

**ROSMALEN EO** 

JANUARI 2021 GRATIS MEENEMEN!  
[WWW.ROSMALENBUIST.NL](http://WWW.ROSMALENBUIST.NL)

# B R I I I S T



Met nieuwe  
lezersacties

**In 2021** wordt  
alles anders!

# KINDEROPVANG 't Goudvisje

## DAAR WIL JE HEEN!



### DE LEUKSTE KINDEROPVANG

Wij bieden een vertrouwde omgeving waarin de natuur centraal staat en je kind alle ruimte krijgt om op ontdekkingstocht te gaan. Gespecialiseerde medewerkers die samen kijken hoe onze opvang het beste aansluit op jouw wensen, inspelen op de bijzondere behoeften van jouw baby, talenten herkennen en jouw kind op een positieve manier uitdagen. Samen maken we bijzondere herinneringen!

KINDEROPVANG, PEUTEROPVANG & BSO

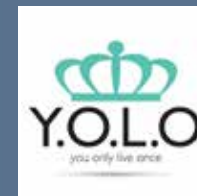
ROSMALLEN, EMPEL & BERLICUM • [WWW.GOUDVISJE.NL](http://WWW.GOUDVISJE.NL) • 073 - 522 16 70



# Durf jezelf te zijn!

#hair #instagood #love #fashion  
#yolo #color #yolokapper #haircuts  
#products #cool #followme  
#girl #instagramers #style #hairstyle  
#fun #festivalhair #haircoloring  
#balayage #foilage #rosmalen  
#haircare #kishaircare #beautiful  
#mermaidhair #haircolor  
#galaxyhair #awesome

Life isn't perfect  
**BUT**  
your hair can be!



Dorpsstraat 109 Rosmalen | 073-8884411 | [info@yolokappers.nl](mailto:info@yolokappers.nl) | [www.yolokappers.nl](http://www.yolokappers.nl) | [@yolokapper](https://www.instagram.com/yolokapper)



# Zoek jij **MAATWERK?**

'WIJ DENKEN  
ALTIJD MEE  
MET DE KLANT'



## De keuze is reuze

Raamdecoratie Strijbosch levert alles op het gebied van interne raambekleding. Denk hierbij aan overgordijnen, inbetweens, vouwgordijnen, houten jaloezieën, aluminium jaloezieën, plissés/duettes en rolgordijnen. Je vindt bij Raamdecoratie Strijbosch een ruim assortiment aan maatwerk, waarbij je een ruime keuze hebt uit diverse materialen.

## Rechtstreek uit de fabriek

Alle producten zijn rechtstreeks afkomstig van de fabriek. Dit scheelt veel in de levertijd. Zo wordt alle raamdecoratie binnen drie tot vier weken geplaatst terwijl het normaal eerder zeven tot tien weken duurt. Daarbij is het ook gunstig voor de prijs. Er zijn geen tussenpartijen die geld opeisen waardoor je verzekerd bent van lage prijzen.

## Ben jij op zoek naar maatwerk raamdecoratie?

En wil je graag van A tot Z geholpen worden door een specialist?  
Robin komt graag vrijblijvend bij je langs voor een uitgebreid gesprek.

ROBIN HELPT JE GRAAG!

**RAAMDECORATIE**  
**STRIJBOSCH**

Ondernemer: Robin Strijbosch  
Breeakkers 28 Den Bosch | 073-2032692 | 06-10090795  
info@raamdecoratie-strijbosch.nl | [www.raamdecoratie-strijbosch.nl](http://www.raamdecoratie-strijbosch.nl)

Volg ons:  Raamdecoratie Strijbosch  raamdecoratie\_strijbosch





*Inhoud*



23

# COLOFON

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

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Annemiek Jansen  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook.com/rosmalenbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Rosmalen Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Om te beginnen: de beste wensen voor 2021. We hopen dat jullie, ondanks alle restricties, toch mooie feestdagen achter de rug hebben en net als wij positief vooruitkijken naar het nieuwe jaar dat voor ons ligt. Een bruisend jaar, als het aan ons ligt, want dat hebben we met z'n allen wel verdiend!

## *Bruisende lezer,*

Net als heel veel andere mensen zijn wij dit jaar weer gestart met een aantal goede voornemens. Uiteraard de nodige 'standaard' voornemens, zoals de kerstkilo's eraf sporten, nog gezonder leven en nog meer omkijken naar de mensen om ons heen. Maar ook het voornemen om jullie dit jaar weer te blijven inspireren en informeren met onze magazines. Een voornemen dat de vele bruisende ondernemers met wie wij samenwerken ongetwijfeld met ons delen. Want ook zij staan weer te springen om je een kijkje achter de schermen te geven en vol enthousiasme te vertellen wat zij jou allemaal te bieden hebben.

Dit eerste magazine van 2021 staat dan ook weer vol bruisende verhalen, leuke tips en bijzondere weetjes. Dat belooft wat voor de rest van het jaar...

**Michael Thörig**

**Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook De Maashorst Bruist en 's-Hertogenbosch Bruist.**

# *Dit jaar* wordt alles anders!

Meestal gaan we aan het begin van een nieuw jaar nadenken over goede voornemens. Maar welke voornemens ga jij jezelf stellen na het bizarre afgelopen jaar, dat zo anders is verlopen dan we aan het begin ooit konden bedenken?

Veel mensen gaan nadenken over stoppen met roken, coronakilo's kwijtraken of simpelweg meer tijd voor leuke dingen vrijmaken. En zoals elk jaar beginnen hordes mensen op 1 januari vol goede moed, maar stranden die na enkele weken weer op de zandbank van Blue Monday.

## **Wat wordt jouw thema voor dit jaar?**

Een belangrijke oorzaak hiervoor zijn de onrealistische doelen die we onszelf stellen. Waarom zou je een lijst met meer dan vijf voornemens maken als je diep vanbinnen weet dat er slechts twee of drie haalbaar zijn? Door te kiezen voor een thema kun je een rode draad creëren in je leven. Stel geen specifieke doelen (zoals tien kilo afvallen), maar werk met een thema (zoals je gezondheid verbeteren). Op die manier kun je gedurende het jaar regelmatig even terugkoppelen naar je thema en zo je leven in de juiste richting duwen.

## **Haalbaar en concreet**

Goede voornemens zijn dus nog steeds een prima idee, maar neem er het hele jaar voor. Wil je het komende jaar meer aandacht voor je gezondheid, meer lucht in je longen of misschien meer balans? Kies dit dan als thema voor 2021. Onbewust zul je dan steeds meer keuzes in de goede richting maken. Denk ook na over kleine, concrete acties die bij jouw thema passen. Als je dan over een jaar terugkijkt, zul je tot je verbazing zien dat je enorm veel hebt bereikt.

## **Focus op het proces**

Soms zijn we zo aan het streven naar een bepaald eindresultaat, dat we vergeten te genieten van het proces. Terwijl de weg ernaartoe zoveel belangrijker is. En wanneer het iets minder gaat, kun je niets anders doen dan dat accepteren en het nog een keer proberen. Morgen is een nieuwe dag, waarop je gewoon weer met je thema aan de slag kan gaan.

Heb je een thema voor 2021, maar wil je toch wat hulp bij de uitvoering hiervan? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je genoeg ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

CREËER EEN  
RODE DRAAD IN  
JE LEVEN





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

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

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

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

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

### *Interesse?*

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

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

**Welke Ensuite past bij u?**

**Maak gewoon een afspraak!**

Moderne robuuste uitstraling



**Ensuite**

*We make you feel at home!*



### INSPIRATIEBRON VOOR DESIGN

De collectie van ICON010 bestaat uit een kleurrijke sokkenlijn, luxe geurkaarsen, mokken, tote bags, onderzetters en posters. Architectonische Rotterdamse trekleisters worden vertaald naar stijlvolle iconen. Het minimalistische lijnenspel en de goede kwaliteit van de producten maken deze items echte musthaves, ook voor niet-Rotterdamers. [www.icon010.nl](http://www.icon010.nl)



### NATUURLIJK PUUR!

Goede huidverzorging kan ook met pure, natuurlijke producten. SustOILable biedt uitstekende verzorging voor het hele lichaam: verzorgende huid- en haarolie (in navulbare pipet flesjes), handgemaakte stukken zeep, heerlijke geuroolie en natuurlijk wasmiddel (wasnoten). [www.sustOILable.com](http://www.sustOILable.com)



### LEZERSACTIE

**Maak kans op deze warme plaid.**

Zo'n heerlijke zachte plaid is niet alleen praktisch om jezelf warm te houden, het is ook nog eens een echte sfeermaker voor jouw interieur.



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. #PLAID naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

*win*

# Geselecteerd voor jou!

### LEZERSACTIE

**Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash.**

Begin fris aan het nieuwe jaar met deze heerlijke body wash op basis van perzikenbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met deze Body Wash van O'right.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van 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. #BODYWASH naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**



### AYURVEDISCH GENIETEN

In de reep Turmeric Tulsi ontmoet rauwe cacao kurkuma en tulsi. Deze 'heilige basilicum' is al meer dan 5000 jaar populair in de Ayurvedische geneeskunde. Samen met de kurkumawortel vormt dit een unieke chocolade met fijne, kruidige tonen van zoethout en venkel. [www.lovechock.nl](http://www.lovechock.nl)

### LEZERSACTIE

**Maak kans op deze modieuze rugzak van Gaastra t.w.v. 119,-**

Deze stevige rugzak van duurzaam materiaal heeft een ritsvak aan de voorkant en stabiele draaghengsels.



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. #GAASTRA naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### SHAKE IT

Van margarita's tot martini's: met cocktailshaker Hepburn serveer jij de lekkerste drankjes thuis. De shaker is gemaakt van loodvrij kristal en de bovenkant van metaal met een finish van gepolijst koper. Een echte eyecatcher!

€ 59,- [www.kookpunt.nl](http://www.kookpunt.nl)



# OPVALLEN? ADVERTEER IN BRUIST

JUIST  
NU!

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



BLOG/FAJAHLOURENS

Gelukkig zijn is een keuze.

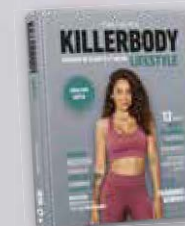
Met de kracht van je  
gedachten creëer je jouw  
eigen realiteit.

# MINDSET

Ik heb vaak gezien dat deelnemers aan het Killerbody Dieet weer terugvallen. De kilo's die zij zijn afgefallen zitten er na een bepaalde periode weer aan. Ze hebben stap voor stap het dieet gevolgd en een geweldig resultaat behaald. Toch vallen ze weer terug in hun oude voedingspatronen en gewoontes. Ik ben op onderzoek uitgegaan en kwam tot de conclusie dat de onderliggende mindset hiervan de oorzaak van is. De overtuigingen die mensen hebben over zichzelf zijn hetzelfde gebleven. Een positieve mindset en het hebben van de juiste overtuigingen zijn ontzettend belangrijk voor het behalen van de doelen in je leven, het bereiken van succes en de mate waarin je je gelukkig kunt voelen.

In mijn nieuwe boek Killerbody Lifestyle werk je in 12 weken niet alleen aan je lichaam, maar vooral ook aan je mindset en het doorbreken van patronen. Je leert van jezelf houden, naar je behoeftes luisteren en negatieve patronen doorbreken.

**Zo val je af, behoud je resultaat en het allerbelangrijkste; voel je je gelukkiger!**



**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION

BESTEL MIJN NIEUWE BOEK OP [WWW.MKBMSHOP.COM](http://WWW.MKBMSHOP.COM)



Voor elke stijl  
**een vloer!**

**20%  
KORTING  
OP VLOEREN**

Geldig van  
4 t/m 17 januari

**Gelukkig** zijn is een kwestie van geluk.

Maak tijd vrij voor de kleine **genietmomentjes** zoals dansen met je (klein)kinderen.

Wie **goede voornemens** 3 maanden weet vol te houden, slaagt er meestal ook in om dat de rest van het jaar te doen.

Ga de natuur in! Een **korte wandeling** helpt je bij het ordenen van je gedachten.

De 3e maandag van januari is het **Blue Monday**, de dag van het jaar waarop we ons het ellendigst zouden voelen.

Slechts **3 keer** per week **20 minuten** intensief bewegen zal je geluk met 15 procent verhogen.

Zie het leven als **een cadeautje** dat je iedere dag weer opnieuw mag uitpakken.

De meest effectieve manier om je geluksgevoel te verhogen is door **iets voor een ander te doen.**

R

Stop met jezelf af te remmen door **negatieve praatjes** en ga er gewoon voor. Want **succes** is wél een keuze.

Ben jij op zoek naar een sportschool waar jij je thuis voelt? Waar je geen nummer bent en waar je je gehoord voelt? Dan ben je bij Share-fit op het juiste adres.

# Share-Fit. Méér dan alleen een sportschool!



Mijn naam is **Sharon Petterson**. Ik ben 32 jaar oud en mag met trots zeggen dat ik van mijn passie mijn werk heb gemaakt. Samen met mijn moeder en mijn geweldige team runnen wij Share-Fit al bijna zes jaar. We zijn een hecht team en dat dragen wij ook graag uit naar buiten.

We begonnen als een leuk familiebedrijfje en zijn uitgegroeid tot een groot, succesvol sportcentrum dat de gezelligheid en persoonlijkheid van het familiebedrijf heeft weten te behouden. Wij hebben verschillende programma's waar jij aan kunt deelnemen. Reguliere lidmaatschappen, small group trainingen, Lifestyle programma's en fit plannen.

**Wil je graag een proefles bijwonen?  
Neem gerust contact met ons op.**

GEZELLIGHEID,  
VAKKUNDIGHEID EN  
VEILIGHEID STAAN  
BIJ ONS VOOROP



Akkerstraat 34, Nuland | 073-6898654 | info@share-fit.nl | www.share-fit.nl

Wie wil dat nou niet?

## Gezond het nieuwe jaar in

De feestdagen zijn weer achter de rug en het nieuwe jaar is begonnen. Tijd voor een nieuwe start.

Je hebt niet overal invloed op, zoals de huidige corona-maatregelen, maar waar je wel degelijk invloed op hebt, is je voedingspatroon. Jij bent degene die de boodschappen in huis haalt, jij eet het allemaal op. Dus jij bent ook degene die daar verandering in kan aanbrengen.

**Wil je graag een blijvende gezondere leefstijl aannemen en/of wat kilo's afvallen, maar kun je daarbij wel wat hulp gebruiken?** Neem dan contact met me op. Ik kan namelijk veel voor je betekenen. Na een intakegesprek en het bijhouden van een voedingsdagboek gaan we samen haalbare doelen opstellen.

**Om het jaar goed te beginnen, krijg je op vertoon van deze pagina 50% korting op het intakegesprek.**

In plaats van € 60,- betaal je nu slechts € 30,-.  
Neem je een pakket af van een intakegesprek en 10 consulten dan betaal je slechts € 385,- in plaats van € 435,-

**Bel me eens voor een gratis telefonisch intakegesprek. De vervolgsessies kunnen bij mij thuis plaatsvinden of in jouw eigen, vertrouwde omgeving.**



“Als personal voedingscoach coach ik mensen die op zoek zijn naar een gezonder eetpatroon of graag een paar kilo willen afvallen. De weegschaal is een bijzaak. Het gaat erom dat mensen meer energie krijgen en lekkerder in hun vel zitten. De kilo's volgen dan vaak vanzelf.”



Gerstakker 7, 's-Hertogenbosch  
**06-30195778**  
info@personalvoedingscoach.nl  
**www.personalvoedingscoach.nl**

NU BIJ ONS  
IN DE  
SHOWROOM

# De nieuwe CITROËN C4 EEN DYNAMISCH SILHOUET

Het ontwerp van de nieuwe Citroën C4 is typisch Citroën en onderscheidt zich door zijn energieke en dynamische silhouet van een hatchback in combinatie met de krachtige en robuuste kenmerken van een SUV, zoals de grote wielen tot 18" en de kunststof bescherm delen. Tevens is de bodemvrijheid van 156 mm groter dan bij concurrerende modellen.

De nieuwe Citroën ë-C4 - honderd procent elektrisch en de nieuwe Citroën C4 zijn de waardige vertegenwoordigers van een lijn compacte Citroën-berlines die al 92 jaar geschiedenis schrijven. Sinds 1928 hebben tien generaties Citroën-berlines elkaar opgevolgd, met een verkoop van in totaal 12,5 miljoen exemplaren.

## DE HATCHBACK OPNIEUW UITGEVONDEN

Een geheel nieuw voor u ontwikkeld model met onderscheidende carrossievorm voldoet aan alle verwachtingen in zijn segment dankzij het krachtige

voertuigconcept met uniek Citroën-design, met een verhoogde carrosserie, grote wielen, een energiek en aerodynamisch silhouet en talloze mogelijkheden voor personalisering. Daarnaast is er ruime keuze uit aandrijflijnen, naast de met conventionele benzine- en dieselaandrijving is er ook een honderd procent elektrische Citroën ë-C4.

De Citroën C4 biedt u optimaal comfort met alle voordelen van het Citroën Advanced Comfort®-programma zoals Citroën-veertechniek met Progressive Hydraulic Cushions®, Advanced Comfort-stoelen en Citroën Smart Pad Support™.

## CITROËN ADVANCED COMFORT®

Het Citroën Advanced Comfort®-programma is een nieuwe, modernere en meer rationele benadering van comfort. Bijzonder is de wielophanging met Progressive Hydraulic Cushions™ (PHC), een exclusieve Citroën-innovatie die zorgt voor toonaangevende dempings-eigenschappen die al honderd jaar onmiskenbaar zijn voor Citroën. De veertechniek bevat twintig patenten en maakt gebruik van conventionele veren en dempers in combinatie met dubbele hydraulische stops.



**VOS**  
Gewoon goed.

ERVAAR HET  
COMFORT EN DE  
UITGEBREIDE  
MOGELIJKHEDEN

MAAK EEN  
AFSPRAAK VOOR  
EEN PROEFRIJ



Voor u ook  
verkrijgbaar als 100%  
elektrische ë-C4

Den Bosch Rietveldenweg 58 A | 073 621 9023

Waalwijk Zanddonkweg 2 | 0416 33 33 21

Genderen (occasion center) Genderensdijk 11 | 0416 35 11 05  
info@vosgewoongoed.nl | www.vosgewoongoed.nl

# Ontspanning, persoonlijke aandacht en **quality time!**



**Ben je benieuwd geworden  
naar onze sessies?** Neem dan  
een kijkje op onze website voor  
meer informatie.

Michelle Verzandvoort

Bij Bubbels Baby Spa in Berlicum kunnen baby's van 0 tot 12 maanden komen genieten van floaten en babymassage. Naast ontspanning biedt de spa verlichting bij krampjes, reflux en overstrekken.

In onze kleinschalige baby spa zul je geen andere gezinnen tegenkomen. Iedere sessie is een privésessie. Dit vermindert het aantal prikkels voor je baby, maar ook voor jou. Zo creëren we een ontspannen omgeving, hebben we genoeg persoonlijke aandacht voor iedereen en is je bezoekje aan de spa helemaal coronaproof! Juist in deze tijd is het belangrijk om te blijven ontspannen.



Nederhof 3b, Berlicum | 06-41767164 | info@bubbelsbabyspa.nl | [www.bubbelsbabyspa.nl](http://www.bubbelsbabyspa.nl)

Bubbels Baby Spa | *Bubbels Baby Spa is alleen geopend op afspraak.*

## DAGJE UIT NATIONALE TULPENDAG



Op zaterdag 16 januari is het alweer tijd voor de tiende Nationale Tulpendag. Deze dag markeert de start van het (snij)tulpenseizoen. In verband met corona kan de Nationale Tulpendag dit jaar helaas niet gevierd worden met een tulpenpluktuin op de Dam in Amsterdam, maar desondanks wordt de dag wel feestelijk ingeluid met als thema: 'Let's Connect!'. Hoewel verbinding tussen mensen nu moeilijk is, verlangen we meer dan ooit naar contact. Juist de tulp kan deze connectie maken, want ze staat symbool voor hoop en positiviteit. Dus laten we aan elkaar denken en tulpen schenken. Ze zijn vanaf Nationale Tulpendag weer overal te koop. **Kijk voor meer info op [www.tulpentijd.nl](http://www.tulpentijd.nl).**

## FILMPJE KIJKEN DE VEROORDELING

Televisiejournalist Bas Haan creëert zijn eigen monster wanneer hij in zijn onderzoek naar de Deventer moordzaak steeds meer in het kamp wordt gezogen van degenen die 'de klusjesman' van moord beschuldigen. Een mediahete is het gevolg, waardoor het leven van 'de klusjesman' en zijn vrouw verandert in een ware nachtmerrie. Onthutst door deze 'trial by media' besluit Bas de complotten te bestrijden met de feiten. Tot zijn frustratie blijkt de beeldvorming sterker dan de werkelijkheid. Is er iemand ten onrechte veroordeeld of is er sprake van een onschuldig slachtoffer? **DE VEROORDELING is vanaf 21 januari te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN DE FAMILIE WACHTMAN



De carrière van Philip Wachtman zit in een dip. Zijn promotieonderzoek over de anonimiteit van spermadonors is overbodig geworden en hij dreigt gepasseerd te worden voor een benoeming tot hoogleraar. Hoe anders vergaat het zijn succesvolle vriendin Freya. Maar er is een groot gemis. Freya is op haar negenendertigste nog kinderloos. Philip weet dat hij niet de oorzaak kan zijn. Hij heeft naar schatting 411 nakomelingen... Door een uitspraak van de rechter dreigt Philip zijn geheim prijs te moeten geven. Achtervolgd door zijn verleden en door een studente die zegt dat ze zijn dochter is, moet hij op zoek naar zichzelf.

**DE FAMILIE WACHTMAN van Christiaan Alberdingk Thijm is vanaf 21 januari verkrijgbaar.**

**WINTER  
actie!**  
**10%KORTING  
OP ALLE KARPETTEN**  
waaronder Desso, Gelasta  
en Belakos  
Actie geldig t/m 31-01-2021

**Openingstijden**  
Dinsdag & woensdag  
9.30 - 13.00 uur  
Vrijdag 9.30 - 17.30 uur  
Zaterdag 9.30 - 16.00 uur  
Ook op afspraak geopend!

Mario en Nancy van den Boom

Zoekt u een specialist op het gebied van tapijten?  
Dan bent u bij Mario's Vloeren in Berlicum aan het juiste adres.

Ook voor tapijtvloeren, marmoleumvloeren, trapbekleding en raamdecoratie kunt u bij ons terecht. Door onze jarenlange ervaring en volledige inzet bent u altijd gegarandeerd van een perfect en duurzaam resultaat.

*Mario's  
Vloeren*  
**The Art of Flooring**

**SHOWROOM:**  
Kerkwijk 87a, Berlicum  
**073 785 5591**  
mariosvloeren@outlook.com  
**www.mariosvloeren.nl**

# Zorgen over jouw belastingen?

'Leuker kunnen we het niet maken, wel makkelijker.' De slogan van de Belastingdienst, we kennen hem allemaal. Hoe 'makkelijk' de Belastingdienst het ook wil maken, het is niet leuk en het is zeker niet zo makkelijk.

Aan het begin van het voorjaar valt de welbekende blauwe envelop weer op de mat. Het is weer tijd om aangifte te doen. Alles is ingevuld, maar je moet het wel nog even controleren. Controleren? Dat blijft lastig, want je hebt geen idee waar je naar moet kijken en dat is niet zo gek, want ook de belastingregels worden continu gewijzigd en uiteindelijk wordt het er dan toch niet makkelijker op.

**Is dit bij jou nu ook het geval?** De Brabantse Boekhouder kan je hierbij helpen.

**Als particulier kun je onder meer bij mij terecht voor:**

- Aangifte inkomstenbelasting
- Verzoeken voorlopige teruggaaf
- Erfbelasting en schenkingsrecht
- Alle fiscale vragen
- Bezwaar- en beroepschriften
- Aanvragen/wijzigingen van de toeslagen

**Ik neem het graag uit handen,  
zodat jij kunt doen wat je het liefste doet.**

 **De  
Brabantse  
Boekhouder**

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

Mag ik het voor jou  
makkelijker maken?

Voor de tarieven voor de aangiftes inkomstenbelasting bestaan er verschillende pakketten, omdat voor mensen situaties nu eenmaal verschillend zijn. Kijk op mijn website welk profiel bij jou past.

De Brabantse Boekhouder is voornamelijk gericht op:

- Zzp, eenmanszaak en vof
- Particulier

**Kun jij  
hulp of advies  
gebruiken?  
Laten we even  
bellen!**

Marisca van Gent

# Sit and wonder!

FORUM



CLIP



HARNINK

collection store

CLUB RELAX



Een Harvink moet je grijpen en niet meer loslaten. Oogstrelend in ontwerp, ongeëvenaard in comfort. Verwondering en verbazing strijden om jouw aandacht. Het is een meubelstuk dat zich concentreert op ontspanning en je moeiteloos laat verwonderen. Een doelstelling die sinds de oprichting in 1947 binnen Harvink wordt nagestreefd en ook in de toekomst bepalend zal zijn.

De handtekening van Harvink staat voor magnifiek meubilair. Herkenbaar als een tikje eigenzinnig, met de hand geproduceerd vakwerk. De Harvink-kunst van creëren wordt tastbaar in frame en stoffering. Handwerk dat met een timmermansoog bewaakt wordt en waar je zelf ook een aandeel in hebt.

Kijk mee, denk mee, beslis mee. Verwonder Harvink met je wensen, verwonder jezelf met de mogelijkheden en bewonder het meubel als jÓuw meubel. Een Harvink-meubel wordt met zorg gemaakt!

*We zijn er trots op dat we ons een 'Harvink Collection Store' mogen noemen.*

Wij tonen je een ruime collectie in een herkenbare Harvink-studio. Je bent hier beland bij een specialist, met de nieuwste modellen en actuele kennis van zaken.



# Sneeuw

In december was alles nog 'glitter and glamour', het jaar 2021 beginnen we met een pure, frisse, witte start. Met producten die ons door deze koude wintermaand heen helpen.

1. SMOOTH ME NOW ANTI-FRIZZ SHAMPOO van ELEVEN, € 16,99 [www.elevenaustralia.nl](http://www.elevenaustralia.nl)

2. Kaviar Gauche Highlighter van Catrice, € 5,99 [www.catrice.eu](http://www.catrice.eu)

3. Liquid Gold Midnight Reboot Serum van Alpha-H, € 79,95 [www.alpha-h.nl](http://www.alpha-h.nl)

4. Georganic Goat Milk Brightening Cream, € 47,- [www.laboratory-K.com](http://www.laboratory-K.com) 5. Twinkle in time van essie, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)

6. Moisturizing & Sanitizing Hand Cream van Mani, € 29,- [www.skins.nl](http://www.skins.nl)

7. Mutiny Lipbalsem van Medik8, € 34,95 [www.medik8.nl](http://www.medik8.nl)

8. Body Butter van La Mysore, € 23,- [www.lamysorecosmetics.com](http://www.lamysorecosmetics.com)

9. Collagen Intravital Plus Nutritional Supplement van QMS, € 79,- [www.qcosmetics.nl](http://www.qcosmetics.nl)

10. Flowerbomb Dew van Viktor & Rolf, vanaf € 71,- [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)

11. Pure Blossom Micellar Cleansing Water van Team Dr. Joseph, € 28,- [www.carecosmetics.nl](http://www.carecosmetics.nl)

12. Lazy Sunday Morning van Maison Margiela, vanaf € 51,- [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)

13. Repairing & Youth Hand Balm van Guerlain, € 52,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)

# Voelsprietten...

Sommige kinderen hebben lange voelsprietten, sommige kinderen hebben korte voelsprietten. Wat houdt dit eigenlijk in? Met korte voelsprietten is het voor de hersenen makkelijker om de informatie die ze binnenkrijgen te verwerken. Als je voelsprietten lang zijn, kun je informatie sterker beleven dan andere kinderen.

Dat is heel mooi maar kan ook lastig zijn. Als je hoofd vol zit kun je informatie die daar bovenop komt niet meer remmen en stroomt je hoofd voor je gevoel misschien wel over. Je lichaam gaat in alarmstand en je bent overprikkeld. Dit kan zich uiten in trillen, beven, je hart klopt heel snel, je krijgt buikpijn en/of hoofdpijn... **Met Kernvisie methode kunnen we je hoofd leeg maken en rust erin brengen op een manier die het beste bij jou past.** Je leert technieken die je zelf thuis en op school kunt toepassen zodat ook leren voor jou weer leuk wordt.

## Wil je meer informatie?

Bel mij voor een vrijblijvend gesprek en/of kijk even op mijn website.

**Wees Welkom!**



www.paulinefotografie.nl



Linda Limpens

06-38675130 | info@pluimpjekindercoaching.nl

www.pluimpjekindercoaching.nl

## Voor baby's en het jonge kind

**Je kunt bij mij terecht voor:**

- baby- en kindercoaching
- een Geboorte In Kaart-traject
- een cursus babymassage/ babymassage in de kraamtijd
- een cursus baby- en kindergebaren

Ik geef de cursussen en coaching altijd bij jou aan huis. Alle trajecten en cursussen zijn dan ook op maat gemaakt.

**Wil je meer weten over coaching of één van de cursussen?**



NEEM DAN CONTACT OP VOOR  
EEN GRATIS KENNISMAKINGSGESPREK



Hanneke Gouw | Jagersingel 18, Rosmalen  
06 30 54 52 73 | info@kinderpraktijk-amare.nl  
www.kinderpraktijk-amare.nl

  @kinderpraktijkamare



Ms More is een schoonheidssalon en nagelsalon, gespecialiseerd in behandelingen voor gezicht, lichaam en handen en voeten. De zaak van Vera Hensen, Sonja van Dijken en Jill van Eijk is gevestigd aan de Burgemeester Godschalxstraat 39 in Den Bosch. Je bent van harte welkom!



Burgemeester Godschalxstraat 39  
Den Bosch (Empel)  
073-2110010  
info@msmore.nl  
www.msmore.nl

## Ervaar onze Skin Experience

Het team van Ms More staat klaar om met veel enthousiasme en passie hun vak uit te oefenen, jou de beste behandeling te geven en je te voorzien van een vakkundig, eerlijk en onderbouwd advies. Wat dacht je van een complete Skin Experience?

De Skin Experience bestaat uit:

- Alpha-H Peeling • Skin Fitness Golden Treatment • Microneedling

**De Alpha-H Peeling** is een krachtige peeling op basis van 30% à 40% fruitzuren om op een effectieve, grondige en vooruitstrevende manier de huid te exfolieren en te verdunnen. Tegelijkertijd wordt de huid weer opgebouwd en verdikt doordat de productie van collageen en elastine toeneemt.

**De Skin Fitness Golden Treatment** is een krachtige, efficiënte en stimulerende bindweefselmassage waarbij de doorbloeding wordt gestimuleerd en de afvalstoffen worden afgevoerd.

**Een microneedling behandeling** is een vorm van Collageen Inductie Therapie. Dit is een zeer effectieve manier om de huid in de diepte te vernieuwen en verstevigen. Door iedere behandeling wordt de aanmaak van collageen en elastine (bindweefsel) gestimuleerd en wordt uw huid steviger en gladder.



**Bent u benieuwd wat deze behandelingen en onze producten voor uw huid kunnen betekenen?**

Kom gerust langs voor een vrijblijvend en kosteloos adviesgesprek of maak een afspraak voor een behandeling.

Interesse in  
onze 3 fijnste  
behandelingen?  
Neem dan vrijblijvend  
contact met  
ons op.





*Sparkle and shine*



**L057 ring** 0.54ct. H SI diamant **2.299,-**  
**L055 klapporringen** 2x 0.165ct. H SI diamant **1.265,-**

**Created to shine**  
Unique brilliance



**Luxe diamanten ring**  
Met 0,40 crt. SI1/W  
van 1875,-  
**voor 1495,-**

*Sinds 1956*  
**Juwelier**  **Schute**

Achter de Driesprong 1, Rosmalen | 073 - 521 88 71  
www.juwelierschute.nl |  Juwelier Schute |  juwelierschute



# *Geluk* is een gevoel

Hoe voel jij je? Geniet je van het leven of wil je dat graag, maar lukt het niet? En wat is geluk eigenlijk? Geluk is voor iedereen anders, het is een gevoel, je kunt het niet aanraken en ook niet vasthouden. Toch is het belangrijk. Je voelt je er als persoon beter door wanneer je gelukkig bent. Je denkt anders en je doet anders.

Maar waarom is het soms zo moeilijk voor ons om gewoonweg gelukkig te zijn? Bruist geeft enkele tips om het beste uit jouw leven te halen.

**Je bent niet perfect** en dat hoef je ook niet te zijn. Stel geen onbereikbare doelen voor jezelf en raak ook niet in paniek als je een fout maakt. Begin met onderzoeken waar je eigen grenzen liggen door elke dag te leren van je fouten. En onthoud: vergelijk jezelf nooit met anderen. Stop met altijd en overal perfectie na te streven. Leef in het moment, je kunt ook blij zijn met wat je niet hebt!

Houd goed in de gaten dat je jouw leven niet voor anderen leidt. En blijf ook niet een bepaalde koers aanhouden voor iemand anders als je hier zelf niet gelukkig van wordt. Als je je niet houdt aan je eigen principes en jezelf laat overschaduwen door de mensen om je heen, dan zul je nooit gelukkig zijn. Stel jezelf dus als prioriteit en luister naar jezelf.

**Samen sta je sterker.** Omring jezelf met mensen waar je bewondering voor hebt en waar je van wilt leren. Mensen die hun hulp bieden zonder hier iets voor terug te verwachten, mensen die jou niet zullen beoordelen en jou waarderen om wie je bent. Zij voelen het ook direct aan wanneer je even niet lekker in je vel zit. Zorg dat je veel bij ze in de buurt bent. Dit geeft een gevoel van geluk en zij zullen jouw leven stralender maken. Een blik, een woord, een stille wenk... elkaar zo kennen is een geschenk.

Door je leven te leiden vanuit een positief standpunt, zal je in staat zijn een goed leven te hebben. Dit klinkt ongetwijfeld als een zin uit een van die klassieke zelfhulpboeken, maar het is echt waar. Het is heel goed mogelijk dat, wanneer je goed om je heen kijkt en elk aspect van je leven rustig bekijkt, jij je realiseert dat je eigenlijk een heel goed leven hebt. Als dit zo is, ga er dan vooral van genieten!

Eet gezond, beweeg genoeg en neem ook vaker tijd voor ontspanning.

Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je daarbij een handje kunnen helpen.



Heeft u vragen over de overheid? Wij helpen u verder in de Bibliotheek.

- DigiD
- AOW
- Inburgering
- Zorg
- Verkeersboetes
- Belastingen & toeslagen
- Werk & uitkering
- Rijbewijs
- Studiefinanciering

Iets regelen met de overheid gebeurt steeds meer op de computer via internet. Veel mensen vinden dit nog lastig. Heeft u vragen? Kom eens langs.

- U bent welkom zonder afspraak
- Het is gratis
- U hoeft geen lid te zijn van de bibliotheek

# Dé Pilates Studio

De Pilates Studio is een mooie en sfeerol ingerichte pilatesstudio in Vught. Mirjam Driessen heeft twintig jaar leservaring, een medische achtergrond en geeft vanuit passie jouw lichaam de juiste bewegingsaandacht.



## Sterk en flexibel lichaam

Goed bewegen en soepel blijven is een belangrijk onderdeel om gezond en vitaal te blijven, zeker nu vitaliteit steeds belangrijker wordt.

Pilates is dé bewegingsmethodiek om lang gezond te blijven.

Wij omschrijven pilates als de meest intelligente manier van bewegen. Met pilates train je heel gecontroleerd en gefocust alle spiergroepen, ook de mindere bekende spieren. Je lichaams- en loophouding verbetert, je lichaam wordt weer soepel en je wordt sterker. Niet voor niets beoefenen veel bekende topsporters en acteurs pilates.



## Groepslessen of privétraining

In onze groepslessen, voor maximaal acht personen, geven wij basis-, gevorderden-, zwangerschaps- en seniorenpilates. Wil je liever persoonlijke aandacht of heb je specifieke klachten, dan kun je ook privélessen volgen. Hierbij worden de pilates apparaten gebruikt waardoor de training meer mogelijkheden en opties geeft.

## Pilates speciaal voor mannen

Omdat bij mannen de accenten net wat anders liggen, hebben wij een speciale mannenles die gegeven wordt door een mannelijke instructeur.



Mirjam Driessen / Wim Arts

**RAPALJE***Celtic Folk Music*

Do. 11 februari | aanvang 19:30u

**OKTOBERFEST***Met Blech Bizarr*

Za. 6 maart | aanvang 20:30u

**KARIN BLOEMEN & OLD SCHOOL BAND***Billie, Aretha, Norah, Amy...Karin!*

Do. 8 april | aanvang 19.30u &amp; 21.30u

**JAN VAN HALST***Voetbalcollege door ex-profvoetballer*

Do. 4 maart | aanvang 20:00u

**PATER MOESKROEN***Nieuwe show: Pater Moeskroen geeft een rondje!*

Za. 3 april | aanvang 20.15u

**FOUTE BINGO***Thema: Pikant!*

Vr. 23 april &amp; za. 24 april | aanvang 20:00u

Een massage kan je helpen om het denken even los te laten en te gaan voelen wat er in je lichaam leeft. Iets wat Diana Hoogenraad ooit zelf ervaarde en wat ze nu met anderen wil delen. Vandaar dat zij enkele maanden geleden haar eigen massagepraktijk opende: Massagepraktijk Mana.

## 2021: Investeren in jezelf

Merk jij dat je veel in je hoofd zit of regelmatig onrust ervaart? Veel mensen hebben overtuigingen die belemmerend kunnen zijn in hun dagelijks leven. Dingen doen of zeggen omdat je denkt dat het zo moet of omdat je overtuigd bent dat anderen dat van je verwachten.

Een massage kan je helpen om het denken los te laten en te gaan voelen wat er in je leeft. In mijn praktijk wil ik mensen met behulp van een massage dichterbij zichzelf brengen. Ontdekken wie je bent en wat je behoeftes en verlangens zijn.

Elke massage is anders aangezien ieder mens ook anders is. Ik werk vanuit een holistische visie en ga altijd eerst het gesprek aan over wat de vraag of klacht is. Ik vind het belangrijk om een oprechte connectie te maken en stem samen met jou af welke massage het beste past. Of je nu komt met een vraag of puur ter ontspanning, ik sta met oprechte aandacht voor je klaar.

**Wil jij iemand anders een massagebehandeling cadeau doen?** Op [www.messagepraktijkmana.nl](http://www.messagepraktijkmana.nl) kun je een massage cadeau bestellen.



### Ziekte van Huntington

De ziekte van Huntington is een erfelijke hersenziekte. De symptomen lijken een combinatie van Alzheimer, Parkinson en ALS. Een kind van een ouder met de ziekte van Huntington heeft 50% kans om drager te zijn. Hierdoor heeft de ziekte een grote impact op het hele gezin.

### Wat Mijzo bijzonder maakt

De Kloosterhoeve, een locatie van zorgorganisatie Mijzo, biedt een unieke woonzorgcombinatie voor mensen met de ziekte van Huntington. In onze visie zijn en blijven mensen met deze vreselijke ziekte op de eerste plaats mens. Zij staan centraal, niet de ziekte. We bieden persoonsgerichte zorg en behandeling en stimuleren de eigen regie en zelfstandigheid.

### Silverfit 3D

Beweging is ontzettend belangrijk voor mensen met de ziekte van Huntington. Om dit te stimuleren willen we graag een SilverFit 3D aanschaffen. Deze zorgtechnologie draagt bij aan de beweging en ontspanning van cliënten. Helaas is hiervoor geen geld beschikbaar.



### Helpt u ons mee?

Uw donatie kunt u storten op rekeningnummer NL09 RABO 0301 5371 00 onder vermelding van De Kloosterhoeve ten bate van de Silverfit.

### Meer weten?

Op 7 januari 2020 zond RTL4 de indrukwekkende aflevering uit van Five Days Inside, waarin Natasja Froger vijf dagen verbleef bij zorglocatie De Kloosterhoeve in Raamsdonksveer. U kunt de aflevering terugkijken op Videoland.

# Wat is *detoxen*?

Heb je weinig energie en kun je wel wat hulp gebruiken bij het verliezen van die eerste (of juist laatste) kilo's na al die winterse feestmaaltijden? Dan is een detox de manier om je fitter en energiekeer te voelen en je lichaam weer in balans te brengen.



Een detoxkuur is een simpele manier om je lichaam te ontgiften. Dat wil zeggen: je ondersteunt je lijf bij het afbreken van ongewenste stoffen. Wil je leren hoe je je lichaam in een week kunt zuiveren van opgehoopte gifstoffen?

Als je gaat detoxen is het aan te raden je van tevoren goed in te lezen. Voor het geval je iets meer begeleiding wilt, kun je contact opnemen met een voedingspecialist om een detox voedingsprogramma te volgen.

Je kunt er echter ook voor kiezen om geleidelijk te detoxen. Dit houdt in dat je je voedingspatroon stapsgewijs zo verandert dat je voornamelijk zuiverende voeding eet en dus stopt met het toevoegen van gifstoffen.

Water helpt je lichaam bij het afvoeren van gifstoffen. Drink de hele dag door regelmatig water en vul dit aan met groene thee en (zuiverende) kruidenthee.

Vezels helpen je darmen als het ware 'schoon te poetsen'. Kies vooral voor vezels die te vinden zijn in groenten en voeg vezels toe aan je dagelijkse voeding en in je smoothies in de vorm van lijnzaad en chiazaad.

Heb je begeleiding nodig? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je vast een voedingspecialist die jou kan helpen.

Wat **mijzo**  
bijzonder maakt

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



# Mode VOOR IEDERE VROUW

Onze merken

Elsewhere - Kenny S - Masai - Ophilia - Sani Blu  
Simclan - Vetono - Yellow Label - Zeitlos - Zilch

Basic

Anna Montana - BF-jeans - Kunert - Slippely - Stehmann

Sieraden - Zsiska

U kunt bij ons terecht  
voor maat 34 t/m 46 en voor  
de +lijn 46 t/m 54.



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



## Puur, mals en smaakvol Vlees van de beste kwaliteit

**Wij hebben diverse  
vleespakketten van  
5 kg en 10 kg van het  
Blonde d'Aquitaine rund.**

Ook verkopen wij runderworsten-  
broodjes en kant-en-klaar  
hacheevlees van onze  
eigen runderen.

Ga voor meer informatie  
naar onze website

Kruisstraat 52 • 5249 PA Rosmalen • 06 -122 083 46 • info@inonsstraatje.nl • [www.vleespakkettenvanonsstraatje.nl](http://www.vleespakkettenvanonsstraatje.nl)



Alice van der Linden & Mariëlle van Gestel

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

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

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

**elan.**  
clinics

Achterstraat 4 Helvoirt  
06 - 170 28 131  
helvoirt@elanclinics.nl  
[www.elanclinics.nl/helvoirt](http://www.elanclinics.nl/helvoirt)

Bij **Elan Clinics** stellen wij alles in het werk om te zorgen dat u de mooie, stralende huid en uitstraling krijgt die u verdient.

## Botox en fillers

Een natuurlijke look met Botox® en fillers

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

**Botox®** remt de overdracht van prikkels van de zenuw naar de spier en wordt gebruikt voor het vervagen van dynamische rimpels op plaatsen in het gezicht waar de mimiek sterk is, zoals bij de frons, het voorhoofd en rondom de ogen. Botox® vult dus niks op.

**Fillers** zijn injectables op basis van hyaluronzuur, een lichaamseigen stof met als functie vocht vasthouden. Met fillers kunnen lijntjes worden opgevuld, waardoor deze vervagen of verdwijnen. Fillers worden ook gebruikt voor het herstel van volume, zoals de wangen, jukbeenderen en traangoten (wallen). Daarnaast kunnen bijvoorbeeld lippen worden verfraaid door deze wat extra volume te geven. Helaas zijn er in de media verschillende slechte voorbeelden van (overmatig) gebruik van Botox® en fillers belicht. Gelukkig kunt u ook behandeld worden zonder er ‘nep’ uit te zien.

Ik streef ook niet naar rimpelloze gezichten zonder mimiek, maar om u een frisse uitstraling te geven en scherpe lijnen en schaduwen te verzachten. Een ander zal zeggen dat u er goed uitziet zonder te zien dat u behandeld bent.

**Nieuwsgierig geworden en spreekt deze visie u aan?**

Maak gerust een afspraak voor een gratis en vrijblijvend adviesgesprek.

**Drs. Alice van der Linden**, cosmetisch arts  
**Mariëlle van Gestel**, schoonheidsspecialiste



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

*Werken vanuit je talent  
is het beste wat je  
voor jezelf kunt doen*

*Voel je weinig energie?  
Voelt je werk niet  
meer zinvol? Wil je het  
anders, maar weet je  
niet hoe? Weet je niet  
meer hoe je nu verder  
wilt in werk en leven?*

*Neem die belangrijke  
stap in je loopbaan!*

Bij burn-outklachten en het vinden van een nieuwe balans werk/privé zet Coach Caro haar expertise als natuurcoach en mindfulness trainer in.

*Vraag een gesprek aan.*

Carolina  
van Rooy

Neem contact  
op met:  
[www.coachcaro.nl](http://www.coachcaro.nl)  
Carolina van Rooy  
06 52633681  
[info@coachcaro.nl](mailto:info@coachcaro.nl)

**coach  
caro**

Carolina van Rooy | 06 52633681  
[info@coachcaro.nl](mailto:info@coachcaro.nl) | [coachcaro.nl](http://coachcaro.nl)



Bruist wenst  
alle lezers een  
bruisend  
nieuw jaar

**ons  
kinds  
bureau**  
kinderopvang in Rosmalen,  
's-Hertogenbosch en Vlijmen

Deze  
maand  
stellen wij u  
voor aan:

Ons kleurige kleinschalige kindcentrum ligt aan de rand van de Grote Wielen en de Overlaet. Dagopvang, onderwijs en voor- en naschoolse opvang worden op de Sprong gezamenlijk georganiseerd voor kinderen van 0 tot 13 jaar.

Op de Sprong zitten kinderen van 2 leerjaren bij elkaar in de groep. Deze groep heeft één of twee vaste leerkrachten en een eigen lokaal. De lokalen grenzen aan een leerplein waar kinderen met elkaar kunnen spelen en werken. Van elke leeftijdscategorie zijn er drie groepen. Bij de kinderen tot 4 jaar zijn er twee peutergroepen en een babygroep. We zien de Sprong als een gemeenschap waar iedereen elkaar kent, opmerkt en ook ouders een belangrijke rol spelen. De overgang van opvang naar onderwijs en andersom is voor de kinderen laagdrempelig door vertrouwde gezichten en bekende speelplekken.

**"Wie de sprong waagt, komt altijd verder!" is  
het motto van kindcentrum de Sprong**

Dat geldt voor iedereen op de Sprong! Kinderen en medewerkers durven de sprong te wagen omdat zij veiligheid en vertrouwen ervaren om te kunnen groeien. Onze gids bij het begeleiden van al onze kinderen zijn de principes van ontwikkelingsgericht onderwijs (OGO). Een belangrijk uitgangspunt daarbij is dat het kind het voorbeeld volgt van de volwassene en geleidelijk het vermogen ontwikkelt om taken zonder hulp of ondersteuning uit te voeren. Kinderen ontwikkelen zichzelf niet, maar worden ontwikkeld door de interacties die ze aangaan met andere kinderen en volwassenen.

**Nieuwsgierig?** Bezoek [www.kcdesprong.nl](http://www.kcdesprong.nl) of onze Facebookpagina voor meer informatie.

**Wat kan de Sprong u bieden?**

- Openingsstijden van 7.30 tot 18.30 van maandag t/m vrijdag.
- 5 identieke schooldagen zonder vrije middag.
- Voor- en naschoolse opvang.
- Baby en peuteropvang.
- Peuterarrangement van 2,5 tot 4 jaar.



kindcentrum  
**de Sprong**

Vraag het de kinderen!

De  
Grote  
Wielen

Niemand is zoals jij!

h kindcentrum  
de hoven

Ontwikkel jezelf en groei samen

Kindcentrum  
**DE SPRONGPANK**

Aandacht voor de aard van ieder kind

aan de lanen

De wereld ontmoeten is ons motto!

**tienz  
club**

Chillen na een lange schooldag

wittering.nl  
educatie en ontmoeting

Leren en groeien van binnenuit

**DE VLECHTER**

Ontwikkeling van A tot Z

Spirealaan 8, Rosmalen | [www.onskindbureau.nl](http://www.onskindbureau.nl) | [info@onskindbureau.nl](mailto:info@onskindbureau.nl) | 073- 8511155

# Een droomscooter voor jou!

Je vindt hem bij Jasper Vos Scooters! Zowel nieuw als tweedehands.



Kom gezellig langs bij Jasper Vos Scooters!



Kasteeldreef 38K 's-Hertogenbosch | 06 822 644 17 | info@jaspervosscooters.nl | www.jaspervosscooters.nl

## Dierencrematorium MEMORIA Tilburg

Voor een waardig en respectvol afscheid

Een mooie herinnering kan volgens ons alleen ontstaan indien het afscheid respectvol en waardig is. Daarom zullen we met onze persoonlijke benadering, grote betrokkenheid, inlevingsvermogen en vooral veel liefde zorgdragen voor een waardig en respectvol afscheid van uw geliefde huisdier, zelfs in het weekend en de avonduren.

Wij beschikken over een eigen ophaaldienst, maar u kunt desgewenst zelf uw overleden huisdier naar ons toe brengen om daar in alle rust afscheid te nemen.

Neem gerust contact met ons op en wij zullen zorgen dat u en uw geliefde overleden huisdier met veel liefde en persoonlijke aandacht ontvangen worden.

Ook bij uw dierenarts

EIGEN OPHAALDIENST



Wielevenweg 22, Tilburg | 013-5907716 | welkom@dierencrematorium-memoria.nl | www.dierencrematorium-memoria.nl

Kinderen hebben een enorme drang om zich te ontwikkelen en om te ontdekken. Ze vinden het leuk om bezig te zijn, steeds weer met nieuwe of andere dingen. Maar soms slaat de verveling toe en zegt je 8-jarige zoon: "Ik verveel me!" Natuurlijk wil je iets verzinnen en draag je ideeën aan. Op alles zegt je kind: "Daar heb ik geen zin in..." Is dit voor jou ook herkenbaar?

## De kracht van vervelen

Maar is dat vervelen eigenlijk wel zo erg? Het antwoord daarop is: Nee! Integendeel zelfs. Vervelen zorgt ervoor dat je kind even in het hier en nu is. Het helpt je kind om stil te staan bij dingen of situaties, om na te denken, te dromen, te lezen, te kletsen, te spelen, etc. Vervelen helpt je kind op een creatieve en zelfstandige manier iets te gaan ondernemen. Dit bevordert de zelfstandigheid en de autonomie (eigen keuzes maken).

Kijk ook maar eens naar jezelf. Ons leven bestaat soms uit een race die we zelf amper bij kunnen houden, laat staan onze kinderen. We moeten rennen om bij te blijven en de waan van de dag bepaalt de richting en de noodzaak. Op het moment dat we even stil zitten pakken we vaak onze smartphone of tablet erbij. Zit jij wel eens stil? Écht stil, zonder smartphone of radio? Even je gedachten de vrije loop laten?

Tijdens zo'n moment sta je stil bij de dagelijkse dingen die je bezighouden.

Het verveelmoment laat je nadenken of je daar blij mee bent. Het kan je rust geven. Ditzelfde geldt voor de kinderen; even niks doen of jezelf vervelen maakt dat je even stil staat. Zodra je je kind hoort zeggen "Ik verveel me!" kun jij zeggen: "Dat is helemaal niet erg, je mag je soms best vervelen".



073-5221670 | info@goudvisje.nl | www.goudvisje.nl



# Kerstboom eruit, *kamerplant* erin

Daar zit je dan. De kerstboom is de deur uit en in je woonkamer zit je tegen een leeg gat aan te kijken. Een hele maand - en misschien zelfs langer - was de kamer gevuld met knipperende lichtjes en de heerlijke geur van dennen. Maar aan alles komt een eind, dus ook aan kerst. En nu?

Er zijn verschillende manieren om de leegte van je kerstboom op te vullen. Je kunt er een mand of stoel neerzetten, maar wat te denken van een mooie, nieuwe kamerplant? Bovendien kan een nieuwe plant symbool staan voor een nieuw begin. Het is tenslotte 2021 en dus tijd voor verandering!

## Stressremmers

Er zijn heel wat kamerplanten die een geschikte vervanger zijn voor de kerstboom. Omdat ze bijvoorbeeld een stressverlagende werking hebben, wat niet verkeerd is na de drukke decembermaand. Neem de aglaonema, deze kamerplant is een veel gebruikte plant in de feng shui, omdat hij positieve energie en rust brengt. Of de yucca, deze van oorsprong Mexicaanse plant is wel wat droogte gewend, dus mocht je hem een keer vergeten water te geven, is dat niet meteen een ramp. De luchtzuiverende monstera brengt niet alleen volop groen in jouw kamer, maar verbetert ook het leefklimaat in huis.

## Weg dennenboom, hallo kamerboom

Was je heel erg gehecht aan je kerstboom, probeer dan eens een kamerboom. Het voordeel is dat je meteen heel veel groen in huis haalt. Bijvoorbeeld met de polyscias, een struikachtige boom die net als de kerstpiek recht omhoog groeit. De beaucarnea doet het binnen iets minder goed dan buiten, maar is dankzij zijn grote zwarte knol - van waaruit krullende bladeren groeien - wel een mooie blikvanger in je kamer. Nog zo'n imposante plant is de alocasia, deze valt vooral op dankzij de grote bladeren die vanuit het midden van de plant groeien. Elk nieuw blad is hoger dan het vorige.

## Topper

En dan heb je natuurlijk nog de ficus. Deze plant is populair door de vele soorten en maten die er zijn en doet het uitstekend in onze huiskamers. Ideaal voor iemand die de leegte wil opvullen, maar geen groene vingers heeft.

Vind jij het ook hoog tijd om het jaar groen te beginnen? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je heel wat ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

BEGIN HET  
JAAR GROEN  
MET EEN  
NIEUWE  
KAMERPLANT

# Vrijgezel Egon stelt zich voor

BRUISENDE/VRIJGEZEL

Iedereen is op zoek naar de liefde. In december 2020 zijn we van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze Bruisende Vrijgezellen. In januari hebben we speciale aandacht voor: Egon Brakké.



'STA STERK IN HET LEVEN,  
MAAR VERLIES NOOIT HET  
KIND IN JEZELF'



*Jij reageert  
toch ook?*

LENGTE  
183 CM

OGEN  
BRUIN

LEEFTIJD  
28 JAAR



Om te beginnen wil ik tante Lea en ooms Marcel en Rogier bedanken dat ik in dit prachtige blad mag komen. En dat ze mij steunen in de zoektocht naar de ware liefde.

Dit sluit perfect aan bij wat ik heel belangrijk vind in het leven, namelijk familie. Gezellig samen eten, feesten en herinneringen maken. Maar natuurlijk ook elkaar steunen in mindere tijden. Ik ben op zoek naar een vrouw met een soortgelijke visie. Ik zoek een dame die spontaan maar op de juiste momenten ook serieus is. Samen leuke dingen ondernemen zoals familiebezoek of lekker samen thuis voor de buis. Qua uiterlijk heb ik geen bepaald type voor ogen. Ik hecht namelijk vooral waarde aan de persoonlijkheid en het innerlijk.

## Wie ben ik?

Ik ben Egon Ronaldo Brakké. Ik ben 28 jaar oud met een lengte van 183 cm. Ik ben zelfstandig ondernemer en run een speciaalzaak in groente en fruit. Behalve verse groente en fruit verkoop ik ook veel maaltijden en rauwkost-salades. Ik ben een Indo en deze mengelmoes zie je terug

in mijn winkel. Daar verkoop ik heerlijke ambachtelijke stamppotten én Indische maaltijden. Dus je krijgt met mij het beste van twee werelden. Naast mijn werk ga ik graag naar de fitness en sta ik achter de draaitafel op feesten en partijen. Eten en vooral Indisch eten beschouw ik ook als één van mijn hobby's. Maar ja... zoals Ricky Risolles zegt: "Je lichaam is een tempel, dus je moet veel offeren." Men beschrijft mij als een betrouwbare, zorgzame en spontane jongen die graag op stap gaat. Hier sluit ik mij volledig bij aan. Omdat ik graag voor anderen zorg, sociaal ben en geniet van het leven.

**Egon zoekt**

*de liefde van  
zijn leven!*

*Kortom: van plaatjes draaien  
tot sateetjes draaien.*



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

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar [egonbrakke@live.com](mailto:egonbrakke@live.com)  
www.facebook.com/egon.brakke



# NIEUWE BEHANDELING: HOLISTISCHE, ENERGETISCHE MASSAGE

**Kitty Wolf is al zestien jaar darmexpert.**

Zij is de grondlegger van het combineren van darmspoelingen met emoties. Zij wilde iets betekenen voor de mensen op gezondheidswak. Na het volgen van de Mastery University van Anthony Robbins en de opleiding tot darmtherapeut is zij begonnen met haar eigen praktijk. Al zestien jaar heeft zij een bloeiende praktijk en leidt zij het merendeel van de darmtherapeuten op in Nederland en Europa.

**Uitdrukkingen hebben wij in onze taal niet voor niets. Ze hebben voor mij een steeds diepere betekenis. Zo schiet mij deze te binnen terwijl ik deze column schrijf: HOOP, GELOOF en LIEFDE.**

Elke dag HOOP hebben dat het een mooie dag wordt, geeft mij levensvreugde. Je krijgt van die kriebels in je buik en je krijgt energie; ik kan ineens heel veel 'werk' verzetten.

Als ik GELOOF in het goede, voel ik vertrouwen in mijn lijf, word ik rustiger en zit mijn adem in mijn buik.

En dan het belangrijkste: LIEFDE. Zonder liefde voelt niemand zich goed. Of dit nu liefde is van iemand anders naar jou of zelfliefde. LIEFDE geneest alles.

Hoe kun je nu de liefde laten stromen, hoop voelen en geloof hebben in de huidige tijd? Dat is lastig, dat geef ik toe. Maar ik heb een hele fijne oplossing gevonden en wil je die vanaf januari graag aanbieden. In december heb ik de opleiding tot Holistische Energetische Masseur afgerond en ik bied vanaf nu dan ook holistische, energetische massages aan in mijn praktijk. Een nieuw jaar met nieuwe kansen, voornemens en mooie herinneringen.

**Een massage heeft niets te maken met een luxe behandeling. Het versterkt je immuunsysteem, het verbetert je bloedsomloop en het verhoogt je zelfherstellend vermogen.**

**De massage duurt een uur en ter kennismaking krijg je de behandeling voor € 50,-**

Je kunt de massage inboeken door mij te bellen. Als laatste rest mij nog jou als lezer een heel gelukkig, liefdevol nieuwjaar te wensen.

**NIEUW!  
MASSAGE  
NU VOOR  
€ 50,-**

## Januari geeft je de ruimte

**Ram** 21-03/20-04

Dankzij je ambitieuze en strijdlustige karakter zal je de grootste moeilijkheden overwinnen en er vele kostbare ervaringen bij krijgen.

**Stier** 21-04/20-05

Je hebt sterk de behoefte om je huis op te knappen. Begin niet halsoverkop, maar bereid je goed voor. Zo voorkom je dat je straks dingen twee keer kunt doen.

**Tweelingen** 21-05/20-06

De Tweeling kan aan het begin van dit jaar direct een erg rustige maand verwachten. Januari zal een geschikte maand zijn om belangrijke beslissingen te nemen.

**Kreeft** 21-06/22-07

Het gezin geniet van rust en harmonie. Maak hier gebruik van en wees niet bang voor het aansnijden van serieuze onderwerpen.

**Leeuw** 23-07/22-08

Januari zal hectisch beginnen. Voor wat betreft je carrière zul je dit jaar wel succesvol zijn dankzij jouw ambitieuze natuur.

**Maagd** 23-08/22-09

Aan het begin van dit jaar zal je geduld moeten hebben. Het lijkt nu bijna onmogelijk om je wensen te bereiken. Je praktische aard helpt je om de problemen te overwinnen.

**Weegschaal** 23-09/22-10

Door je hoge werktempo heb je geen tijd voor je liefste en het is dus geen wonder dat je met een gebrek aan vertrouwen te maken gaat krijgen. Alles kan echter rustig worden opgelost.

**Schorpioen** 23-10/22-11

Je hebt veel ambitie en dat is goed, maar vertoon geen obsessief gedrag. Je mag de lat hoog leggen, maar probeer wel rekening te houden met de beschikbare tijd.

**Boogschutter** 23-11/21-12

Er zijn enkele interessante nieuwe opdrachten op het werk, maar jij bent natuurlijk niet de enige die daarop aast. Maak snel, maar bedacht, je keuze.

**Steenbok** 22-12/20-01

Wees niet onverschillig en help mensen in nood. Wanneer je je down voelt, zullen ze je zeker terugbetalen.

**Waterman** 21-01/19-02

Op het werk ontstaat een onverwachte situatie waar je geen invloed op hebt. Jouw kwaliteiten zorgen voor een passende oplossing.

**Vissen** 20-02/20-03

Alleen jij kent je conditie het beste. Laat niemand je dwingen. Je hoeft niet alles te controleren. Geef anderen ook de ruimte.



**Steenbok**

Wees niet  
onverschillig  
en help  
mensen in  
nood.



# *Scheiden?* Zo regel je het financieel

Scheiden is nooit leuk. Je hebt er immers ooit bewust voor gekozen om met elkaar door het leven te gaan. En als dat dan niet blijkt te lukken, kan dat zwaar vallen. Niet alleen op emotioneel vlak, maar zeker ook op financieel vlak. Misschien niet het leukste om mee aan de slag te moeten in deze toch al zware periode, maar zeker wel belangrijk voor je toekomst.

De knoop is doorgehakt... jullie gaan scheiden. Maar waar moet je qua financiën dan allemaal rekening mee houden? In de eerste plaats de scheiding zelf, het ontbinden van je huwelijk is namelijk niet gratis. Alleen het inschakelen van een notaris en advocaat of mediator is al een kostenpost, net als de uitspraak van de rechtbank. Mocht je hier overigens geen financiële middelen voor hebben, dan kun je eventueel aanspraak maken op gesubsidieerde rechtsbijstand. Informeer dus zeker eens naar de mogelijkheden...

## Het huis

Een tweede obstakel waar jullie wellicht tegenaan lopen, is de gezamenlijke woning. Is dit een koopwoning, dan zal ofwel één van de twee de ander uit moeten kopen en de volledige hypotheek op zich moeten nemen, of het huis moet verkocht worden.

Alleen met de verkoop zijn natuurlijk al kosten gemoeid, maar daarnaast moet je er ook rekening mee houden dat het huis niet meer als aftrekpost opgegeven kan worden voor de belasting. Ook weer zoiets waar je misschien niet meteen aan denkt.

## Financiën op orde

En zo zijn er nog tal van zaken te noemen die na een echtscheiding kunnen veranderen in je financiële situatie. Wat dacht je bijvoorbeeld van het wegvallen van dat (tweede) inkomen waar je zo aan gewend was? Of (partner)alimentatie, belasting, toeslagen, partnerpensioen en ga zo maar door. Heel veel dus wat op je afkomt. Verstandig om dit duidelijk in kaart te brengen, eventueel met behulp van een mediator of (financieel) adviseur, zodat je financiële zaken in ieder geval goed geregeld zijn. Zo hoeft jij je alleen nog maar te richten op je eventuele emoties...

Benieuwd wat een scheiding voor invloed kan hebben op jouw financiële situatie? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) zijn verschillende ondernemers te vinden die je hier meer over kunnen vertellen.

DE FINANCIËN ZIJN  
MISSCHIEN NIET HET  
EERSTE WAAR JE AAN  
DENKT, MAAR WEL ZO  
BELANGRIJK

# Nieuwjaars actie!

NIEUWE SET  
KUNSTNAGELS  
MET VERLENGING  
VAN € 65,- VOOR € 55,-

Nail it  
NAGELSTUDIO

Lisa Robbins

Maak  
snel je  
afspraak!

Prinses Margrietstraat 26 Rosmalen  
nagelstudionailit@gmail.com  
06-39211983 |  nagelstudionailit



## BRUIST

Ga niet op zoek  
naar **geluk**, maar  
ontdek het **in**  
**jezelf**



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

COLUMN/MICHAEL PILARCZYK

# Waar ben je dankbaar voor?

Er gebeurt veel in de wereld en ik denk dat we van veel zaken die zich werkelijk afspelen niet eens een idee hebben. En als we het al zouden hebben, dan zouden we het wellicht niet geloven. We weten het niet. En die onwetendheid leidt tot onrust en onzekerheid.

Het zijn bijzondere tijden, maar ook bijzondere tijden gaan voorbij. Want in de afgelopen paar duizend jaar is niets langdurig hetzelfde gebleven. Alles gaat voorbij. Deze dag, de vorige eeuw en het jaar 2020 gingen voorbij en op een dag is dit leven voor jou en mij ook voorbij. Daarom kijk ik vooral naar wat er wel is en minder naar wat ontbreekt. Ik begrijp dat er op dit moment veel ontbreekt en dat er reden is tot opgetrokken wenkbrauwen en zelfs irritatie of boosheid. Toch wil ik je een vraag stellen. Waar ben je dankbaar voor? Denk daar eens in stilte over na. Richt je aandacht elke dag heel bewust een paar minuten op datgene waar je dankbaar voor bent.

**Dank je wel.** Drie kleine woordjes met een grote betekenis. Ik wens je geluk, gezondheid en wijsheid.

Michael Pilarczyk

YouriClaessensPhotography



> WWW.TUIATHOME.NL/MIRIAM-VANEEKELEN  
Rosmalen > Tel. 06 46801543 > miriam.van.eekelen@tui.nl



# HÉT HOTEL ★★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL **GARBI**  
IBIZA SPA ★★★★★

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

*Boek nu!  
Jouw vakantie  
begint hier!*



# Griekse *aardappelstoof* met sperziebonen

Na de waarschijnlijk overvloedige decembermaand wil je deze maand graag iets makkelijkis eten. Probeer dan dit heerlijke eenpansgerecht van aardappels en sperziebonen in tomatensaus met een snuf kaneel en oregano. Snel op tafel, vegetarisch, glutenvrij en heel gezond.

3 à 4 PERSONEN - 40 MIN

## INGREDIËNTEN

500 gr sperziebonen  
600 tot 700 gr aardappel of grote krieltjes (vastkokend)  
1 rode ui  
2 tenen knoflook  
olie om in te bakken  
1/2 theelepel kaneel  
1 theelepel paprikapoeder  
snuf oregano  
500 ml tomatensaus (gezeefde tomaten)  
1/2 theelepel suiker  
snuf peper en zout  
handje walnoten  
100 gr feta  
peterselie

## BEREIDING

Verwijder de uiteinden van de sperziebonen en kook ze circa twaalf minuten in een pan met water. Snijd de aardappels in gelijke, grote stukken of gebruik grote krieltjes en kook deze ook ongeveer twaalf minuten. Laat de sperziebonen en aardappels uitlekken.

Snipper de ui en knoflook en fruit ze in een grote (wok)pan in een beetje olie. Voeg de aardappels, kaneel, paprikapoeder en oregano toe. Bak dit een paar minuutjes en voeg dan de sperziebonen en tomatensaus toe. Voeg de suiker toe en breng op smaak met peper en zout.

Laat de Griekse aardappelschotel nog circa 15 minuten zachtjes stoven. Verdeel de walnoten, feta en peterselie erover voor het serveren. Lekker met wat pitabrood.

**TIP:** dit recept is vegetarisch, maar je kunt er ook stukjes (vega)kip aan toevoegen na het bakken van de ui en knoflook. Je kunt ook de aardappels en sperziebonen niet voorkoken, maar laten garen in de saus. Houd dan een stooftijd van circa 45 minuten aan.

# PUZZELPAGINA



Januari is de maand waarin we rustig thuis genieten van de fijne dingen in het leven. Van elkaar, van een goed boek en van dit bruisende magazine. Nestel jezelf lekker op de bank en blader (online) door deze editie van Bruist en puzzel mee voor mooie prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-1-6**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.


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

Maak kans op dit

## boek van Lisa Staal



Een feest van herkenning! De mannen van Staal lees je in een ruk uit! Gedurende haar reis, zoekende naar liefde en geluk, ontpopte Lisa zich tot een sterke, liefdevolle, onafhankelijke vrouw die anderen de weg wijst naar een gelukkig (liefdes)leven!



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

Maak kans op een

## SodaStream bruiswater toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.



sodastream

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

bubbels koolzuur  
 bruist smaakje  
 water gemak  
 duurzaam gas

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



*VOOR MOBILITEIT, VOOR IEDEREEN*

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

**Van Mossel**