

GINNEKEN BAVEL
ULVENHOUT



NOVEMBER 2021 GRATIS MEENEMEN!
WWW.GINNEKENBRUIST.NL

BRUIST

Alles
even loslaten!

Christanne de Bruijn:
'Jazz, mijn muziekliefde!'





Restaurant Mangerie 't Cruydt

Kom genieten van onze tongstrelende culinaire creaties!

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



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

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

We zijn geopend van woensdag t/m maandag van 12.00 tot 21.30 uur en alle zon- en feestdagen!

Wij zien u graag terug in ons restaurant.

Met culinaire groet,

Team Mangerie 't Cruydt



Mangerie 't Cruydt

Heilig Bloedlaan 259-261
2320 Hoogstraten België

(+32) 3 322 77 37

(+32)0476913992

info@tcruydt-mangerie.eu



Het startpunt voor elke tuin

LAAT JE
INSPIREREN &
KOM LANGS

Wist je dat je ook in de herfst en de winter je tuin aan kunt leggen zolang het niet vriest? Dan kun je straks meteen al genieten van de eerste zonnestrallen! Samen met jou maken we jouw tuin klaar voor de lente!

Bart Poppelaars Tuinmaterialen

WEIDEHEK 5, BREDA | T 076 - 541 02 93 | www.bartpoppelaars.nl





8



31



12



28



50



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 - Ron Schouwenaar
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Floortje Thieleman
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Koen Fasseur
EINDREDACTIE Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook.com/ginnekenbruist

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

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



Foto: Ron Eskens, soowpictures.nl



DEZE WINTER STARTEN MET ADVERTEREN, MÉT SUPERVEEL EXTRA KORTING? Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel **076-7115340**

Goed zorgen voor jezelf en op tijd de nodige rust pakken. We kunnen niet vaak genoeg benadrukken hoe belangrijk dit is en je ziet dit onderwerp dan ook elke editie weer in heel wat artikelen voorbijkomen. Tal van ondernemers immers die je hierbij kunnen helpen. Maar ook zelf kun je het nodige doen om even echt tot rust te komen. Hoe je dat doet, lees je verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

Bruisende lezer,

Jij hebt zorg nodig, maar dat geldt net zo goed voor alles en iedereen om je heen. Je vrienden, familie, kennissen, burens... Iedereen kan wel wat extra zorg en aandacht gebruiken, helemaal nu we richting de koudste en donkerste maanden van het jaar gaan. Dat vinden onze bruisende ondernemers trouwens ook.

Zij zorgen maar al te graag voor jou als klant, helpen je zorgen voor anderen en delen in hun inspirerende verhalen in deze nieuwste editie van Bruist hoe zij dit zoal doen. Zorg jij als klant dan ook een beetje voor hen? Want samen komen we die koude wintermaanden wel door.

Veel leesplezier en geniet van de herfst!
Lea en Marcel Bossers



P.S. Dit jaar kregen we gezinsuitbreiding. Meet **Indy en Tofu**. Ze zijn nu vijf maanden oud en hebben een hoge aaibaarheidsfactor, gaan goed om met kinderen en zijn ontzettend lief. Dit ras heet Coton de Tulear en is afkomstig uit Madagaskar. Daar staan deze hondenbekend als de 'Royal dog of Madagascar'.

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

Inhoud



LAAT EVEN
ALLES LOS!

Hoe kom je echt tot rust?

Af en toe helemaal tot rust komen is erg belangrijk om de werkweek met genoeg energie door te komen. Maar hoe laat je alles los en heb je echt een momentje voor jezelf, zodat je daarna weer vol energie verder kunt? Tot rust komen is moeilijker dan het lijkt.

Iedereen herkent dit wel: je wilt even helemaal niks doen, maar je telefoon blijft steeds trillen en je gedachten gaan van je belastingaangifte naar de strijk die er nog ligt. Dit zorgt ervoor dat we ons, tijdens een momentje voor onszelf, alsnog onrustig voelen. We krijgen tegenwoordig zo veel stimulatie dat onze hersenen het eigenlijk niet meer gewend zijn om niks te doen. Het is gewoon een soort verslaving. Zodra je je even verveelt, krijg je de neiging om weer een nieuwe dopamineshot - een beloning van gedrag - op te wekken door je e-mail of je Facebook te checken.

Toch is het heel belangrijk om regelmatig echt tot rust te komen. Maar hoe pak je dit nou aan? Er zal vast een mogelijkheid zijn in je dag, misschien in je pauze, om heel even je ogen te sluiten en tijd in stilte door te brengen. Het sluiten van je ogen verbetert de kwaliteit van rust. Probeer het eens uit, het helpt echt. Blijft er tijdens zo'n rustmomentje van alles door je hoofd spoken? Om alle zorgen (tijdelijk) even uit te zetten, kun je drie minuten de tijd nemen om alle

to do's op te schrijven. Door het opschrijven van deze dingen hoeft je hoofd er niet meer mee bezig te zijn, aangezien het allemaal op papier staat. Is één van je zorgen iets wat je niet op korte termijn kunt oplossen? Dan heeft het ook niet erg veel zin om er op dat moment over in te zitten. Klinkt logisch, toch?

Pak jouw moment Weet je hoe vaak je even een momentje voor jezelf zou moeten nemen? Elke dag! Zorg ervoor dat je echt kunt rusten als je daaraan toe bent. Dat betekent telefoon, computer en televisie uit. Niet storen! Het is heel belangrijk dat je geest rust krijgt. Vijf minuten van stilte is effectiever dan dertig minuten voor de televisie zitten of je Facebookpagina checken.

Extra tip Gebruik je telefoon helemaal niet meer in de slaapkamer, zodat je slaapkamer altijd een plek is waar jij tot rust komt. Je telefoon is namelijk een van de hoofdfactoren van dat onrustige gevoel dat jij constant hebt. En ja, dit zal uiteindelijk tot meer energie leiden. **Wie wil dat nou niet?**

Ook op zoek naar rust? Op www.nederlandbruist.nl vind je genoeg ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

Green House: vormgeving op maat

In het centrum van Hoogstraten vind je Green House, een naam die je in hun sector vaak zult horen. Het interieurbedrijf is reeds 26 jaar actief en heeft een werkgebied opgebouwd met klanten van aan de kust tot in Luik en van Brussel tot in Amsterdam. Vaak na een bezoek aan hun winkel...

“Mijn vrouw en ik begonnen ooit als winkel in cadeauartikelen en evolueerden naar het volledig beoefenen van onze passie: het inrichten van interieurs”, vertelt eigenaar Jef Verheijen.

“Mensen kwamen shoppen in onze zaak, maar begonnen al snel advies in te winnen over kleur en vormgeving. Inmiddels doen we de totale inrichting van interieurs - er zijn twee verschillende - gebruikt tot het complete ontwerp en de begeleiding van een verbouwing. Alles op maat. We werken samen met aannemers, schilders, enzovoort.

Mensen voelen onze passie en expertise. Ze bellen ons op, wij gaan naar hen toe en bouwen een band op. We

kijken, luisteren, stellen de juiste vragen en voelen hun wensen aan.”

Green House werkt graag met oude materialen. “We gebruiken in onze landelijke stijl vaak oude bouwmaterialen met een knipoog naar het moderne, het strakke. En we vinden onze weg in de wereld van de stoffen. Daar is mijn vrouw heel sterk in. We hebben de gepaste oplossing voor jouw gordijnen. En gooi je zetels niet zomaar weg, we kunnen ze een nieuw jasje geven.”

De uitstraling, de warmte en de passie van het werk van Green House kun je niet omschrijven. Die moet je zien en voelen...



Green House

Heilig Bloedlaan 259-261, Hoogstraten
00 32 (0) 3314 74 70 | greenhouse2@telenet.be



‘DE UITSTRALING, DE WARMTE EN DE PASSIE VAN HET WERK VAN GREEN HOUSE KUN JE NIET OMSCHRIJVEN’

HONING VAN GOUD

De bijzondere honing van Manuka New Zealand is een Nieuw-Zeelands wonder. De exclusieve Manuka honing staat bekend om zijn geneeskrachtige en helende eigenschappen. Manuka New Zealand honing is perfect om je gezondheid deze winter een boost te geven. www.manukanewzealand.eu



R



LEZERSACTIE WIN een foundationspray van That'so

Een foundationspray die je aanbrengt met een make-upkwast. Een echte gamechanger! Het product blendt samen met de huid en creëert een prachtige en egale glowy teint. Het geeft als het ware een filter over het gezicht. Het vermindert de zichtbaarheid van onvolkomenheden en bevordert een heldere en uniforme look. www.thatso.nl TAG #FACE UP



LEZERSACTIE Maak kans op tanning spray van That'so

De vegan tanning spray van That'so is ongeëvenaard goed en geeft direct een prachtige egale bruine kleur die zich 2-3 uur na het aanbrengen door ontwikkelt. Hiermee zie je er sunkissed uit! Geen vlekken, oranje/gele kleur of zwarte puntjes in je poriën. www.thatso.nl TAG #SELF TAN

Doe mee en win

Geniet van November

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.



ETHIOPIAN COFFEE

Een nieuwe variant van de smaakvolle Zuid-Afrikaanse crème likeur, de originele smaak van echt Marula fruit en doordrenkt met tonen van hoog-waardige Ethiopische koffie. Drink hem puur met een blokje ijs, doe een scheutje in een espresso of maak er je desserts mee af. www.amarula.com



BEGRIJPT MANNEN

Een droog uitzienende huid in de winter? Geen probleem met deze hydraterende gezichtscrème voor mannen van Bulldog skincare. De moisturiser is verrijkt met natuurlijke ingrediënten zoals aloë vera, camelina olie en groene thee én is zacht genoeg om zowel 's ochtends als 's avonds te gebruiken. www.bulldogskincare.com

SHOPPING/NEWS

FRIS EN ELEGANT



Ayala Brut Majeur is de belichaming van de frisse en elegante stijl van dit relatief kleine champagnehuis. Langdurige rijping in de kelders en een lage dosage maken deze champagne geschikt voor iedere gelegenheid. Een uitnodigende, expressieve en fruitige drank met een heerlijke lange afdrank. www.champagne-ayala.fr/en

I

LEZERSACTIE Maak kans op droogshampoo van That'so

Moet je haar gewassen worden, maar ontbreekt het je aan de tijd? De Perfect Hair Dry Shampoo van That'so biedt uitkomst! Deze shampoo reinigt het haar zonder dat er water aan te pas komt. De formule is verrijkt met groene thee, wat het haar verfrist en zuivert. www.thatso.nl TAG #DRYSHAMPOO



*LEZERSACTIES

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! Of stuur je gegevens o.v.v. de TAG bij de lezersactie naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

ICONISCH DESIGN VOOR ALTIJD

ALS JE GOED KIJKT,
IS HET NET ALSOF
DE STOEL NAAR
JE LACHT.



MEIJSWONEN
— TILBURG —

MEIJSWONEN.COM

Exclusiviteit en functionaliteit in één



Flowing Art ontwikkelt, produceert en installeert decoratieve gietvloeren bij particulieren en bedrijven.

Waar Flowing Art zich in onderscheidt is dat ze ook plinten en wandpanelen kunnen maken van hetzelfde materiaal als uw gietvloer.

U krijgt dan dezelfde uitstraling op de muur als op uw gietvloer. Ideaal voor bijvoorbeeld de badkamer. Ook mooie printafbeeldingen voor aan de wand vindt u bij Flowing Art.

Voor bijzondere tafelbladen die bewerkt zijn met epoxy, zoals ingegoten mosselschelpen, bent u bij Flowing Art aan het juiste adres.

Kom vrijblijvend eens kijken in onze showroom. Het liefst op afspraak.

Ampèreweg 6,
Hoogerheide (NL)
+31 (0)164-606148
info@flowingart.eu
www.flowingart.eu



Hoe **positiever** en **rustiger** je mindset, hoe sneller je **onrust los** kunt **laten**. Gedachten **op een rijtje** krijgen.

Meditatie is een goed moment om je op jezelf te richten, in stilte.

Breng **structuur** aan voor jezelf.

Bijvoorbeeld een vast **ritme** van de dagelijkse dingen. Jij bent goed zoals je bent! Zet **kleine, concrete** en behapbare **stappen**.

Moeten wordt **willen**.

Geef of vraag **een knuffel**.

Installeer **jouw uitknop**.

Een jeugdige schoonheid op elke leeftijd

Een nieuw beautytijdperk begint: drink jezelf mooi!

LR

HEALTH & BEAUTY

by Claudia Matthijssen

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

1. JEUGDIGE VERSCHIJNING MET MINDER RIMPELS

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

2. EEN ZUIVERE EN GEZONDE HUID ZONDER IRRITATIES

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

3. STRAKKER LICHAAM MET MINDER CELLULITIS

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

4. KRACHTIG, GLANZEND HAAR

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

5. STERKE, GEZONDE NAGELS

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

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



5IN1 BEAUTY ELIXIR

Bestel nu deze unieke
schoonheidselixier
via de website of bel
(0031) 06-22831987

De juiste begeleiding voor iedere scheiding

“

Ik heb de samenwerking met Praktijk Moos als zeer positief ervaren in een moeilijke tijd. Op twee sporen hebben Joyce en Berry ons super professioneel ondersteund en gecoacht. Dit doen zij heel transparant en zuiver voor alle partijen, waarbij eerlijkheid erg hoog in het vaandel staat. Ze weten steeds een fijne toon te vinden met een gevoel van empathie, maar zijn ook erg duidelijk wanneer nodig. Dit hielp uiteindelijk om het hele proces met een hoge nauwkeurigheid te doorlopen.

”



BEZOEK ONZE WEBSITE

WWW.PRAKTIJKMOOS.NL

MOOS

PRAKTIJK VOOR MEDIATION &
ONDERSTEUNING BIJ SCHEIDING



DÉ BRILLENZAAK VAN BREDA

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

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

Gediplomeerde optometristen
Geen verwijzing nodig
Geen lange wachttijden
Uitgebreide collectie

BIELARS
Optiek & Optometrie

Mathenessestraat 63A, Breda
076 - 587 02 83

www.bielars.com

Bij Bielars Optiek en Optometrie mag u rekenen op de nieuwste oogmode van topmerken als **Henry Jullien, Lindberg, LaFont, Orgreen, Dita, Bbig Kinderbrillen, Red Kinderbrillen, Eyevan, Vinyl Factory en Tulip**. Designvol, modieus én voorzien van een hoogwaardige kwaliteit. In ons assortiment vindt u onder andere brillen, leesbrillen én zonnebrillen voor dames, heren en kinderen. **Nieuwsgierig geworden naar onze collectie? Kom dan eens langs!**



Vinyl Factory
1964



Orgreen
Est. 1997



De mooiste brillen de beste kwaliteit

DE IDEALE BRIL VOOR HEREN, DAMES EN KINDEREN VINDT U BIJ ONS!

OMGAAN MET ANGSTIGE GEDACHTEN

Ons autonome zenuwstelsel is het deel van ons zenuwstelsel dat buiten onze wil om werkt en een belangrijke rol speelt als het gaat om angst en stress. Het bestaat uit een sympathisch en parasympatisch zenuwstelsel. Het sympathisch zenuwstelsel is verantwoordelijk voor de zogenaamde vecht- of vluchtreactie.

Deze reactie is heel functioneel als er bijvoorbeeld een roofdier voor je neus staat en je direct in actie moet komen.

Het probleem is echter dat dit roofdier eruitziet als het coronavirus, ruzie met je partner, blijvende stress op je werk of in de huidige situatie bijvoorbeeld angstige gedachten over ziek worden. Angstige gedachten of reacties op je omgeving veroorzaken dezelfde reactie in je lichaam als dat roofdier. Je lichaam weet het verschil niet. Hierdoor maak je te veel stresshormonen aan en zal je immuunsysteem verzwakken, waardoor je vatbaarder bent om ziek te worden.

Als je merkt dat je in deze tijd angstig bent, is het ten eerste belangrijk om dit te zien bij jezelf. Word bewust van je eigen gedachten over de situatie en hoe dit angstige gevoelens bij je oproept. Een (korte) meditatie in de ochtend kan heel erg helpen om los te komen van je angst en om je te verbinden met jezelf. Daarnaast kan de focus op je ademhaling helpen om uit je gedachten te gaan en meer in je lichaam te komen. Adem een paar keer diep in door je neus en uit door je mond om sneller tot rust te komen. Bedenk waar jij van tot rust komt. Kom je er zelf niet helemaal uit, dan heb ik voor jou een online Feel Good Training gemaakt die je helpt om deze moeilijke tijd door te komen.

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

Liefs, Fajah Lourens

Kijk voor meer info op:

<https://mkbmshop.com/products/online-feel-good-training>

DAGJE UIT KUNSTMAAND AMELAND



Wie denkt dat er in de herfst niks te beleven is op Ameland, heeft het mis! Ameland staat namelijk de hele maand november in het teken van de kunst. En kunst is er in vele vormen! De Kunstmaand op Ameland biedt de kans om te genieten van inspirerende kunst, muziek, rondleidingen, films, workshops en lezingen. Net even anders kunst kijken, beleven en ervaren? Dit is Kunstmaand Ameland. Omdat het dit jaar de 25e editie is – oftewel een zilveren jubileum – heeft de organisatie gekozen voor een toepasselijk thema: Zilver. Zilver glanst en sprankelt, maar kan evengoed bescheiden zijn. Want 'every cloud has a silver lining'.

Meer info op www.kunstmaandameland.com.



FILMPJE KIJKEN SPENCER

Het huwelijk van Prinses Diana en Prins Charles is al lang bekoeld. Ondanks geruchten over affaires en een echtscheiding gaan de kerstfestiviteiten door op het landgoed van de koningin in Sandringham. Spencer speelt zich af tijdens deze cruciale kerstdagen in de vroege jaren negentig waarin prinses Diana besluit dat haar liefdeloze huwelijk met prins Charles niet werkt. Ze zal moeten afwijken van het pad dat voor haar was uitgestippeld als toekomstige koningin. Spencer is een verbeelding van wat er gebeurd zou kunnen zijn. **SPENCER is vanaf 11 november te zien in de bioscoop.**



BOEKJE LEZEN NACHTANGST



De van oorsprong Nederlandse schrijver P.J. Weber kan in New York niet van zijn pen alleen leven. Om in zijn levensonderhoud te voorzien, doet hij administratieve klussen. In de nachtelijke uren stuurt hij vanuit het kantoor lange e-mails aan zijn Amerikaanse agente. Op een avond wordt er ingebroken in het afgelegen pand. Terwijl de angst te worden ontdekt hem in een wurggreep houdt en de inbrekers steeds dichterbij komen, begint Weber aan een testament, een bekentenis wellicht. Hij vertelt over het huwelijk en de dood van zijn ouders, het schrijverschap, zijn zoon in Nederland, seksueel misbruik en de beschutting van taal. **NACHTANGST van Ronald Giphart is vanaf 4 november verkrijgbaar.**

Typelessen & dyslexie

NIET ALLEEN ONLINE, MAAR ECHT LES EN PERSOONLIJKE BEGELEIDING

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

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

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

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



Clasin Dehing

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

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

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

TYPELESSEN VOOR
KINDEREN

TYPELESSEN &
DYSLEXIE

TYPETRAINER VOOR
VOLWASSENEN

OPFRISCURSUS
NEDERLANDS


Typecursus Breda
Typecursussen Anno Nu

06-430 808 32
www.typecursusbreda.nl

Uw ramen en vloer totaal anders?

Geen wens is ons te gek!

Benieuwd naar
onze producten?
Maak vrijblijvend
een afspraak.

VLOEREN

ZONWERING

GORDIJNEN

VERPO
TOTAALSTOFFERING

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

Klompemakerstraat 20, Etten-Leur | 06 - 22 23 92 82 | info@verpo.nl | www.verpo.nl



**Wil jij kans maken
op mooie prijzen?**

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

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 mooie 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!



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

Rol Amélie is Christanne de Bruijn op het lijf geschreven:

“Muziek is het belangrijkste in mijn leven”

Door een uitstapje naar de filmwereld (De Dirigent) en een lockdown is het al een tijdje geleden dat we Christanne de Bruijn in het theater zagen. Maar gelukkig is het wachten voorbij. De actrice speelt namelijk sinds oktober de hoofdrol in Amélie de Musical. “Wij vertellen het verhaal van hoe Amélie zich ontwikkelt tot de eigennijve vrouw die iedereen kent uit de film.”

Als kind was Christanne al weg van de fantasievolle film over de dromerige Amélie, in wie zij zich zeker herkent. “Zij is bijna een toeschouwer in het leven. Dan zit je naar iedereen om je heen te kijken en dan voelt het alsof je er zelf altijd nét buiten staat. Dat je zo in je eigen wereld zit en je je eigen fantasie en dromen creëert, dat had ik als kind echt gigantisch.”

'Jazz is mijn muziekliefde'

Naast acteren en zingen speelt Christanne ook cello in de musical. “Het is heel spannend, maar ook heel tof!” In de musical speelt muziek een hoofdrol, net als in Christannes eigen leven. “Muziek is wel echt het allerbelangrijkste in mijn

leven. Jazz is mijn grootste muziekliefde”, lacht ze. “Ik houd erg van het onvoorspelbare in muziek, maar ik luister ook heel graag naar Janice Joplin, Fleetwood Mac, Prince en dat soort artiesten.”

Iedereen mag er zijn

Amélie brengt een boodschap van tolerantie over die goed aansluit bij de huidige tijdsgeest. “We leren echt naar de ander te kijken. Ik kijk de hele eerste akte als toeschouwer naar alle personages om me heen, daar word je zo empathisch van”, aldus Christanne. “Iedereen komt ergens vandaan en heeft een verleden en bepaalde gedragingen. En dat is oké!”

Theaternl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. [Ga naar theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist)

D

“IK HOU ERG
VAN HET
ONVOORSPELBARE
IN DE MUZIEK”

LIN'S, LEONIDAS BREDA

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

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

LEONIDAS BREDA

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

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

PROEVERIJEN

Gezellig uitje met vrienden of iets te vieren?

Boek een proeverij!

Weer terug in de wintermaanden, de Dip in Heaven: een plateau vol zoetigheden, met keuze uit 7 verschillende chocolade dips, echt hemels!

Liever een Lin's, chocolade, wafel of zomers de ijsproeverij? Op onze website www.Linsbreda.nl vindt u meer informatie.

FEESTDAGEN

Nu we richting het einde van het jaar gaan zijn wij al druk bezig om onze winkel weer extra feestelijk gevuld te krijgen met de mooiste cadeaus. **Geven is genieten!**

Leonidas chocolade mag niet missen bij de eindejaars geschenken, groot of klein geschenk: wij denken graag met u mee. Stap eens binnen voor meer info of e-mail naar Lin@chocolatbar.nl voor de mogelijkheden.

**Op naar een geweldige winterseizoen,
tot ziens bij Lin's, Leonidas Breda!**



**Van den Acker is een ervaren
bedrijf op het gebied van
beveiliging, zowel op kleine
als op grotere schaal.**

Het beveiligen van uw woning/bedrijf dient niet alleen ter bescherming van uw eigendommen, maar ook voor uw eigen veiligheid. Het is dan ook zeer belangrijk dat deze beveiliging van goede kwaliteit is en dat deze op professionele wijze wordt geïnstalleerd. Wij nemen het beveiligen van uw woning/bedrijf dan ook erg serieus.

**Wij kunnen er voor zorgen
dat de beveiliging van uw
woning/bedrijf op goede wijze
wordt geregeld.**



076 - 5147273
Ginnekenweg 56, Breda
info@sleutelspecialistbreda.nl
www.sleutelspecialistbreda.nl

Openingstijden

Maandag: 11 - 18.00
Dinsdag - Vrijdag: 9 - 18.00
Zaterdag: 10 - 17.00



Voldoet uw huis aan de eisen?

Wij helpen u er graag met het juiste advies?

Lig niet wakker, maar bel van den Acker!

maxaro®

badkamers en tegels

Ruim **5.000 m²**
keuze, beleving
en aandacht



Slaag maximaal op www.maxaro.nl óf in één van onze megashowrooms
aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal** of aan de **Hertogswetering 175 te Utrecht**.



Bezoek onze megashowroom
in Roosendaal of shop op maxaro.nl

Bekijk de actuele openingstijden en
bereikbaarheid op onze website.

Impressie **Ginneken**



KOOTSTRA RIJOPLEIDINGEN.nl



DÉ RIJSCHOOL VOOR BREDA, TILBURG E.O.

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

Kwaliteit

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

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

WE
LESSEN OOK
ELEKTRISCH!
MAAK NU EEN
AFSPRAAK!

Kootstra Rijopleidingen | Mathenessestraat 59, Breda
Tel. 088-9800300 | www.kootstrarijopleidingen.nl

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



GEGRILD



HAPJES



TAPASCHOTELS

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

geertkip.nl

Om je vingers bij af te likken...

Alle producten zijn vers en worden met liefde en aandacht gegrild

AANBIEDING
1 kg spareribs
voor slechts
€9,95

Geldig van 1 t/m
30 november 2021





Bewust

Steeds meer merken brengen duurzame, natuurlijke producten en dat is maar goed ook! Zo kunnen we toch prachtige beautyproducten gebruiken terwijl we onze planeet respecteren.

1. Miracle Hair Mask van Eleven, € 23,50 www.elevenaustralia.nl
2. Conscious Style Everyday Shampoo van KMS, € 24,20
3. Shower Oil van Compagnie de Provence, € 24,- www.babassu.nl
4. Booster Serum Vitamine C van Novexpert, € 64,95 www.iciparisxl.nl
5. Skoon Solid Conditioner Bar van Skoon, € 7,95 www.drogist.nl
6. Tanning Facial Mist van TanOrganic, € 38,95 www.iciparisxl.nl
7. Crystal Quartz Body Mist van ANAS, € 30,- www.anascrystal.care

8. Showergel Cucumber Matcha van Happy Earth, € 6,99 www.happyearthcare.com
9. Intoxicated van Kilian, € 200,- www.skins.nl
10. Straight Up Peptide Mascara van RMS Beauty, € 28,- www.skins.nl
11. Facial Oil van ABYSK, € 39,95 www.abysk.nl
12. Protect Balm van weDO/, € 19,90 www.wedoact.com
13. Lip & Cheek van RMS Beauty € 39,- www.skins.nl

WAAROM MAGNESIUM?

We bestaan allemaal 70% uit zoutwater waaronder magnesium, waar we helaas vaak een tekort aan hebben. Magnesium is hét mineraal dat op een natuurlijke manier opperste ontspanning, een stress-vrij gevoel en nieuwe energie geeft. Zo wordt magnesium effectief via de huid opgenomen, waardoor je lichaam een flinke magnesiumboost krijgt!

HAPPY & HEALTHY

Magnesium is gezond voor iedereen: jong & oud. Sporters, zwangeren, mensen met reumatische klachten, fibromyalgie, stress & burn-out en hormonale disbalans hebben een hogere behoefte.

ONTDEK ONZE UNIEKE HEALTH WELLNESS

Bij SenseCity in hartje Breda ontdek je unieke behandelmethodes met pure Permsal magnesium. Geniet solo of samen, tot maximaal 8 personen, van een heerlijk en ontspannen dagje Health Wellness bij SenseCity! Tarieven p.p. vanaf:

Magnesium Experience	5 behandelingen 2.5 - 3 uur	€89
Magnesium Experience Deluxe	6 behandelingen 3 - 3.5 uur	€129
Aemotionspa		€89
Floaten: gewichtloos drijven		€29
Stress & Burn-out kuur p.m.		€800
Fysieke pijnklachten kuur p.m.		€700
Sporters of zwangerschap kuur		€350
Massages		€65
Health Hotelarrangementen	zie website	

SenseCity®

www.sensecity.nu | @sensecity.nu



076-785 74 65 | info@sensecity.nu

Ginnekenweg 11-13 4818 JA Breda



Nooit meer een bad hair day

Wat doe je als 'het' zich plotseling aandient?
Die 'bad hair day' die altijd op het verkeerde moment komt?



Stap onder de douche

Kom je er 's ochtends achter dat je haar in pieken langs je gezicht hangt? Was je haren met een verzorgende shampoo en gebruik vervolgens een conditioner voor een glanzende coupe. Weinig tijd? Er zijn diverse soorten shampoos en conditioners die je op droog haar aanbrengt.

Leg de nadruk niet op je haar

Doe eens iets gekks met je make-up, trek een outfit in een opvallende kleur aan of kies voor een in het oog springende bril. Niemand die nu nog op je haar let!

Zet een hoed op

Die zijn nu hartstikke hip, dus waarom zou je daar geen gebruik van maken? Kies bijvoorbeeld voor een flaphoed, gleufhoed of een bolhoed.

Kies voor een staart, vlecht of knot

Dan vallen je gekke pieken, pluizige punten of vette haardos veel minder op. Zijn er nog plukjes die zich niet aan jouw regels willen houden? Gebruik dan wat leuke speldjes.

Ga naar de kapper

Een goede knipbeurt kan wonderen verrichten. Al eens aan een leuk kleurtje gedacht? Je kapper kan je adviseren over de laatste haartrends.

**sven &
sophie**

Aandacht voor
been- en ondermode is
aandacht voor jezelf.

Bij Sven & Sophie beseffen
wij dat als geen ander.

Daarom biedt onze winkel
meer dan alleen een ruim
assortiment eersteklas
producten van toonaangevende
merken.

Wouwsestraat 40, Bergen op Zoom
0164 - 21 06 15

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

Winkelcentrum 21, Etten-Leur
076 502 1549

Arendshof 57, Oosterhout
0162 455 666

Nieuwsgierig?
bekijk meer op
www.svensophie.com

*Ondergoed voor
elke dag*



Levi's

Verfris je garderobe met de nieuwe Levi's-
ondergoedcollectie. High comfort shorts
voor mannen.

F A L K E

GERMANY 1895

Bij FALKE vind je de perfecte damessokken
voor elke gelegenheid. Zoals deze Cotton Touch
damessokken. Comfortabel katoen en de
perfecte pasvorm.

*Optimaal
draagcomfort*



WIJ ZIJN KLAAR VOOR HET NAJAAR!

Goed in je vel zitten begint dicht op je huid bij Sven & Sophie!

*Verbazing en verrassing
aan je voeten*

Happy Socks

Wat is er nou leuker dan een
druilerige herfstdag beginnen
met Happy Socks om je voeten?
Want de gekke prints maken elke
dag een stuk kleurrijker.



mey

Mey maakt gebruik van
hoogwaardig pima katoen en
basic dessins. Dit maakt een
ontwerp niet alleen tijdloos,
maar ook super comfortabel. Als
je voor Mey gaat, dan ga je voor
kwaliteit en comfort.

*Een tijdloze
essential!*



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!*



Laat de *winter* maar komen!

We kunnen het niet meer ontkennen: de winter komt eraan, sneller zelfs dan we het door hebben. De verwarming staat aan en de dekentjes en plaids zijn waarschijnlijk al van zolder gehaald om de kou te bestrijden. Nu alleen de tuin nog, want ook die moet klaar worden gemaakt voor als het de komende maanden weer flink kan gaan vriezen...

Wat er allemaal gedaan moet worden om je tuin winterklaar te krijgen, verschilt natuurlijk per tuin. Maar met deze tips kom je ongetwijfeld een heel eind, mocht je (nog) niet zo goed weten waar te beginnen.

Tip 1 Bescherm je niet-winterharde planten tegen de ergste kou en vorst. Bijvoorbeeld met noppenfolie, vliesdoek of een rietmat. Niet alleen de vaste planten, maar ook de planten in potten die je niet naar binnen kunt halen. Kunnen ze wel naar binnen, dan heeft dat uiteraard de voorkeur.

Tip 2 Sluit de waterleidingen in je tuin op tijd af. Zolang het nog niet vriest, is dat natuurlijk niet nodig en kun je de buitenkraan gewoon nog gebruiken. Maar niets zo vervelend als wateroverlast door kapot gevoren leidingen. Draai ook lege potten, gieters of emmers in de tuin om, zodat er geen water in blijft staan. Zo voorkom je dat ze kapot vriezen.

Tip 3 Heb je een vijver in je tuin, zorg dan voor een onderwaterpompje. Dit voorkomt dat je vijver dichtvriest. Natuurlijk kun je er ook eigenhandig voor zorgen dat er continu een wak openblijft, maar dat is wel meer werk en je moet het natuurlijk niet vergeten, helemaal niet als er vissen in de vijver zwemmen.

Tip 4 Haal de eenjarige planten weg uit je borders. Verstandig is om dit nog voor de eerste nachtvorst te doen, zodat ze niet kunnen gaan rotten. Eventueel kun je de lege plekken nu opvullen met voorjaarsbollen.

Tip 5 Maai het gras zolang het nog groeit, maar niet te kort! Verwijder ook afgefallen bladeren van het gazon om het zo gezond mogelijk te houden. Deze bladeren hoeven overigens niet in de GFT-bak, je kunt er namelijk wél je planten mee bedekken als natuurlijke bescherming tegen de vorst.

Wil je je tuin een update geven? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



BROCKS HOMEOPATHIE

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

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

U wilt toch ook het beste
voor uw gezondheid!

Janne Brocks

Ginnekenweg 28, Breda | 076-5219313
www.brockshomeopathie.nl



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

Van Wijck voor als u van hout houdt!

KOM LANGS
Bekijk al onze
houtproducten!

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

‘Kwaliteit tegen een scherpe prijs!’

Maandag & dinsdag korting op knippen voor studenten en 65+

Kinderen knippen	€ 13,00
Heren knippen	€ 15,00
Dames knippen	€ 19,50
Dames kleuren vanaf	€ 26,00
Permanenten incl. knippen vanaf	€ 44,95
Epilieren met touw vanaf	€ 10,00



Afspraak?
076-5144407
Maandag
geopend

Dames- en herenkapsalon
Coiffure de Milano

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

Eigenaresse Anneke Damen

Mgr Nolensplein 26, Breda | coiffuredemilano@gmail.com

www.coiffuredemilano.nl



Voor creatieve kado's ga je naar

Bij Stof&Wol vind je
240 m² aan stoffen,
wol en founituren.
We hebben een groot,
veelzijdig en eigentijds
assortiment.

Belcrumweg 30, Breda
076-5327424
info@stofenwol.nl
www.stofenwol.nl

Openingstijden
dinsdag - vrijdag van
10.00 tot 17.30 uur
zaterdag van
10.00 tot 16.00 uur



katia

Bobbin

Durable

Scheepjes
INSPIRATION TO GREAT KILL OR SEW

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

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

Aileen het beste van het beste is goed genoeg voor onze patiënten.

Inge van der Gaag



Eigen risico gespreid betalen



Veel mensen zijn ongelukkig met hun gebit, hebben constante pijnklachten aan tanden en kiezen of een slecht passend kunstgebit. Nergens voor nodig, aldus tandprotheticus Inge van der Gaag. "In mijn tandprothetische praktijk kan ik een oplossing op maat bieden."

15 jaar werkervaring

Een oplossing in de vorm van een implantaat, prothese, frame of gedeeltelijke prothese, want dat is waar Inge zich in heeft gespecialiseerd. En met vijftien jaar werkervaring weet ze precies waar ze het over heeft. "De oplossingen die ik bied, zorgen niet alleen dat je pijnklachten verdwijnen, maar geven in veel gevallen je zelfvertrouwen ook een boost doordat je eindelijk weer een mooie glimlach kunt tonen."

Gespreid betalen

In haar praktijk merkt Inge echter maar al te vaak dat mensen het aanmeten van een prothese uitstellen tot het eind van het jaar als ze zeker weten dat ze hun eigen risico op hebben gemaakt. "Tegen het eind van het jaar wordt het daardoor steeds

drukker in mijn praktijk terwijl het voor mij natuurlijk veel fijner zou zijn als het werk wat meer over het hele jaar zou worden verspreid." En niet alleen voor Inge zou dat fijn zijn, vooral ook voor de mensen die nu langer dan wenselijk met klachten rond blijven lopen. "Ook dat is nergens voor nodig. Wat veel mensen namelijk niet weten, is dat ze hun eigen risico vooraf gespreid kunnen betalen, zodat ze niet in één keer het complete bedrag op hoeven te hoesten. Ik informeer mijn patiënten hier maar al te graag over, maar ze kunnen natuurlijk ook even contact opnemen met hun zorgverzekeraar om te informeren naar de mogelijkheden. Wel zo fijn als je daardoor meteen je klachten kunt laten verhelpen."

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

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



Mensen kunnen bij mij ook terecht voor controles en reparaties.

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

Een eerste consult is bij ons altijd gratis!

KUNSTGEBIT

FRAMEPROTHESE

IMPLANTATEN

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

www.tppvdgaag.nl



Vind je balans in november

Ram 21-03/20-04

November brengt mentale energie. Je zult motivatie voelen, nieuwe ideeën opdoen en je progressief gedragen.

Stier 21-04/20-05

De energie van deze maand zal de voordelen van beweging versterken. Zorg voor voldoende vitamines.

Tweelingen 21-05/20-06

Volledige eerlijkheid is voor jou geen probleem. Je aarzelt niet om de hele waarheid te vertellen.

Kreeft 21-06/22-07

Pas op voor overmatige nervositeit. Het universum heeft veel emotionele uitdagingen voorbereid.

Leeuw 23-07/22-08

Je zult veel rust nodig hebben. Het jaar is niet bepaald rustig verlopen, waardoor je er vermoeid inkomt.

Maagd 23-08/22-09

Socialisatie is nu geen probleem voor jou, maar als het gaat om serieuze beslissingen kan je beter wegblijven.

Weegschaal 23-09/22-10

Waarschijnlijk zult u zich in de aanwezigheid van een persoon bevinden die u heel sterk beïnvloedt.

Schorpioen 23-10/22-11

Het zal je niet ontbreken aan een gevoel voor humor en je zal anderen verblijden met grappige verhalen.

Boogschutter 23-11/21-12

Je kan jezelf best eens verwennen deze maand. Het zal je helpen om je comfortabeler te voelen.

Steenbok 22-12/20-01

Misschien werkt u aan een plan voor financiële onafhankelijkheid. Je strijdlust bereikt z'n hoogtepunt.

Waterman 21-01/19-02

Je zal jezelf niet kunnen stoppen om te kopen en je koopt dan ook alles wat op je pad komt.

Vissen 20-02/20-03

Je wordt overweldigd door werk, maar je moet weten dat gezondheid de hoogste prioriteit moet hebben.



Bel mij nu!
voor een afspraak
076 56 12 888

Keuring voor rijbewijs A of B nodig?

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

WWW.BREDARIJBEWIJSKEURING.NL



JONGE HELDEN
NIERSTICHTING

Geef voor een toekomst waarin we nierziekten kunnen genezen.

nierstichting.nl

NIERSTICHTING
Je nieren zijn je leven.



ZIJN JE VOETEN AL KLAAR VOOR DE HERFST?

Maak nu een afspraak met Karen, medisch pedicure 06-55702544

Karen Brekelmans
PRAKTIJK VOOR PEDICURE EN VOETVERZORGING

BEHANDELINGEN VOOR: PEDICURE | NAGELBEUGEL | NAGELREPARATIE | RISICOVOET | ORTHESIOLOGIE | KERATINE | VOETSPA | CND MARINE

Twikkelstraat 37, Breda | 06 557 025 44 | info@karenbrekelmans-pedicure.nl | www.karenbrekelmans-pedicure.nl

Niets doen is ook iets doen



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

Van den Acker is een ervaren bedrijf op het gebied van beveiliging, zowel op kleine als op grotere schaal.

Het beveiligen van uw woning/bedrijf dient niet alleen ter bescherming van uw eigendommen, maar ook voor uw eigen veiligheid. Het is dan ook zeer belangrijk dat deze beveiliging van goede kwaliteit is en dat deze op professionele wijze wordt geïnstalleerd. Wij nemen het beveiligen van uw woning/bedrijf dan ook erg serieus.

Wij kunnen er voor zorgen dat de beveiliging van uw woning/bedrijf op goede wijze wordt geregeld.



076 - 5147273
Ginnekenweg 56, Breda
info@sleutelspecialistbreda.nl
www.sleutelspecialistbreda.nl

Openingstijden

Maandag: 11 - 18.00
Dinsdag - Vrijdag: 9 - 18.00
Zaterdag: 10 - 17.00



Gelukkig, de juiste kluis voor u in huis!

Wij helpen u er graag met het juiste advies?

Lig niet wakker, maar bel van den Acker!

Mooi *de winter* in

De combinatie van kou, wind en grote temperatuurverschillen tussen buiten en binnen kan voor een droge, schilferige, gebarsten of geïrriteerde huid zorgen. Voorkom deze winterse irritaties met een goede dagverzorging.

In de zomer volstaan luchtige crèmes prima, maar in de winter heeft je huid toch net een beetje extra nodig. Kies in de winter daarom voor wat rijkere crèmes die je huid beter beschermen tegen de kou en de droge lucht in huis. Tip: door je huid dagelijks in te smeren met een goede hydraterende crème voorkom je een schrale, droge huid.

Peeling Ook in de winter moet je je huid regelmatig scrubben of peelen. Dit helpt om dode huidcellen te verwijderen, waardoor je huid weer een mooie glans krijgt. Vergeet niet om de huid goed te hydrateren na het scrubben, anders wordt deze snel schilferig en droog.

Help! Droge lippen Loszittende velletjes en lelijke kloven; gebarsten lippen zijn een typisch winterfenomeen. Een goede lippenbalsem is de meest effectieve manier om je lippen te voeden en te beschermen tegen de kou. Tip: loszittende velletjes verwijder je makkelijk en snel met een speciale lipscrub.

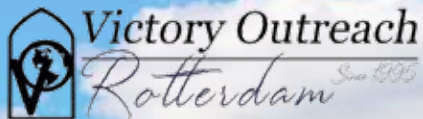
Uv filter Vergeet in de winter niet om iedere dag een UV-filter te gebruiken. Je huid dient het hele jaar beschermt te worden tegen de schadelijke invloeden van de zon. Hiermee voorkom je vroegtijdige veroudering van de huid. Tip: ga je op skivakantie, dan is een hogere factor vereist.

Zachte handen Ook je handen verdienen gedurende het winterseizoen de nodige aandacht. Maak er een gewoonte van om een paar keer per dag een handcrème aan te brengen. Let bij de aanschaf van een tube goed op het verschil tussen een handcrème en een handlotion. Een handcrème is effectiever dan een lotion. Een lotion trekt sneller in, maar kan de zeer droge en gebarsten huid vaak niet herstellen. Tip: met een paar warme hand-schoenen kunnen de ergste pijntjes voorkomen worden.

Voeding & vocht Niet alleen van buiten zal je je huid moeten hydrateren, ook van binnenuit zal het vocht voldoende moeten worden aangevuld. Zorg ervoor dat je voldoende drinkt. Ook een gezonde voeding draagt bij aan een mooi uiterlijk en verhoogt je weerstand.

Your gift FOR A X-MAS MOMENT

Wat hebben we een veelbewogen jaar achter de rug. Een jaar waarin de gevolgen van COVID-19 nog steeds voelbaar zijn. Veel gezinnen zijn getroffen door werkloosheid en leven in een onzekere periode. Dit raakt met name de kinderen uit deze gezinnen. Niet alle ouders zijn in staat om cadeautjes te kopen en hun kinderen een onbezorgde kerst te geven.



Ook de dak- en thuislozen hebben het zwaar, doordat ze in de maand december extra getroffen worden door eenzaamheid. De afgelopen 26 jaar heeft Victory Outreach Rotterdam tijdens het kerstfeest altijd succesvol uitgereikt naar de daklozen en minderbedeelden. Vorig jaar hebben we zelfs meer dan 1.000 mensen mogen trakteren op een heerlijke uitgebreide afhaalmaaltijd met daarin ook een boodschap van Jezus:

Er is hoop!

A X-mas Moment: 1.500 pakketten!

Ook dit jaar willen we Kerstmaaltijden uitdelen. Op vrijdag 17 december voorzien we van 16.00 tot 20.00 uur maar liefst 1.500 mensen van een Kerstafhaalmaaltijd en een goedgevuld kerstpakket. Kinderen tot 12 jaar mogen zaterdag 18 december genieten van een middag met volop spel, eten, drinken en cadeautjes.

Hoe helpt u mee?

1. Ondersteun ons financieel: 1.500 maaltijden en pakketten uitdelen is een kostbare onderneming. Elke gift telt! U kunt uw bijdrage overmaken naar NL53 RABO 0159 039 525 t.n.v. Victory Outreach Rotterdam o.v.v. Gift Kerst 2021. Of geef gemakkelijk via onze website www.vorotterdam.nl/geven.
2. Ondersteun ons materieel: er is een lijst beschikbaar van de spullen die we nog nodig hebben om deze twee dagen tot een succes te maken.
3. Word vrijwilliger: we hebben extra handen nodig om deze dagen succesvol te laten verlopen. Registreer u via backoffice@vorotterdam.nl. Let op: dit jaar kunt u alleen als vrijwilliger meehelpen als u van tevoren geregistreerd bent en de briefing heeft bijgewoond.

Heeft u vragen?

Neem dan contact met ons op.

We zijn bereikbaar via telefoonnummer 06-840 48 962 of 06-471 61 481 en via e-mail backoffice@vorotterdam.nl.

Namens ons, de vele daklozen, minderbedeelden en de kinderen die we gaan bereiken: hartelijk dank voor uw hulp!

Met vriendelijke groet,

Jerry en Xannelou Mendeszoon en het leiderschapsteam

N.B. Victory Outreach Rotterdam is een ANBI. Uw financiële gift is onder voorwaarden fiscaal aftrekbaar.

Draagt u ook uw steentje bij aan Gift Kerst 2021? Scan de QR code.



Romige venkelsoep met Parmezaanse kaas

Venkel is voor velen een onbekende groente en dat is zonde. Het zit bomvol smaak, is licht zoet, maakt je darmen rustig en combineert perfect met tal van ingrediënten. Bijvoorbeeld in deze heerlijke soep, met bouillon en Parmezaanse kaas.

4 PERSONEN - 30 MIN.

INGREDIËNTEN

3 venkelknollen
1 ui
olijfolie
2 aardappelen
½ tl gemalen komijn
1 liter kokend water
2 bouillonblokjes
100 ml room
peper en zout
50 g Parmezaanse kaas

BEREIDING

Snijd de stengels en het groen van de venkelknollen en bewaar eventueel wat voor de garnering. Snijd vervolgens de venkel in stukken en verwijder de harde kern.

Snipper de ui en bak deze tot de uit glazig is. Snijd vervolgens de aardappelen in kleine blokjes. Voeg de stukjes venkel, aardappel en gemalen komijn toe en roer alles goed door elkaar.

Giet het kokende water in de pan erbij en voeg eventueel bouillonblokjes toe. Meng goed totdat de bouillonblokjes opgelost zijn. Laat de ingrediënten 20 minuten koken.

Mix de ingrediënten met een staafmixer tot een gladde soep. Voeg de room toe en breng de soep op smaak met peper en zout.

Hak het venkelgroen fijn en strooi het over de soep. Rasp de Parmezaanse kaas erover.

PUZZELPAGINA

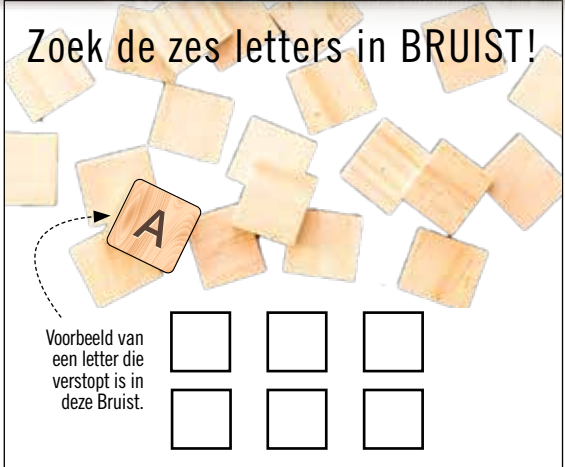


November is de maand waarin het steeds duidelijker wordt dat de winter echt niet lang meer op zich laat wachten. Kom dus maar op met die dikke truien en zachte plaids waaronder je je heerlijk kunt nestelen op de bank. En wat kun je nu het beste doen tijdens het cocoonen? Natuurlijk, lekker (online) bladeren door deze editie van Bruist en puzzelen voor mooie prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-9-2**.

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: rust. De oplossing van vorige maand was **woning**.

Maak kans op deze fles

Kraken rum

Deze rum is afkomstig uit het Caribisch gebied en onderscheidt zich door de toevoeging van een geheime kruidenmix. Deze mix zorgt zowel voor een heerlijke spicy smaak als voor een stoer uiterlijk. Kraken Rum is zwart van kleur, net als de inkt van het zeemonster waarnaar de rum vernoemd is. Op het etiket van de fles zie je dit monster in inktzwarte stijl terugkeren...



👁️-o+ 🍟-fr 🧑‍🦰m=v

📺y=e 🐑a=u

🔪s=t z+⏪-ruit

♿-val+ 🍌l=n+k

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

Maak kans op een

SodaStream bruiswater toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

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

iggywhoczim
slbefixgfjr
maertsadose
amzkugnturt
aprikipvfwua
klwpveslqew
jeohhzrealr
earjxqksnap
ifumnsydt df
mhlbkdytpya
micngzumwha

water fles
smaakje sodastream
genieten lekker
bruisend prik

Streef 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 december de oplossing in op onze site: www.ginnekenbruist.nl

FIAT



ERVAAR DE UNIEKE 500E & E-DUCATO
48 UUR LANG

Scan de QR-code en plan direct uw 48 uren proefrit.



Van Mossel