

'S-HERTOGENBOSCH



JULI 2021 GRATIS MEENEMEN!
WWW.SHERTOGENBOSCHBRUIST.NL

BRUIST

De vijf grote
voordelen
van *water*

Frits Sissing
'De magie van
theater is heerlijk'



Een *haarband* voor ieder moment

Ingrid van den Hanenberg was jarenlang op zoek naar een goede manier om haar haar te stylen. Een haarband met aluminium draad, die perfect blijft zitten in weer en wind en flexibel te modelleren is, bleek voor haar dé oplossing. Ze kreeg zo veel positieve reacties dat ze besloot er meer mee te doen. Sinds mei 2020 verkoopt ze onder de naam BroVari haar eigen, unieke lijn met haarbanden.

De haarbanden worden professioneel vervaardigd door een naaiatelier in Nederland. “De stoffen zoek ik zelf uit, geïnspireerd door de laatste trends”, vertelt ze enthousiast. Van bloemen en Afrikaanse prints tot jeans en corduroy, het kan allemaal. In de webshop zijn inmiddels ruim honderd verschillende soorten haarbanden verkrijgbaar. “In de zomercollectie hebben we nu ook duurzame bamboe haarbanden, perfect voor dit jaargetijde.”

Jong en oud


Sinds een aantal maanden zijn er tevens haarbanden voor de kids, onder andere in vrolijke dierenprints. “Verder verkopen we accessoires als scrunchies, sjaals en petten. Sinds kort zijn tevens hippe strandtassen verkrijgbaar. We proberen elke keer weer iets nieuws te verzinnen, we willen onze klanten blijven verrassen.” Die klanten zijn vrouwen afkomstig uit diverse leeftijdsgroepen,

van jong tot oud. “Ik ben zelf 54 jaar en draag de haarbanden met plezier, maar we weten ook tieners aan te spreken. Mede dankzij mijn twee dochters, beiden twintigers, die mij helpen met social media.” Ook haar schoonzoon zet zich in voor het familiebedrijf: hij neemt de vormgeving van marketingproducten voor zijn rekening.

Volop plannen

De collectie van BroVari is inmiddels ook verkrijgbaar bij een aantal kapsalons. “We hopen die verkooppunten de komende tijd verder uit te breiden. Daarnaast gaan we speciale thema haarbanden maken, te beginnen met Halloween en uit te breiden met onder andere kerst en carnaval. We hebben dus nog volop plannen en blijven onszelf ontwikkelen!”

Wil je op de hoogte blijven?

Volg BroVari dan op Instagram! 



‘HET FEIT DAT WE
DIT ALS FAMILIE
DOEN, MAAKT
HET ZO LEUK’

Markant Zonwering
is dé specialist uit
Den Bosch in zonwering,
rolluiken, veranda's
en aanverwante
productgroepen.



Verano[®]

Buitenmeubelen: Apple Bee, EMU, Jati&Kebon, Solpuri, TraditionalTeak, Net-Echt van Beton, Blomus, Scab, Fast, 4-ElementZ, PalmCollect

Parasols: Glatz, Umbrosa

Sfeerverlichting en accessoires: Fatboy, Blomus, Heatsail, Sunbrella kussens



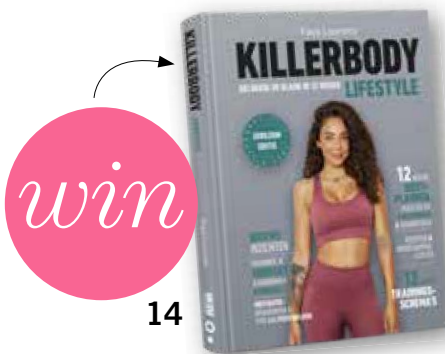
Collectie Sticks and More Lounge

 **applebee**
PLEASURE DESIGN

ALL outdoor exclusieve tuinmeubelen
Bestseweg 33 Oirschot, www.alloutdoor.nl



10



14



28

Inhoud



16



48



23

COLOFON

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

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

f Like ons op Facebook/s-Hertogenboschbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. 's-Hertogenbosch 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.**



Je merkt het aan alles: de zomer is begonnen! De zon schijnt, de mensen zijn vrolijk en we hebben al de nodige 'rokjesdagen' achter de rug. Gelukkig kan en mag er ook weer steeds meer, dus in plaats van 'veilig' binnen te blijven verplaatst het leven zich weer naar buiten. Heerlijk naar het strand bijvoorbeeld, of gezellig barbecueën in de tuin met een lekker drankje erbij.

Bruisende lezer,

Nu we het toch over drankjes hebben, de keuze is wat dat betreft enorm. Bier, wijn, cocktails, sapjes en... water! Vooral wat dat water betreft, raden we je aan om er elke dag genoeg van te drinken. Het kan namelijk zo ontzettend veel voor je lichaam betekenen, los van dat het natuurlijk ook de dorst lest. Je leest er verderop in deze nieuwste editie van Bruist meer over. En vind je zo'n glas water maar saai? Ook daar geven we je wat verfrissende tips voor.

En tips krijg je niet alleen van ons. Ook alle bruisende ondernemers die we voor deze editie spraken, hebben weer heel wat voor je in petto. Wat precies? Blader verder en ontdek het zelf...

Veel leesplezier,
Michael Thörig

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

De vijf grote voordelen *van water*

FRISDRANK
VERVANGEN DOOR
WATER SCHEELT
VEEL CALORIEËN

Ons lichaam bestaat voor zestig procent uit water. Misschien is dat ook wel de reden dat we zo graag ontspannen aan zee of bij een meer. Maar ook het drinken van water is belangrijk voor onze gezondheid.

Wanneer je niet voldoende drinkt, kan het zijn dat je lichaam uitdroogt zonder dat je het in de gaten hebt. Het voedingscentrum raadt aan om zo'n anderhalve tot twee liter per dag te drinken. Dat geldt zeker voor warme dagen. Gebruik gewoon (kraan)water of een kruidenthee om de vochtbalans in je lichaam op peil te houden. Alcoholische dranken worden niet als drinkvocht meegerekend, omdat deze dranken juist vocht aan het lichaam onttrekken.

Wat kan water voor ons lichaam betekenen?

Water is goed voor je huid. Een van de eerste signalen van uitdroging is waar te nemen aan de huid. Als je de huid iets omhoog trekt en de huid blijft staan, is dat een teken van uitdroging. Door water te drinken houd jij je huid van binnenuit gehydrateerd. Hierdoor zal jouw huid er gezonder en stralender uitzien.

Ook jouw spieren hebben water nodig om goed te functioneren. Water drinken tijdens het sporten of

bewegen is daarom heel belangrijk. Je zorgt hiermee voor een goede aanvulling van het vocht dat je verliest door het zweten.

Water helpt je nieren om afvalstoffen kwijt te raken. Jouw nieren zorgen ervoor dat afvalstoffen je lijf kunnen verlaten via je urine. Drink je te weinig, dan kunnen deze stoffen moeilijker weg. Hoe helderder de urine, hoe beter. Troebele, donkergele urine is dan ook een teken dat je meer moet drinken. Het drinken van een extra glas water geeft bovendien een vol gevoel waardoor je minder snel zult snappen.

Verfrissend: water met een twist

Op een warme dag is het heerlijk om iets toe te voegen aan jouw water. Vul een kan met fris water, voeg hier het sap van een uitgeperste citroen aan toe en een paar blaadjes munt of plakjes komkommer. Zet deze kan in de koelkast en je geniet later van een verfrissend glas water met een heerlijke smaak.

Wil je meer weten over de vochtbalans in jouw lichaam? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



Eens in de zoveel tijd is jouw interieur toe aan een nieuwe invulling. Je wilt er een eigentijdse draai aan geven, maar tegelijkertijd wil je ook je vertrouwde huiselijke sfeer behouden. In onze winkel staan we voor je klaar om je te adviseren. We denken graag met je mee en zoeken binnen de vele mogelijkheden naar de items die bij jouw interieurwensen passen.

Mari Frunt Woning- en voor jouw raamdecoratie en vloeren

Bij Mari Frunt Woning- en Projectinrichting in Rosmalen hebben we een groot assortiment aan raamdecoratie. Van jaloezieën tot lamellen, van plissé gordijnen tot rolgordijnen en van gordijnen tot vouwgordijnen. Dit assortiment bestaat uit verschillende kleuren, dessins en transparanten. Naast raamdecoratie verkopen we ook zonwering en horren.

Ook beschikken we over een uitgebreid assortiment aan vloeren, onder andere pvc, tapijt, vloerkleden, vinyl en marmoleum. De vloer kan nog verder afgewerkt worden met een plint en je houdt hem schoon en mooi met een van onze matten.

Onze interieurstylisten volgen altijd de laatste trends.

Ook zijn we op de hoogte van de nieuwste ontwikkelingen en blijven we onze collecties vernieuwen. Uiteraard kunnen onze stylisten je helpen met het kiezen van de juiste raamdecoratie of vloer die goed aansluit bij het interieur van je woning en jouw persoonlijke smaak. Door ons brede aanbod van merken en collecties is er altijd iets wat op jouw wensen aansluit.

Kortom: je kunt bij Mari Frunt Woning- en Projectinrichting terecht voor de gehele aankleding van je woning en voor een persoonlijk en deskundig advies. Maak een afspraak, kom langs in onze showroom en ervaar alle producten.



Projectinrichting vloeren



Wil je persoonlijk interieuradvies?

MAAK DAN EEN AFSPRAAK!

BRUIST Deals

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



TOFFE PEER

White Stork onderscheidt zich als eerste duurzame hard seltzer in Nederland. De roze variant met peer, hibiscus en lavendel is een verfrissende dorstlesser waarvoor afgekeurde peren een tweede leven krijgen. De unieke bereidingswijze maakt de drank niet alleen honderd procent natuurlijk en duurzaam, maar bovenal verrassend in smaak. Een ware zomertrend! www.drinkstork.com



HIPPE BUBBELS

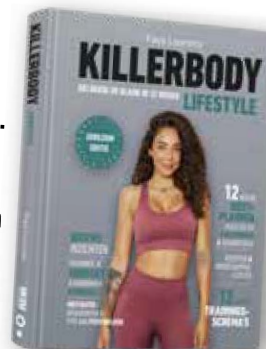
Kroatië als wijnland is hip. Deze bubbels zijn het Kroatisch antwoord op prosecco en laten zien (en proeven) dat er inmiddels een jonge generatie gepassioneerde wijnmakers aan het roer staat. Beide bubbels zijn verfrissend als aperitief en uitstekend geschikt voor zomerse wijncocktails. Fles 75cl vanaf € 12,95 www.croatiangrapes.com/hipkroatie



LEZERSACTIE

Maak kans op het Killerbody Lifestyle boek van Faya Lourens.

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



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. #KILLERBODY naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

win

Daar is de zon!

LEZERSACTIE

Maak kans op Musk Extreme parfum van Perris Monte Carlo.

Musk Extreme is één van de eerste geuren uit de Perris Monte Carlo Fragrance Collection en wordt ook wel geur van de verleiding genoemd. Dit parfum is warm, geraffineerd en zeer sensueel te noemen en verrijkt met o.a. musk moleculen, bergamot, vanille, rozen en civet. Voor dames en heren. www.perrismontecarlo.com.



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. #PERRIS naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

LEKKER SOEPEL

Wilkinson lanceert de Hi Audrey. Het Duo-Intense serum zorgt ervoor dat het mesje soepel over je huid glijdt. Tegelijkertijd verbetert het de vochtbalans tijdens het scheren om irritaties te voorkomen. Dat maakt de Intuition Hi Audrey ideaal voor de gevoelige huid. Voor een zorgeloze beautytreatment! www.wilkinsonsworld.nl



LEZERSACTIE

Maak kans op een Hawaiian Tropic Satin Protection SPF 50.

Deze luxe formule laat de huid stralen en biedt tegelijkertijd een effectieve bescherming tegen de zon.



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. #TROPIC naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

HELLO SUNSHINE

Goede zonbescherming is belangrijk tijdens de zomer. De zon schijnt fel en we hebben niet altijd in de gaten hoe snel je huid beschadigd wordt. Dankzij Hawaiian Tropic Satin Protection SPF 50 bescherm je jezelf zonder de vervelende witte waas. De verfrissende lotion heeft een lichte textuur die snel intrekt. Ook verkrijgbaar in factor 15 en 30. www.hawaiiantropic.com



Doe mee en win

Jouw zomer begint bij Annadiva

Nieuw badmodemerken:
Annadiva Swim!

Een prachtige badmode-
collectie met bikini's,
badpakken en mooie
strandaccessoires.

Verkrijgbaar in cup C t/m G.
Het complete plaatje!

Annadiva
Swim!
Door vrouwen,
voor vrouwen.

Bekijk de Annadiva Swim collectie op
www.annadiva.nl of kom gezellig langs
in één van onze winkels.

annadiva

Annadiva Den Bosch | Verwersstraat 62-64 Den Bosch | 073-2034039 | www.annadiva.nl



Wil ik net mijn **roze bril** afzetten, kom ik jou tegen.

Water dat je in een fles koopt, is soms wel
1.000 keer duurder dan kraanwater.

Barbecue wordt heel vaak verkeerd gespeld,
want nee, je schrijft het dus **niet met een q**.

Een **cabrio** wordt vaak als **droomauto** gezien,
omdat het een vrij gevoel geeft wanneer je met open dak rijdt.

Een mens kan ongeveer 1 maand leven zonder voedsel,
maar kan echt maximaal 1 week **zonder water**.

Tegenover elk mens op aarde zijn er 200 miljoen **muggen**.

Wanneer je met een andere bril kijkt, kan je
toekomst er ineens heel anders uitzien.

De beroemde Aviator **pilotenbril** van Ray-Ban
werd in 1936 op verzoek van het Amerikaanse leger ontwikkeld.

Vrouwen gebruiken 2 keer zo vaak **een smiley**
in hun appjes als mannen.

Bruisend water reinigt de smaakpapillen.





€2.699,-
1.799,-

Fongers Livorno Heren 522 Wh



€1.999,-
1.399,-

Fongers E-Transporter N8 522 Wh



Fongers E-Folding N3 324 Wh

€1.799,-
1.149,-



€1.999,-
1.399,-

Fongers Supreme Disc 522 Wh



€2.699,-
1.799,-

Fongers Livorno Dames 522 Wh



www.matrabike.nl

0416-342012

Showroom: Gompstraat 21 Waalwijk



FONGERS

Mooie en betaalbare fietsen van het oudste fietsenmerk van Nederland sinds 1884. Verkrijgbaar bij Matrabike!



Ben jij een theaterliefhebber?

Dan ben je bij Theater.nl aan het juiste adres! Of je nou gek bent op musicals, houdt van cabaret of wegdroomt bij een toneelstuk: je vindt jouw favoriete voorstelling in onze uitgebreide theateragenda. Je koopt gemakkelijk je kaartje en maakt je dagje uit compleet met een diner en/of overnachting bij een van onze partners. Dan zit die pluchen theaterstoel straks nog net even wat lekkerder.

Maar Theater.nl biedt meer. Lees alles over jouw favoriete artiesten en gezelschappen, duik in een van de vele biografieën, bekijk de mooiste beelden of geniet van interviews met onder meer Karin Bloemen, André van Duin en Stef Bos.

Altijd op de hoogte

Natuurlijk houden we je ook op de hoogte van het laatste theaternieuws en geven we wekelijks de leukste theatertips voor

de nodige ontspanning. Bovendien maak je als bezoeker regelmatig kans op leuke prijzen!

Volg ons op social media

Wil je echt niets missen? Volg ons dan op social media. Je vindt hier niet alleen het belangrijkste nieuws, maar ook bijzondere foto's, video's en weetjes. Daarnaast zetten we elke week een bijzondere artiest in het zonnetje. Thumbs up!

Wil jij kans maken op mooie prijzen?

Registreer je dan via theater.nl/bruist en wie weet ben jij één van de gelukkigen!

Betonciré

UNIEK, STIJLVOL & EIGENTIJD
badkamers - vloeren - wanden - trappen - tafels - keukens

Bel of mail voor meer informatie of kijk op onze website voor de mogelijkheden.



06-38 77 97 06



info@dewerkplaatsrosmalen.nl



BY
DE WERKPLAATS
ROSMALLEN

betoncirerosmalen.nl

DAGJE UIT OVER HET IJ FESTIVAL



Van 9 tot en met 18 juli vindt alweer de 29e editie van het Over het IJ Festival plaats: tien dagen lang worden zo'n 25 theatershows opgevoerd door nieuwe en gevestigde makers op spraakmakende binnen- en buitenlocaties op de NDSM-werf, aan de oevers van het IJ en op diverse locaties dieper in Amsterdam-Noord. Het Over het IJ Festival laat je de stad met nieuwe ogen bezien. Inspireer, verrijk en verwonder jezelf, leer nieuwe plekken, mensen én hun verhalen kennen. Voor iedereen die erin gelooft dat kunst, verbinding en ontmoeting zorgen voor een betere en mooiere wereld.
Kijk voor meer informatie op www.overhetij.nl

FILMPJE KIJKEN TINA

De documentaire Tina is de ultieme ode aan een superster en een intiem portret over een vrouw die veel tegenslagen moest overwinnen om haar carrière, identiteit en nalatenschap op haar eigen manier vorm te geven. Tina Turner vertelt in de documentaire haar eigen verhaal vanaf het begin van haar carrière tot haar uitverkochte stadionconcerten in de jaren tachtig. Voor het eerst geeft ze een kijkje in haar privéleven, waarin ze haar strubbelingen en meest persoonlijke momenten deelt. Een inspirerende documentaire over een van de grootste iconen van de moderne muziek-industrie. Met nooit eerder vertoonde beelden.
TINA is vanaf 1 juli te zien in de bioscoop.



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN J.D. BARKER



Jordan is de koningin van de New Yorkse radio. Dagelijks deelt ze haar ongezoeten mening met meer dan vijf miljoen luisteraars. Op een dag spreekt ze beller Bernie die live een spelletje wil spelen. Jordan moet kiezen tussen Ubers of taxi's. Ze kiest taxi's en vergeet het gesprek al snel. Tot er vlak voor haar kantoor zeven taxi's ontploffen. Terwijl de hulpdiensten uitrukken en het aantal slachtoffers oploopt, hangt Bernie weer aan de lijn. Zo begint een kloppacht op een onzichtbare, volledig losgeslagen moordenaar, live gevolgd door vijf miljoen luisteraars. Is Jordan sterk genoeg om dit gruwelijke spel te winnen? **DE BELLER OP LIJN VIER van J.D. Barker is vanaf 6 juli verkrijgbaar.**

Een mooi kapsel voor iedereen

Na 5,5 jaar mobiel en 8,5 jaar vanuit huis te hebben gewerkt, vond Renate Dubbelaar het tijd om een eigen kapsalon te openen. De coronacrisis zorgde voor wat vertraging, maar onlangs opende Renate Haircreation dan toch echt de deuren in de Rompertpassage.

“Bij de verbouwing hebben we de inrichting volledig kunnen afstemmen op de coronamaatregelen”, vertelt Renate. “Iets negatiefs hebben we daarmee kunnen ombuigen naar iets positiefs.” Die instelling is tekenend voor Renate én haar vierkoppige team. “We hebben allemaal evenveel liefde voor ons vak. Dat enthousiasme dragen we ook over aan onze klanten.”

Knippen, kleuren en meer

Knippen, kleuren, het kan allemaal. “Ook als je een keer iets gek wilt. We draaien er onze hand niet voor om. Bij binnenkomst zit ik meestal al vol ideeën over de kapsels die bij een persoon passen. Als ze mij hun vertrouwen geven, ontstaan vaak de gaafste creaties. We werken met de toproduct-

en van L’anza om je haar zo min mogelijk te beschadigen. Wat mooi is, moet vooral mooi blijven.”

Iedereen is welkom

“Jonge gezinnen vormen onze belangrijkste doelgroep. Maar mensen van alle leeftijden komen hier binnen, inmiddels ook verschillende generaties van dezelfde families. Iedereen is welkom. We doen ons uiterste best om ervoor te zorgen dat je je thuis voelt. Onder het genot van een kopje koffie of thee kun je verhaal kwijt. In onze visie moet een bezoek aan onze salon echt een beleving zijn. Ik word er helemaal blij van als klanten hier met een leuk kapsel én een grote glimlach op hun gezicht de deur uitlopen!”



‘GEZELLIGHEID
STAAT VOOROP’



NIEUW: BIEBAPP

Lenen met je smartphone
zonder abonnement

Ben je geen lid van de bibliotheek,
maar wil je wel af en toe een
boek of film lenen? Dan is de
BiebApp iets voor jou. Je betaalt
alleen voor wat je leent.



Snel en Simpel

Download de BiebApp gratis via de App Store of de Google Play Store.
Je betaalt € 2,- per uitlening (via IDEAL).

Tijdens de actieperiode (juni t/m augustus 2021) krijg je de eerste
uitlening van ons cadeau!

HUIS73
VOOR BIBLIOTHEEK EN CULTUUR

Kijk voor meer informatie op www.huis73.nl/biebapp

Keuken- perfectie!



KOM GEWOON
EENS KIJKEN
EN ERVAAR
HET ZELF!



Simpelweg een keuken kopen, kan op elke
hoek van de straat. Maar ben je op zoek naar
kwaliteit, goed en eerlijk advies en een keuken
die geheel voldoet aan al je wensen, dan moet je
bij Keukencentrum Berkers in Den Bosch zijn.
“Wat je budget ook is, bij ons vind je de keuken
die je zoekt”, aldus trots eigenaar Edwin Bol.

SINDS 1974
KCB
KEUKENCENTRUM BERKERS
DEN BOSCH

Jagersheuvelstraat 2C, Den Bosch
073-3039010 | Eigenaar: Edwin Bol
www.keukencentrumberkers.nl

‘EEN GROOT
HART VOOR
CULTUUR’



Frits Sissing

‘Ik heb theater altijd een spannend medium gevonden’

Frits Sissing: je zou hem wel dé cultuurpresentator van Nederland kunnen noemen. Zo is hij onder meer het gezicht van AVROTROS-programma's *Maestro*, de *Op zoek naar-*reeks en *Tussen Kunst en Kitsch*. “Ik heb een groot hart voor theater en cultuur”, vertelt Frits aan Theater.nl.

De liefde voor theater werd Frits al als klein jongetje met de paplepel ingegoten. “Ik heb theater altijd al een spannend medium gevonden. De magie van een avondje uitgaan, dat je in zo'n donkere zaal zit, jezelf heerlijk onderdompelen in een verhaal. Op toneel word je echt even meegenomen naar een andere wereld”, legt Frits enthousiast uit.

Extra dimensie

Voor de presentator is een theaterbezoek een echte beleving: “Het blijft mooi dat in het theater de mensen live voor je neus staan. Dat geeft een extra dimensie. Zij zijn bereid om speciaal voor jou in de auto te stappen, het land door te rijden en de hele avond voor jou op te treden. Dat blijft bijzonder.”

Cultuurambassadeur

Zijn passie voor cultuur deelt Frits maar wat graag met anderen. “Ik vind het heel leuk om op een amusementaire manier klassieke muziek, kunst en musical bij mensen thuis te brengen en dat dan iemand denkt: dát is leuk, laat ik naar een klassiek concert of een museum gaan.”

Zelf geniet de presentator ook enorm van zijn werk. “De onderwerpen waarmee ik werk, geven veel plezier. Bij *Maestro* mag ik bij de repetities van klassieke muziek genieten, bij *Tussen Kunst en Kitsch* zie ik de mooiste schilderijen voorbijkomen en bij de *Op zoek naar-*reeks vind ik het ongelooflijk leuk om jong talent te zien”, besluit hij.

KENMERKEN

MBC Midden Brabant Consultancy staat voor

- Vakkundigheid tegen betaalbare tarieven
- No-nonsense
- To the point
- Meedenken en allround
- Advies op maat
- Altijd bereikbaar
- Proactief en alert
- Ontzorgen

MBC Midden Brabant Consultancy zorgt voor een succesvolle onderneming die aan alle wet- en regelgeving voldoet. De jarenlange ervaring en kennis van de wet- en regelgeving zorgt voor een juiste keuze. Ook de fiscale tips en adviezen zorgen voor een positieve ontwikkeling van uw onderneming. Ook wordt u gewezen op financiële voordelen zoals subsidies en bancaire voordelen.

MBC stelt zich graag aan u voor!

Midden Brabant Consultancy is het kantoor voor uw fiscale en administratieve zaken. Zowel voor ondernemers als particulieren. Wij zorgen ervoor dat u aan de fiscale verplichtingen voldoet zodat u zich bezig kan houden met waar u goed in bent; ondernemen. Mijn naam is René Schapendonk, 51 jaar, accountant en samen met mijn medewerk(st)ers ben ik u graag van dienst.

No-nonsense en to the point zijn onze motto's en bij ons staat de klant centraal. Met meer dan 25 jaar ervaring in de accountancy en een zeer goed geautomatiseerd systeem kunnen wij u tegen betaalbare tarieven van dienst zijn. Bij ons kunt u online boekhouden volledig volgens de huidige wet- en regelgeving. Wij kunnen als NBA-kantoor dan ook zeggen dat u bij ons op het juiste adres bent. Zowel bedrijfsadvies als fiscaal en financieel advies en natuurlijk het verzorgen van uw administratie behoren tot onze werkzaamheden. Wij zijn er ook voor de particulieren, startende ondernemer en familiebedrijven die doorgroeien en bedrijfsopvolging of -beëindiging willen uitvoeren.

Bel of mail ons voor een vrijblijvende afspraak, dan stel ik mezelf graag aan u voor.



Beste ondernemer, hoe gaat het?

*Door de coronacrisis
denkt u na over de
toekomst
en die van uw
onderneming*

Weener XL, het werk en ontwikkelbedrijf van de Gemeente 's-Hertogenbosch en ZZPBoost, een community van zelfstandig ondernemers, organiseren sinds kort ondernemertafels voor ondernemers uit de gemeente 's-Hertogenbosch. Ondernemers schuiven aan om kennis en ervaringen te delen en elkaar verder te helpen met vragen.

- Hoe kom ik aan nieuwe klanten in deze tijd?
- Hoe kan ik het beste ondernemen onder de huidige omstandigheden?

Op onder andere deze vragen wordt met elkaar antwoord gegeven. Daarnaast is er ook ruimte voor het persoonlijke verhaal. Velen hebben door Corona een zwaar jaar achter de rug en ook de komende tijd wachten een aantal uitdagingen.

Wist u dat Weener XL naast deze ondernemertafels nog meer ondersteuning biedt? Denk aan coaching bij het vinden van nieuwe opdrachten of werk in loondienst. Ook wordt ondersteuning gegeven bij het op orde brengen van financiën. De ondersteuning is voor alle ondernemers uit 's-Hertogenbosch (met of zonder Tozo uitkering).

meer informatie op:

www.s-hertogenbosch.nl/tozo-ondersteuning



Desirée Keller, eigenaresse van de winkel Lardes Wonen in onze Bossche binnenstad is enthousiast over de ondernemertafels:

“Door Corona heb ik mijn woonwinkel vier maanden moeten sluiten. En toen mijn winkel op afspraak open mocht, had ik niet de aanloop die ik normaal heb. Ik heb het gered door creatief te zijn met mijn aanbod. Ik ben me naast mijn winkel ook gaan richten op volledig interieuradvies en ontzorg hiermee klanten.”

“Het is fijn dat je bij deze bijeenkomsten elkaars verhalen herkent en kunt delen. Daarnaast helpt het om creatiever te kijken naar mogelijkheden.”

Tanéa Tajiri, als ZZP'er projectcoördinator in de creatieve sector:

“Het is fijn om tijdens de ondernemertafels met ondernemers uit andere disciplines te sparren.”

“Hoe zoek jij naar alternatieven in deze tijd? Ik werk veel samen met culturele organisaties en kunstenaars aan projecten en evenementen. Door de coronamaatregelen werden we gedwongen om dit op een andere manier invulling te geven. Het is fijn om dan met gelijkgestemden te sparren.”



weener XL
werk & inkomen 's-Hertogenbosch



En dan is het *zomer!*

Wat hebben we lang moeten wachten op de zomer! We hebben gewoon het voorjaar overgeslagen. Daarom, geniet ervan!

1. Hyaluron tinted Lip™ van Indeed, € 19,95 www.douglas.nl
2. Rouge Volupté Shine van YSL, € 38,75 www.debijenkorf.nl
3. Alibi van Oscar de la Renta, vanaf € 45,-
4. Nagellak van essie, € 9,99 www.essie.nl
5. Lip Laquer Luxe Matte van Tom Ford, € 57,- www.debijenkorf.nl
6. Vinted beach eyeshadow palette van essence, € 5,99 www.essence.eu
7. Bas Kusters x Zenner Borstel anti-klit TeeWee (vanaf 9 juli), € 9,99 www.zenner.nl

8. Body Sunscreen SPF 50 van Patyka, € 33,- www.skins.nl
9. Mineral Sun Care Compact UVA/UVB 30 van Clarins, € 38,75 www.clarins.nl
10. Cocktail edition van Pepe Jeans, For Him en For Her, vanaf € 26,95 www.douglas.nl
11. Spritz Veneziano Doucheegel van Tutto Tondo, € 18,- www.douglas.nl
12. Paula's Ibiza van Loewe, € 78,50 www.debijenkorf.nl
13. Refresh and Revive Aftersun van V-Sun, € 9,95 www.skins.nl





KLAAR VOOR DE
ZOMER MET
ZINZI
SILVER JEWELS



Enkelbandjes zijn één van de meest stijlvolle toevoegingen aan jouw sieradencollectie. En trouwens ook aan iedere outfit die je draagt. Met de enkelbandjes van Zinzi kun je alle kanten op. Ze zijn er in goud, zilver, rosé verguld of geel verguld.

KOM LANGS EN KIES JOUW FAVORIET

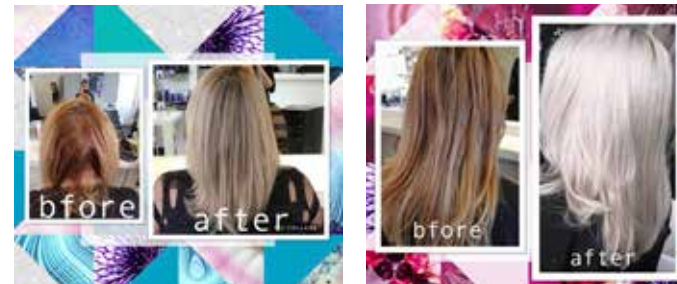
Juwelier  Schute *Sinds 1956*

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

JOY'S
FORHAIR

IT'S ALL ABOUT *COLOUR!*

Deze maand vertellen wij u graag over onze geweldige kleurlijn van Bhave. Wist u al dat onze kleuring maar 15 minuten inwerktijd heeft en toch een prachtige grijsdekking geeft?!



**'Life isn't perfect,
but your hair can be'**



Onze kleuring bestaat uit plantaardige keratine inclusief een mix van achttien vetzuren die:

- Helpen de haarconditie te verbeteren, voor zacht glanzend en gezond haar.
- Helpen de hydratatie en elasticiteit te verbeteren.
- Helpen vervaging te voorkomen en te beschermen tegen schadelijke invloeden van buitenaf.

Ook werken wij niet met blondering. We kunnen het haar oplichten met onze lift en load, inkleuren en oplichten tegelijkertijd, waardoor we ongewenste pigmenten al kunnen wegwerken tijdens het kleurproces. Geen onnodige schade aan het haar.

Voor een vrijblijvend en gratis kleuradvies kunt u bellen met 073-6148312. Dan plannen wij tijd voor u vrij om een passend kleuradvies voor u te maken!

Eigenaresse: Joyce van Overdijk-Trum
Erasmusstraat 11 's-Hertogenbosch | 073 614 83 12
info@joysforhair.nl | www.joysforhair.nl

BE YOU

HUIDINSTITUUT VUGHT

Ben je op zoek naar een huidinstituut in de omgeving van Vught? Met veel kennis van de huid, krachtige huidbehandelingen en intensieve semi-medische producten geeft BE YOU Huidinstituut je huid de aandacht die ze verdient. Met liefde voor het vak en oog voor jouw persoonlijke wensen. Maar vooral met oplossingen die de huid zelf haar werk laten doen, gericht op een blijvend stralend en natuurlijk resultaat.

Vanuit je huidconditie nu kijken wij naar de benodigde stappen voor een mooie huid straks en later. Iedere huid is anders en heeft een andere aanpak nodig. Hier helpen we je graag bij.



Met vriendelijke groet,

Lian de Bresser

Moleneindplein 2 Vught | 073 - 656 656 1
info@beyouhuidinstituut.nl

www.beyouhuidinstituut.nl

Wil jij ook een mooie en stralende huid?

De eerste stap naar een mooie en stralende huid is een uitgebreide huidscan. Om te achterhalen wat je wensen en behoeften zijn, zullen wij je bij de eerste afspraak veel vragen stellen om je zo goed mogelijk te adviseren. Een persoonlijk huidadvies wordt bij BE YOU aan het einde van dat gesprek gegeven. Samen met jou gaan we bekijken wat wij voor je kunnen betekenen.

Venus Swan: Een pijnloze en natuurlijke facelift

Wil jij meer volume en een strakkere huid? Minder rimpels en een strakkere kaaklijn? Maar gaat een cosmetische ingreep je net een stap te ver? Onze Venus Treatments bieden een natuurlijke en pijnloze facelift zonder hersteltijd. De behandeling ervaar je als een heerlijke hotstonemassage.

Microneedling: Wil jij jouw huid weer laten stralen, verbeteren en verjongen?

Of wallen, littekens, grove poriën, kraaienpootjes of rimpels behandelen? En dat allemaal het liefst op een natuurlijke manier? Microneedling is een veilige methode die huidverbetering, anti-aging, hydratatie en herstel combineert in één concept. Tevens verfijnt het de structuur van de huid wat zorgt voor een mooie, stevige en egale huid.

Peelings: Zacht voor de huid, krachtig resultaat

Wil jij een mooie, gezonde en gladde huid? Je huid verjongen of verbeteren? Een peeling biedt uitkomst. Onze huidvriendelijke en toch zeer effectieve peelings zijn geschikt voor verschillende huidtypes, maar zonder het ongemak en de tijd die je kwijt bent aan de traditionele peelings.

Bindweefselmassage: Een perfecte anti-aging behandeling!

Naarmate je ouder wordt, verlies je steeds meer collageen, het stofje in je lichaam dat je huid elastisch en rimpelvrij houdt. Bindweefselmassage is een diepe massage uitgevoerd op de bindweefsellaag met als uiteindelijk doel verbetering van de huidconditie. Deze massage is eigenlijk een soort fitness voor de huid.

Voor een mooie huid. Nu, straks en later.

DAAROM
KIES JE VOOR
BE YOU

BEHANDELINGEN

- Acne
- Huidverjonging
- Anti-aging
- Pigmentvlekken
- Couperose & bloedvaatjes
- Ontharen
- Permanente make-up
- Gevoelige huid
- Injectables

BE YOU

- Gezichtsbehandelingen
- Bindweefselmassage
- Huidverstrakking
- Laserbehandelingen
- Aqua-dermabrasie
- PCA skin
- Peelings
- Mineralen make-up

KIJK OOK EENS IN
ONZE WEBSHOP

www.beyouhuidinstituut.nl





SUBTRAINING

SUPPERS ONTWIKKEL JE TECHNIEK!

Wat mooi dat je het suppen al ontdekt hebt. Maak nu met onze gepassioneerde trainers van **SubTraining** de volgende stap door te werken aan je techniek, kracht, uithoudingsvermogen, balans en coördinatie. Door te suppen ben je bezig met een total body workout. Zo kun je maximaal genieten van deze fantastische sport.

Wij vertrekken wekelijks vanuit 's-Hertogenbosch op verschillende, mooie locaties zodat je elke keer weer wordt uitgedaagd om te leren over plaatselijke stromingen en omgevingsomstandigheden. Niets is standaard, net als het weer!

IETS VOOR JOU?

Neem dan contact met ons op. We geven zeker ook losse lessen maar om echt aan je techniek en conditie te werken is het beter om een van onze clinics te volgen zodat dit ook echt jouw sport kan gaan worden.

WWW.SUBTRAINING.NL
INFO@SUBTRAINING.NL
06.437 577 96

fotografie: fotodennis.com

PERSONAL - OUTDOOR - PROFESSIONAL - STRENGTH - TRAINING

LOOKING/GOOD

Geniet van de zon, maar doe het *veilig*

Als je te lang en te veel in de zon zit, loop je niet alleen de kans dat je verbrandt en eerder rimpels krijgt, maar loop je ook meer risico op huidkanker.

Bruist geeft tips hoe je verstandig kunt zonnen.



Laat de huid eerst voorzichtig wennen aan de zon. Dit biedt een natuurlijke bescherming tegen verbranding. Zoek de schaduw op tussen twaalf en drie 's middags, de zon is dan het sterkst.

Draag beschermende kleding. Donkere en dicht geweven stoffen laten minder uv-straling door. Je kunt dit zelf controleren door de stof tegen het licht te houden. Draag in de volle zon een pet of hoed om een zonnesteek te voorkomen.

Bescherm je huid met een goede zonnebrandcrème. Ook wanneer je al een bruine teint hebt. Wees bovendien voorzichtig in de bergen, waar de stralen intenser zijn. Smeer onbedekte huid een half uur voordat je de zon ingaat goed in. Na het zwemmen en sowieso elke twee uur weer opnieuw insmeren. Houd kinderen jonger dan een jaar altijd uit de directe zon en gebruik voor hun tere huid minstens factor 30.

Zonnebrillen zijn meer dan een fashion item. Het dragen van een zonnebril met uv-werende glazen op zomerse dagen is belangrijk om onze gevoelige ogen te beschermen tegen de zon. En dat is voor ons weer een goede reden om deze zomer een nieuwe, hippe zonnebril aan te schaffen!



TUINTREND

WAALWIJK

Mooie, comfortabele en betaalbare tuinmeubelen. Een kleurrijke collectie met oog voor detail. Designmeubelen voor ieder budget. Kom naar onze mooie showroom en laat u informeren en inspireren!



SHOWROOM WAALWIJK
TUINTREND
Prof. Lorentzweg 18,
5144NP Waalwijk
The Netherlands

 @tuintrendwaalwijk
 @tuintrendwaalwijk
www.tuintrend.nl
+31733032999
sales@tuintrend.nl

Guiño

OUTDOOR FURNITURE
BEACH
7



WE FLOOR.YOU ADORE



HOUSE OF FLOORING

Familiebedrijf WOOD! produceert en verkoopt high-resistance, customized eikenhouten vloeren voor commerciële en particuliere projecten



CREATE YOUR COLOUR

We hebben een groot kleurenprogramma en dit wordt transparant gepresenteerd, maar je kunt ook je persoonlijke, unieke en betaalbare vloer laten maken in ons WOOD! L A B ®

**VLOEREN VAN DUURZAAM
HOUT IN JOUW
PERSOONLIJKE STIJL!**



Michel Vorselaars

Bekend van



Nautilusstraat 167, Tilburg
013 - 206 11 00
www.woodbyvorselaars.nl

SCHUIN AFSNIJDEN HOEFT NIET

ZIJDEZACHTE
BLOEMEN



MEIJSWONEN
— TILBURG —

Dit zonnige boeket is gecreëerd door de zijderups in samenwerking met kwaliteitslabel Silk-ka. Het verwelkt nooit en de kleuren blijven sprankelend! Kies er een passende vaas bij (we hebben prachtige in huis) om je vrolijke lentegevoel vast te houden. Herken jezelf bij **MEIJS**WONEN.

Schijnt de zon? Draag een *zonnebril!*

Eén van de populairste fashionitems: de zonnebril. Hoewel je zonnebril er natuurlijk ook cool uit moet zien, dient zo'n bril in de eerste plaats om je ogen te beschermen tegen de uv-stralen van de zon. Waar moet je rekening mee houden bij de aanschaf van een goede zonnebril?

MET EEN
ZONNEBRIL
VERMINDER JE
DE KANS OP
KRAAIENPOOTJES

Dat uv-straling schadelijk is voor de huid, weten de meeste mensen wel. Dat hetzelfde geldt voor de ogen is helaas nauwelijks bekend. Zonder goede bescherming kan uv-straling namelijk permanente schade aan de ogen veroorzaken. Een goede zonnebril heeft het kwaliteitslabel UV-400 of het opschrift 100% UV-bescherming. Check dit voor je een bril koopt.

Ook goed voor je huid

Een goede zonnebril beschermt niet alleen je ogen, maar ook de tere huid eromheen. Let er bij het passen van een nieuwe zonnebril dus op dat deze breed genoeg is om ook de huid rond je ogen voldoende te beschermen. Dit verkleint de kans op huidveroudering.

Sterk staaltje

'Had ik maar veel eerder een zonnebril op sterkte genomen.' Misschien wel de belangrijkste tip voordat je een zonnebril gaat uitzoeken: laat je ogen opmeten. Daarna kan de opticien bepalen of je

voldoende hebt aan een 'gewone' zonnebril of dat je juist een zonnebril op sterkte nodig hebt.

Met een kleurtje

Wist je dat gekleurde glazen in jouw bril niet alleen mooi zijn, maar ook nog een reden hebben? Gele glazen verscherpen bijvoorbeeld het zicht. Bruine en grijze glazen verminderen de felheid van het licht. Groene glazen zijn vooral prettig wanneer je veel buiten bent. Ze zijn kleurneutraal en voorkomen vermoeide ogen. En roze glazen in een zonnebril maken het zicht veel helderder. Daarnaast staat een roze zonnebril natuurlijk geweldig bij jouw outfit!

Voor de kids

In welke (speelgoed)winkel je ook kijkt, zodra het zonnetje schijnt, vind je overal vrolijke zonnebrillen voor kids. Heel leuk natuurlijk, maar vaak gaat het hier om goedkope brillletjes met plastic glazen zonder enige bescherming voor de juist zo tere kinderoogjes. Koop dus ook voor kinderen altijd een zonnebrilletje met uv-filter.

Ga jij deze zomer voor een nieuwe zonnebril? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Nagelstyliste worden?

Door COVID-19 zijn alleen privélessen mogelijk, aangepast aan jouw wensen en budget.



Je bent al nagelstyliste?

Ook voor omscholing of perfectie-training kun je bij ons terecht.

Informeer gerust naar de mogelijkheden.

Designer Nails is distributeur van



Kennismaken met de producten van INK London? Neem vrijblijvend contact met ons op.

Alle producten van



45% korting

Kijk op onze website voor het assortiment

op = op



www.designernails.nl

Natascha van Gorkom
Wilhelminastraat 51, Drunen

WIJ KAPPEN DE HELE ZOMER DOOR!

OPENINGSTIJDEN

Maandag	10:00 – 18:00 uur
Dinsdag	08:00 – 18:00 uur
Woensdag	08:00 – 18:00 uur
Donderdag	08:00 – 20:00 uur
Vrijdag	08:00 – 20:00 uur
Zaterdag	08:00 – 18:00 uur



Geniet van de zomer en zorg goed voor je haar. Scan de QR-code, kies jouw behandeling en maak een afspraak. Tot in onze salon!

Of kijk op www.beaucoupekapsalon.nl



Heltheuvelpassage 94
's-Hertogenbosch
Tel. (073) 624 04 60

by beaucoupe



BIJ DE GROOTHANDEL is specialist in de inkoop en verkoop van partijgoederen. **Met een assortiment van meer dan 1000 alledaagse producten** voor schoonmaak, huishouden, verzorging, speelgoed, decoratie, tuin, klussen en ga zo maar door, biedt BDG de oplossing voor iedereen die zichzelf of anderen graag betaalbaar verwernt met veel fijne spullen.

Als snelgroeïende discounter staat BDG bekend om de lage prijzen en het grote aanbod. Daarnaast hecht BDG enorm veel waarde aan kwaliteit en duurzaamheid. Met voornamelijk A-merken of vergelijkbare kwaliteit streven ze ernaar de klanten zoveel mogelijk **waar voor hun geld** te geven.

Op werkdagen vóór 16:00 uur besteld, dezelfde dag verzonden

- Gratis verzending vanaf €50,-
- Niet goed, geld terug
- Achteraf betalen mogelijk



Merkbaar beter, steeds voordelig

**ALTIJD
LAGE
PRIJZEN**



WWW.BIJDEGROOTHANDEL.COM

Mode

VOOR IEDERE
VROUW

Onze merken

Elsewhere - Foil - Kenny S - Masai - 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

Een droomscooter voor jou!

Wij zijn officieel dealer van
SYM, Peugeot, AGM en
Ecooter.



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

Maak je niet teveel zorgen in juli



Kreeft

Je zult deze
maand
uitblinken in
je werk.

Ram 21-03/20-04

Juli wordt voor de Ram een van de meest
positieve maanden dit jaar. Je zult het
goed doen in alles wat je aanpakt.

Stier 21-04/20-05

De Stier zal in staat zijn om zijn doelen
en ambities te bereiken. Dit vertrouwen
zult je ook overdragen op het gebied van
de liefde.

Tweelingen 21-05/20-06

Houd je ogen goed open in juli, want je
kunt de liefde van je leven ontmoeten. Een
gebeurtenis die je leven op zijn kop zet.

Kreeft 21-06/22-07

Je zult uitblinken in je werk. Je collega's
zullen jouw energie voelen. Vergeet echter
ook niet om voor je gezondheid te zorgen.

Leeuw 23-07/22-08

Je zult dankbaar gebruikmaken van de
capaciteit om nieuwe relaties aan te
knopen om zo interessante mensen te
leren kennen.

Maagd 23-08/22-09

Deze periode zal vrij vredig zijn en Maagd
zal aandacht kunnen besteden aan
praktische zaken. Je zult veel plezier
beleven en vriendschappen versterken.

Weegschaal 23-09/22-10

In juli zal alles kalm en vlot verlopen en
je zult het gevoel hebben dat je alles goed
begrijpt.

Schorpioen 23-10/22-11

Hoe zit het met het nadenken over het
project dat al een tijdje door je hoofd
speelt? Weet dat met genoeg wil alles
mogelijk is.

Boogschutter 23-11/21-12

Heb je nagedacht over het veranderen
van baan? Juli is een ideaal moment om
op zoek te gaan naar een betere positie.

Steenbok 22-12/20-01

Steenbok moet rusten en tot andere
gedachten komen. Juli zal dan een maand
vol vreugde en nieuwe ervaringen worden.

Waterman 21-01/19-02

Jammer genoeg zul je nog impulsiever en
rustelozter zijn dan anders, wat dan weer
tot vele conflicten leidt met anderen die je
niet altijd kunnen volgen.

Vissen 20-02/20-03

Pas op voor depressie en angst. Als je
wilt kalmeren, raden we kruidenthee aan,
maar ook meditatie of ademhalings-
oefeningen zullen je tot rust brengen.

Uw woonstijl, uw droomstijl

Leolux Rego
Design: Gino Carollo, 2020



ALLURE EN UITSTRALING



Bij Koos Kluytmans Interieurs ondersteunen we graag de veelzijdige Leolux collectie die u een brede keuze biedt in designmeubelen. In elke moderne stijl, van vertrouwd eigentijds tot avant-garde design.

Allemaal gemaakt op bestelling, zodat uw Leolux designmeubel een heel persoonlijke invulling krijgt. U ziet het aan de verfijnde afwerking, u voelt het als u gaat zitten. Dit is een echte Leolux!

We zijn er dan ook trots op dat we ons een Leolux Select Store mogen noemen.

Wij tonen u een ruime collectie in een herkenbare Leolux studio. U bent hier beland bij een specialist, met de nieuwste modellen en actuele kennis van zaken.



Koos Kluytmans

*Inspiratie
nodig?
Kom dan
eens langs!*

Wat heb jij dit jaar met je tijd gedaan? Het is niet dat je te weinig tijd hebt, maar misschien weet je er niet goed mee om te gaan. Kun je geen prioriteiten stellen, kun je niet de juiste keuzes maken, durf je geen 'nee' te zeggen?

Het enige wat je hoeft te doen, is beslissen wat je doet met de tijd die je is gegeven. Wijze uitspraak van Gandalf (Lord of the Rings). Hoeveel zomers heb je nog te gaan, hoe vaak zul je nog kerst vieren?

Neem eens een paar minuten de tijd om er met aandacht over na te denken. Wat heb jij het afgelopen jaar gedaan met je tijd?

We hebben allemaal dezelfde hoeveelheid tijd. Het is dus van belang hoe jij ermee omgaat. En onthoud: dit leven heeft een deadline. Je toekomst wordt elke dag korter. Geniet van elk moment.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

www.meditationmoments.nl

De zomer staat voor de deur

DAT BETEKENT VOOR VELEN VAN ONS DAT DE VAKANTIE ERAAN KOMT. GA JE NAAR HET BUITENLAND OF BLIJF JE DIT JAAR DICHTER BIJ HUIS?

Wat neem je allemaal mee en waar stop je alles in? Voor iedereen die reist met eigen vervoer is het makkelijk. Je hebt geen maximaal gewicht, alles kan en mag mee. (Denk daarbij natuurlijk wel aan de rug van je partner!)

Ga je vliegen, dan heb jij je wel aan maximale gewichten te houden. Check van te voren altijd hoeveel bagage je geboekt hebt, zodat je niet hoeft bij te betalen bij het inchecken. In Europa zijn alle beautyproducten gewoon te koop. Dus ga niet lopen zeulen met douchegel, shampoos of tandpasta. Koop deze op de plek van bestemming. Neem voor de rest kleine testers mee in de beautycase.



WWW.HETMODEMEISJE.NL

Maak sets voor de dagen dat je gaat. Veel kleding kan meerdere malen gedragen worden. Eerst bij de lunch of diner en later bij het zwembad. Zorg dat je een lichtgewicht koffer/ tas hebt en rol zoveel mogelijk op. Lingerie, bikini's en kleine spullen kunnen in schoenen of tassen opgeborgen worden. Dat scheelt ruimte.

Nog een laatste tip: neem de spullen voor de eerste dag in je handbagage mee. Zo kun je meteen aan het zwembad genieten van een heerlijk drankje en de lekkere warme zon. Fijne vakantie. **Groetjes Jacqueline**



Hamers@Home Kastenbouwers heeft naast de diverse mogelijkheden voor inloopkasten ook een groot aanbod in kledingkasten. Deze kasten zijn verkrijgbaar in alle soorten en maten waardoor wij altijd de geschikte kast voor jouw kamer hebben. Of het nu gaat om een grote kast met schuifdeuren of een meer traditionele kledingkast met drie deuren en drie laden. Het resultaat is een kast waar wij trots op zijn en waar jij straks jarenlang plezier van hebt, elke dag weer.

Chris Wiermans



De kasten- en industriële deurspecialist van Midden-Brabant



Werken vanuit je talent is het beste dat je voor jezelf kunt doen

Wil jij werk dat jij
als zinvol ervaart?
Wil je met energie
thuiskomen vanuit je
werk? Wil jij plezier
in je werk en leven?
Wil jij je verder
ontwikkelen?

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.

Neem contact
op met:
www.coachcaro.nl
06 52633681
info@coachcaro.nl

Carolina
van Rooy

**coach
caro**

Carolina van Rooy | 06 52633681
info@coachcaro.nl | coachcaro.nl



Vleespakketten van het Blonde d'Aquitaine rund
5 & 10 kilogram



Kijk op vleespakkettenvanonsstraatje.nl
voor het volledige overzicht van
onze pakketten.

Nu ook:
**KANT-EN-KLARE
HACHEE ÉN
WORSTEN-
BROODJES**
van onze eigen
runderen!

Vlees van de beste kwaliteit
www.vleespakkettenvanonsstraatje.nl

Kruisstraat 52 • Rosmalen • info@inonsstraatje.nl
Jan van Schaijk 06-122 083 46 • Ellen van Schaijk 06-189 00 777

'Everything an artist needs'

**Ka
Ja** ART MATERIALS

KaJa Art Materials
is een webwinkel
met een verrassend
aanbod in teken- en
schildermaterialen

Onze nadruk ligt op kwaliteit en persoonlijke aandacht

Naast alom bekende namen als
Winsor & Newton, Rembrandt,
Caran d'Ache en Faber Castell
vindt u bij ons ook bijzondere en
kwalitatief hoogstaande merken
als Blockx, Arches, Sennelier Daniel
Smith, St. Cuthberts, Escoda en
vele andere merken.

Tevens bent u van harte welkom in
onze sfeervolle winkel te Vught.



KaJa Art Materials Vlasmeersstraat 39-41 - 5261 TB Vught - T 073 657 9992

kajawebshop.nl

18 prachtige appartementen

DE IDEALE KANS
VOOR SENIOREN!

AAN DE WIJNRUITSTRAAT

Wonen in Bloemenoord

Op het terrein van de voormalige Burgermeester Moonenschool in Waalwijk is een prachtig plan gemaakt door de bekende Waalwijkse architect, Jurre Jan van Reeve.

Het plan bevat 18 energiezuinige koopappartementen zogenaamde 'NOM' woningen. "Een nul-op-de-meterwoning houdt in dat een woning over het hele verbruiksjaar gezien net zoveel energie verbruikt als er lokaal op een dure manier wordt opgewekt". Dus u heeft nog maar een energierekening van misschien een paar tientjes per jaar, of zelfs een rekening van 0 euro. Het betreft driekamerappartementen van 81m² t/m 86 m², exclusief balkon van ca. 8 m². Het complex is gelegen tussen de Wijnruitstraat en de Klaproosstraat. Aan de oost-west en zuidzijde grenst het complex aan het groen, met aan de zuidzijde een waterpartij. De balkons zijn gesitueerd op het zuiden/zuidwesten. Alle appartementen hebben een parkeerplaats op eigen terrein en een eigen berging.

Van de Zande Makelaardij Waalwijk is ingeschakeld om de verkoop te begeleiden. "Dit wordt 100% mooi wonen, dicht bij alle noodzakelijke voorzieningen met onder andere Albert Heijn 'Bloemenoord' op loopafstand, maar vooral ook door de unieke ligging aan groen en water, aldus Joris Elbersen van Van de Zande Makelaardij." **Start verkoop begin juli 2021**

Schrijf je
nu in!
scan de
qr-code



Kijk op
www.wijnruitstraat.nl
voor meer info!

Van de Zande Makelaardij Waalwijk | Grotestraat 344, Waalwijk
+31416333059 | nieuwbouw@zande.nl

Soeterboek & Partners, administratie- en belastingadviseurs, richt zich vooral op bedrijven binnen het MKB, inclusief de middelgrote B.V.- ondernemingen. Wij ondersteunen bedrijven op administratief, fiscaal en juridisch gebied.

Ter versterking van ons team zijn we op zoek naar een gemotiveerde

FISCALIST (m/v)

Wij zijn op zoek naar:

- Een fiscalist die bijdraagt aan de ontwikkeling van onze organisatie. Niet alleen je vak kennis, maar ook je positieve karakter stellen wij op prijs.
- Je adviseert ondernemers bij fiscale vraagstukken en je bent aanspreekpunt voor de cliënt.
- Je bent als specialist tevens sparringpartner voor je collega's ten aanzien van fiscale vraagstukken.
- Je bereidt fiscale adviezen voor en werkt deze uit.
- Tevens bespreek je zelfstandig of samen met een collega/vennoot de uitgevoerde opdrachten.
- Samen met onze jaarwerksspecialisten ben je verantwoordelijk voor de fiscale aangiften van onze klanten en de eindkwaliteit van onze fiscale dienstverlening.

Waar jouw profiel aan moet voldoen:

- Je hebt een universitaire studie Fiscaal Recht/ Fiscale Economie en/of een studie HBO-Fiscale Economie afgerond en/of beschikt over meerdere jaren werkervaring.

Soeterboek & Partners administratie- en belastingadviseurs Schotsestraat 19 5171 DT Kaatsheuvel www.senp.nl

- Je bent zelfstandig in je werkzaamheden en hebt ervaring met MKB ondernemingen.
- Je bent een breed georiënteerde persoonlijkheid die kan traceren en adviseren.
- Je blijft graag up-to-date om je eigen kennis uit te breiden.
- Analytische vaardigheid, creativiteit, kwaliteits-, resultaat- en cliënt gerichtheid passen bij jou.
- Daarnaast beschik je over goede contactuele vaardigheden en kun je goed samenwerken binnen een team.

Wat jij van ons kunt verwachten:

Een goede, gezellige, professionele werkomgeving waarin je gestimuleerd wordt om je fiscale capaciteiten te benutten en verder te ontwikkelen.

Ook de juiste balans tussen werk en privé is binnen ons team een belangrijk item. Het gaat om een vacature voor 20 - 40 uur per week. Uiteraard tegen een marktconform salaris en voorwaarden.

Heb jij ervaring als fiscalist bij een administratie/belastingadviesbureau?

Schroom dan niet om meteen te reageren en mail direct je motivatie en CV naar: r.soeterboek@senp.nl


SOETERBOEK & PARTNERS
administratie- en belastingadviseurs

Just Be-You-Ty is geen 'gewone' schoonheidssalon, maar een Health- en Beautysalon. Samanta, Jikke en Marèse zijn ervaren en zorgen er samen voor dat jij de salon op-en-top verlaat.

Just Be-You-Ty
BEAUTY & HEALTH

Voor meer informatie kun je terecht op www.justbeyouty.nl, maar bellen of mailen kan ook!

Samanta, Jikke en Marèse
Graafseweg 68,
's-Hertogenbosch
073 850 64 61
info@justbeyouty.nl
www.justbeyouty.nl
 [justbeyouty1](https://www.facebook.com/justbeyouty1)



Quadrivas



Beauty



Hair



TC Cryo



Fillers

Pure schoonheid

Jikke is in de salon actief om cosmetische, verzorgende en ontspannende behandelingen uit te voeren.

Ze verzorgt je huid en nagels, behandelt daarbij eventueel problemen en geeft advies over producten ter bescherming en verbetering van je lichaam. Jikke zelf doet gezichtsbehandelingen, manicures en pedicures.

Met een nieuw IPL apparaat worden behandelingen gedaan voor permanent ontharen.



Smile!

Vindt u een stralende lach ook belangrijk? Bij Mint staan we voor transparante mondzorg en persoonlijke aandacht. Ook bij het bleken van uw tanden!

Maak direct een afspraak voor een stralende lach!



Mint Your Dental Hygienist

Eigenaresse: Melek Atas

Verwersstraat 45 's-Hertogenbosch | 073-8500945

info@mint-ydh.com | www.mint-ydh.com

Volg ons op Instagram #mintyourdentalhygienist



Wilt u graag vaker post ontvangen?

Bij Schrijfmaatje koppelen we u aan een vrijwilliger met dezelfde interesses. Meld u gratis aan.

088 344 2000
ouderenfonds.nl/schrijfmaatje

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.



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

Eindelijk! Wij hebben zin in *de sportzomer!*

Nadat vorig jaar bijna alles werd afgelast, kunnen we nu eindelijk weer genieten. Het EK voetbal, de Tour de France en de Olympische Zomerspelen in Tokio vormen de hoofdmoot van een heerlijke sportzomer.

Dit jaar dus nieuwe ronde, nieuwe kansen! De sportzomer van 2021 is veelbelovend en kan weleens de boeken in gaan als de grootste ooit!

Het Europees Kampioenschap voetbal duurt nog tot en met 11 juli. Het speciale aan deze editie is dat er geen gastland is waar het toernooi wordt gespeeld. Het toernooi wordt in twaalf stadions en in even zoveel landen gespeeld. Nog nooit waren er zoveel landen gastheer. De openingswedstrijd is gespeeld in Rome, de finale zal plaatsvinden in Londen.

Tour de France

Op 26 juni startte de 108e editie van de Tour de France in de Franse kustplaats Brest om ruim drie weken later op de Champs-Élysées in de hoofdstad Parijs te finishen. Binnen dit tijdsbestek zal er een prachtig parcours aangelegd worden met klauterwerk in het Centraal Massief, de Pyreneeën, de Provence, de Jura en de Alpen.

Olympische Spelen sluiten deze sportzomer af

Het IOC denkt vooralsnog dat de Spelen met tal van veiligheidsmaatregelen op een verantwoorde manier gehouden kunnen worden. Door het coronavirus is er deze keer geen Holland Heineken House in Tokio waar medaillewinnaars worden gehuldigd. Als een Nederlander een medaille wint, vliegt hij of zij zelfs meteen naar huis. Iedereen die de Olympische Spelen van Tokio optimaal wil beleven vanuit eigen land, kan terecht bij het 'Olympic Festival' op het strand van Scheveningen. Bezoekers kunnen hier een Olympische experience beleven en allerlei sporten beoefenen. Waarschijnlijk komen hier ook alle medaillewinnaars op bezoek.

De televisiekijker kan zich wederom verheugen op een sportzomer met voor- en nabeschouwingen en gezellige avondprogramma's. Wij wensen alle oranje supporters een veilige en bruisende sportzomer toe.

Wil je de sportzomer volgen op een nieuwe en extra grote televisie? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

ZIT JIJ AL
KLAAR VOOR DE
SPORTZOMER
VAN 2021?

Yutakana: voor de echte sushilovers!

'WIJ HEBBEN ÉÉN VAN DE MEEST UITGEBREIDE MENUKAARTEN DIE JE KUNT TEGENKOMEN IN EEN SUSHIRESTaurant'

Fu Chen is sinds 2015 eigenaar van Yutakana in Waalwijk. Dat was toen nog een wokrestaurant, maar in 2017 ging het roer om en werd de formule aangepast. Sindsdien is Yutakana een All You Can Eat sushi & grill restaurant. Vanaf dag één zijn de reacties lovend. "We krijgen veel goede feedback en mooie recensies. We doen er dan ook alles aan om het onze gasten naar de zin te maken door het leveren van topkwaliteit", aldus Fu Chen.

Het aanbod aan sushirestaurants is groot, dus het is belangrijk om je te onderscheiden. Fu Chen daarover: "Daarom hebben wij één van de meest uitgebreide menukaarten die je kunt tegenkomen in een sushirestaurant. Er staan wel honderdvijftig verschillende gerechten op de kaart die we ook regelmatig vernieuwen."

Culinaire ervaring

"Ons streven is om altijd gerechten van topkwaliteit te leveren. Als je kijkt naar bijvoorbeeld de recensies op Facebook, Lens en Eet.nu slagen we daar heel goed in. Onze

koks hebben allemaal culinaire ervaring en weten hoe ze de lekkerste sushi moeten maken." De meest populaire sushi van het moment is volgens Fu Chen de Suteki Maki. "Dat is een gefrituurde sushi met kip en Japanse specerijen. We hebben veel vaste gasten die daar speciaal nog een keertje extra voor terugkomen."

Genieten

Bij Yutakana heb je echter niet alleen de keuze uit sushi. Fu Chen vertelt: "We hebben ook ruime keuze uit diverse wok- en grillgerechten, dim sum, soepen en salades. Genoeg om van te genieten dus."

Recensie op Tripadvisor door Ran D: 'Het beste sushi & grill restaurant in Waalwijk.'

TIP
Reserveren kan via www.yutakana.nl



yutakana
SUSHI | GRILL | LOUNGE

Sint-Jansplein 51, Waalwijk | 0416-650556
info@yutakana.nl | www.yutakana.nl

Follow Yutakana op Facebook en Instagram en blijf op de hoogte van het laatste nieuws.



TOE AAN EEN MINI BREAK?

Sluit je ogen, geniet van een Beauty Angel lift-behandeling onder de collageenlamp en waan je in een tropisch paradijs!

€ 50,- voor 20 minuten

#beautyangel #beautylight
#collageen #antiaging

BEAUTYANGEL



OP ONZE SITE
KUN JE ONLINE
EEN AFSpraak
INPLANNEN

Anne

Schoonheidssalon
exclusieve huidverbetering

Cronenakker 1, Nuland | 073-5324724 | www.schoonheidssalonne.nl



Gezonder & sterker haar **voor mannen**

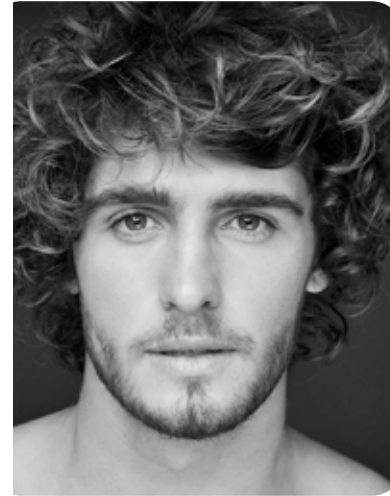
Ken je dat gevoel dat je haar soms droog en futloos voelt? Je kapsel ziet er dof uit. Je hebt je vast weleens afgevraagd hoe al die tv-persoonlijkheden altijd een mooi, natuurlijk en gezond uitzienende dos haar hebben. Met deze tips heb je voortaan altijd een perfecte dos haar.

GEBRUIK EEN GOEDE SHAMPOO!

Shampoos die je in de supermarkt koopt bevatten veel synthetische en kunstmatige stoffen. Deze zorgen ervoor dat je haar niet op de juiste manier wordt gevoed. Kwalitatieve en natuurlijke shampoo zorgt voor een goede voeding en een natuurlijke glans.

AF EN TOE EVEN NIETS

Het is heel belangrijk om je haar zo nu en dan eens een dagje te laten 'luchten'. Dat houdt in dat je gewoon even een dagje geen wax, gel of wat dan ook in je haar smeert. Let mother nature do her work and enjoy.



ONDSCHAT DE WAARDE VAN EEN CONDITIONER NIET.

We geven het als mannen niet graag toe, maar hier hebben de vrouwen toch echt een punt. Een conditioner is echt enorm belangrijk als het gaat om de juiste voeding voor je haar.

VEEL BEWEGEN STIMULEERT JE HAARGROEI.

Sporten zorgt ervoor dat je lichaam sterker wordt. Je zou denken dat dit niets uitmaakt voor je haar. Als je lichaam gezond en in conditie is, dan beïnvloedt dat ook de gezondheid en conditie van je haar.

Breng voor een goed advies een bezoek aan Marciano's Haarstyling in Engelen. Je kunt daar rekenen op vakmanschap, kwaliteit en passie voor het kappersvak.



Zonneweide 18 Den Bosch | 073-8882899 / 06-15439983
www.marcianoshairstyling.nl



STICHTING
DierenLot

#samenvoordieren

OPVALLLEN? ADVERTEER IN BRUIST

JUIST
NU!



www.nederlandbruist.nl

Vrijgezel Annelies stelt zich voor

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

“Single, maar zeker niet alleen of eenzaam”, zo omschrijft de goedlachse Annelies uit Hilversum zichzelf. Een vrouw met heel wat passies en vol creativiteit. “Ik houd van stildansen, puzzelen, zwemmen, aquajoggen en lezen, om maar een paar voorbeelden te noemen. En hoewel ik enige tijd geleden gepensioneerd ben – ik heb 27 jaar als parfumeursassistente gewerkt – heb ik nog steeds meer dan genoeg om handen.

Ik volg namelijk cursussen kunstgeschiedenis en ik werk nog een paar dagdelen per week als vrijwilliger in het ziekenhuis, inmiddels alweer zo’n vijftien jaar.”

Aanvulling gezocht

Een bezige bij dus, die Annelies. Maar toch is er in haar leven nog meer dan genoeg ruimte voor iemand naast zich. “Ik heb twee kinderen en een aantal zeer dierbare vrienden die ik allemaal al heel lang ken. Maar ik ben er inmiddels ook wel weer aan toe om

mijn leven en mijn passies met iemand anders te delen. Waar ik naar op zoek ben? Naar iemand die mijn leven kan verrijken. In mijn eentje vermaak ik mij in principe prima, dus een man moet echt een aanvulling zijn. Zelf ben ik ontzettend trouw en eerlijk, dus dat verwacht ik ook terug van een man. Mijn voorkeur gaat uit naar een wat langere man van ongeveer mijn leeftijd. En laten we humor niet

vergeten. Heel belangrijk in het leven! Ik lach ontzettend graag en gier het dan ook vaak uit van het lachen. Zo erg zelfs dat ik daarmee weer andere mensen aan het lachen maak...”

Annelies, een stralende dame met zoals gezegd heel veel passies. Zo veel zelfs dat we ze hier niet allemaal konden vermelden. Nieuwsgierig naar haar andere hobby's en bezigheden, wie weet vertelt ze je er binnenkort zelf wel meer over...



**‘GEVOEL VOOR HUMOR
IS ECHT EEN MUST’**

LENGTE
175 CM

LEEFTIJD
66 JAAR

OGEN
BLAUW-
GRIJS

*Jij reageert
toch ook?*

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

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar doornbosannelies@gmail.com.



Ben je toe aan een korte break van de dagelijkse sleur?

Ben je toe aan ontspanning of heb je last van vastzittende spieren? **Neem dan wat tijd voor jezelf en boek een massage.** Die kun je zelf online inplannen via de website of mail/app mij.

Voor € 30,- kun je als nieuwe cliënt(e) de kennismakingsmassage van 1 uur ondergaan en zo kennismaken met mij en mijn manier van masseren.



Ria van der Lee

Massagepraktijk Moment van rust
Kempenlandstraat 9R, Vught | **06-34552582**
info@moment-van-rust.nl | **www.moment-van-rust.nl**

BRUIST

De zon

op je snoet, maakt heel veel goed!



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

De *visie* van Bruist!

Ondernemers helpen om op de juiste manier te adverteren, waardoor de naamsbekendheid omhooggaat.

BRUIST

Ook opvallend adverteren?
Bel **076-7115340** of mail naar **nl@nederlandbruist.nl**

Dé Pilates Studio

De Pilates Studio is een mooie en sfeervol 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 zijn belangrijke onderdelen 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 minder 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 tien 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.



Mirjam Driessen / Wim Arts



info@depilatesstudio.nl | Stationsstraat 20, Vught | 06-39725042 | **www.depilatesstudio.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 viersterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*



Couscoussalade met gerookte zalm

Zin in iets lichts en voedzaams? Kies dan voor deze heerlijke, snelle en gezonde maaltijdsalade met couscous en gerookte zalm. Een heerlijk recept voor warme zomerdagen. In kleinere porties ook prima als bijgerecht te gebruiken.

4 PERSONEN - 15 MINUTEN

INGREDIËNTEN

30 ml boter
250 ml parelcouscous
500 ml groentebouillon
60 ml peterselie
1 eetlepel dille
60 ml grapefruitsap
3 eetlepels olijfolie
zout en peper
1 kleine rode ui
500 ml rucola
100 gr fetakaas
1/4 komkommer
400 gr gerookte zalm

BEREIDING

Smelt de boter in een pan op middelhoog vuur en bak de parelcouscous in 1 minuut bruin.

Voeg de groentebouillon toe en breng het aan de kook. Dek de pan af en kook op een laag vuur in 8 tot 10 minuten gaar. Roer af en toe in de pan tot de vloeistof volledig is opgenomen.

Leg de couscous op een bord en laat het afkoelen. Hak de peterselie en de dille en meng deze samen met het grapefruitsap en de olijfolie in een kom. Voeg naar smaak zout en peper toe.

Snipper de rode ui en voeg deze samen met de couscous, rucola, de verkruimelde fetakaas en de in schijfjes gesneden komkommer toe aan de slakom. Roer het geheel voorzichtig door en voeg tenslotte de zalm toe.
Smakelijk eten!





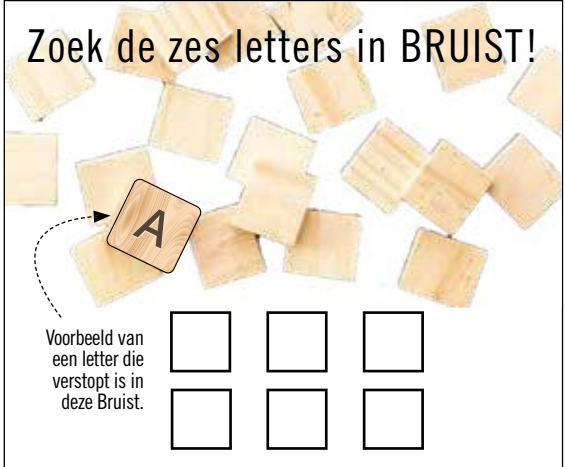
PUZZELPAGINA

Ook in juli zorgt Bruist ervoor dat jij weer lekker kunt puzzelen. Op je balkon, in de tuin of heerlijk op je ligbedje aan het strand.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-4-6**.

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 zomer. De oplossing van vorige maand was **vaders**.

Maak kans op dit bruisende

zomer-pakket



l+r=a -ur

☀+🇺🇸 y=i🐮-it

🐛 b=z+🐜-mi

m+🐵 p=r k+👁️ g=m

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 augustus de oplossing in op onze site: www.shertogenboschbruist.nl.

Maak kans op een

Peach blossom Smoothing Body Wash



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

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

bloesem schuim
 zacht wassen
 perzik lichaam
 zeep aroma

Streek 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 augustus de oplossing in op onze site: www.shertogenboschbruist.nl.



NÚ IN DE SHOWROOM

WATCH ME

Ford Mustang Mach-E • 100% elektrisch • tot 610 km rijbereik



www.vanmossel.nl/ford

Van Mossel