

**BEST-OIRSCHOT**



JANUARI 2025 **GRATIS MEENEMEN!**  
[WWW.NEDERLANDBRUIST.NL](http://WWW.NEDERLANDBRUIST.NL)

# BRUIST



**GENIET &  
BEWONDER**



# MAAK JE INTERIEUR COMPLEET MET EEN KAST OP MAAT



BEZOEK DE  
SHOWROOM  
VOOR EEN  
GRATIS  
ONTWERP.

Bij Hamers@Home Kastenbouwers ontwerpen we een kast op jouw maat, afgestemd op je persoonlijke wensen en ruimte. Wij zorgen voor een vlekkeloze levering aan huis en een vakkundige montage. Zo garanderen wij dat je optimaal kunt genieten zonder zorgen.



CHRIS WIERMANS

Meer weten?  
Scan de QR-code!



Ringbaan-Zuid 372, Tilburg  
013 4627420  
info@hamerstilburg.nl  
www.hamerstilburg.nl



**Persoonlijke Begeleiding:  
Raak die overtollige  
kilo's nu kwijt!**

Monique van Wessum is een absolute expert op het gebied van gezonde voeding en lekker eten. Door haar jarenlange ervaring in het restaurant-wezen en persoonlijke begeleiding, weet zij precies hoe je op het juiste gewicht komt en dat vervolgens ook kunt vasthouden.



Oirschotseweg 107a Best  
06-54900412  
info@moniquevanwessum.nl  
www.moniquevanwessum.nl

# GA JIJ DIT JAAR OOK JOUW *goede voornemens*

## WAARMAKEN?

Romée is ontzettend blij dat ze met het PS. food & lifestyle programma is begonnen en 23 kg is afgevallen. Dankzij de persoonlijke begeleiding van haar coach, koolhydraatarme weekboxen en gezonde recepten voelt ze zich weer energiek en zelfverzekerd. Ze heeft een leefstijl gevonden die ze moeiteloos volhoudt en geniet nu van een leven vol balans. Wil jij ook starten met een gezonder leven?

**Met het 4 weken Power Plan zet je de eerste stap naar blijvend resultaat!**



**Kies voor gemak,  
structuur en lekker eten!**



Wil je ook weten wat Monique van Wessum kan betekenen voor je? Scan de QR-code en bezoek de website voor alle mogelijkheden.



Romée

## COLOFON

### UITGEVER

NL Bruist B.V.

### DIRECTIE

Marcel en Lea Bossers

### SALES SUPPORT

René Moes 06-19629221

### VORMGEVING

Fans Pijnenburg

### THEMATEKSTEN

NL Bruist

### TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN

NL Bruist

### FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN

NL Bruist

### EINDREDACTIE

Anouk Jacobs

### CONTACT



NL Bruist B.V., Beneluxweg 45,  
4904 SJ Oosterhout, +31 (0)76 711 5340  
bereikbaar van 08.30 - 17.30 uur.



Copyright NL Bruist B.V. ©2025. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Best-Oirschot 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 28 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  
 [bruistalmere](https://www.facebook.com/bruistalmere)  
 [nederlandbruist](https://www.instagram.com/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!*



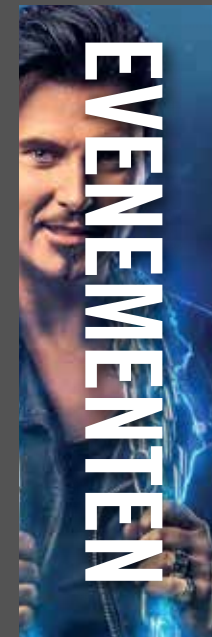
*Nieuwjaar*

14



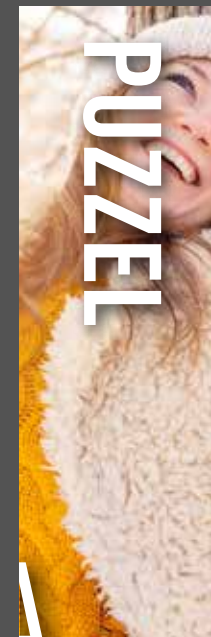
*Januari*

28



*Een verrassende  
agenda*

32



*Altijd wat  
te winnen*

38

## ***Bruist wenst je een knallend 2025 vol liefde, geluk en gezondheid!***

*Dat het nieuwe jaar bruist van mooie kansen,  
bijzondere momenten en oneindig veel plezier.  
Maak er een onvergetelijk jaar van!*



## ***Bruisende lezer,***

Het nieuwe jaar begint met een gevoel van mogelijkheden en frisse energie. Het is dé tijd om stil te staan bij wat achter ons ligt en om vooruit te kijken naar alles wat we kunnen bereiken. Goede voornemens vormen een traditie die mensen inspireert om doelen te stellen en positieve veranderingen door te voeren, zowel in hun persoonlijke leven als in hun werk.

Voor ondernemers betekent het nieuwe jaar ook een periode van reflectie en groei. Het is een moment om plannen te smeden, nieuwe kansen te benutten en de koers voor de toekomst te bepalen. Lokale bedrijven spelen hierin een cruciale rol door met creatieve initiatieven, nieuwe diensten en frisse energie bij te dragen aan een inspirerende start van het jaar.

In deze editie van Bruist delen we verhalen van ondernemers die met passie en visie hun goede voornemens in de praktijk brengen. Laat je inspireren door hun plannen en ontdek hoe zij hun doelen vertalen naar concrete acties.

Laten we samen vooruitkijken, dromen waarmaken en van 2025 een jaar maken dat bruist van de mogelijkheden!

**Lea en Marcel Bossers**



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

Foto: Ron Eskens soowpictures.nl

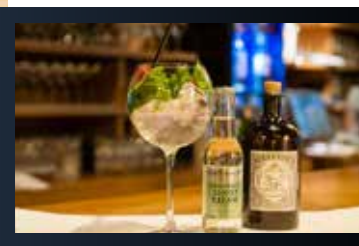
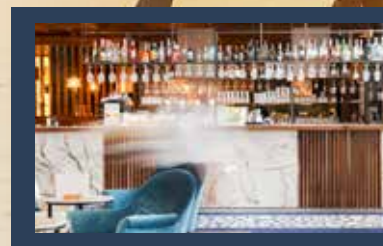
# De ultieme ontspanning aan de Zeeuwse kust

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 onbepikt 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*

# ZIEN EN HOREN Beau.

Wilhelminaplein 2, Best  
0499-391066  
www.beauzienhoren.nl



Een bril moet bij jou en datgene wat je wilt uitstralen passen. Behalve een verschil in merk, formaat, kleur of materiaal vind je bij ons ook monturen in diverse prijsklassen.

**Voor elk wat wils.**

Wij zorgen er samen voor dat we de juiste bril voor jou hebben.

**Wij gaan graag samen met jou op zoek naar DE perfecte bril!**



**LAZAL**  
EYEWEAR

## Zonnebrillen Past deze bril bij jou?



### Weet je dat niet zeker?

Kom bij ons langs, want wij hebben zeker een bril die **absoluut bij JOU past!**

We gaan tot het uiterste om jouw ogen optimaal te ondersteunen. Daarnaast bieden wij topservice, met uitstekende garanties.

**Meer info?**  
Scan de  
QR-code



Als re-integratiespecialist en vertrouwenspersoon help ik u en uw medewerkers door uitdagende periodes heen. Van vertrouwelijke gesprekken tot begeleiding bij re-integratie van medewerkers. Samen met u creëren we een veilige, gezonde werkomgeving.



*Sandra van der Kolk*

## Professionele 2e Spoortraject begeleiding met persoonlijke aanpak

**Ik ben Sandra van der Kolk, ondernemer en ervaren re-integratiespecialist in deze regio. Ik ondersteun medewerkers tijdens hun re-integratieproces en bied maatwerk dat zowel de belangen van de werkgever als de werknemer respecteert. Ik streef ernaar om medewerkers met een duurzaam toekomstperspectief te begeleiden, terwijl ik u als werkgever volledig ontzorg door te zorgen voor naleving van de Wet Verbetering Poortwachter.**

**2e Spoortraject op Maat:** Met mijn persoonlijke aanpak zorg ik ervoor dat uw medewerker passende werkzaamheden voor duurzame arbeid, buiten uw organisatie vindt. Daarnaast ondersteun ik uw medewerker bij het WIA-proces. Documentatie en rapportages worden conform de richtlijnen vastgelegd. De Wet verbetering Poortwachter wordt hierbij in acht genomen.

Mijn aanpak helpt uw medewerkers om met vertrouwen weer aan het werk te gaan, zodat u zich kunt focussen op de groei van uw organisatie. Wilt u weten hoe mijn dienstverlening uw bedrijf kan versterken?

**Neem gerust contact op om de mogelijkheden te bespreken.**

**Sandra van der Kolk**

Uw Re-Integratiespecialist

**Wil meer weten?**

Scan dan de QR-code of kijk op [www.sandra-vanderkolk.nl](http://www.sandra-vanderkolk.nl)





N

# *Nieuwjaar*

**Nieuwjaar is een moment van hoop, reflectie en viering. Over de hele wereld markeren verschillende tradities het begin van een nieuw jaar, elk met een unieke betekenis en symboliek. In Nederland en andere landen worden nieuwjaarsborrels vaak georganiseerd om het nieuwe jaar feestelijk in te luiden.**

Een van de meest bekende tradities in Nederland is het afsteken van vuurwerk om middernacht. Dit kleurrijke spektakel symboliseert het verdrijven van kwade geesten en het verwelkomen van een nieuw begin. Veel mensen drinken rond middernacht champagne en toosten op een gelukkig en gezond jaar. Ook de Nieuwjaarsduik is een geliefde traditie, waarbij duizenden mensen in het ijskoude water duiken om het jaar fris en energiek te starten.

Op internationaal niveau zijn er tal van unieke gebruiken. In Brazilië dragen mensen wit om vrede en reinheid te symboliseren en velen springen over zeven golven in de zee als een ritueel voor geluk. Op de Filipijnen is het gebruikelijk om ronde objecten zoals munten en fruit te verzamelen als symbool van welvaart. In Schotland wordt 'Hogmanay' gevierd waarbij 'first-footing' een belangrijke rol speelt: de eerste persoon die een huis binnenkomt brengt geluk voor het nieuwe jaar. In Japan wordt het nieuwe

jaar (Shōgatsu) gevierd met het luiden van tempelklokken, 108 keer om onzuivere verlangens en negatieve emoties te verdrijven. Daarnaast is het gebruikelijk om traditionele gerechten zoals 'osechi ryōri' te eten en om familie en vrienden te bezoeken om geluk te wensen.

Nieuwjaarsborrels zijn een integraal onderdeel van de feestelijkheden, vooral in een professionele context. Werkgevers organiseren vaak borrels in januari om het team te bedanken voor de inzet in het afgelopen jaar en om gezamenlijk vooruit te kijken. Het is een moment om relaties te versterken, doelen te bespreken en een gevoel van saamhorigheid te creëren. Bij persoonlijke nieuwjaarsborrels staan gezelligheid en verbinding centraal. Veel van deze borrels vinden plaats in sfeervolle restaurants, waar men geniet van heerlijke hapjes en drankjes in een feestelijke ambiance. Hier komt iedereen samen om het nieuwe jaar in een ontspannen sfeer te vieren.





**NOBLE KITCHEN** Via onze gezellige Bar & Brasserie Bernardus Café wordt u welkom geheten in het met een Michelinster bekroonde restaurant Noble Kitchen. We laten u graag genieten van onze heerlijke gerechten met Aziatische invloeden en mooie wijnen. Noble Kitchen is meer dan een restaurant alleen. Onder één dak hebben we 4 multifunctionele meeting rooms en Bernardus Café, onze Bar & Brasserie met panoramisch uitzicht over de Bernardus golfbaan. Hier vindt u heerlijke en eerlijke gerechten op onze kleine kaart.

Noble Kitchen | Deutersestraat 39B, Cromvoirt  
+31 73 203 48 88 | [www.noblekitchen.nl](http://www.noblekitchen.nl)



**RESTAURANT HOFSTEDE DE BLAAK** Rijksmonument landhuis 'de blaak' is een authentiek engels landhuis met een pachtboerderij en dateert in zijn huidige vorm van 1907. Onze keuken bestaat uit de klassieke franse basis met deels vernieuwde eigen creaties, allen volgens dezelfde toewijding en met grootst mogelijke zorg bereid. Dit slechts met één doel; om uw smaak papillen te verwennen. **Dussenpad 1-3, Tilburg**

(013) 463 88 99 | [www.hofstededeblaak.nl](http://www.hofstededeblaak.nl)

**RESTAURANT FABULEUX** Wij koken met de seizoenen mee, maken alles zelf en presenteren om de 7 weken een nieuw menu. Wil je even lunchen of uitgebreid dineren? Een avond uit met z'n tweeën, met vrienden en vriendinnen of met een groot gezelschap in exclusief onze privé ruimte? Veel is mogelijk bij Fabuleux. Wij ontvangen je graag. **Verwersstraat 23, 's-Hertogenbosch**  
I 073-7410011 | [www.restaurantfabuleux.nl](http://www.restaurantfabuleux.nl)



**LUCIE COCINA** geeft je het gevoel een levendige, authentieke tapasbar binnen te stappen. De rustieke kroonluchters, mozaïekvloer en bar met uitgestalde zeevruchten zorgen voor een sfeervolle eerste indruk, alsof je in Spanje bent. Of je nu kiest voor hamkroketjes, tortilla of creatievere tapas zoals gestoomde zamburinas of gestoofde kalfswangen met mojo rojo, de uitgebreide kaart is onweerstaanbaar. Door de mooie prijs-kwaliteitverhouding kun je volop genieten van alles wat de menukaart te bieden heeft. Geniet van een culinaire reis en feestervaring! **Kleine Berg 34b, Eindhoven** | +31 40 41 00 163 | [www.lucie-cocina.bar](http://www.lucie-cocina.bar)



## 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


Je kunt ook het contactformulier invullen op:

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





Wilt u graag de charme van een jaren 30 woning?

U gaat toch ook voor een echte 

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

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





Wil je  
meer weten?  
Neem dan gerust  
contact op!

## De basis van jouw huis



Lucas Gasselstraat 21 Eindhoven  
06-29503533  
info@jpmparket.nl  
www.jpmparket.nl



### Houten vloeren

- verouderde vloeren
- lamelparket
- multiplankvloer
- tapisparket



### Laminaat / pvc-vloeren



### Onderhoud en renovatie

- Bona Deep Clean Solution
- traprenovatie
- lakken en schuren



### Projecten

Jean-Pierre  
van de Moosdijk



MET DE PVC-VLOEREN  
VAN JPM PARKET  
MAAK JE VAN  
IEDER HUIS EEN  
GEZELLIG THUIS

Wij leggen als specialist in pvc-vloeren een fantastische vloer bij je thuis of in je bedrijfspand. Ze zijn bij JPM Parket te verkrijgen in allerlei soorten, maten en kleuren en er kan zelfs een pvc-vloer in visgraatpatroon gelegd worden. Er is zoveel keuze dat het bijna lastig is om een vloer te kiezen die past bij jouw smaak en mogelijkheden.

**Neem eens een kijkje in de showroom van JPM Parket in Eindhoven. Daar krijg je een goed beeld van de verschillende pvc-vloeren waaruit je kunt kiezen.**

Op veertienjarige leeftijd zei **Ine Schroven** al dat ze een eigen dansschool zou willen. Na het volgen van de dans-academie en het opdoen van voldoende ervaring, werd deze droom werkelijkheid. En hoe! Ze nam dansschool Batico over, veranderde de naam in **'In2Dance'** en maakte er samen met alle dansers een groot succes van.

- Peuterdans • Kleuterdans
- Moderne dans
- Streetdance • Hiphop
- Wedstrijddans • Klassiek Ballet • Spitzen • Dance and Fiësta • Jazz • Musical

Wil jij een  
**GRATIS proefles?**

Kom dan snel een  
keer uitproberen!



## Deel jij onze passie voor dans?

Dans is je vrij voelen om samen met anderen te bewegen op muziek. Dans is emoties overbrengen met je lichaam. Dans is kunst. Dans is sport. De Bestse dansschool In2Dance biedt danslessen aan voor jong en oud, jongens en meisjes, recreatieve dansers en dansers met wedstrijdambities. De rode draad? Een gezamenlijke passie voor dans, in uiteenlopende vormen, stijlen en niveaus.

Van lekker vrij bewegen op bekende kinderliedjes voor peuters en kleuters tot complete work-outs op opzweepende muziek voor volwassenen, en van wekelijks gezellig samen bewegen in vriendenteams tot op het hoogste niveau meedoen voor de prijzen in danswedstrijden: **In2Dance biedt voor ieder wat wils.**

Een bekwaam en gediplomeerd docententeam doceert dansstijlen

Mail voor meer informatie en het volgen van een proefles naar [info.in2dance@gmail.com](mailto:info.in2dance@gmail.com)

**Onze dansschool en onze wedstrijdteams volgen op sociale media?**

In2Dance Best

in2dancebest

Max de Bossstraat 1 Best | 06 81288143  
info.in2dance@gmail.com | [www.in2dancebest.nl](http://www.in2dancebest.nl)

IK DANS BIJ/IN2DANCE



variërend van klassiek ballet en moderne dans tot streetdance en hiphop, op alle niveaus.

Naast de reguliere lessen organiseert In2Dance ook workshops, kampioenschappen, en jaarlijks een kerst- of eindvoorstelling. Bij alle activiteiten staat plezier in het dansen centraal. **In2Dance heeft veel te bieden en laat dat graag zien tijdens een gratis proefles.**



Huidzonderlijk is een initiatief van professionals. Bij Huidzonderlijk staan niet de producten en merken centraal, maar de werking van het betreffende product. We zijn merk-onafhankelijk en ons assortiment bestaat enkel en alleen uit producten die we zelf ook gebruiken in onze praktijk. En die we zelf ook (zouden) gebruiken op onze huid.

huidzonderlijk<sup>nl</sup>



### Dermasence – Adtop Care Plus

Deze crème is speciaal ontwikkeld voor de droge en zeer droge huid. Ze verbindt de positieve eigenschappen van de Adtop crème met het hydraterende effect van urea (10%) en glycerine. Zo wordt ruwe, schilferige huid weer zacht en soepel, zonder dat er een vetfilm ontstaat. Ideaal in het kader van invaltherapie bij naar atopisch eczeem neigende huid.

Inhoud: 100 ml € 16,10



### Meditopics – AHA Gel 10%

Chemische peeling voor het minder zichtbaar maken van folliculaire hyperkeratosen, ichtyosen en andere hyperkeratosen. Geschikt voor de behandeling van littekens en acne en als aanvulling op peelingbehandelingen.

Inhoud: 50 ml € 22,95



### BellaPierre – Derma Renew BB Cream

BellaPierre Derma Renew BB Cream is een combinatie van geavanceerde huidverzorging en foundation. De BellaPierre Derma Renew BB Cream is zeer gepigmenteerd en blijft tot wel 12 uur goed zitten.

Inhoud: 50 ml € 42,00



# Fris het nieuwe jaar in!

met producten voor Huidzonderlijke verzorging!



### Lycogel – Remover Pads

De Lycogel Remover Pads zijn speciaal ontwikkeld om de Lycogel producten van de huid te verwijderen.

€ 9,95



### Toskani – Radiance Duo Pack (Radiance Eye Contour Cream + Radiance Daily Cream)



Dit Radiance duo pack bevat een oogcrème en een crème. Het Radiance duo pack vermindert het verschijnen van nieuwe vlekken en egaliseert de huidteint, waardoor een gezonde glow als resultaat wordt behaald.

Inhoud:  
Oog Contour Crème: 15 ml.  
Radiance Daily Crème: 50 ml.  
~~€ 86,00~~ € 79,00



Wil je het volledige assortiment bekijken?  
Scan de QR-code of kijk op [www.huidzonderlijk.nl](http://www.huidzonderlijk.nl)



Profiteer t/m 31 januari 2025 van 10% korting met de kortingscode **INSLAAN2025**

# SHOP

TILL YOU DROP!



## ZORG WEER VOOR GRIP OP JE EIGEN LEVEN!

Het boek 'Laat de kaas niet van je brood eten' geeft je inzicht over hoe je staande kunt blijven en de kracht weet te vinden om door te gaan tijdens het hebben van schulden, stress vanwege persoonlijke geldproblemen of een faillissement.

**PRE-ORDER NOW!**  
via onderstaand mailadres



Jolanda.Phillipse@icloud.com



## SPARKLING WHITE

De Sparkling White van Rotterdam Urban Winery is een unieke mousserende demi-sec gemaakt van geredde tafeldruiven. Met aroma's van vlierbloesem en tropisch fruit biedt deze wijn een subtiele en volle smaak met fijne zuren en een aangename afdronk. Perfect als aperitief, bij zachte kazen, salades, pittige gerechten of desserts.



[rotterdamurbanwinery.nl/winkel/](http://rotterdamurbanwinery.nl/winkel/)

## BOEKET AMALIA

Een nieuw begin, maar wat geeft de finishing touch? Een prachtig boeket op tafel natuurlijk. Het boeket Amalia van topbloemen.nl bestaat uit een betoverende mix van warme kleuren en speelse accenten, perfect voor elke gelegenheid. Laat het stralen in je eigen woonkamer of bestel het voor iemand die een beetje extra liefde verdient.

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



## THAT'SO ON THE GO DARK

De vegan self tan spray van That'so is ongeëvenaard goed en geeft direct een prachtige, egale, echt bruine kleur die 2-3 uur na het aanbrengen doorontwikkelt. Hiermee zie je er sunkissed uit! Ruikt heerlijk en geeft geen vlekken. Tevens verzorgt en hydrateert dit product je huid door toevoeging van onder andere aloë vera. Het perfecte product voor een verantwoorde bruine teint.

125 ml, € 30,-, [www.thatso.nl](http://www.thatso.nl)



# BRUIST Deals

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

## INTUITION QUATTRO FOR WOMEN

Dit stijlvolle rosé gouden scheersysteem is voorzien van vier mesjes en is speciaal ontworpen voor vrouwen die heel glad en stijlvol voor de dag willen komen. Quattro for Women is geschikt voor het ontharen van alle zones, met een fluweelzacht en superglad resultaat. Ook de moeilijk bereikbare plekjes worden gemakkelijk meegenomen. Het scheermesje bevat aloë vera en vitamine E, wat zowel tijdens als na het scheren verzorging biedt.

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



## PEUGEOT MAESTRO PEPERMOLEN

Peugeot, bekend om hun indrukwekkende auto's, biedt ook betaalbare culinaire creaties onder de naam Peugeot Saveurs. Met hun uitgebreide ervaring in smaken omarmen ze nu kruidenmolens, keramische ovenschotels, degustatieglazen en wijnaccessoires. Elk product van Peugeot Saveurs belichaamt de uitzonderlijke smaakbeleving van dit gerenommeerde Franse familiebedrijf.

[be.peugeot-saveurs.com/nl](http://be.peugeot-saveurs.com/nl)



## LEZERSACTIE\* Cadeaubon t.w.v. € 100

Welkom bij De WOONWINKEL de gezellige boetiek voor stijlvolle, duurzame producten. Ontdek het uitgebreide aanbod in een warme sfeer, met persoonlijke service en deskundig advies. Kom langs en vind precies wat je zoekt!



[www.woonwinkelkampen.be](http://www.woonwinkelkampen.be) TAG #KAMPEN



## 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)





*Carlos Lens:*

# Tips voor een Gezond en Fit 2025

Carlos Lens, bekend personal trainer van vele Nederlandse sterren zoals Linda de Mol en Anouk, deelt zijn inzichten over gezondheid, fitness en voeding. Met meer dan twee decennia ervaring inspireert hij ons met praktische en haalbare adviezen.

## **1. Begin met een heldere doelstelling**

Carlos benadrukt het belang van een duidelijk doel. Maak kleine veranderingen in je dagelijkse routine, zoals wandelen, bij voorkeur op een lege maag. Dit helpt niet alleen vet te verbranden, maar zorgt ook voor een actieve start van de dag.

## **2. Krachttraining als basis**

In plaats van alleen cardio, raadt Carlos aan om krachttraining toe te voegen. Dit versterkt niet alleen spieren en botten, maar zorgt er ook voor dat je stofwisseling tot wel 48 uur na je workout actief blijft. Bovendien voel je je fitter en zie je er beter uit.

## **3. Slaap en herstel zijn essentieel**

Rust is een van de pijlers in Carlos' filosofie. Probeer 6-10 uur slaap per nacht te halen en maak eventueel gebruik van powernaps van maximaal 20 minuten. Een goede slaaproutine begint met ontspanning en positieve gedachten.

## **4. Voeding is 80% van het proces**

Een gezond dieet betekent gevarieerd eten met groenten, volkoren producten, eiwitten en gezonde vetten. Carlos raadt aan om voeding te plannen en voor 80% gezonde keuzes te maken. Af en toe snoepen mag, zolang het met mate gebeurt.

## **5. Effectieve oplossingen voor drukke schema's**

Voor wie weinig tijd heeft, zijn HIIT-workouts of korte wandelingen ideale oplossingen. Deze zijn intensief en efficiënt, perfect voor een drukke levensstijl.

**Met deze tips van Carlos Lens maak je van 2025 een gezond en energiek jaar!**

**Meer weten? Ga naar [www.houseofcarlos.nl](http://www.houseofcarlos.nl) of scan de QR-code voor meer informatie.**





# Januari

**Januari, de eerste maand van het jaar, is een periode vol nieuwe energie en frisse kansen. Met zijn 31 dagen vormt ze een brug tussen het verleden en de toekomst. De naam januari komt van Janus, de Romeinse god van poorten, deuren en beginpunten. Het is dan ook niet verrassend dat januari symbool staat voor een nieuw begin. In vroegere tijden werd deze maand ook wel de louwmaand, ijsmaand, wolfsmaand of hardmaand genoemd, namen die de winterse kou en uitdagingen van dit seizoen weerspiegelen.**

Historisch gezien was januari niet altijd de eerste maand van het jaar, want januari werd samen met februari pas later toegevoegd aan de Gregoriaanse kalender. Vandaag de dag markeert januari wereldwijd het begin van talloze tradities en goede voornemens.

Voor veel mensen biedt januari een kans om oude patronen los te laten en met een schone lei te beginnen. Dit kan letterlijk, door bijvoorbeeld het huis op te ruimen. Na de feestdagen voelt het heerlijk om kerstspullen op te bergen en je huis weer overzichtelijk te maken. Het is ook een uitstekend moment om verder te gaan met ontspullen, oftewel het bewust afscheid nemen van spullen die je niet langer gelukkig maken. Voor beginners kan het helpen om klein te starten, zoals met een lade of een kledingkast. Een populair idee is het 'Project 333-principe', waarbij je een capsulegarderobe samenstelt van slechts 33 kledingstukken.

Januari is ook een maand van doelen stellen. Het hoeft niet groots of ingewikkeld te zijn; zelfs kleine doelen kunnen een groot verschil maken. Denk bijvoorbeeld aan meer tijd doorbrengen met geliefden, gezonder eten of eindelijk dat boek lezen dat al maanden op je nachtkastje ligt. Schrijf je doelen op en geef jezelf een duidelijke, haalbare tijdlijn.

Daarnaast is januari een heerlijke maand om te reizen, vooral naar zonnige bestemmingen. Terwijl de temperaturen in Nederland vaak rond het vriespunt liggen, kun je elders genieten van aangename temperaturen: 23°C in Dubai, 27°C op Curaçao of zelfs 32°C in Thailand. Voor wie dichter bij huis wil blijven, bieden Gran Canaria en Tenerife met hun 18-19°C nog steeds een welkome ontsnapping aan de winter.

# & BEWONDER

STEEDS VERRASSEND AANBOD



INTERNATIONAL  
FILM FESTIVAL  
ROTTERDAM

**INTERNATIONAL FILM FESTIVAL ROTTERDAM (IFFR)** Van 30 januari tot 9 februari verandert Rotterdam in een paradijs voor film liefhebbers tijdens het International Film Festival Rotterdam (IFFR). Het festival trekt bezoekers van over de hele wereld met zijn unieke mix van onafhankelijke en experimentele films. Op het programma staan wereldpremières, korte films en indrukwekkende documentaires, maar het gaat verder dan alleen kijken. Je kunt deelnemen aan boeiende Q&A-sessies, meeslepende kunstinstallaties bewonderen en luisteren naar inspirerende paneldiscussies met filmmakers. Tien dagen lang hangt er een energieke sfeer in de stad, waarin verhalen van alle continenten tot leven komen. Een absolute must voor elke film liefhebber.



**DE INTERNATIONALE VAKANTIEBEURS IN UTRECHT** In de koude, donkere wintermaanden is er niets leuker dan alvast weg te dromen bij zonnige bestemmingen en zomerse avonturen. Van 9 tot 12 januari 2025 opent de Jaarbeurs Utrecht haar deuren voor de Internationale Vakantiebeurs, dé plek om je perfecte zomervakantie te plannen. Laat je inspireren door exotische bestemmingen, proef lokale specialiteiten en ontdek unieke reizen. Of je nu verlangt naar een ontspannen strandvakantie, een actieve trektocht of een culturele stedentrip, hier vind je alles wat je nodig hebt. Begin het jaar met nieuwe reiseideeën en kijk alvast uit naar de warme zomerzon!



**WINTERWANDELING EN WELLNESS - ARDENNEN** Eind januari 2025 zijn de Ardennen de ideale bestemming voor een winterse ontsnapping, waar natuur en ontspanning samenkomen. Veel organisaties bieden speciale arrangementen aan voor een dag of weekend weg. Geniet van een serene wandeling door besneeuwde bossen, begeleid door een gids die de geheimen van het winterlandschap onthult. Daarna kun je jezelf verwennen in een luxe spa met thermale baden, sauna's en professionele massages. De combinatie van frisse lucht, beweging en ultieme ontspanning maakt dit uitje perfect voor vrouwen (en mannen) die op zoek zijn naar rust en balans. Een unieke kans om je winterdip te verslaan!

**MILAN MEN'S FASHION WEEK** Van 17 tot 21 januari 2025 schittert Milaan met de nieuwste herencollecties voor Fall/Winter 2025/26. De wereldstad van mode zet grote namen zoals Prada en Gucci naast innovatieve ontwerpers in de schijnwerpers. Van klassieke maatwerk tot futuristische streetwear, de shows bieden inspiratie voor iedere man die elegantie en innovatie wil combineren. Trends zoals rijke texturen, gedurfde silhouetten en warme aardetinten domineren de catwalk. Deze week is niet alleen een viering van stijl, maar ook een ode aan vakmanschap en creativiteit. Milan Men's Fashion Week is dé bestemming voor liefhebbers van mode en design. Mis het niet!





Noord-Brabant is een provincie die je verwelkomt met open armen. Ontdek onze prachtige natuur, verrassende steden en veelzijdige activiteiten, perfect voor een dagje uit of een weekendje weg. Alles ligt binnen handbereik, zodat je moeiteloos verschillende ervaringen kunt combineren. Welkom in Noord-Brabant, waar je nooit uitgekeken raakt!

**VRIJDAG 10 JANUARI 2025 OM 19.30 UUR**  
**CHRISTIAN FARLA** THEATER



Meester illusionist Christian Farla is terug in de Nederlandse theaters met zijn spectaculaire magic & illusieshow genaamd 'MAGIC 2.0. - The next level of Magic.' Eindelijk weer een theatershow vol humor en sensatie, waarbij u op het puntje van uw stoel zult zitten. Van vingervlugge kaartrucs, mindreading, hypnose, zweefacts tot aan een doorzaagact met een plexiglas kist waar u met uw neus bovenop zit. Een belevenis die u niet meer zult vergeten. Na afloop kunt u alleen nog zeggen...**HOE DAN?! Grote Markt 32, Bergen op Zoom**

**ZATERDAG 11 JANUARI 2025 OM 20.30 - 02.00 UUR**  
**80'S 90'S & 00'S RADIO PARTY** MUZIEK



Zaterdag 11 januari 2025 is het feest der feesten weer terug in het Klokgebouw in Eindhoven. Voor velen is de 80's 90's & 00's Radio Party een vaste aantekening in de agenda en dit staat bekend als een jaarlijkse reünie. Ben je een keer naar een 80's 90's & 00's Radio Party geweest dan is de kans groot dat je jaar na jaar terug blijft komen. De lekkerste danceable hits uit de 80's, 90's en 00's, waar natuurlijk de verlichte dansvloer, spiegelbollen, supergave lichtshows en spectaculair entertainment niet kunnen ontbreken. Kortom: de grootste pop-up discotheek met de hele avond de beste, de lekkerste en meest swingende floorfillers in een niet te vergeten sfeertje. Stilstaan is onmogelijk, dus mis het niet!  
**Klokgebouw Eindhoven | Klokgebouw 50, Eindhoven**

**18 EN 19 JANUARI 2025**  
**FILMFESTIVAL: E=MC²** FILM

Hoe heerlijk: Je een weekend lang onderdompelen in topfilms! Dit kan tijdens het eigen filmfestival van FilmPodiumBoxtel, ook wel Boxtels' kleine, fijne filmfestival genoemd. Het thema? E=MC². Wetenschap dus! Geen vage formules hoor, maar drie absolute wereldproducties die je aan het scherm gekluisterd houden: Hidden Figures op 18 januari en The Theory of Everything en The Imitation Game op 19 januari. **Muziekhuis Boxtel | Passage Riche 4; Boxtel**

**ZONDAG 26 JANUARI 2025 OM 15.00 UUR**  
**MONIQUE SMIT, OP REIS MET KIDSPOP (2+)** THEATER



Na het succes van de eerste KidsPop theatershow 'Één groot feest!' zijn Monique en haar KidsToppers ook dit theaterseizoen terug met een show vol met muziek, dans, vrolijkheid en gezelligheid: Op reis met KidsPop! De show is voor families met kinderen van alle leeftijden, maar vooral van 2 tot 8 jaar. Deze voorstelling bevat geen pauze.  
**Spoortaan 82C, Oisterwijk**



**VRIJDAG 31 JANUARI 2025 OM 20.30 UUR**  
**MANU VAN KERSBERGEN** MUZIEK



De Herontdekking van de Hemel. De ultieme 'spoken word' beleving. Is het een concert? Is het een voorstelling? Nee, of nou ja, misschien wel allebei! Het is hoe dan ook spoken word artiest Manu van Kersbergen die samen met muziekcollectief multibeat een intensieve crossover heeft ontwikkeld tussen woordkunst en compositie. In deze experimentele dialoog gaan de makers op zoek naar een nieuwe taal. "In den beginne was het woord en het eind was zoek." **Cultuurcentrum Deurne | Martinetplein 1, Deurne**

# De stoere kinderfiets

We vinden het heel belangrijk dat we mensen kunnen helpen, van jong tot oud. De kinderfietsen zijn heel belangrijk. We beginnen al rond de 2,5 jaar met leren fietsen. Dat moet veilig gebeuren gaan en we vinden het ook leuk als het een mooi model is. Voor jongens en meisjes hebben we Batavus, Sparta en Loekie kinderfietsen in de winkel. Het assortiment is ruim en biedt voor ieder wat wils. Loopfietsen en stepjes zijn ook te bezichtigen.

**Als ouder is de veiligheid van jouw kind het belangrijkste.**

Voorals ze samen met hun vriendjes en vriendinnetjes de wereld verkennen op twee wielen. Onze kinderfietsen zijn niet alleen trendy, maar ook veilig en stevig. Zo zijn de kinderfietsen voorzien van alle benodigde specificaties, zoals een zichtbare fietslamp en reflectors om altijd goed te zien én gezien te worden onderweg.



De FietsenWinkel Zijtaart

Ceciliastraat 1, Zijtaart (Veghel)  
0413-352203 | info@defietsenwinkelzijtaart.nl  
[www.defietsenwinkelzijtaart.nl](http://www.defietsenwinkelzijtaart.nl)



Kom langs en maak  
**EEN PROEFRIT!**  
We hebben vast  
een fiets voor jou.

E-BIKES

STADS- & TOURFIETSEN

**KINDERFIETSEN**

GEbruikte FIETSEN

VERHUURFIETSEN

REPARATIE



Ook benieuwd wat jouw  
huis waard is in 2025?  
Vraag nu een waardebeoordeling aan!

*Wij wensen je een goed 2025!*

Wij werken met een vastgoedstylist waardoor je woning sneller, maar ook boven de vraagprijs verkocht kan worden.



Bel nu voor  
een vrijblijvende  
afspraak!  
06 51 68 72 68

*Thea Vorstenbosch*



06 51 68 72 68 | info@tvomakelaardij.nl | www.tvomakelaardij.nl

*altijd een streepje voor*



# Winterse stoofpot met seizoensgroenten

Deze winterse stoofpot met seizoensgroenten is het ultieme comfortfood voor koude dagen. Met malse runderlappen, kleurrijke groenten en een rijke, kruidige bouillon is dit gerecht niet alleen voedzaam, maar ook ontzettend smaakvol. Het is eenvoudig te maken en vult je huis met de heerlijke geur van een echte winterklassieker.

## BEREIDINGSTIJD

20 minuten voorbereiding en  
2 uur koken

## RECEPT VOOR

4 personen

## INGREDIËNTEN

- 500 g runderlappen
- 3 wortels
- 2 pastinaken
- 4 middelgrote aardappelen
- 2 uien
- Olijfolie of boter om te bakken
- 3 teentjes knoflook
- 2 eetlepels tomatenpuree
- 500 ml runderbouillon
- 2 laurierblaadjes
- 1 theelepel tijm
- 1 theelepel rozemarijn
- Zout en peper naar smaak

## BEREIDING

Snijd de runderlappen in grove stukken en de wortels, pastinaak en aardappelen in blokjes. Hak de uien en knoflook fijn.

Verhit olijfolie of boter in een grote stoofpan. Bak het vlees rondom bruin en haal het uit de pan.

Voeg de uien en knoflook toe aan dezelfde pan en fruit tot ze glazig zijn. Roer de tomatenpuree erdoor en bak kort mee.

Doe het vlees terug in de pan en voeg de bouillon, laurierblaadjes, tijm en rozemarijn toe. Voeg de gesneden groenten toe en roer goed door.

Laat de stoofpot op laag vuur minstens 2 uur sudderen, of totdat het vlees mals is en de smaken goed zijn ingetrokken. Roer af en toe door en voeg indien nodig extra bouillon toe.

Verwijder de laurierblaadjes en serveer de stoofpot warm met een stuk vers, knapperig brood.

Begin het nieuwe jaar met frisse energie en motivatie! Stel je doelen, blijf gezond, word sportiever en geniet van een nieuwe start. Laat je inspireren door de nieuwste editie van Bruist en maak kans op mooie prijzen!

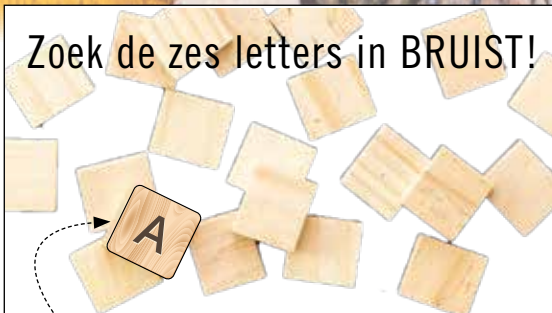
# PUZZELPAGINA

<input type="text"/>		7	4		3	5		
	1		9		6		3	
	5						2	
1				3			<input type="text"/>	7
3			7		8			5
4				1				2
	4							7
	3		5	<input type="text"/>	9		4	
		2	3		1	8		

### Los de sudoku op

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-8-4**.

### 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

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

Maak kans op een fles:

## Pizzolato extra dry

Bij Pizzolato maken ze niet alleen een Spumante van alleen Pinot Grigio, maar ook een blend van diverse druiven. De wijn is harmonieus met een fruitig bouquet van rijpe peer en perzik, en biedt een fluweelzachte, frisse, goed uitgebalanceerde en levendige ervaring.



NIX18



Los de rebus op.

Maak kans op een fles:

## Laurent - Perrier

Laurent-Perrier champagnes staan bekend om hun frisheid dankzij het hoge chardonnay-gehalte. Deze goudgele demi-sec, met aroma's van gedroogd fruit, amandelen, brioche en hazelnoten, verrijkt zoete gerechten. Perfect bij bosbessen- en frambozenmousse.



NIX18

h	o	l	v	y	t	h	k	u	g	x	chardonnay
m	k	e	t	r	i	l	y	s	b	e	elegant
c	h	a	r	d	o	n	n	a	y	l	champagne
e	e	u	p	j	i	k	m	p	h	p	citrus
r	l	c	h	x	z	e	s	e	q	m	methode
e	v	e	e	u	t	b	b	r	t	o	complex
k	s	e	g	h	o	v	h	i	u	c	mousse
a	f	s	o	a	s	u	r	t	i	c	aperitief
l	h	d	u	u	n	x	m	i	x	f	
m	e	z	l	o	u	t	r	e	q	d	
r	z	v	k	h	m	f	x	f	n	l	

Streek 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 februari 2025 op [www.nederlandbruist.nl/best-oirschot/puzzelen](http://www.nederlandbruist.nl/best-oirschot/puzzelen) of scan de QR-code.





# FRIS VAN START

**VELE VOORDELEN OM HET  
JAAR GOED TE BEGINNEN!**

kijk op [www.vanmossel.nl](http://www.vanmossel.nl)

**Van Mossel**