UNDERGROUND SOUL TRAIN – LIVE IN CONCERT

David Dam, bekend van The Voice of Holland, komt naar MEZZ Breda voor The Underground Soul Train! Geniet op 12 oktober 2024 van zijn geweldige live performance en dans de hele avond op funky beats van DJ Naviday en DJ Koen. MC Rody Delorean zorgt voor extra sfeer. Mis dit feestje niet!



## ZONDAG 13 OKTOBER OM 20.30 UUR

### THE EARLY BEATLES

The Kik, onder leiding van Dave von Raven, keert terug met Bal Populaire en de hitsingle Daggie Niet Gelachen. Het album, geïnspireerd door zijn oma, verkent thema's als liefde en dood. Met nostalgische beeldspraak en een frisse, persoonlijke touch eert hij het Nederlandse levenslied.



## VRIJDAG 18 OKTOBER OM 20.30 UUR

### PINK PROJECT PINK FLOYD TRIBUTE



Het publiek wil Pink Floyd horen, in optima forma, en dát is het doel van Pink Project. Al 30 jaar weten zij de muzikale nalatenschap van Pink Floyd vlekkeloos neer te zetten in de theaters en op poppodia. Samen met Greenhouse Talent organiseren ze een spectaculaire nieuwe clubtour: THE DARK SIDE OF THE MOON & LATER WORKS. Pink Project verwent het publiek met een integrale uitvoering van het meesterwerk The Dark Side of the Moon, dat inmiddels al ruim 50 jaar bestaat. Met quadrafonische sound, een spectaculaire lichtshow en indrukwekkende visuals is het alsof de legendarische Britse band nooit heeft opgehouden te bestaan.



Als het *weer*  
niet meezit, zorg  
dan zelf voor een  
*goede bui*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

RELATIE-  
GESCHENKEN  
MET JOUW  
BOODSCHAP!

SCAN EN ONTDEK  
ALLE RELATIEGESCHENKEN!

JOUW DRUKWERK, ONZE ZORG  
Q-PROMOTIONS.NL

Follow us online

## Centrum voor chronische pijnzorg met persoonlijke aandacht

Chronische pijnzorg is in Nederland erg gefragmenteerd. Behandelingen van de huisarts, medisch specialist en fysiotherapeut zijn vaak onvoldoende op elkaar afgestemd. Een volledig geïntegreerd concept is nieuw in Nederland.

Melius Klinieken biedt geïntegreerde pijnzorg, inclusief preventie, behandeling, revalidatie en nazorg door een team van gespecialiseerde verpleegkundigen en medisch specialisten. We streven naar de beste integrale zorg op maat voor elke patiënt.



*de pijnspecialist*

Je betaalt bij ons **nóóit** meer dan dat uw zorgverzekeraar aan u vergoedt!

### Onze belofte:

- Binnen zeven dagen word je door één van onze ervaren medisch specialisten geholpen.
- Geen wachtlijsten.
- Integrale pijnzorg en pijnrevalidatie onder één dak.

#### CHRONISCHE PIJNZORG

##### PIJNEDUCATIE

##### WERVELKOLOM GERELATEERDE PIJN

##### HOOFD- EN AANGEZICHTSPIJN

##### CENTRALE SENSITISATIE

##### FYSIOTHERAPIE

##### Eindhoven

Beatrix de Rijkweg 8  
040 - 820 07 77

##### Breda

Nijverheidssingel 91  
076 - 204 32 32

##### Bergen op Zoom

Borgvlietsedreef 151  
0164-20 30 60

##### Roermond

Zwartebroekpoort 3  
0475 20 60 88

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

# Revolutie in chronische pijnzorg

**Wist je dat één op de vijf Nederlanders worstelt met chronische pijn? Van hoofdpijn tot lage ruggpijn, de impact kan enorm zijn. Maar helaas laat de huidige zorg vaak te wensen over. Bij Melius Klinieken hebben we een missie: het verbeteren van chronische pijnzorg door middel van persoonlijke aandacht en geïntegreerde behandelingen.**

Onze aanpak is uniek. Bij Melius Klinieken werken we met een multidisciplinair team van specialisten onder één dak. Van anesthesiologen tot fysiotherapeuten, ons team staat klaar om jouw pijnklachten aan te pakken. Geen lange wachttijden of versnipperde behandelingen meer. Bij ons krijg je direct de zorg die je nodig hebt.

Het begint allemaal met een verwijzing van je huisarts. Bij Melius Klinieken doorloop je een gestroomlijnd proces, waarbij je eerst een gesprek hebt met onze pijnconsulenten, gevolgd door een consult met een medisch specialist. Vervolgens stellen we samen met jou een behandelplan op maat op, waarbij we direct de eerste stappen kunnen zetten naar verlichting.

Wat ons echt onderscheidt, is onze persoonlijke benadering. Bij Melius Klinieken nemen we de tijd om naar jou te luisteren en je verhaal te begrijpen. Want uiteindelijk draait het om jouw welzijn en comfort.

Ervaar zelf de verbeterde kwaliteit van zorg bij Melius Klinieken. Weg met chronische pijn, welkom in een leven dat in balans is!



**SCAN DE QR-CODE**

En maak nu een afspraak voor een intakegesprek!



# Lichtgewicht & kwaliteit

Je vindt het bij *Roberto*



MADE  
IN  
GERMANY



De stevige terreinbanden en de 100 mm veerweg vooraan maken de **Quadriga Town & Country** van Kettler, die verkrijgbaar is in twee framevarianten, ideaal voor toertochten en dagelijkse ritten over slechte wegen en onverhard terrein.



ALLES DIRECT  
UIT VOORRAAD  
LEVERBAAR

De combinatie van de accu in het frame en de krachtige schijfremmen maakt van deze fiets een echte alleskunner. Of je nu heen en weer fietst tussen thuis en werk of op fietsvakantie gaat, de **Kettler Quadriga P5** is een alleskunner.

## ULVENHOUT

Roberto Fietsen aan De Mark  
Dorpstraat 47c, Ulvenhout  
+31 (0)76 78 50 180

## ETTEN-LEUR

Roberto Bikes & Scooters  
Valpoort 60, Etten-Leur  
+31 (0)76 73 70 179

Nieuwsgierig? Bekijk meer op [robetobikes.nl](https://www.robetobikes.nl)





Romy Wolters is met haar 24 jaar jong, maar niet minder gedreven. Ze ontdekte haar passie voor het kappersvak tijdens een snuffelstage op de middelbare school. Inmiddels heeft ze de nodige jaren ervaring opgedaan bij kleine en grote kapsalons en is ze klaar om haar grote droom te verwezenlijken. In augustus opende ze de deuren van haar eigen kapsalon in Breda: The Perfect Luxury. En dit is nog maar het begin!

DE KAPPER VOOR  
HET HELE GEZIN



# Kijk eens in de spiegel bij The Perfect Luxury!

Het kriebelde al langer bij Romy, die zelf net over de grens woont in België. Het bleek echter nog niet zo eenvoudig om een betaalbaar pand te vinden in Breda. Toen haar oom aanbood om een ruimte te huren bij zijn bedrijf aan de Neerloopweg te Breda, greep ze die met beide handen aan. “Het fijne is dat de kapsalon gevestigd is op een industrieterrein, waardoor klanten gratis voor de deur kunnen parkeren”, vertelt Romy enthousiast. “Doordat ik bovendien geen torenhoge huur hoeft te betalen in het bruisende centrum van Breda, kan ik de prijzen schappelijk houden. En dat vind ik belangrijk. Iedereen, ook als je wat minder te besteden hebt, moet gewoon naar de kapper kunnen gaan.”

## Goed luisteren is een kunst

Eigentijds en industrieel, zo is de inrichting van The Perfect Luxury het beste te omschrijven. Op dit moment staat Romy nog alleen in de kapsalon. “In drukke tijden staat mijn moeder echter klaar om te helpen, ze verricht dan hand- en spandiensten. Het voordeel is dat ik zo alle aandacht kan richten op de klant die ik voor me heb. Ik neem echt de tijd voor de mensen die bij mij komen, daar wil ik het verschil maken. Het is zo belangrijk om goed te luisteren naar wat klanten willen. Natuurlijk geef ik je vanuit mijn

deskundigheid advies wat bij jou past, maar het gaat er uiteindelijk om dat jij je goed voelt bij het eindresultaat, zodat je blij en vol zelfvertrouwen weer naar huis gaat.”

## Knippen, kleuren en veel meer

Romy blijft zichzelf ontwikkelen. “Door trainingen zorg ik dat ik op de hoogte blijf van de nieuwste trends en de nieuwste technieken. Dat houdt het werk voor mezelf ook leuk en uitdagend.” In de salon werkt Romy met de producten van KIS Haircare, die vrij zijn van parabenen, siliconen en sulfaten. “KIS staat voor Keratin Infusion System, een innovatieve formule die je haar herstelt van binnenuit, zonder dit te verzwaren. Je kunt de producten ook thuis gebruiken, maar dat is zeker niet verplicht.” Het hele gezin - mannen, vrouwen en kinderen - is welkom bij The Perfect Luxury. Knippen, kleuren, extensions (in overleg), het haar opsteken: het kan allemaal, evenals epilieren en verven van de wenkbrauwen. In de toekomst wil Romy de behandelingen verder uitbreiden. “Bijvoorbeeld met gezichtsbehandelingen als BB Glow en het zetten van wimperextensions. Je kunt dan voor het totaalplaatje op het gebied van beauty bij mij terecht.” Het enthousiasme van Romy is voelbaar tijdens ons gesprek. “Ik heb er ontzettend veel zin in, laat de klanten maar komen!”



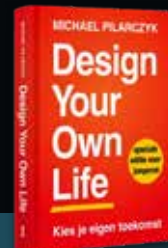


**MICHAEL PILARCZYK**

Het geloof  
in jezelf is je  
grootste kracht.



Bestel hier mijn  
nieuwe boek



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

## KOUDE DOUCHES VERSUS WARME DOUCHES

Als je lichaam verlangt naar een warme douche, ben je niet de enige. De meeste mensen genieten van de warmte. Toch is het zeker de moeite waard om koude douches in je routine op te nemen. Ondanks de koude schok bieden ze talloze gezondheidsvoordelen die de moeite waard zijn. We zijn ervan overtuigd dat je na verloop van tijd van je koude douches zult houden!

### De schok van een koude douche

Wanneer de kou je lichaam raakt, ervaar je een schok. Hoewel dit onaangenaam kan zijn, verhoogt het je zuurstofopname, hartslag en alertheid. Dit verbetert je bloedsomloop, geeft energie en versterkt je immuunsysteem door de aanmaak van witte bloedcellen.

### Koude douches voor mentale gezondheid

Koude douches verlichten mentale gezondheidsproblemen door de bloedsomloop te stimuleren en de bloeddruk te verlagen. De koude schok verhoogt stresshormonen zoals cortisol, wat je stressbestendigheid verhoogt. Ook verhogen ze endorfines, wat depressie en angst kan verlichten.

### Nooit meer een warme douche?

Je kunt nog steeds warme douches nemen, vooral ter ontspanning. Wissel af en neem minstens één keer per dag een koude douche, bij voorkeur 's ochtends. Dit stimuleert en verbetert je gezondheid.

### Koude douches met de Wim Hof-methode

De Wim Hof-methode helpt je dagelijks een koude douche te nemen via kou, ademhalingsoefeningen en toewijding. Volg zijn cursus voor maximale gezondheidsvoordelen!



## JE BENT STERKER DAN JE DENKT DAT JE BENT



Ademhaling



IJstherapie



Toewijding

**LET OP:** ademhaling volgens de Wim Hof-methode kan de motorische controle beïnvloeden en in zeldzame gevallen tot bewustzijnsverlies leiden. Ga altijd zitten of liggen als je de technieken oefent. Oefen nooit in of nabij watermassa's, terwijl je een voertuig bestuurt of in een andere situatie waarin bewustzijnsverlies jezelf of anderen schade kan toebrengen.



Scan de QR-code  
voor meer uitleg en  
oefeningen.

[WWW.WIMHOFMETHOD.COM](http://WWW.WIMHOFMETHOD.COM)

**sven &  
sophie**

**Aandacht voor  
been- en ondermode is  
aandacht voor jezelf.**

Bij Sven & Sophie beseffen  
wij dat als geen ander.

Daarom bieden onze winkels  
meer dan alleen een ruim  
assortiment eersteklas  
producten van toonaangevende  
merken.


Wouwsestraat 40, Bergen op Zoom  
0164 - 21 06 15

Ginnekenstraat 19, Breda  
076 - 521 44 27  
(Schuin tegenover HEMA)

Winkelcentrum 21, Etten-Leur  
076 - 502 1549

Arendshof 57, Oosterhout  
0162 - 455 666

**Nieuwsgierig?**  
bekijk meer op  
[www.svensophie.com](http://www.svensophie.com)

 **Bamboo  
basics®**

Ze hebben een goede pasvorm en zijn aan  
de bovenzijde naadloos afgewerkt met  
een mooi glad en soepel boordje. Door  
deze zachte afwerking geven deze slips  
nauwelijks druk op de buik. Behalve door de  
zachtheid zit bamboe bamboe ondergoed  
ook heerlijk omdat het goed vocht opneemt  
en hypoallergeen is.

*Verbazing en verrassing  
aan je voeten*

**Happy Socks®**

Wat is er nou leuker dan het najaar beginnen met Happy  
Socks om je voeten? Want de gekke prints maken elke  
dag een stuk kleurrijker. Nu met nieuwe cadeaudozen.



# KLAAR VOOR HET NAJAAR

Lekker in je vel met goede ondermode bij Sven & Sophie

*Ook nog duurzaam*



**MUCHACHOMALO\***  
UNDERWEAR

De naam Muchachomalo, stoute jongen  
in het Spaans, zegt het eigenlijk al: de  
Muchachomalo boxershorts voor heren en  
jongens zijn speels, excentriek en stoer.  
Nu ook in microfiber!

*Een tikkeltje  
rebels*

Oroblu is hét Italiaanse  
legwear en bodywear  
merk voor de elegante,  
zelfbewuste vrouw.



*Het meest  
verkochte  
party  
kniekousje*

**OROBLU**



## Ontdek nu de ASP Super Smooth behandeling

De nieuwe ontdekking om je haar een goede en gezonde boost te geven!

Is je haar weerbarstig, statisch of snel pluizig? Heb je last van een ongewenste slag in je haar? Is je haar voor jouw gevoel onhandelbaar en dof?

### Herken je dit en wil je dit aanpakken?

Maak dan direct een afspraak voor een Super Smooth behandeling. Het maakt je haar zachter, steiler en sterker tot wel twaalf weken! De behandeling heeft een zachte formule en is dus niet schadelijk voor je haar. Om het haar zo lang mogelijk steil, zacht en glanzend te houden is er een Super Smooth Shampoo en Super Smooth Conditioner voor thuis. Je haar is nu gezonder en makkelijker in model te brengen. Wie wil dat nou niet?!



Voor Na



### EEN KAPPER MET PERSOONLIJKE AANDACHT

Ben je op zoek naar een kapper in Breda die écht aandacht heeft voor jou? Dan ben je bij ons aan het juiste adres. Bij Yorimage vinden we namelijk niets zo belangrijk als jouw persoonlijke uitstraling.

**We geven je de styling die perfect bij jou past.**

Daarnaast zijn wij thuis in meerdere specialisaties:

- HAARWERKEN
- HAARKLEURING
- EXTENSIONS
- TROUWEN
- HAARKNIPPEN M / V
- HAARSTYLING
- SMOOTH BEHANDELING
- MAKE-UP

*Voel je welkom op  
onderstaande adressen*

Baroniebaan 286, Breda

076 - 522 46 88

Maak een afspraak

Wilhelminastraat 27, Breda

076 - 521 32 68

Maak een afspraak



AVANCE SKINCARE

LASER DEPT.  
CLINIC



Huidverbetering

Verzorgende behandelingen

Laserbehandeling  
GentleMax Pro

LPG Endermologie

Pedicure

Haagweg 64, Breda  
06 - 34635157  
salon@avance-skincare.nl  
[www.avance-skincare.nl](http://www.avance-skincare.nl)

# Schitter met een stralende huid!

De **ELVii 532 VP** maakt gebruik van een krachtige laser, die specifiek is ontworpen om rode vaatjes en pigmentproblemen te behandelen. Het groene licht van de Elvii KTP-laser wordt opgenomen door de kleur van het bloedvatje of het pigment en omgezet in warmte. Deze warmte zorgt ervoor dat vaatjes en/of te veel aan pigment worden vernietigd en opgeruimd door het lichaam.



Het allermooiste van deze laser is dat er bij veel behandelingen het resultaat direct zichtbaar is. Rode vaatjes en couperose zijn direct minder zichtbaar, kleine steelwratjes zijn in enkele seconden gelaserd. Bij de behandeling van pigment zal dit in eerst donkerder kleuren. Dit neemt geleidelijk af, waarna het resultaat zichtbaar zal zijn.

Zeg vaarwel tegen storende rode vaatjes en pigmentproblemen die je huid ontsieren. Met de ELVii 532 VP-behandeling kun je rode vaatjes op de wangen, neus en kin effectief behandelen en ongewenste pigmentvlekken verminderen, veroorzaakt door blootstelling aan de zon.

VOOR



NA



Boek nu een afspraak en ontdek zelf de voordelen van de ELVii 532 VP-behandeling. **Gun jezelf een stralende en egale huid, vrij van hinderlijke rode vaatjes en pigmentproblemen.**



**Afspraak maken?**  
Scan de QR-code

## TRAINING VOOR LICHAAM EN GEEST

**KI-RUNNEN** combineert ademhalingstechnieken, mindfulness, looptechnieken en yoga om zowel lichaam als geest te versterken. In de natuur (Mastbos) leer je vanuit je Ki-punt, je natuurlijke krachtbron, te lopen.

Geschikt voor iedereen, met trainingen in gemengde groepen elke zaterdag- of zondagochtend.



[www.mind-flow.nl](http://www.mind-flow.nl)  
Michiel Bakker 06 141 35 514



## NIEUWE WEBSITE NODIG?

VRAAG NAAR DE MOGELIJKHEDEN

*Lorenzo Bossers*



Benieuwd naar onze unieke mogelijkheden? **Maak dan nu een afspraak:** +31 6 42 72 05 54

**BRUIST**  
ONLINE



**Reiniging van dakkapellen, zonnepanelen, ramen, tuinen, kantoren en nog veel meer. Voor bedrijven, instellingen en particulieren.**



Wim: +31 6 46 176 246 / Martin: +31 6 48 516 232  
**[schoonmaakbedrijfwm.nl](http://schoonmaakbedrijfwm.nl)**

**KOOTSTRA** RIJOPLEIDINGEN.nl

# Motorrijlessen

## Actiepakket

- 14 motorrijlessen á 50 minuten
- 1 x Voertuigbeheersing AVB
- 1 x Verkeersdeelname AVD
- Wij berekenen eenmalig € 25,- inschrijfgeld

**INTAKE**  
100 MINUTEN  
VOOR € 50,-



**SCHRIJF  
JE NU IN!**

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



# HEB IK JE AANDACHT?

## Dit is de kracht van een fysieke boodschap

DMidee is een print- en direct mail bedrijf dat je helpt je boodschap effectief te verspreiden. We verzorgen alles, van printen tot verzending, zodat jij je geen zorgen hoeft te maken.

Heb je een idee, maar weet je niet waar te beginnen?  
Neem contact met ons op en wij begeleiden je van start tot finish.



Print ➤ Direct Mail ➤ Fulfilment ➤ Porto

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



GEGRILD



PARTYPAN



TAPAS/HAPIES

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

# geertkip.nl

Om je vingers bij af te likken...

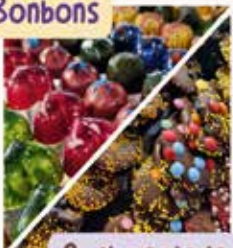
Alle producten zijn vers en worden  
met liefde en aandacht gegrild

500 gram  
**Kipsaté**  
k&k met saus  
**€ 10,95**

# BOBO'S

ook geopend op zondag vanaf 10.00 uur

Bonbons



& chocolade



Lunch



Workshops



Verse thee

en meer...

Polderstraat 8 | 4844 BJ Terheijden

076 526 48 25

[www.bobosbonbons.nl](http://www.bobosbonbons.nl) | [info@bobosbonbons.nl](mailto:info@bobosbonbons.nl)

# OP=OPRUIMING BIJ STOF&WOL

Kom snel langs op de  
Belcrumweg nu het nog  
kan!

Per 1 december gaat de winkel  
dicht, de webshop blijft open:  
[www.stofenwol.nl](http://www.stofenwol.nl)



# Gehaktbrood met stukjes pompoen

Dit gehaktbrood met pompoen is een smaakvolle en voedzame herfstmaaltijd. Serveer het met geroosterde aardappelen of een frisse salade en voeg geraspte kaas toe voor een extra smaakboost. Perfect voor een gezellig diner!

6-8 PORTIES • 80 MIN.

## INGREDIËNTEN BODEM

300 g pompoen (in kleine blokjes)  
2 eetlepels olijfolie  
zout en peper naar smaak  
500 g rundergehakt  
1 ui (fijngehakt)  
2 teentjes knoflook (fijngehakt)  
1 theelepel gemalen komijn  
1 theelepel paprikapoeder  
1 theelepel tijm  
1 ei  
50 g paneermeel  
2 eetlepels ketchup of  
tomatenpuree  
verse peterselie (voor garnering)

## BEREIDING

Verwarm de oven voor op 180°C en besprenkel de pompoenblokjes met olijfolie, zout en peper. Rooster ze in de voorverwarmde oven gedurende 20-25 minuten of tot ze zacht zijn.

Doe ondertussen het gehakt in een grote kom en voeg de fijngesneden ui, knoflook, komijn, paprikapoeder, tijm, zout en peper toe. Meng alles goed door elkaar.

Laat de geroosterde pompoen iets afkoelen en voeg deze voorzichtig toe aan het gehaktmengsel, zodat de pompoenstukjes heel blijven. Voeg vervolgens het ei en het paneermeel toe en meng alles goed door elkaar voor de binding.

Vet een cakevorm of ovenschaal in en druk het gehaktmengsel stevig aan in de vorm, zodat je een mooi gevormd brood krijgt. Smeer de bovenkant van het gehaktbrood in met ketchup of tomatenpuree voor extra smaak en bak het gehaktbrood ongeveer 45-50 minuten in de voorverwarmde oven, totdat het gaar en goudbruin is.

Haal het gehaktbrood uit de oven en laat het even rusten voordat je het aansnijdt. Garneer tot slot met wat verse peterselie en serveer.







De herfst nodigt uit om buiten te genieten van knisperende bladeren en warme kleuren. Maak een herfstwandeling en laat je betoveren door de natuur. Los daarna de puzzels van Bruist op en maak kans op leuke prijzen!

# PUZZELPAGINA

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

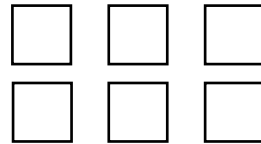
### Los de sudoku op

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-3-1**.

## Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.



### Zoek de zes verborgen letters

Vind de letters en maak er een woord van. Wordthema deze maand is 'herfst'. De oplossing van vorige maand was **outfit**.

Maak kans op het boek:

## De Heraklesmoorden

Realiteit en mythologie lijken samen te komen wanneer een moordenaar zich door de twaalf werken van Herakles laat inspireren. *De Heraklesmoorden* is een thriller uit de nieuwe serie *De Mythosmoorden*, waarbij telkens een mythologisch verhaal centraal staat.



Maak kans op

## Killerbody Lifestyle boek

van Faya Lourens.

Ontwikkel jouw eigen killerbody! In haar boek besteedt Faya niet alleen aandacht aan voeding, sport en persoonlijke verhalen van mensen die haar dieet hebben gevolgd, maar ook aan mindset.



Los de rebus op.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |            |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|------------|
| f | o | n | l | g | t | f | n | k | l | i | body       |
| h | i | u | g | n | l | s | i | b | v | n | fitness    |
| i | y | t | c | i | s | l | s | g | t | s | faya       |
| e | r | p | n | d | l | m | y | r | j | p | inspiratie |
| q | b | f | r | o | s | p | n | s | x | r | killer     |
| y | h | s | o | v | s | s | y | i | a |   | mindset    |
| y | m | i | n | d | s | e | t | b | m | t | sport      |
| k | u | o | g | w | u | t | w | l | c | i | voeding    |
| i | a | s | r | x | s | k | y | v | b | e |            |
| n | g | g | r | s | a | f | e | j | v | u |            |

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing.

Wil jij kans maken op deze leuke prijzen? Vul de oplossing in voor 1 november 2024 via [www.nederlandbruist.nl/breda/puzzelen](http://www.nederlandbruist.nl/breda/puzzelen) of via de QR-code





**Van Mossel**

**WISSEL  
WEKEN  
SWITCH NU VOORDELIJG**

**NAAR WINTERBANDEN OF EEN NIEUWE AUTO**