

**BEST-OIRSCHOT** 

JANUARI 2022 GRATIS MEENEMEN!  
[WWW.BEST-OIRSCHOTBRUIST.NL](http://WWW.BEST-OIRSCHOTBRUIST.NL)

# BRUIST

Wat is **geluk**  
eigenlijk?

**Richard Spijkers:**  
'De thematiek is heftig'





De kasten- en industriële deurspecialist van Midden-Brabant



Bij ons bent u zeker van uw aankoop



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*





Wil je kans  
maken om jouw foto  
in Best-Oirschot Bruist  
terug te zien?

Stuur deze dan naar  
[ontwerp@nederlandbruist.nl](mailto:ontwerp@nederlandbruist.nl)  
o.v.v. Foto Best-Oirschot

*Impressie*  
**Middelbeers**



8



30



35



23



12



28

# Inhoud

# 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  
**CUSTOMER CARE** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Daniëlle Frishert  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Astrid Berkhout  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Andress Kools  
**EINDREDACTIE** Anouk Jacobs

f Like ons op Facebook/Best-OirschotBruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2022. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Best-Oirschot Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Om te beginnen natuurlijk: een ontzettend gelukkig nieuwjaar namens iedereen bij Bruist! Laten we er met zijn allen een fantastisch jaar van maken. Wat 2022 voor ons in petto heeft, weet niemand, maar dat we zelf invloed hebben op ons eigen geluk, is een feit. Daar vertellen we je in deze nieuwste editie van Bruist meer over.

# Bruisende lezer,

Januari is voor veel mensen dé tijd van het jaar om met al hun goede voornemens aan de slag te gaan. De een wil afvallen, de ander wil meer tijd doorbrengen met vrienden... Waar het uiteindelijk vrijwel allemaal op neerkomt, is dat we een fijner leven willen. En een leuker leven natuurlijk! Vol mooie momenten en plezier. Hoe zo'n leven eruitziet, is voor iedereen uiteraard anders.

Desondanks kunnen we je wel wat tips geven: breng een bezoekje aan een van onze bruisende ondernemers en laat je verwennen. Of plan een leuk dagje uit, bijvoorbeeld naar Titanic de musical. Acteur Richard Spijkers vertelt je daar verderop meer over... Na de afgelopen pittige jaren hebben we nu immers wel een wat leuker jaar verdiend!

**Michael Thörig**



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



JE KUNT OOK  
**BLIJ ZIJN**  
MET WAT JE  
NIET HEBT!

# Wat is *geluk* eigenlijk?

Hoe voel jij je? Geniet je van het leven of wil je dat graag maar lukt het niet? En wat is geluk eigenlijk?

Geluk is voor iedereen anders. Het is een gevoel, je kunt het niet aanraken en ook niet vasthouden. Toch is het belangrijk. Je voelt je er als persoon beter door wanneer je gelukkig bent, je denkt anders en je doet anders. Maar waarom is het soms zo moeilijk voor ons om gewoonweg gelukkig te zijn?

**JE BENT NIET PERFECT EN DAT HOEF JE OOK NIET TE ZIJN.** Stel geen onbereikbare doelen voor jezelf en raak ook niet in paniek als je een fout maakt. Mensen zijn niet onfeilbaar. Begin met onderzoeken waar je eigen grenzen liggen door elke dag te leren van je fouten, zodat je jezelf kunt verbeteren. En onthoud: vergelijk jezelf nooit met anderen. Stop met altijd en overal perfectie na te streven. Leef in het moment. Je kunt ook blij zijn met wat je niet hebt!

Houd goed in de gaten dat je jouw leven niet voor anderen leidt. En blijf ook niet een bepaalde koers aanhouden voor iemand anders als je hier zelf

niet gelukkig van wordt. Jezelf als prioriteit stellen is helemaal niet egoïstisch.

**HET LEVEN BEGINT AAN HET EINDE VAN JE COMFORTZONE!** Kun je niet meer genieten in je eigen omgeving, dan lukt dat misschien wel ergens anders. Bezoek plaatsen waar je normaal nooit zou komen, leer nieuwe mensen kennen of ga de uitdaging aan met jezelf en begin met een nieuwe sport. Het is goed om af te wijken van het vertrouwde. Zo maak je je leven een stuk interessanter.

**SAMEN STA JE STERKER.** Omring jezelf met mensen waar je bewondering voor hebt en waar je van wilt leren. Mensen die hun hulp bieden zonder hier iets voor terug te verwachten. Mensen die jou niet zullen beoordelen en jou waarderen om wie je bent. Zij voelen het ook direct aan wanneer je even niet lekker in je vel zit.

**Ook op zoek naar geluk?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

# Genieten van muziek met hoortoestellen



Als muzikliefhebber is het natuurlijk geen fijne ervaring wanneer u merkt dat het gehoor achteruit gaat. Dit kan een punt bereiken waarop u niet meer van muziek kunt genieten.

Gelukkig bestaan er hoortoestellen die zijn gespecialiseerd in het zo natuurlijk mogelijk weergeven van muziek, waardoor uw gehoorverlies niet in de weg hoeft te zitten om weer optimaal van muziek te kunnen genieten.

Zo zet de Zwitserse hoortoestellenfabrikant Bernafon zich al jaren in om de muziekbeleving voor slechthorenden via hoortoestellen zo natuurlijk en levendig mogelijk weer te geven. Bijkomend voordeel is dat hun hoortoestellen via Bluetooth® kunnen worden verbonden met diverse apparaten. Zo ook uw stereo-installatie, telefoon en computer. Hierdoor is het relatief eenvoudig om rechtstreeks muziek te streamen naar de hoortoestellen.

Doordat ik vanuit mijn functie al vele jaren hoortoestellen aanmeet, heb ik alle soorten gehoorverliezen en hulpvragen voorbij zien komen. Eén van de zaken waarin ik me door de jaren heen ben gaan specialiseren, is het aanmeten van hoortoestellen bij muzikliefhebbers en muzikanten.

Hoortoestellen zijn natuurlijk primair gericht op spraak. Eigenlijk zijn het computertjes die continu berekenen hoe ze het beste spraak kunnen versterken, zodat u actief aan het gesprek kunt deelnemen. Muziek vergt echter een out-of-the-box aanpak van de audicien, omdat het

hoortoestel in deze situatie zo eerlijk mogelijk het geluid moet weergeven en tevens voor het gehoorverlies moet corrigeren. Het aanmeten van de hoortoestellen is maatwerk, waarbij ik samen met u tot de meest optimale oplossing voor uw gehoorprobleem wil komen, zodat u weer kunt genieten van muziek.

Muziek is een niet te onderschatten onderdeel in ons leven

- Muziek is emotie
- Muziek luisteren stimuleert cognitieve functies
- Muziek werkt ontspannend

Met andere woorden, zonder muziek is het leven een stuk minder rijk/muziek verrijkt ons leven! Maak vrijblijvend én gratis een afspraak bij mijn praktijk, Hoorspecialist Oirschot om er achter te komen wat er voor u mogelijk is.



PLAN EEN  
AFSPRAAK VIA  
06 21807507

**LEZERSACTIE \*****Maak kans op het boek van Michael Pilarczyk: Je Bent Zoals Je Denkt.**

'Je bent toch niet je gedachten?'. Maar wie of wat ben je dan wel? is dan mogelijk de volgende vraag. Mijn overtuiging is dat jij en ik het resultaat zijn van onze gedachten. In Je Bent Zoals Je Denkt lees en leer je over de kracht van je gedachten en hoe je door middel van die gedachten je dagelijks leven vormgeeft. **TAG #MICHAEL**



LIKE, TAG DOE MEE EN WIN

Doe mee en win

**AMARULA VEGAN**

De nieuwe Amarula Vegan Cream likeur komt tegemoet aan de toegenomen vraag naar vegan producten. Je proeft nog steeds de herkenbare smaak van het marulafruit dat de basis vormt voor alle likeuren van Amarula. Daarnaast heeft de likeur een exotische touch gekregen door de toevoeging van kokosnoot, karamel en vanille. Het is een heerlijk alternatief voor veganistische liefhebbers. Geheel glutenvrij en dus ook geschikt voor mensen met een lactose intolerantie.

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

12

**MANUKA ESSENTIAL OIL**

Manuka honing is perfect om je gezondheid gedurende het hele jaar een boost te geven.

Ook als beautyproduct is Manuka honing heel geschikt, bijvoorbeeld als masker en op eczeemplekken. Manuka New Zealand's hoogwaardige Manuka Oil is een essentiële olie die gebruikt wordt voor huidverzorging, voetverzorging en als hulpmiddel bij kleine wondjes wondjes. Indien toegevoegd aan een shampoo, bodylotion of masker is het bovendien een ware weldaad.

[www.manukanewzealand.eu/nl](http://www.manukanewzealand.eu/nl)

E

**GUSTEAU**

Gusteau is een persoonlijke online wijngids waar je je smaakprofiel kunt ontdekken. Het draait namelijk niet om de druif, maar om de persoon. Want wijnvoorkeuren zijn persoonlijk. In herkenbare en toegankelijke taal vertelt Gusteau meer over smaakprofielen en wijnen. Tijdens een supersnelle smaaktest krijgt iedereen snel een perfecte wijnmatch voorgeschoteld. [www.drinkgusteau.com](http://www.drinkgusteau.com)



Scan de QR-code en zie meer

# Nieuw hoofdstuk Nieuwjaar

**LEZERSACTIE \*****BH van By Jeane t.w.v. € 78,65**

De bralette is een beugellose bh die zowel gevormd als niet gevormd kan zijn. De By Jeane bralette biedt betere ondersteuning vanwege de zeer flexibele, zachte ondersteunende onderband en de verstelbare kruislings of recht te dragen schouderbandjes. Voel je op en top vrouw vanuit je eigen kracht. [www.byjeane.com](http://www.byjeane.com) **TAG #BYJEANE**

**ROOSTER & WOLF**

Cognac mag dan misschien een beetje een stoffig imago hebben, brandy is dat allerminst. Een drankje dat door Rooster & Wolf - het merk met Nederlandse roots - nieuw leven is ingeblazen. Het staat voor kwaliteit en werkt samen met de vierde generatie meester-distilleerders in de Franse regio Cognac. Alleen de beste witte druiven worden geselecteerd. Het resultaat: een krachtige brandy met zachte afdrank, fruitig, bloemig en soepel om te drinken. Rooster & Wolf Fine Brandy is hét drankje om een feestelijk diner mee af te sluiten. [www.roosterwolf.com](http://www.roosterwolf.com)



13

**LOWLANDER TRY OR DRY**

Vier de start van het nieuwe jaar in stijl met Lowlander's Try or Dry January. Of je nu kiest voor een maand met of zonder alcohol, met de botanisch gebrouwen bieren zorg je er hoe dan ook voor dat het een maand vol smaak wordt. Dus, voor welk team kies jij; Team Try of Team Dry?

[www.lowlander-beer.com](http://www.lowlander-beer.com)**LEZERSACTIES \***

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie!

Of stuur je gegevens o.v.v. de TAG bij de lezersactie naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)



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

Registreer je dan via  
[theater.nl/bruist](https://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!

  
DE WERELD VAN THEATER

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



# Is jouw woning echt te klein?

Vraag dan een waardebeoordeling aan!

Professionele foto's | Video | Inmeten | Plattegronden | Funda

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

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

*Thea Vorstenbosch*



06 51 68 72 68 | [info@tvomakelaardij.nl](mailto:info@tvomakelaardij.nl) | [www.tvomakelaardij.nl](http://www.tvomakelaardij.nl)

*altijd een streepje voor*

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

Maak tijd vrij voor die kleine  
genietmomentjes zoals  
op de bank zitten met je kinderen.

**Dansen** verhoogt je geluk. Ga de **natuur** in!

Een korte wandeling helpt je bij het ordenen

van je gedachten. Je geur verandert als

je gestrest of gelukkig bent. **Geluk** heeft dus

**een geur**. Zie het leven als **een**  
**cadeautje** dat je iedere dag weer

opnieuw mag uitpakken. De meest

effectieve manier om je geluksgevoel

te verhogen is om **iets voor een ander**

**te doen**. Zet je **zintuigen** open,

let op wat je ziet, hoort, ruikt en voelt.

Dat helpt in het moment te zijn

en **je batterij** op te laden.

# Tijd voor bezinning

MICHAEL PILARCZYK

**2021 is voorbij. Maar wat er in de wereld gebeurt, is nog lang niet voorbij. Waar staan we nu en waar gaan we naartoe?**

Vragen om over na te denken. Wat staat er op jouw wensenlijst? Tijd voor bezinning.

Het leven is een avontuur om te ondergaan, een mysterie om te ontdekken, een kans om te benutten, een uitdaging die we moeten aangaan. Het leven is zowel de reis als de bestemming. Het leven is zo mooi. Ontwaak, leef.

Om het nieuwe jaar te beginnen met positieve kracht en inspiratie, begin ik in januari met het Leef Je Mooiste Leven Jaarprogramma 2022. Alle info vind je op mijn website.

Ik wens je alle goeds, veel geluk en liefde.

*Michael Pilarczyk*

~ MeditationMoments.nl ~  
Meditaties voor elk moment van de dag



## Een compleet, transparant verzekeringspakket zorgt voor rust

In Nederland kan werkelijk bijna alles verzekerd worden. Maar wat is relevant om te verzekeren en welke verzekering kan achterwege gelaten worden? Belangrijke vragen die ROCHE financieel adviseurs graag samen met u beantwoordt.

Bij voorkeur vóórdát u met een schadegeval te maken krijgt. ROCHE financieel adviseurs kent de markt van de verzekeringen door en door en kan daardoor samen met u zoeken naar die verzekeringen die ook daadwerkelijk iets toevoegen aan uw persoonlijke situatie.

### De belangrijkste vragen die we afwegen zijn:

- Welke risico's loopt u en hoe groot zijn deze risico's?
- In hoeverre wilt of kunt u deze risico's voor eigen rekening nemen?

Inzicht, goede dekking en een correcte afhandeling met een passende schadeverzekering: ROCHE financieel adviseurs zoekt en berekent voor u een passende dekking tegen een gunstige verzekeringspremie. Krijgt u – hoe vervelend ook – te maken met schade, dan weet u zeker dat u het goed geregeld heeft met een schadeverzekering van ROCHE.

**Reken in geval van schade op de begeleiding van onze verzekeringspecialisten bij ROCHE financieel adviseurs. Zij zorgen voor de juiste afhandeling.**

De Loop 38 Oirschot | 0499-550222  
info@roche.nu | www.roche.nu

**ROCHE**  
financieel adviseurs

# Uw woonstijl, uw droomstijl

## LUXE LEESFAUTEUIL



Leolux Anton  
Design: Studio Truly Truly, 2021



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.



## PURE BALANS

Leolux Pulla  
Design: Studio Truly Truly, 2021



**Koos Kluytmans**

## Een energielabel nodig?



**Bellen?** 0499 - 57 82 14

**Mailen?** info@huismarct.nl

**Koffie?** De Moriaan 86, Oirschot

BespaarMarct is een label van  


## DAGJE UIT NATIONALE TULPENDAG



Het is weer tulpentijd! Een gegeven dat zaterdag 15 januari wordt gevierd met de Nationale Tulpentijd. Deze dag leggen tulpenkwekers voor de tiende keer een gigantische pluktuin aan op de Dam in Amsterdam met daarin zo'n 200.000 tulpen in verschillende kleuren. Ontzettend mooi om te zien en meteen de start van het nieuwe (snijs)tulpenzeizoen. Het thema van de Nationale Tulpentijd is dit jaar: share happiness. Oftewel, de vreugde wordt gedeeld en daarom mag iedereen deze editie niet één, maar twee bossen tulpen gratis plukken. Een vrolijke bos voor jezelf en een voor iemand anders. Gedeelde vreugde is immers dubbele vreugde. **Kijk voor meer info op [www.tulpentijd.nl](http://www.tulpentijd.nl).**

## FILMPJE KIJKEN A-HA: THE MOVIE

BINNEN/BUITEN

'Take on me' is een van die nummers die nog steeds tot in de uithoeken van de kleinste karaokezalen gezongen wordt. De hit betekende de wereldwijde doorbraak van a-ha. Een droom die de bandleden al van kinds af aan hadden, maar die onbereikbaar leek voor een kleine band uit Noorwegen in de jaren zeventig. Het succes van a-ha veranderde de jongens in één klap in tieneridolen, terwijl ze misschien zelf liever als serieuze rocksterren gezien werden. 35 jaar later treden de mannen, nu allemaal in de vijftig, nog steeds op. **A-HA: THE MOVIE is vanaf 6 januari te zien in de bioscoop.**



## BOEKJE LEZEN JE LIET MIJ LEVEN



Toen Eve twaalf was, overleefde ze als enige een aanval van een seriemoordenaar wiens identiteit nog altijd onbekend is. Jaren later is ze nog steeds geobsedeerd door de man die haar familie vermoordde. Ze is vastbesloten hem te ontmaskeren. Bewaker Jim is net begonnen in een nieuw boek. In deze true crime-bestseller vertelt Eve over haar pogingen om de moordenaar van haar familie op te sporen. Met elke pagina die hij omslaat, groeit Jims woede én zijn angst. Want Jim realiseert zich dat ze niet zal opgeven voor ze hem gevonden heeft. Tenzij hij haar eerst vindt.

**JE LIET MIJ LEVEN van Catherine Ryan Howard is vanaf 11 januari verkrijgbaar.**

# Wil je meer balans in je figuur?

## Een liposuctie kan hier een oplossing voor bieden

De vakkundige en gepassioneerde plastisch chirurgen van Kliniek Heyendael zorgen er met een liposuctie voor dat jouw lichaam zijn natuurlijke balans terugkrijgt. De liposuctie, oftewel overtollige vetverwijdering, wordt in onze kliniek vaak uitgevoerd op de buik, billen, heupen, bovenbenen of dijbenen. Daarnaast is het op andere plekken mogelijk, zoals onderkin, schouderbladen, bovenarmen en rug.

Een liposuctie is een specialistische behandeling die onder plaatselijke verdoving of narcose wordt uitgevoerd. De eerste stap op weg naar een liposuctie is een oriënterend gesprek met een van onze plastisch chirurgen. In een vertrouwde setting kun je al je vragen en verwachtingen

uitspreken. Onze plastisch chirurg beoordeelt of je in aanmerking komt voor een liposuctie en geeft heldere informatie over de behandeling, de nazorg, het te verwachten resultaat en de risico's. Daarna zal een maatwerkofferte door de consulente met jou worden besproken. Op basis van deze kennis kun je een weloverwogen beslissing nemen.

**Heb jij vragen of wens jij meer informatie over de kliniek of over een liposuctie? Neem gerust contact met ons op of vraag een gratis en vrijblijvend consult met één van onze plastisch chirurgen aan.**



### Klantervaring

"Ik raad deze kliniek zeker bij anderen aan. Van begin tot eind heb ik een topervaring gehad met deze kliniek. Het resultaat is precies naar mijn verwachtingen." **Sadaf**

Betrouwbare  
en betaalbare  
plastische chirurgie.

Voor meer info  
024 - 845 05 06

**'We hopen je binnenkort te mogen verwelkomen!'**



Kliniek  
Heyendael

Cosmetische Plastische Chirurgie




### Wie zijn wij?

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk, dat is Kliniek Heyendael. Al sinds 2011 zijn we een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie. Onze privékliniek bevindt zich in Nijmegen. Bij Kliniek Heyendael staan jouw wensen centraal. Deze worden tijdens een uitgebreid consult met de plastisch chirurg besproken om zo een realistisch beeld te krijgen van de mogelijkheden.

### Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Liposuctie
- Lipofilling
- Ooglidcorrectie
- Neuscorrectie
- Oorcorrectie
- Facelift (MACS-lift)
- Schaamlipcorrectie
- Injectables

### Volg ons op Facebook en Instagram!

 @kliniekheyendael |  Kliniek Heyendael

Parklaan 70, Groesbeek (nabij Nijmegen)  
info@kliniekheyendael.nl  
024 - 845 05 06 | www.kliniekheyendael.nl

# Huidtherapie Boxtel & Best

De medisch opgeleide professionals van Huidtherapie Boxtel & Best willen weten wat u beweegt. Na een intake selecteert u samen met hen de behandeling en/of therapie die u weer lekker in uw vel laat zitten.

Met de modernste apparatuur, de best passende middelen en de expertise van Huidtherapie Boxtel & Best is de meest effectieve behandeling naar uw gezondere huid gegarandeerd. Een gezonde huid is veel meer dan alleen mooi. Ervaar het zelf. Bekijk onze website of maak nu een afspraak en bel: 06 8126 4333



## Onze behandelingen

- Pigment
- Overbeharing
- Acne
- **Oedeem**
- Huidadvies
- Littekens
- Couperose/ vaatproblemen
- Nazorg kanker
- Huidverbeterende behandelingen
- Lasertherapie
- Peelingtherapie



**Doortje Dekkers - Putmans**  
Eigenaresse & huid- en oedeemtherapeut

Huidtherapie  
Boxtel & Best

# Oedeem (vochtophoping)

**Oedeem is een vochtophoping in een lichaamsdeel waardoor een zwelling ontstaat. De vochtophoping kan verschillende oorzaken hebben, bijvoorbeeld een trauma, operatie, zwangerschap, een aangeboren aandoening, bij/na kanker of ten gevolge van een andere aandoening. Er zijn verschillende soorten oedeem te onderscheiden.**

Bij **veneus oedeem** is sprake van een niet of onvoldoende functionerend vaatstelsel. Dit kenmerkt zich door oedeemtoename in de loop van de dag, in de ochtend is het oedeem vaak weg. Deze vorm van oedeem komt veel voor in de enkels en onderbenen bij mensen die langdurig zitten/staan of tijdens de zwangerschap.

**Lymfoedeem** ontstaat door een niet of onvoldoende functionerend lymfestelsel. In tegenstelling tot veneus oedeem verdwijnt dit minder snel. Bij primair lymfoedeem is het lymfestelsel niet goed aangelegd. Bij secundair lymfoedeem zijn de lymfevaten beschadigd door een trauma of operatie, daarnaast kunnen er ook lymfeklieren verwijderd zijn.

Bij **lipoeedeem** is er sprake van een stoornis in de aanmaak van vetweefsel, hierdoor kan tevens de afvoer van lymfevocht verminderd zijn. Kenmerkend is het snelle ontstaan van blauwe plekken en de erg gevoelige huid. De voeten zijn meestal niet aangedaan. De verschillende soorten oedeem kunnen ook gecombineerd zijn.

Om oedeem te verminderen of op te heffen zijn er verschillende behandelingen mogelijk. Niet alle behandelingen zijn van toepassing op elke vorm van oedeem. De behandelingen kunnen ook gecombineerd worden uitgevoerd. De huidtherapeut bekijkt tijdens het intakegesprek en eerste onderzoek welke behandeling het meest geschikt is voor de patiënt.

- Manuele lymfedrainage (massagetechniek)
- Oedeembehandeling met behulp van apparatuur, zoals Endermotherapie, Deep Oscillation of Lymphapress
- Lymftaping
- Zwachtelen (speciale verbanden)
- Therapeutische elastische kousen aanmeten

**Voor meer informatie, neem vrijblijvend contact met ons op!**



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



## Onze specialisten

v.l.n.r. Romy Vermeulen,  
Meggie van den Broek,  
Doortje Dekkers -  
Putmans, Annette van  
Duijnen

**BEHANDELINGEN**  
kunnen worden vergoed  
door uw zorgverzekeraar

## Onze vestigingen

Boxtel  
Nieuwe Nieuwstraat 20  
5283 CD Boxtel

Liempde  
Nieuwstraat 8  
5298 CL Liempde

Best  
Oirschotseweg 68  
5684 NK Best

0499-745083  
06 8126 4333 (WhatsApp)



## *Richard Spijkers is de kapitein in Titanic de musical:* 'Bij de repetities heb ik staan janken'

Na twintig jaar is Titanic de musical terug in Nederland. De historie van het beroemde schip is talloze keren opgetekend in theatervoorstellingen en films. Maar we mogen de tragische ramp niet te veel romantiseren: “De thematiek is heftig”, vertelt acteur Richard Spijkers.

Waar in 2001 onder meer Danny de Munk en Tony Neef op het toneel stonden in Titanic de musical, vertolken nu onder anderen René van Kooten, Han Oldigs en Mariska van Kolck de rollen. Richard Spijkers kruipt op zijn beurt in de huid van de trotse en statige kapitein Edward J. Smith. “Het is een totaal andere man dan wie ik ben en misschien daarom juist wel zo lekker om te spelen”, aldus Richard.

**ONTROEREND** “Ik ben nogal een emotioneel ei”, lacht de acteur. “Dus als bij de repetities de muziek erbij komt en mensen vol overgave staan te spelen dat ze doodgaan, dan sta ik te janken. Zo heftig is die thematiek.” Om de slachtoffers van de scheepsramp te herdenken valt er aan het eind van de voorstelling een doek met daarop

de namen van alle omgekomenen. “Dan beseft je opeens dat er 1.512 mensen de dood hebben gevonden, wat niet nodig was geweest.”

**HOOP** Het publiek hoeft overigens niet bang te zijn voor een deprimerende voorstelling. Het is een groot theaterspektakel met een live-orkest en een ijzersterke cast. “Titanic is een van die musicals waar ik van houd, omdat het een verhaal is over ambities, hoop en geloof”, besluit Richard.

Stap aan boord en reis mee op het wereldberoemde schip. Titanic de musical is tot en met 4 juni 2022 te zien in de Nederlandse theaters. Kijk op Theater.nl voor de speellijst.

# Voor ieder huis een passende vloer

Als 16-jarige liep Jean-Pierre van de Moosdijk stage bij een parketvloerbedrijf. Hij was meteen verkocht: dit wilde hij doen! Hij volgde een opleiding tot parketteur en na de nodige jaren ervaring te hebben opgedaan, begon hij in 2013 zijn eigen bedrijf: JPM Parket.

## Uitgebreide collectie

Keuze is er bij JPM Parket in ieder geval genoeg, de zaak beschikt over een zeer uitgebreide collectie vloeren: van houten vloeren tot laminaat en PVC. Het materiaal is afkomstig uit duurzaam beheerde bossen en voorzien van het FSC-keurmerk. “De meerderheid van onze klanten kiest voor traditionele massief eikenhouten vloeren. Dat is ook wel begrijpelijk, ze gaan een leven lang mee. Bovendien kun je ze iedere gewenste kleur geven, waardoor je ze eenvoudig kunt aanpassen aan de rest van je inrichting. Een multiplankvloer is een goed alternatief. Deze heeft een onderlaag van berken multiplex waar je iedere houtsoort op kunt verlijmen als toplaag. Ook deze vloer gaat prima samen met vloerverwarming.”

## Van A tot Z

JPM Parket kan bestaande parketvloeren ook opschuren en behandelen met lak, beits of olie. “Dan is de vloer weer als nieuw. Je kunt er tevens voor kiezen om de vloer alleen te laten reinigen.” Om een indruk te krijgen wat er allemaal mogelijk is, ben je welkom in de showroom van JPM Parket, hier vind je maar liefst 200 m<sup>2</sup> aan voorbeeldvloeren. “Samen kijken we wat de wensen zijn en welke vloer daar het beste bij past. Als je voor ons kiest, nemen we alles uit handen. Je hoeft zelf alleen de plinten nog te schilderen”, grapt Jean-Pierre. Eén ding is zeker: JPM Parket levert altijd vakwerk. “Wij nemen geen genoegen met een 8, maar gaan voor een dikke 10!”

‘WIJ GAAN VOOR  
EEN DIKKE 10!’



**POWERSLIM  
IS VANAF NU  
GEWIJZIGD IN  
PS. FOOD &  
LIFESTYLE**

**PS.** food &  
lifestyle



# 'IK ZIT WEER LEKKER IN MIJN VEL!'

Na twee zwangerschappen in redelijk korte tijd, waren er de nodige kilo's aangekomen. Het lukte mezelf niet om me motiveren om die overtollige kilo's kwijt te raken. Dus ging ik op zoek naar iemand die me daarbij kon helpen. Toen kwam ik bij Monique uit. Zij heeft me van het begin tot einde goed begeleid. Ze denkt met je mee, geeft handige tips en ze wist me op het juiste moment dat duwtje in de rug te geven

wat ik nodig had, zodat ik kon doorzetten en mijn einddoel wist te bereiken. Binnen no time waren de kilo's er vanaf en heb al die tijd lekker kunnen blijven eten.

**Ik ben nu 11 kilo kwijt en zit weer lekker in mijn vel. Ik ben ik blij met de persoon die ik zie wanneer ik in de spiegel kijk!**

ERVARING VAN:  
EVELIEN



# Vrijgezel Sarah stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Een jaar geleden zijn we daarom van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze Bruisende Vrijgezellen. Deze maand hebben we speciale aandacht voor: Sarah.

Haar sociale leven is bruisend en druk, maar toch mist Sarah een mooie vrouw naast zich in haar leven. “Iemand die net als ik heel sociaal en open is en graag onder de mensen is, maar tegelijkertijd ook houdt van een avondje lekker samen op de bank”, vertelt Sarah als ze denkt aan haar ‘ideale vrouw’. “Ze hoeft echt niet zo druk te zijn als ik ben, maar wel lekker spontaan”, voegt ze lachend toe. “En net als ik moet ze op zoek zijn naar huisje-boompje-beestje, want ik heb geen zin meer om jaren te latten.”

Ook qua uiterlijk weet Sarah vrij goed waar ze naar op zoek is: “Ik val op vrouwelijke vrouwen, met lang haar en lichte ogen. Niet al te lang en ook niet veel ouder dan ik zelf ben. Het innerlijk speelt uiteraard ook een

belangrijke rol. Ik hoop dan ook iemand te vinden met wie ik goed kan praten en die er ook echt voor mij kan zijn wanneer ik dat even nodig heb. Iemand om heel veel in mijn leven mee te delen, maar die daarnaast ook nog haar eigen leven heeft... En dan het liefst een leven enigszins in de buurt van Tilburg, waar ik woon en waar ik mijn (sociale) leven heb.” Een leven dat bestaat uit veel sporten, lekker eten en drinken en één van haar grootste passies voetbalclub Willem II. “Ik heb een seizoenskaart en ga eigenlijk naar alle thuiswedstrijden. Dat is wel een vrij belangrijk onderdeel van mijn leven, net als mijn werk trouwens. Ik werk in de maatschappelijke zorg, waarin het sociale dat ik eerder al noemde dus ook weer tot uiting komt. Vandaar dat ik dat ook hoop terug te vinden in mijn toekomstige partner.”

**Sarah zoekt  
de liefde van  
haar leven!**

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar [ontwerp@nederlandbruist.nl](mailto:ontwerp@nederlandbruist.nl).

BRUISENDE/VRIJGEZEL

LENGTE  
173 CM

LEEFTIJD  
35 JAAR

OGEN  
BLAUW

*Jij reageert  
toch ook?*

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

# Wil jij ervaring opdoen bij een bruisend bedrijf met een stage als *creatieve DTP'er/Vormgever*

Met ruim 40 uitgaven per maand is **BRUIST** een succesvolle formule in Nederland, België en Spanje. Onze doelstelling is om in zoveel mogelijk steden een glossy stadsmagazine uit te geven. Wil je daaraan een steentje bijdragen? Meld je dan als stagiaire voor de afdelingen DTP/vormgeving.

Wij zijn op zoek naar creatieve stagiaires die voor plusminus 6 maanden een leuke stageplek zoeken!

## Stagiaires gezocht

Als DTP'er/vormgever is elke dag een nieuw avontuur! Ben jij creatief, vernieuwend en neem jij graag het initiatief? Dan zoeken wij jou!

*Meer informatie vind je op [www.nederlandbruist.nl/vacatures](http://www.nederlandbruist.nl/vacatures)*



Stuur een korte motivatiebrief en volledige CV met pasfoto t.a.v. Lea Bossers naar [vacature@nederlandbruist.nl](mailto:vacature@nederlandbruist.nl).

Herken je dit? Je hebt (kenmerken van) autisme en je bent vaak heel moe na een werkdag. Je hebt moeite met het op de voor jou juiste manier organiseren van je werk. Je past je steeds aan anderen aan en gaat daarmee enorm over je eigen grenzen heen, als je je grenzen nog herkent.

## Ben jij ook zo moe na een werkdag?

Heb jij goede voornemens voor 2022 om eindelijk iets aan je vermoeidheid te doen? Ga dan met mij aan de slag. Samen onderzoeken we waar jouw vermoeidheid vandaan komt. Komt het bijvoorbeeld door hoe je je werk organiseert, doordat je steeds door anderen gestoord wordt op een dag of door onduidelijke communicatie met je collega's?

Met inzicht in waar jouw vermoeidheid vandaan komt, kun je de voor jou juiste keuzes maken en zorgen voor voldoende energie voor jezelf. Waardoor je je werk goed kunt blijven doen en je ook nog energie hebt om dingen met je gezin, familie of vrienden te doen.



## Wil jij ook weten hoe je met je autisme lekker in je vel komt te zitten?

Neem dan contact op voor een gratis ont-stress sessie: [www.lekkerinjevelmetautisme.nl/ont-stress-sessie/](http://www.lekkerinjevelmetautisme.nl/ont-stress-sessie/) of bel 06-45316925.



Autismecoach Esther Oomen heeft jarenlange ervaring in het begeleiden van mensen met (kenmerken van) autisme. Daarnaast werkt ze met partners en familieleden van mensen met (kenmerken van) autisme.



Johan Frisopark 47, Best | 06-45316925  
[info@lekkerinjevelmetautisme.nl](mailto:info@lekkerinjevelmetautisme.nl)  
[www.lekkerinjevelmetautisme.nl](http://www.lekkerinjevelmetautisme.nl)

# Feel Best MAAK JE DROOMREIS

## sound healing of sound meditatie.

Misschien heb je er weleens van gehoord: sound healing of sound meditatie.

Het is een manier van heling waarbij klankschalen worden gebruikt. Er komen sterke trillingen vrij wanneer je er met een dong tegenaan slaat. En die hebben helende krachten voor je mentale én fysieke gezondheid.

## Weten wat dit voor jou betekent?

Wil je ook eens ervaren wat dit voor jou kan betekenen? Doe dan mee met onze Klankschalen Dromenreis.



## Ga je mee op dromenreis?

Terwijl je heerlijk ligt komen de trillingen van de klankschaal en verschillende andere prachtige instrumenten voelbaar het lichaam binnen en er ontstaat ruimte op fysiek en energetisch niveau. De klank en trilling van klankschalen hebben een prachtige helende werking. Waardoor je heerlijk en ontspannen weer naar huis gaat.

Vrijdag 11 februari

🕒 Tijd: 20:00 uur

🎫 Ticket: €30,00

MELD JE AAN VIA [INFO@FEEL-BEST.NL](mailto:info@feel-best.nl)

Voor meer informatie mail naar: [welcome@rockyourinnerself.com](mailto:welcome@rockyourinnerself.com) of [www.rockyourinnerself.com](http://www.rockyourinnerself.com)

*Feel Best*  
yoga & outdoor

Lage Vleutweg 1 Best | 06 - 42064003  
[info@feel-best.nl](mailto:info@feel-best.nl) | [www.feel-best.nl](http://www.feel-best.nl)

Op veertienjarige leeftijd zei **Ine Schroven** al dat ze een eigen dansschool zou willen.

Na het volgen van de dans-academie en het opdoen van voldoende ervaring, werd deze droom werkelijkheid.

En hoe! Ze nam dansschool Batico over, veranderde de naam in 'In2Dance' en maakte er samen met alle dansers een groot succes van.

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



Ine Schroven

Is dansen voor jou meer dan een hobby? Streef je naar de perfecte dans en wil je met een team danswedstrijden winnen? Dan is wedstrijddansen bij In2Dance echt iets voor jou!

# Wedstrijddansen doe je bij In2Dance Best!

In2Dance neemt met moderne dans en hiphop zeer succesvol deel aan landelijke danswedstrijden.

**Moderne dans:** Hier beogen we een sterke techniek en een vloeiende manier van bewegen, waarbij dansers echt met hun gevoel dansen en zo anderen kunnen raken.

**Hiphop:** Hier doelen we op super strak en krachtig bewegen, veel flow, muzikaliteit en energie.

Onze teams halen mooie resultaten. De wedstrijdteams van In2Dance staan geregeld in de landelijke dansfinale.

Afgelopen seizoen hebben we in de landelijke finale meerdere podiumplaatsen behaald. Ons team "Invincible" is zelfs Nederlands kampioen geworden in hiphop!

Om toegelaten te worden tot een wedstrijdteam, moet je auditie doen. Mail voor meer informatie naar [info.in2dance@gmail.com](mailto:info.in2dance@gmail.com)

Wil jij ook dansen bij In2Dance? Meld je dan aan voor de gratis proefles!

Onze dansschool en onze wedstrijdteams volgen op sociale media?

📘 In2Dance Best | 📱 @in2dancebest

📺 @iconic\_in2dance, @imagine\_in2dance, @imotion\_in2dance, @incredibles\_in2dance, @infinity\_in2dance, @invincible\_in2dance



Max de Bossstraat 1 Best | 06-26077999  
[info.in2dance@gmail.com](mailto:info.in2dance@gmail.com) | [www.in2dancebest.nl](http://www.in2dancebest.nl)

# DROMEN, DURVEN, DOEN

Het is weer januari. Na hopelijk mooie en warme feestdagen met familie en vrienden is het tijd om jouw doelen voor dit nieuwe jaar uit te werken. Grote kans dat jij al goede voornemens hebt en dit jaar écht aan de slag wilt met het realiseren van jouw dromen en doelen, of die nou persoonlijk of zakelijk zijn.

Maar hoe begin je daarmee? En hoe houd je het vol? De sleutel tot succes is het vaststellen van wat echt betekenis voor je heeft. Is jouw doel afvallen, zoek dan uit wat voor jou de beweegreden hierachter is. Wanneer je jouw focus dagelijks legt op wat er voor jou écht toe doet, zullen andere (bij)zaken hun grip op jouw geluk verliezen. Zelf ben ik erachter gekomen dat mijn algehele gezondheid waardevol is voor mij, zodat ik mijn dromen kan realiseren en een goede tijd heb met mijn dierbaren. Een gezond gewicht behouden en wekelijks sporten helpen om mijn einddoel bereiken, maar ik doe deze handelingen niet meer puur om hoe ik er daardoor uitzie. Dat is alleen een mooie bijkomstigheid.

Door elke dag met het einddoel bezig te zijn en te leven alsof je het al bereikt hebt, zul je het uiteindelijk realiseren. Je hebt een droom, een top waar je naartoe wilt. Bedenk hoe het voelt om daar te zijn. Want als je het gevoel hebt dat je het dan voor de geest kunt halen, kun je het realiseren. Als je het kunt dromen, kun je het doen. Dit zul je mij vaker horen zeggen en ik geloof hier met volle overtuiging in. Visualiseer jouw einddoel en bedenk vervolgens wat je ervoor nodig hebt om dit te bereiken. Je zult automatisch de juiste keuzes maken, wanneer je jouw einddoel scherp en bewust voor ogen hebt.

**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION

Liefs, Fajah Lourens

**Heb je een duwtje in de rug nodig?** Bestel de Killer Planner in de MKBMshop. Deze is deze maand verkrijgbaar voor € 14,95. Onthoud: als ik het kan, kun jij het ook!

## Luxe en riant chalet te koop

Zeer sfeervolle, vrijstaande houten recreatiewoning op Parc de Kievit te Baarle-Nassau NL



Details vindt u op [www.parcdekievitverkoop.nl/properties/kievit-12b-481-koekoeklaan-12](http://www.parcdekievitverkoop.nl/properties/kievit-12b-481-koekoeklaan-12)

Erfpacht: overname van bestaand recht van eeuwigdurende erfpacht. Inschrijving is helaas niet mogelijk, maar je mag er het hele jaar door verblijven. Ook interessant als belegging voor verhuur. Verhuur kan via het park of zelfstandig.

**Parc De Kievit heeft veel faciliteiten zoals een restaurant, een speeltuin, een tennisbaan en een zwembad.**

**PER DIRECT TE KOOP: € 132.000,- met eigen grond of € 99.000,- met gepachte grond**

**Voor informatie: 06-34590975. Of stuur een bericht via WhatsApp onder vermelding van: interesse chalet 481**

## Dierencrematorium MEMORIA Tilburg

Voor een waardig en respectvol afscheid

U als eigenaar neemt zelf de beslissing bij welk dierencrematorium u uw huisdier laat cremen, ook als uw dierenarts een samenwerking heeft met een ander crematorium.

U kunt bij ons ook terecht voor een begeleiding naar de oven nadat u afscheid van uw geliefde huisdier heeft genomen.

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

Ook bij uw dierenarts

EIGEN OPHAALDIENST



Wielevenweg 22, Tilburg | 013-5907716 | [welkom@dierencrematorium-memoria.nl](mailto:welkom@dierencrematorium-memoria.nl) | [www.dierencrematorium-memoria.nl](http://www.dierencrematorium-memoria.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!*



# Team Spear!

Team Spear dat zijn wij! Niet alleen de mensen die bij Spear werken maar ook onze klanten zijn een deel van Team Spear! Maar Spear draait niet zonder een goed Team!

Iedereen binnen ons Team heeft zijn of haar specialiteiten. En daar zijn we dan ook erg blij mee en dankbaar voor! Een Team dat er is voor elkaar en mee denkt waar nodig is.

De ene is een driller en de andere een komiek maar allen houden van hard doorwerken in de lessen. Het mooie is dat iedere sporter kan kiezen welke trainer het beste bij hen past. Omdat ze allemaal anders zijn maar met dezelfde passie!

Onze fitnessinstructeurs doen niet onder onze groepsles instructeurs! Zij geven ook les alleen deze vinden plaats in onze fitnessruimte of in de buitenlucht.

Ben jij ook nieuwsgierig geworden naar dit Team en wil je ook lid worden van Team Spear kom dan zeker eens langs en proef het enthousiasme van onze trainers. Train gezellig met ons mee en bereik jou doel!

**TRAIN MET PLEZIER  
EN BEHAAL RESULTAAT**

sportcenter  
**SPEAR**



Ik zie steeds meer mensen in mijn adem praktijk die vervelende klachten over hebben gehouden na het doormaken van covid. Vermoeidheid, slechte conditie, benauwdheid, brok in je keel, niet kunnen ruiken of proeven. Al deze klachten zijn met de juiste ademtechnieken goed te behandelen.

## Restklachten na covid

Gemiddeld zijn er één tot vijf ademsessies nodig om vervelende rest klachten na covid onder controle te krijgen. Eerst maak ik een adem analyse om er achter te komen in welk ademgebied het adem probleem is gelocaliseerd. We starten een ademsessie waarin je heel intens gaat ademen om zo je hele ademsysteem te activeren.

Dit is een intense ervaring, die allerlei sensaties in je lichaam oproept, maar uiteindelijk als zeer verruimend en ontspannend wordt ervaren. Vervolgens geef ik je ademhalingsoefeningen om het aangedane adem gebied opnieuw te activeren. Thuis oefenen is een must, als je snel verbetering wilt ervaren. Wil je weten of ik ook iets voor jou kan doen?

**Maak een afspraak voor een vrijblijvend informatiegesprek op [www.kimvandeschoot.nl](http://www.kimvandeschoot.nl) en klik op afspraak maken.**



ADEMVROUW

### COLUMN/KIM

In 1985 startte Kim van de Schoot haar eigen schoonheidssalon. Ze wilde al snel meer en volgde een opleiding tot huid- en oedeemtherapeut. De praktijk groeide en bloeide en uiteindelijk was Kim met vijf vestigingen actief in de regio Oirschot. In 2017 ging ze terug naar de essentie, sindsdien heeft ze weer een solopraktijk. Inmiddels werkt ze ook als leefstijlcoach en geeft ze ademsessies.



De Loop 67, Oirschot  
**0499-378183**  
info@kimvandeschoot.nl  
[www.ademvrouw.nl](http://www.ademvrouw.nl)

# Fixatie disparatie...

Wanneer 'binoculair zien' (samenwerking tussen beide ogen) op de juiste manier ontwikkeld is er optimaal dieptezien. Om dit optimale zicht te bereiken, moeten beide ogen exact tegelijk naar hetzelfde punt kijken. Als de ogen onzichtbaar scheelzien, spreken we van een 'fixatie disparatie': hierbij zie je een 'bewegend' beeld zonder dat je dit door hebt. Het beeld van het linkeroog wordt door de hersenen nét naast het beeld van het rechteroog geprojecteerd.

## Wat is de impact van fixatie disparatie op het zien?

Een aantal klachten die horen bij fixatie disparatie zijn:

- Vermindering van stereoscopisch zien (dieptezien)
- Vermindering van de binoculaire visus, vooral in het schemer of in het donker
- Leerproblemen / dyslexie
- Ook kan een onnauwkeurige convergentie leiden tot het niet of moeilijk wennen aan multifocale glazen.

Iemand met fixatie disparatie zal op deze manier de letters zien:

## Herkent u deze klachten?

Bij De Boetiek zijn we gespecialiseerd in het opsporen van deze problemen en kunnen we vaak een groot deel van deze klachten verhelpen met een prismabril of door oefeningen te doen. Het probleem van de beeldverwerking in de hersenen zal blijven bestaan, maar per saldo zal er een beter leesvermogen worden bereikt. Wat onze klanten als een hele positieve oplossing ervaren.



Afvallen op een pijnloze, veilige en tevens snelle manier zonder naalden, speciaal dieet, operatie of hersteltijd? Dat klinkt bijna te mooi om waar te zijn. Toch is het mogelijk dankzij de Bodywizard Cryolipolyse behandeling oftewel een Freezesculpting behandeling, om op een innovatieve manier vet te verliezen.

## Vet bevroren is *vet verliezen*

Start nu met  
de behandeling  
en zie in het  
voorjaar/zomer  
resultaat

### ZO WERKT VETBEVRIEZING

Vetbevrozing kan een ware uitkomst zijn wanneer je last hebt van hardnekkige vetrolletjes of vervelende lovehandles. Tijdens de behandeling worden vetcellen plaatselijk gekoeld tot ongeveer 2°C.

Het vet kristalliseert en valt vervolgens uiteen.

Via de natuurlijke weg verdwijnt het uit het lichaam. Dit hele proces neemt een aantal maanden in beslag. De behandeling kan na 10 weken worden herhaald. Het lichaam heeft de tussenliggende tijd nodig om de behandelde vetcellen op te ruimen. Na 4 tot 6 maanden zie je al duidelijk zichtbaar resultaat.



Bel 0499 - 572795  
en plan een gratis  
informatiegesprek met  
**Nicky Beltz**

**Ze vertelt je graag meer  
over Cryolipolyse!**



Schoonheidssalon en nagelstudio

Leeuwerikstraat 9 Oirschot  
**0499 572795**  
info@chapeaurouge.nl  
[www.chapeaurouge.nl](http://www.chapeaurouge.nl)



# Oud-Hollandse *hete bliksem*

De winter is natuurlijk dé tijd van het jaar om stampot op tafel te zetten. Hete bliksem is één van de weinige stampotten die niet met een groente gemaakt wordt, maar met appels en peren. De smaak is dan ook verrassend fris.

4 PERSONEN - 40 MIN.

## INGREDIËNTEN

750 gram aardappelen  
2 Conference peren  
2 grote Elstar appels  
1 ui  
1 kaneelstokje  
1 steranijs  
100 gram spekreepjes  
1 rookworst  
50 gram roomboter  
50 milliliter volle melk  
zout en peper

## BEREIDING

De aardappelen, peren en appels schillen. Verwijder het klokhuis bij de appels en peren. Snij de aardappels in stukken en de peren en appels in blokjes. Maak de ui schoon en snipper deze.

Doe de aardappelen, het kaneelstokje, de steranijs, de gesnipperde ui, de peren en de appels in een pan. Voeg water toe totdat het geheel net onder water staat en breng het aan de kook. Laat het gedurende 15 tot 20 minuten zachtjes koken.

Doe ondertussen de spekreepjes in een hete koekenpan en bak de reepjes zonder olie of boter krokant. Laat ze uitlekken op wat keukenpapier.

Verwarm de rookworst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet de aardappelen en de rest af en verwijder de steranijs en het kaneelstokje. Doe de rest weer terug in de pan en laat het even nadampen. Voeg de roomboter en de melk toe.

Stamp met een pureestamper en breng op smaak met zout en peper. Roer de spekreepjes door de stampot. Serveer de hete bliksem met de rookworst.



# PUZZELPAGINA



Lekker weer even tot jezelf komen én energie opdoen? Kom na de drukke decembermaand met veel gezelligheid weer even bij met een warm kopje koffie of thee. Nestel jezelf lekker op de bank en blader (online) door deze editie van Bruist en puzzel mee voor mooie prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-7-8**.

Zoek de zes letters in BRUIST!

Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

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

Maak kans op een

## Peach blossom Smoothing Body Wash



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

-ur+z+Q-i   a=o+y

d=w+h   o=z+g+v

v+   y=e

k=s   b=p+e   s=d+.

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

Maak kans op

## Perris Swiss Laboratory t.w.v. € 95,-



Anti-aging peeling van Perris Swiss Laboratory, geschikt voor alle huidtypen voor een optimaal resultaat. Werkt liftend en verstevigend en maakt de huid gladder en soepeler. Fijne lijntjes worden minder zichtbaar. Bevat 99% natuurlijke bestanddelen en is klinisch getest.

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

schoonheid   rimpel  
leeftijd   veroudering  
gelaat   mooi  
creme   jong

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

# Alles voor een complete slaapkamer...

## ... onder één dak!

decorette

Haven 3-5-7 Oirschot - Tel. 0499-571339

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



**VAN DE WAL OIRSCHOT**  
BOUW- EN WOONPLEIN