

TILBURG 

MAART 2022 WWW.TILBURGBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Hoe gaat het met je
goede
voornemens?

Francis van
Broekhuizen:

'Ik doe het, omdat ik
het superleuk vind'



Om deze redenen kiest u voor AniCura Dierenziekenhuis Tilburg

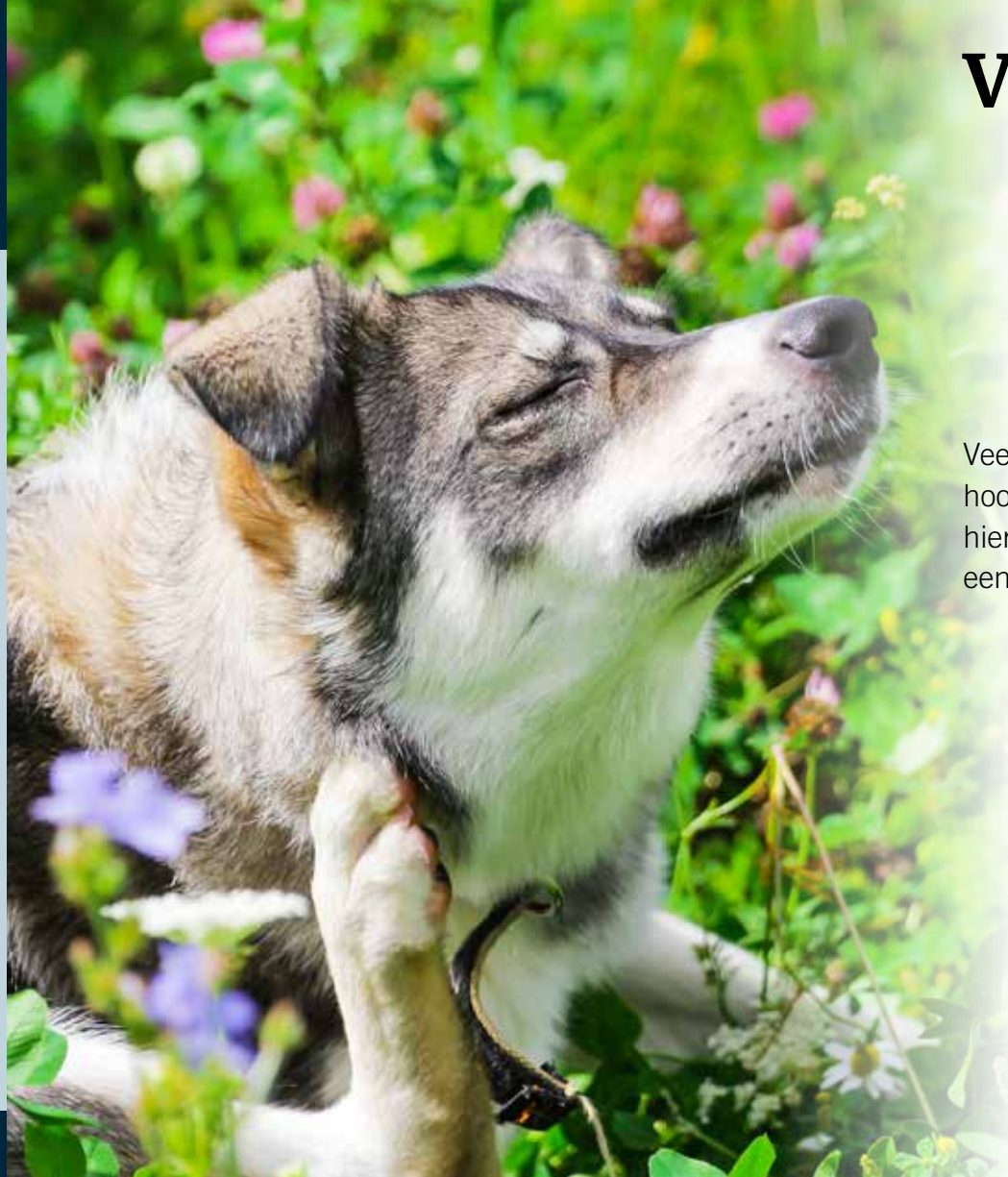
Het belang van uw huisdier staat bij ons altijd voorop, want wij luisteren echt naar de mensen die in onze kliniek komen, aldus onze klanten. Met dat vertrouwen gaan we dan ook heel zorgvuldig om.

Bij ons werken onder andere een tandheelkundig dierenarts en meerdere dierenartsen met expertise op het gebied van orthopedie en chirurgie en echografie. Zo krijgt ieder dier de zorg die het nodig heeft.



Koningsoordlaan 2, Berkel-Enschot
013-5400215 | dzt@anicura.nl

www.anicura.nl/dierenziekenhuistilburg



Voorjaar...

De pollen zweven door de lucht...

hatsjoe!

Veel mensen hebben weer last van hooikoorts. Niet alleen mensen hebben hier last van. Ook bij dieren is allergie een veelvoorkomend probleem.

Bij honden kan een allergie zich op verschillende manieren uiten. Meestal zien we klachten aan de huid of het maagdkanaal. Als huidprobleem is er vaak roodheid, ontsteking en jeuk. Ook oorontstekingen en anaalklierproblemen vallen binnen deze groep. Bij de groep met maagdklachten zien we vaak braken en of diarree.

De meest voorkomende allergieën zijn: Vlooiënallergie, voedselallergie, atopie(omgevingsallergie) en contactallergie.

**Likt, krabt of bijt uw hond vaak op deze plekken?
Neem dan contact met ons op!**

Het allerbelangrijkste vinden we de zorg voor uw huisdier én voor u.

Supervriendelijke medewerkers met een groot inlevingsgevoel.

Theo

Top mensen met hart voor dieren.

Jos

Ze zijn heel bekwaam, erg lief voor dieren en stellen de baasjes ook gerust. Weten heel goed waarover ze praten, erg professioneel.

Merlin

Goede medische hulp voor onze dierbaarste huisgenoten.

Martijn



NIET VOOR DE PIEPERS

DEZE SCHAAL HEEFT EEN NAAM:
LIRIO, SPAANS VOOR LELIE.
HANDGEMAAKT VAN GLAS MET
GOUD EN GLINSTERENDE MICA.
JE TAFEL IN ÉÉN KLAP OPGESCHAALD.



SCAN MIJ

MEIJSWONEN
— TILBURG —

Impressie **Tilburg**

**Wil je kans
maken om jouw foto
in Tilburg Bruist
terug te zien?**
Stuur deze dan naar
ontwerp@nederlandbruist.nl
o.v.v. Foto Tilburg



10



12



28

Inhoud



14



32



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
CUSTOMER CARE Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Ron Schouwenaar
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Astrid Berkhout
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Jeanette Grotenhuis, Lizeth Ligtvoet
EINDREDACTIE Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook.com/tilburgbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2022. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Tilburg 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
soopictures.nl

Het is maart! Tijd dus om de winter achter ons te laten en vooruit te kijken naar de zomer. Wat een heerlijk vooruitzicht. Maar ook een vooruitzicht waarvan je spontaan in de stress kunt schieten. Het goede voornemen om definitief af te rekenen met die paar extra winterkilo's heb je namelijk nog lang niet waargemaakt. Geen zorgen, want verderop in deze nieuwste editie van Bruist vertellen we je hoe je het jezelf makkelijker kunt maken om je doelen te bereiken.

Bruisende lezer,

Opvallend is dat, nu het voorjaarszonnetje weer steeds vaker begint te schijnen, veel mensen ineens ook weer een stuk vrolijker zijn. Sommige mensen hebben die zon daar overigens helemaal niet voor nodig. Dat geldt zeker ook voor Francis van Broekhuizen, die het hele jaar door straalt. In het interview dat we met deze 'dramatische sopraan' hadden, deelt ze een beetje van haar positiviteit en vertelt ze meer over haar carrière tot nu toe.

Diezelfde positiviteit ervoeren wij trouwens bij iedereen die we voor deze editie interviewden. Benieuwd naar al hun inspirerende verhalen? Lees dan vooral snel verder.

Lea en Marcel Bossers

Adverteren?

Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel 076-7115340

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

2022 IS LANG NIET
VOORBIJ, BEGIN
VANDAAG NOG!



E

Wat is er nog over van je *goede voornemens?*

Stoppen met roken, een paar kilo afvallen, sporten, geld besparen en ga zo maar door. In januari beginnen we massaal met een schone lei. Hoor je het jezelf nog zeggen: 'En dit jaar gaat het me echt lukken!' Maar hoe staat het nú met die goede voornemens?

Als je meerdere voornemens hebt, kan het lastig zijn om alles tegelijk te doen. Hierdoor is de kans groot dat je voornemens mislukken.

MAAK EEN SCHEMA. Maak voor jezelf een schema waarin je kunt vermelden wat je graag zou willen bereiken en hoe je dit aan gaat pakken. Gaat het om een doel dat je op korte termijn wilt bereiken of heb je er het hele jaar voor uitgetrokken?

VOORKOM HOGE EISEN. Als je te hoge eisen aan jezelf stelt, haak je snel af. Dit komt doordat je geest en lichaam tijd nodig hebben om zich aan te passen aan je nieuwe gewoonten.

CREËER ROUTINE. Ben je verslaafd aan roken of snoep? Dan kan het helpen om een andere bezigheid te zoeken wanneer het verlangen naar een sigaret of zoetigheid de kop opsteekt.

KEN JE DOEL. Herinner jezelf regelmatig aan de voordelen van je goede voornemen. Als je dit niet doet, zul je sneller opgeven.

BELOON JEZELF. Als het je lukt om jezelf aan je schema te houden, staat daar natuurlijk een beloning tegenover. Zorg er wel voor dat je de beloning ook echt koppelt aan het halen van je doelstelling.

ZOEK STEUN. Het is niet makkelijk om een goed voornemen in je eentje te verwezenlijken. Vertel je vrienden en familie wat je van plan bent en vraag of ze daar eventueel rekening mee willen houden. Of plaats je goede voornemen op Twitter en Facebook. Wie weet zijn er meer mensen die hetzelfde doel nastreven.

Ook op zoek naar coaching? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

DE SLIMME REISTAS * voor trendy vrouwen

Het ontwerp van BodabagsFashion #bodabags, verkrijgbaar in verschillende variaties, is absoluut uniek. Deze reistas wil je gewoon hebben.



BodabagsFashion | @bodaszilvia

www.bodabagsfashion.myshopify.com



PRINGLES

Pringles kent iedereen, het unieke chipje in de slanke bus. Nu zijn ze erin geslaagd een gemiddelde zoutvermindering van 23 % te realiseren bij de 6 belangrijkste smaken: Original, Sour Cream & Onion, Hot & Spicy, Texas BBQ, Hot Paprika en Classic Paprika. Maar natuurlijk met behoud van de authentieke smaakintensiteit.

www.pringles.com



LEZERSACTIE *

1 set van 2 Hobstar glazen van Libbey

Genieten van alledaagse momenten, met mooi glaswerk waar je blij van wordt. De kans is groot dat je al eerder hebt gedronken uit glazen van één van de grootste glaswerkproducenten ter wereld, met een fabriek in Nederland. Eén van de klassiekers is de tijdloze Hobstar, waarvan de naam verwijst naar het specifiek geslepen glas met sterpatroon. De vintage 'look and feel' van de Hobstar valt hierdoor in de smaak.

www.libbey.eu TAG #HOBSTAR



GUINNESS (4.2%)

Zeg je Ierland, dan denk je aan groene landschappen, riverdance, livemuziek, en... Guinness. Dit iconische bier wordt al meer dan 250 jaar gebrouwen in Dublin. Geen enkel bier staat zo symbool voor een land als het zwarte goud uit de hoofdstad van Ierland. Op 17 maart is het St. Patrick's Day, de nationale feestdag van Ierland, waarbij ook hier een fris Guinness biertje niet mag ontbreken! www.guinness.com



Begin van de *lente!*

Doe mee en win

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.



LEZERSACTIE * 4x de 'je ne sais quoi' proefboxen van Gusteau t.w.v. €29,95

We hebben allemaal onze eigen voorkeuren. Dat weet Gusteau. Als jouw persoonlijke wijngids helpt Gusteau je om te ontdekken welke wijnen goed bij je passen. In totaal zijn het in deze proeverij (van de winactie) 5 glazen wijn met verschillende karakters. Leuk voor jezelf om je wijnmatch te vinden of om cadeau te geven.

www.drinkgusteau.com TAG #WIJN



LEZERSACTIE *

Valse verlangens en bloedende harten van Sol Bouzamour

Een ijzersterke roman over liefde en loyaliteit in een harde wereld, de weerspiegeling van de maatschappij en hoe we met elkaar omgaan, discriminatie, de verschillen in klassen, maar vooral over de zoektocht naar eigen identiteit. Het verhaal speelt zich af op het Rembrandtplein in Amsterdam en Broek in Waterland, maar neemt je ook mee naar Ibiza en Marokko. Sol neemt je mee in een eigentijds en realistisch liefdesepos vol geweld, vriendschap, loyaliteit, verraad en heel veel seks. Hoe ver gaan we voor de liefde?

www.solbouzamour.nl TAG #BOEK



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



dlb advocaten & mediators

Het kantoor is in juni 2021 opgericht door Chantal Dekkers, Nicole Lindhout en Nelleke Boelhouwer. Wij zijn een gespecialiseerd kantoor dat zich uitsluitend bezig houdt met het personen- en familierecht en het erfrecht, in alle mogelijke facetten. Samen zijn we al 68 jaar advocaat.

dlb advocaten & mediators is bewust een kleinschalig kantoor, dat staat voor een hoge kwaliteit en professionele dienstverlening, tegen een betaalbaar tarief.

Ons kantoor is gevestigd aan de Heuvelring 41 op de eerste en tweede etage. Het is een prachtig pand met een prettige sfeer.

Wij doen waar we goed in zijn en wat we leuk vinden. Ieder van ons is gespecialiseerd advocaat en mediator. Samen bieden wij u alle methoden en werkwijzen, die er op het gebied van het familierecht en erfrecht te vinden zijn. Conflicten zijn lastig, maar bieden ook een uitdaging. Elke kwestie is anders en vraagt om een eigen benadering. Onze drijfveer is om mensen in een conflictsituatie te begeleiden naar een passende oplossing met respect voor ieders belangen én, in het bijzonder, ook die van de kinderen. Een gezamenlijk gedragen oplossing is een duurzame oplossing.

Advocaten en mediators

Chantal Dekkers: "Als advocaat heb ik gezien dat procedures een enorme impact hebben op alle betrokkenen. Ook geeft een uitspraak van een rechter zeker niet in alle gevallen een

échte oplossing. Daarom bied ik graag alternatieven om samen te werken naar een gezamenlijke en duurzame oplossing".

Nicole Lindhout: "Ik sta mensen bij in een voor hen emotioneel zware periode en zie het als mijn taak om daar een positieve bijdrage aan te leveren. Soms door zo goed mogelijk met de andere partij samen te werken en te zoeken naar de best passende oplossing, soms door het voeren van een procedure. Mijn mediationstechnieken en ervaring komen daarbij ook goed van pas."

Nelleke Boelhouwer: "Het is belangrijk om zaken niet groter of meer beladen te maken dan ze zijn. Vaak is de oplossing niet om de strijd met de andere partij aan te gaan, maar om te zoeken naar een oplossing die voor beide partijen aanvaardbaar is. Als dat lukt, dan kunnen beide partijen, los van elkaar, gaan werken aan een nieuwe toekomst."

Familierecht

Het familierecht is een bewogen rechtsgebied, niet in de laatste plaats omdat er bij deze kwesties veel emoties spelen. De strijd voeren ten koste van alles, daar geloven wij niet in. Wij streven altijd naar een passende en duurzame oplossing, met respect voor de belangen van alle partijen en de kinderen. Vaak



Heuvelring 41, Tilburg
013 - 207 07 40
info@dlb-advocaten.nl
www.dlb-advocaten.nl

kan via overleg een regeling worden getroffen maar soms is een procedure noodzakelijk om het doel te bereiken.

Erfrecht

Wij kunnen u ook helpen bij de afwikkeling van de nalatenschap. Het overlijden van een dierbare is een emotionele gebeurtenis. Het in kaart brengen en verdelen van bezittingen en/of schulden is soms niet eenvoudig. Is er een testament gemaakt? Hoe moet

de nalatenschap worden afgewikkeld? En wat als er geen testament is? Het erfrecht kent veel regels en (korte) termijnen. Bijstand door een in het erfrecht gespecialiseerde advocaat is dan vaak onmisbaar.

Contact

Heeft u vragen op het gebied van familierecht of het erfrecht. Wij helpen u graag! Neem geheel vrijblijvend contact met ons op via 013 2070740 of info@dlb-advocaten.nl.

BAAS OVER JE EIGEN LEVEN

Het leven bestaat uit trillingen. Deze trillingen hebben een bijpassende frequentie en trekken soortgelijke trillingsfrequenties aan. Als je angst, stress, jaloezie, haat, verdriet of soortgelijke emoties ervaart, heb je een lage trillingsfrequentie. Terwijl de positieve emoties en gedachtes een hoge frequentie hebben en dus mooie, positieve en leuke situaties aantrekken.

Het is belangrijk dat je je bewust wordt van je gedachten. Dat je negatieve gedachten afkapt en ze direct omwisselt voor de positieve variant. Denk ook zorgvuldig na over de mensen waarmee je omgaat. Krijg je er energie van of kosten ze vooral energie?

Om je mooiste leven te creëren is het dus belangrijk om jezelf in een hoge frequentie te brengen. We kennen allemaal wel dat geluksgevoel, het moment dat alles heerlijk voelt.

Mijn grote inspirator Abraham Hicks zegt dat het de bedoeling is om vanuit dit heerlijke moment je gedachtes te sturen. Je trekt alles uit de kast om in dat heerlijke gevoel te blijven. Bij mij werkt het door muziek aan te zetten, vervolgens visualiseer ik mijn droomleven. Hierbij denk ik niet aan de materiële zaken, maar aan het gevoel dat het mij zou kunnen geven. Ik doe dat door de vrijheid die geld mij geeft te visualiseren. Ik focus mij op dit gevoel, zodat ik in die heerlijke hoge frequentie blijf hangen.

Het is dus aan jou om in die hoge frequentie terecht te komen! Alles wat je wilt is mogelijk. Jij bent de baas over je eigen leven.

Liefs, Fajah

BLOG/FAJAHLOURENS

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION



DITJES/DATJES

Als je jouw goede voornemen **drie maanden** hebt volgehouden, lukt het de rest van **het jaar** ook. Met **minder rommel** om je heen heb je niet alleen meer ruimte in je huis, maar ook in **je hoofd**.

Een kwartiertje per dag sorteren en **weggooiden** is hetzelfde als één hele dag ruimen per maand. **Handel kleine klusjes**, die minder dan 5 minuten van je tijd vergen, **meteen af**. Zo hoef je ze niet te onthouden of op te schrijven. **Als je niest**, moet je **neus** zich even **resetten**. Op deze manier wordt de neus **schoongemaakt**.

Bankbiljetten zijn gemaakt van katoen en linnen. Zo kun je een bankbiljet in je broek laten zitten **in de was** zonder dat het meteen **kapot** is.

De eerste **eetbare paashazen** verschenen rond 1800.



Luister jij?
Als iemand zijn verhaal kwijt wil...

Word vrijwilliger!

deluisterlijn.nl/vrijwilliger

Help door
te luisteren
anoniem - dag en nacht



Lichtpuntje in coronacrisis

De Luisterlijn ook tijdens pandemie onmisbaar

Nooit eerder voerden vrijwilligers bij de Luisterlijn zo veel gesprekken als in 2020. Corona en de maatregelen maakten dat heel veel mensen behoefte hadden aan een luisterend oor, steun, troost of 'gewoon' even contact. Dit blijkt uit de jaarcijfers van de Luisterlijn. Vooral tijdens de eerste lockdown nam het aantal oproepen fors toe.

Veel mensen zochten steun, wilden hun verhaal kwijt of even hun hart luchten.

Directeur-bestuurder Leo Noordegraaf: "In 2020 was de nood hoog vanwege de uitbraak van het coronavirus en de maatschappelijke gevolgen daarvan. Dit zien we terug in de cijfers. In de eerste periode van de pandemie in Nederland nam het aantal oproepen met twintig procent toe, vooral toen de maatregelen leidden tot een lockdown. Dit zorgde ervoor dat negatieve gevoelens – bezorgdheid, eenzaamheid en somberheid – toenamen. Gelukkig konden we er voor veel mensen zijn."

wil, durft of kan praten. Claire (gefingerde naam) wist even niet wie te bellen toen ze midden in de nacht met corona in bed lag en behoefte had aan contact. Dat vond ze bij de Luisterlijn. "Het feit dat ik iemand midden in de nacht kon bellen, was een geruststelling. De persoon die ik aan de telefoon kreeg was oprecht geïnteresseerd in mij. Het gevoel dat er echt naar me werd geluisterd lichte me enorm op."

De Luisterlijn

De Luisterlijn is dag en nacht beschikbaar voor een vertrouwelijk gesprek, per telefoon, chat of mail. Door te luisteren helpen bijna 1.500 getrainde vrijwilligers zorgen, pijn en verdriet (even) het hoofd te bieden. De Luisterlijn bestaat al meer dan zestig jaar en wordt gefinancierd door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Sinds het begin van dit jaar is de Luisterlijn bereikbaar via een nieuw telefoonnummer 088 0767 000. Chatten en mailen kan ook: via www.deluisterlijn.nl.

Kerncijfers 2020

- 357.269 telefoon- en chatgesprekken (ongeveer twaalf procent meer dan in 2019)
- Ruim 1.400 mailgesprekken

Meest besproken onderwerpen

1. Invulling van de dag
2. Relaties (familie/vrienden/bekenden)
3. Corona

24-uursbereikbaarheid

De Luisterlijn is er voor iedereen in Nederland die ergens mee zit en er in eigen omgeving niet over

Uw woonstijl, uw droomstijl



Leolux Bellice
Design: Beck Design, 2017



Bij Koos Kluytmans Interieurs onderstrepen 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.



VOLMAAKT VEELZIJDIG



Koos Kluytmans

Het is hard werken maar wij verkopen alle merken!



EN DAT DOEN WE AL RUIM 14 JAAR

AUTO
KAFOE

Frank en Marc Kafoe zijn de oprichters van AutoKafoe v.o.f. Wij zijn een onafhankelijk, universeel autobedrijf, dicht bij De Reeshof, dat zich voornamelijk richt op de verkoop en inkoop van nieuwe en gebruikte auto's. U kunt bij ons terecht voor alle merken auto's. Wij zijn een bedrijf met zeer interessante occasions op voorraad. Ook voor zoekopdrachten kunt u bij ons terecht. Al onze auto's worden grondig nagekeken voordat ze worden afgeleverd.

Rheestraat 25, Tilburg | 013-57 00 048 | info@autokafoe.nl | www.autokafoe.nl

DAGJE UIT NACHT VAN GRONINGEN



Goed nieuws voor hardlooplefhebbers: 12 maart vindt de twintigste editie van de Nacht van Groningen plaats. Ook dit jaar loopt het parcours traditiegetrouw door de binnenstad en het Noorderplantsoen van Groningen. Deelnemers kunnen kiezen uit verschillende afstanden: 5 kilometer, 10 kilometer, 10 Engelse mijl (16,1 kilometer) of de halve marathon. Uniek aan dit hardloopevenement is het feit dat alle afstanden in het donker worden afgelegd. De Nacht van Groningen wordt onvergetelijk door muziek en verlichting langs het parcours.

Meer info:
www.nachtvangroningen.nl



FILMPJE KIJKEN THE 355

BINNEN/BUITEN

Wanneer een geheim wapen in de verkeerde handen valt, moet CIA-agent Mason Brown de handen ineenslaan met de rivaliserende Duitse agent Marie, voormalig MI6-bondgenoot en computerspecialist Khadijah en de Colombiaanse psycholoog Graciela. Op hun levensgevaarlijke missie om het wapen terug te vinden moeten ze een stap voorblijven op de mysterieuze Lin Mi Sheng die al hun bewegingen volgt. Terwijl de actie hen over de hele wereld brengt sluit het viertal een kwetsbaar verbond dat de wereld kan redden of hun einde zal worden. **THE 355 is vanaf 10 maart te zien in de bioscoop.**



BOEKJE LEZEN JEROEN WINDMEIJER



De Middelburgse antropologiestudent Anthoni doet op Paaseiland onderzoek naar de moai, de mysterieuze beelden die al eeuwenlang tot de verbeelding spreken. Hij ontdekt dat er op het eiland een strijd woedt over de oorsprong van de moai. Als er mensen beginnen te verdwijnen, lijkt het niet bij discussiëren te blijven... In Middelburg treft een museum voorbereidingen voor een tentoonstelling over ontdekkingsreiziger Jacob Roggeveen en Paaseiland. Een Paaseilandse beeldhouwer is uitgenodigd om een beeld te maken, maar een in een nabijgelegen dorp gevonden moai zet de verhoudingen op scherp. En dan valt de eerste dode... **DE STENEN GODEN van Jeroen Windmeijer is vanaf 1 maart verkrijgbaar.**

De wonderere wereld van zilverklei

“Zilverklei is een fantastisch product”, vertelt Marianne. “Je kunt er heel eenvoudig zilveren sieraden mee maken. Het ziet eruit als gewone klei, maar het bestaat uit zilverpoeder, organisch bindmiddel en water. Als je het verhit, houd je een sieraad van 99,9 procent zilver over.” Marianne heeft vele opleidingen gevolgd en verstaat de kunst van het werken met zilverklei dus als geen ander. “Ik blijf mezelf ontwikkelen. Het is ontzettend gaaf om de meest bijzondere objecten te kunnen creëren.”

Herdenkingsieraden

Op haar website www.zilverke.nl staan unieke sieraden die zij zelf heeft vervaardigd. “In opdracht maak ik ook herdenkingsieraden waar de as van een dierbare overledene in kan worden verwerkt, als blijvende herinnering. Samen met de nabestaanden zorg ik voor een persoonlijk ontwerp dat perfect past bij hoe hun dierbare in het leven stond. Als je dan ziet hoe blij mensen ermee zijn, daar doe je het voor.”

Workshops

Je kunt de volgende workshops volgen bij Atelier 't Zilverke: een hanger maken (halve dag) en een ring maken (hele dag, inclusief heerlijke lunch). Je kunt ook een volwaardige cursus volgen, bestaande uit zes lessen. “Ik geniet ervan om



Kijk op
www.zilverke.nl
voor de
mogelijkheden!

mijn kennis over te dragen aan andere mensen. Het is altijd weer een uitdaging om hen een niveau hoger te brengen.”

Inloop-atelier

Ben je al bekend met het werken met zilverklei? Dan kun je - na aanmelding - aanschrijven tijdens het inloop-atelier. De kosten bedragen € 16,- per keer. Je mag alle

werkmaterialen vrij gebruiken (zilverklei moet je wel nog aanschaffen). “In een klein groepje van maximaal zes personen ga je aan de slag met je eigen ontwerp, dus het is ook gewoon gezellig.”

Kralen

Je kunt ook voor de uitgebreide kralencollectie terecht in het atelier, om je eigen ketting te maken.

Dus wie weet tot binnenkort!



Atelier 't Zilverke

Kap. Huijberslaan 2, Oosterwijk | 06-22443833 /
013-5220206 | www.zilverke.nl

Bij bezoek aan atelier volg ik de covid-richtlijnen RIVM.

IK GENIET ERVAN OM
MENSEN EEN STAPJE
VERDER TE BRENGEN

Win kaarten voor **Gratis kaarten** Mozarts Requiem en Krönungsmesse



Wil jij kans maken op kaarten?

Registreer je dan vóór 1 april via theater.nl/bruist en wie weet ben jij één van de gelukkigen!

The Bach Choir & Orchestra of the Netherlands voert in mei 2022 Mozarts beroemde Requiem op. Onder leiding van dirigent Pieter Jan Leusink brengen de musici ook Mozarts Krönungsmesse en Allegri's Misere Mei ten gehore. Het gezelschap krijgt bijval van diverse solisten, waaronder de veelgeprezen sopraan Olga Zinovieva.

Wil jij Mozarts meesterwerken een keer live beleven? Dat kan! Theater.nl geeft in samenwerking met Beleef Klassiek kaarten weg voor de concerten van The Bach Choir & Orchestra of the Netherlands. Registreer je vóór 1 april op Theater.nl via theater.nl/bruist en maak kans op gratis tickets!

Nog meer kans maken?

In maart organiseert Theater.nl ook nog een speciale winactie op haar sociale media kanalen. Houd de Facebook- en Instagrampagina van Theater.nl de komende tijd dus goed in de gaten.

**Theater.nl neemt na afloop van de acties zelf contact op met de winnaars. Over de uitslag kan niet worden gecorrespondeerd.*



Theaternl
DE WERELD VAN THEATER

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



K

Francis van Broekhuizen:

'Ik zal nooit gemeen zijn of mensen afzeiken'

De populariteit van operazangeres Francis van Broekhuizen ging in de afgelopen jaren door het dak. Naast haar theateroptredens maakte ze steeds vaker haar opwachting in tv-programma's, zoals De Slimste Mens, Maestro! en All Together Now. "Ik doe nooit dingen om te zien of het iets oplevert. Ik doe het omdat ik het superleuk vind", vertelt Francis aan Theater.nl.

Plezier maken staat bij Francis al van jongs af aan op één. "Vroeger deed ik in mijn werk al zoveel dingen die ik gewoon leuk vond, ook al was het voor weinig geld", legt ze uit. "Dan kreeg ik kritiek van collega's, die zeiden: 'Je moet naar het buitenland en carrière maken.' Maar ik wilde het liever kleiner doen."

KREDIET Francis straalt altijd. Met haar positiviteit, oprechtheid en vriendelijkheid heeft ze al een hoop bereikt. "Ik ontmoet heel veel mensen en bezoek veel verschillende verenigingen. Ik zal nooit gemeen zijn of mensen afzeiken, ben nooit ziek en zeg nooit af. Omdat ik

altijd op die manier heb gewerkt, heb ik toch een bepaald krediet opgebouwd."

GUNFACTOR De zangeres plukt daar nu de vruchten van. "Het gaat zich nu uitbetalen in dat mij veel wordt gegund. Het is altijd mijn ambitie geweest om mijn vak zo goed mogelijk uit te oefenen, niet om BN'er te worden. En nu rol ik van het een in het ander", vertelt ze trots.

Francis staat tot eind mei 2022 in de theaters met Bij twijfel hard zingen, een voorstelling bomvol muziek en openhartige verhalen. Kijk op Theater.nl voor de speellijst.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist

Jij reageert toch ook?

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

Vrijgezel Saira stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Vandaar dat we in deze rubriek aandacht besteden aan onze Bruisende Vrijgezellen. In maart hebben we speciale aandacht voor: Saira Khadje.

Jarenlang maakten de wisseldiensten die ze op Schiphol draait een relatie praktisch onmogelijk. Maar wat Saira Khadje betreft mag daar nu weleens verandering in komen. “Binnenkort krijg ik wat meer vrije tijd. Tijd die ik heel graag met mijn vrienden door wil brengen, maar óók met een nieuwe partner!”

“Ik kom op Schiphol de hele wereld tegen”, lacht Saira. “Maar helaas niet de juiste man...” En met die ‘juiste man’ heeft ze het over iemand die charmant en integer is, spontaan en gezellig, goed gekleed en betrouwbaar. “Ik zoek iemand die behalve mijn partner ook echt mijn beste maatje is... Met wie ik kan lachen en praten, strandwandelingen kan maken, een wijntje kan drinken en kan genieten van het leven. Op wie ik trots kan

zijn en met wie ik samen mooie momenten kan beleven.”

Dat die partner er nog niet is, moet haast wel aan die wisseldiensten liggen, want pratend met Saira ontdek je meteen dat zij ontzettend veel te bieden heeft. Super spontaan, goedlachs, gezellig en een gemakkelijke prater. En zoals op de foto te zien, is ze nog een prachtvrouw

Saira zoekt de liefde van haar leven!

ook. Ze heeft overigens geen kinderen. “Ik krijg vaak te horen dat ik er veel jonger uitzie dan ik daadwerkelijk ben en zo voel ik me eigenlijk ook. Qua leeftijd moet een nieuwe partner daar dus wel enigszins op aansluiten. Nu is het mijn tijd om te gaan genieten en te gaan leven en dat doe ik het liefst met een leuke man naast mij!”

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaïld worden naar saarbruist@gmail.com

BARBIERA'S BARBERSHOP

Niet alleen voor mannen!

Bij heel veel barbershops mogen vrouwen niet naar binnen. Dat is bij Barbiera's Barbershop in Tilburg wel anders. "Of je als man nu op zoek bent naar een goede barbershop of als vrouw toe bent aan een nieuwe coupe of een kleurtje in je haar... iedereen is hier meer dan welkom", aldus eigenaresse Selène Töning. "In goed overleg geven we zowel mannen als vrouwen de beste behandeling voor het mooiste resultaat."

Bij Barbiera's worden mannen en vrouwen echter wel in verschillende ruimtes onder handen genomen door het vakkundige team. "Mannen verwelkomen wij in onze authentieke barbershop, de eerste echte barbershop in Tilburg Reeshof uitsluitend gerund door vrouwen. Hier word je nog ouderwets goed geknipt en geschoren in een vintage setting, met heerlijke jaren zestig muziek op de achtergrond. Mannen voelen zich hier meteen op hun gemak en noemen het ook een echte mancave", lacht Selène. Vrouwen kunnen terecht in het aangrenzende damesgedeelte. "Ook hier is het interieur vintage, maar dan met een vrouwelijke touch."



laatste trends en we volgen regelmatig trainingen om op de hoogte te blijven van de nieuwste ontwikkelingen." Bij Barbiera's staat het leveren van kwaliteit bovendien voorop. "Ik heb al heel wat jaren ervaring in het vak en heb ook aan vele kapperswedstrijden meegedaan – zowel voor het dames- als het herenvak – waarbij ik meerdere prijzen heb gewonnen. Bij ons is je haar dus in vakkundige en vertrouwde handen." Voordat de dames aan de slag gaan met je haar of baard, zullen ze je ook eerst goed adviseren over wat het beste bij jou past. "In overleg creëren we zo een eindresultaat dat echt bij jou past en waarmee je met een goed gevoel de zaak verlaat."

Kwaliteit

Dat het interieur vintage is, wil niet zeggen dat het team van Barbiera's alleen maar 'vintage knipt'. "We beheersen alle technieken, van 'old school' tot de

Barbiera's biedt een uitgebreid assortiment aan verzorgingsproducten voor haar en baard. Boek je afspraak 24/7 online op www.barbieras.nl.



Conditie, verstevinging, afslanken

en nog veel meer

COCON is niet het zoveelste cliché sport- of relaxatietoestel. We leggen infrarood aan de basis en bouwen hierop verder om zo een waardevolle en geheel nieuwe ervaring aan te bieden. COCONNEN wordt een nieuw begrip bij u thuis of in uw bedrijf.

Waarom kiezen voor COCON?

Sporten in de COCON cabine is vooral gericht op afslanken, wat in COCON een stuk makkelijker gaat. Trainen onder invloed van de therapeutische infrarood in COCON is namelijk een belangrijke stimulus voor de vetverbranding.

COCON is echter wel uiterst veelzijdig. Zo kan je perfect oefeningen uitvoeren om conditie te kweken, te verstevingen of om spiermassa op te bouwen. Kortom, iedereen kan perfect werken naar een eigen, specifiek doel. Balance is the key to a happy body & mind.



Met de COCON Coach applicatie heb je een duidelijk overzicht van het digitaal platform waarop je oefeningen en programma's kan bekijken, sorteren, bijhouden en ook zelf samenstellen. Zo heb je steeds professionele begeleiding bij de hand.



COCON is geschikt voor iedereen, ongeacht leeftijd, geslacht, lichaamsbouw, ervaring, ... Met COCON werkt iedereen op zijn eigen tempo, zonder verplichtingen en enkel met goede vooruitzichten.

EVEN EEN HALF UURTJE COCONNEN

Deze 45+ jaar oude, Zwitserse methode van sporten in een verwarmde ruimte gaat gepaard met consistente en blijvende resultaten op vlak van afslanken en fitheid. Doordat COCON uitsluitend werkt met breedspectrum, therapeutische infrarood, combineert het de voordelen van zowel infraroodtherapie als Thermo Fysische Methode.



INCLUSIEF TABLET MET DE
COCON COACH APP

‘VOOR JOU STAAT ONZE DEUR ALTIJD OPEN’



IEDEREEN, VAN
BOUWVAKKER
TOT ADVOCAAAT,
IS HIER WELKOM

Bet Kolen is een van de oudste cafés in Tilburg en bestaat inmiddels al langer dan 100 jaar. Oorspronkelijk gestart als bruin café, maar dankzij de inzet van Michel en Daisy Zoontjens is het uitgegroeid tot een modern partycentrum waar je ook terecht kunt voor grote feesten en partijen.

Anno 2022 is er dan ook van alles te beleven bij Bet Kolen. Lunchen, borrelen, dineren: het kan allemaal.

“Sinds de start van de coronacrisis is ook afhalen en bezorgen mogelijk. En sinds 2019 zijn we tevens een officiële trouwlocatie. We verzorgen je bruiloft desgewenst van a tot z. Tot ver in

het voorjaar zitten we al helemaal vol met feesten en partijen, de mensen hebben weer zin in een feestje!”

En daarvoor zijn ze bij Bet Kolen aan het juiste adres. “De gezelligheid van toen is gebleven. Iedereen, van bouwvakker tot advocaat, is hier welkom.”



“We zitten niet graag stil en houden van aanpakken. Dat is ook onze kracht.”

Welkom bij **café en partycentrum Bet Kolen**, je tweede huiskamer in Tilburg. Dát is precies zoals naamgeefster Bet het zelf in 1930 voor ogen had. Deze missie is sindsdien niet veranderd, de rest overigens wel.

Michel en Daisy Zoontjens:

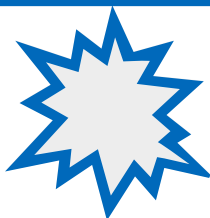
“Het gemoedelijke, 100 jaar oude bruin café hebben we uitgebreid. Zo kun je tegenwoordig bij ons ook terecht voor grootse feesten en partijen, zoals verjaardagen, bedrijfs- en afstudeerborrels. En als officiële trouwlocatie regelen we zelfs je bruiloft van a tot z. Liever een potje darten en biljarten of een borrel op ons zonovergoten terras met buitenbar drinken? Voor jou staat onze deur altijd open.”

DÉ OPLOSSING VOOR AL JE
COMPUTERPROBLEMEN

WIJ LOSSEN ZE VOOR JE OP!



Bukkumweg 36, Hilvarenbeek | 013-7610076
www.king-computers.nl



24
UURS
service
Bij ruitbreuk

ENKEL GLAS BESTELLEN?

Speciaal op maat gemaakt!

Online glas bestellen tegen een betaalbare prijs en
van de hoogste kwaliteit is voor ons geen probleem.

de Glascentrale
—helder in glas—

Centaurusweg 146 D, Tilburg | 013-5442926 | post@deglascentrale.nl
WWW.DEGLASCENTRALE.NL

Welkom in de wereld van De Wolmuis

Van handwerkwinkel & huiskamerbreicafé tot kringloopwinkel en gezellig buurthuis.

Al onze inkomsten gaan naar een goed doel!

Wij verkopen brei- en haak garens van
Lammy, Pingouin, Phildar en Adriaafil.
Ook geven wij brei- en haaklessen.



De Wolmuis is
ook een servicepunt
van DHL, DPD, UPS,
GLS, Homerr en
Mondial Relay.

Kringloopwinkel Voor elk wat wils
2e handskleding, boeken, puzzels en speelgoed.

Alles te koop voor
€ 1,- per stuk

Ma. 13-17.30 uur | Di. t/m vrij. 10-17.30 uur | Za. 10-16.00 uur

Dragonstraat 27, Tilburg | 06-14487965 | info@dewolmuis.nl | www.dewolmuis.nl

LOOKING/GOOD

Verzorg je *(lach)rimpels!*

Het is onvermijdelijk dat de huid kleine rimpels en lijntjes gaat vertonen. Maar je kunt wel iets doen om rimpels zoveel mogelijk te voorkomen of uit te stellen. Verzorg je huid elke dag weer goed.



Het is belangrijk om je huid dagelijks goed te hydrateren. Gebruik producten die rijk zijn aan water en die ervoor zorgen dat de huid goed vocht vasthoudt. De huid blijft daardoor soepeler en zal minder snel tekenen.

Beschermen tegen de zon

Uv-straling veroorzaakt vroegtijdige veroudering. Bescherm je huid dus altijd tegen de zon, ook in de winter. Gebruik daarvoor een dagcrème met uv-filter.

Peeling

Het is heel belangrijk om je huid wekelijks te verzorgen met een peeling (scrub). Op deze manier verwijder je de dode huidcellen. Dit bevordert de toevoer van zuurstof aan de huidcellen en verbetert je teint.

Gezichtsmassage

Verwen je gezichtshuid regelmatig met een gezichts-massage. Verdeel een hydraterende of anti-aging crème over je gezicht en masseer het product met de vingertoppen van beide handen zachtjes in de huid. Besteed extra aandacht aan de zone naast je neus richting je mondhoeken, aan de huid onder je ogen en de huid rond je mond.

Kevin van den Hoof kreeg het vak van tegelzetter met de paplepel ingegoten. Zijn vader heeft inmiddels al 30 jaar een tegelzetersbedrijf en leerde hem de fijne kneepjes van het vak. Kevin legt keramische wand- en vloertegels voor allerhande projecten, groot en klein.



Iedere klus is weer anders

MAAK NU EEN
AFSPRAAK
06-10671567

VAKMANSCHAP IS
MEESTERSCHAP

Ook voor particulieren

“Ook particulieren kunnen natuurlijk een beroep op mij doen. Ik kan de tegels niet leveren, ik leg ze alleen. Ik kan je echter eventueel wel doorverwijzen naar leveranciers uit mijn netwerk. In de toekomst wil ik mijn eigen showroom openen zodat ik ook de verkoop voor mijn rekening kan nemen. Het is voor klanten immers het fijnst om met één persoon te maken te hebben.”

Voraf duidelijkheid over de kosten

Tot die tijd richt Kevin zich op het leggen. “Meestal ga ik eerst even een

kijke nemen bij de mensen thuis. Ik wil graag precies weten hoe de situatie ter plekke is om verrassingen achteraf te voorkomen. Ik breng dan ook meteen een offerte uit. Daarbij ga ik uit van een meterprijs, daardoor weet je van tevoren precies wat het je gaat kosten.”

Een perfectionist

“Het toffe is dat ik altijd eer heb van mijn werk. Als ik klaar ben, ziet het allemaal mooi uit en is iedereen blij. Uiteindelijk is dat waar ik het voor doe. Ik ben dan ook echt een pietje precies. Mensen besteden toch een aanzienlijk bedrag, dus het moet er piekfijn uit komen te zien!”



**FRESH
FASHION
SIZE 42&UP**

**CURVY
FASHION**

TILBURGSEWEG 53 - GOIRLE
013-5913468 | INFO@FFLO.NL
f FFLOGOIRLE

Openingstijden:

Maandag 13.00 - 17.30 uur
Dinsdag t/m vrijdag 10.00 - 17.30 uur
Zaterdag 10.00 - 17.00 uur
Laatste zondag van de maand open

VOOR DE JUISTE SFEER IN HUIS...

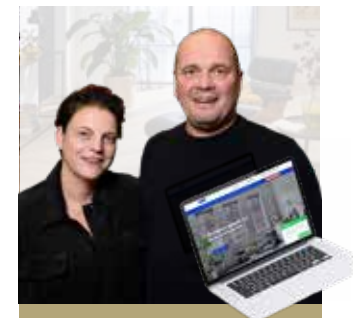
...voel je je bij Hado Textiel thuis!



RUIME KEUZE IN:

- GORDIJNEN
- RAAMDECORATIE
- TAPIJT
- VINYL
- PVC VLOEREN

MEER DAN 80 JAAR
ERVARING EN
PERSOONLIJKE
SERVICE



BEZOEK OOK ONZE
NIEUWE WEBSITE!

Hado TEXTIEL
TOTAAL IN WONEN



DIESSENSEWEG 25 | HILVARENBEEK
013 591 4276 | LOFTHILVARENBEEK.NL



MAGNOLIA bloemen



Bloemen... met de paplepel ingegoten,
passie voor bloemen, vakidoot,
meester in de bloemsierkunst...
Ach ja, zo heeft ieder zijn 'ding'.
En bij mij zijn dat bloemen en alles
daaromheen! Neem eens een kijkje
op onze site. Zoek je iets speciaals,
neem contact op of kom naar onze
kleurrijke winkel!

Ik zie je graag! Natasja Leijten

**IDEAAL 's avonds besteld
volgende dag al bezorgd!**



Leharstraat 125 Tilburg | 013-4550770 | info@magnoliabloemen.nl | www.magnoliabloemen.nl

BEN JIJ

Een vrouwelijke coach in de transformatiebusiness?

Heb je het gevoel dat je vastzit?
En zie je door de bomen het bos niet meer?
Wil je wel heel graag groeien en een grotere impact maken?

IK BEN OP ZOEK NAAR

Enkele testdeelnemers voor een pilotgroep van mijn nieuwe
online training Ondernemen op eigen Kracht **in april**.
Met jouw feedback krijgt de training de laatste puntjes op de i.
In ruil voor jouw hulp neem je deel met een superkorting en
ben je na afronding van het programma ook weer terug op de
goede weg.

LEER HOE JE JE BUSINESS WEER KUNT LATEN STROMEN

MEER WETEN?
stuur een miltje met je telefoonnummer
naar contact@emmysoplantila.nl

EMMY SOPLANTILA

VERSCHILMAKER EN MASTER COACH-GECERTIFICEERD
GIDS/MENTOR/COACH VOOR DE VROUWELIJKE TRANSFORMATIEGERICHTE COACH
WWW.ESSENTIALCONNECTION.NL | WWW.EMMYSOPLANTILA.NL | INFO@ESSENTIALCONNECTION.NL



WE FLOOR.YOU ADORE



HOUSE OF FLOORING

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



CREATE YOUR COLOUR

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

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



Michel Vorselaars

Bekend van



Nautilusstraat 167, Tilburg
013 - 206 11 00

www.woodbyvorselaars.nl

Wandelen doet wonderen

Gemakkelijk overtollige kilo's kwijtraken, ontspannen en stress verminderen, hart- en vaatziekten voorkomen of zelfs een depressie behandelen kan allemaal door simpelweg te gaan wandelen. Dus waar wacht je nog op? Trek de stoute (wandel) schoenen aan en ga ervoor!

Een stevige wandeling van slechts 30 minuten verlaagt de bloeddruk, maar dat geldt ook voor drie wandelingen van 10 minuten. Dat is voor iedereen haalbaar, zelfs voor degenen die de hele dag op kantoor zitten. Wandelen zorgt voor een gezonder lichaam, je hebt meer energie en bent niet meteen uitgeput als je twee trappen gelopen hebt. Een uur stevig doorlopen (5 kilometer per uur) kost ongeveer 240 kilocalorieën. Wie een half uur per dag wandelt, raakt in twee maanden ruim een kilo kwijt zonder erg veel extra inspanning.

BIJ HET WANDELEN BELASTEN WE ONS LICHAAM. Hart en longen worden er sterker van en je geheugen wordt beter. Wandelen is ook goed voor de biologische klok, waardoor in- en doorslapen beter lukken. Zelfs de kwaliteit van de slaap zal verbeteren.

WANDELEN VERBETERT JE STEMMING Dat geldt sowieso voor lichaamsbeweging in het

algemeen. Lichaamsbeweging wordt bij depressies steeds meer genoemd als een gezond alternatief voor pillen. Een dagelijkse wandeling van een half uur in een stevig tempo kan het afweersysteem versterken en een verkoudheid onderdrukken. Als je regelmatig aan lichaamsbeweging doet, word je niet alleen minder vaak ziek, maar je verkoudheid is ook minder ernstig en duurt korter. Dagelijks wandelen, daar kan geen pil tegenop.

WANDEL JEZELF FIT, GEZOND EN GELUKKIG!

En dat kan prima in je eentje. Jij bepaalt dan hoe lang je wilt wandelen en in wat voor tempo je loopt. Maar samen met anderen is natuurlijk zeker zo leuk. Ga op zondag gezellig met je gezin of anderen een lange (bos)wandeling maken. Je kunt dan én van elkaar genieten én gezond bezig zijn. Zo voelt wandelen niet als een verplichting. Door samen met een vriend of vriendin stevig door te wandelen en ondertussen uitgebreid bij te praten, sla je zelfs twee vliegen in één klap.

ERVAAR OOK HET
POSITIEVE EFFECT
VAN WANDELEN

Wil jij ook een gezonde levensstijl? Op www.nederlandbruiist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Een ultieme erotische ervaring om nooit te vergeten.
Voor iedereen die wel wat spanning in zijn leven kan
gebruiken. Laat je masseren, geniet en...

Aanraking...

body to body... erotiek...
happy end.

Psst...

Bezoek: www.yumi.nl om de prachtige
masseuses te zien die vandaag aanwezig zijn.

Op zoek naar een erotische baan?



WIJ ZOEKEN NIEUWE DAMES!

Kom jij ons team versterken?
Scan de QR-code en stuur een e-mail!

Even heerlijk in de watten en alle aandacht voor jou. Een
ontspanningsmassage is ideaal als je stress ervaart of gewoon
wanneer je lekker wil genieten. We nemen de tijd en masseren
in een rustig ritme, zodat je echt lekker kunt ontspannen.

Met deze maand de volgende massage uitgelicht!

SHOGUN MASSAGE

De Shogun Massage is verweven met prikkelende Soft SM
technieken, een uitdaging voor eenieder die geïntrigeerd
is door het extravagante, stevige en strenge van een
bijzonder extreme massage(spel). Speciale massage,
door een van onze speciale masseuses in onze speciale
spannende ruimte: De Fantasy Room.

Kom genieten!



10% KORTING

**OP ONZE
TANTRA MASSAGE**

OP VERTOON VAN EEN FOTO
VAN DEZE ADVERTENTIE



**Kom eens langs als je durft!
Je weet niet wat je mist...**

TANTRA MASSAGE

KOPPEL MASSAGE

SHOGUN MASSAGE

NURU MASSAGE

VIP MASSAGE

Altijd genieten!

Leenderweg 135, Eindhoven NL
+31 40-2125669
www.yumi.nl



Het wordt weer lente, dat betekent handen uit de (korte)mouwen. Wat dacht je van op maat gemaakte bewegwijzering of door jou gepersonaliseerde beachflags? Als jij ons een mailtje/belletje geeft zorgen we binnen no-time dat jouw buitenreclame buitengewoon wordt. Op zoek naar ander (be)drukwerk? Weet ons dan ook te vinden! We zetten je in het zonnetje!

Danny's

Schoen & Sleutelservice



Gun **jouw** schoenen een tweede leven!

Danny's Schoen & Sleutelservice is onlangs geopend op het geheel gerenoveerde Winkelcentrum Wagnerplein te Tilburg. Wij staan voor u klaar met veel kennis, service en natuurlijk een uitgebreid aanbod in onderhoudsmiddelen en (lederen) accessoires.

U kunt bij ons terecht voor

- diverse schoenreparaties (dames-, heren-, en kinderschoenen)
- onderhoudsmiddelen en advies over onderhoud van schoenen
- (kleine) semi-orthopedische aanpassingen
- sleutels maken (huis- en fietssleutels)
- prachtige collectie echt lederen tassen en dames- en herenriemen van het merk Legend
- strandtassen
- modieuze tassen in allerlei formaten en kleuren van de merken Enrico Benetti en Beagles

Wij staan voor u klaar met veel kennis en service!

ONDERHOUD SCHOENEN



REINIGEN SCHOENEN



SLEUTELS MAKEN



Wagnerplein 65, Tilburg | 06 51931834 | schoenmakertilburg@gmail.com

www.schoenmakertilburg.nl



De kasten- en industriële deurspecialist van Midden-Brabant

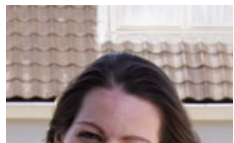


Hamers@Home Kastenbouwers heeft naast de diverse mogelijkheden voor inloopkasten ook een groot aanbod in kledingkasten. Deze kasten zijn verkrijgbaar in alle soorten en maten, waardoor wij altijd de geschikte kast voor jouw kamer hebben. Of het nu gaat om een grote kast met schuifdeuren of een meer traditionele 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



Nieuwbouw in Escharen



Lisa van Dongen mag met recht trots zijn op haar huis. Niet alleen wat betreft het ontwerp en de sfeer die de woning uitstraalt, maar ook vanwege het feit dat ze dit in haar uppie, slechts, 28 lentes jong, heeft neergezet!



Haar woning in Escharen staat op een kavel dat vroeger behoorde tot het land van haar (groot)ouderlijk huis. Een boerderij waar haar opa begon met het houden van koeien en varkens en die uiteindelijk is overgenomen door haar ouders. De roots van de familie, en dus ook van Lisa, zitten stevig verankerd in deze grond. Een mooi detail hierbij is dat de nieuwe woning van Lisa tegenover het huis van haar oma staat. Vanwege de voorgeschiedenis van de kavel, heeft Lisa een lange tijd kunnen wennen aan het idee dat zij hier haar eerste eigen huis zou gaan bouwen. "Ik heb ook best wel getwijfeld, ik was nog druk bezig met mijn studie en dan komen vragen als 'wil ik dit echt?' en 'hoe ga ik dit allemaal doen?' wel af en toe naar boven", aldus Lisa.

Roscobouw ontzorgt

Vanwege haar drukke bestaan en het feit dat ze dit avontuur in haar eentje aanging, zocht ze een partij die haar tijdens dit proces zoveel mogelijk kon ontzorgen. "Mijn broer heeft heel veel zelf geregeld en was erg betrokken bij alle bouwfasen van zijn huis. Ik wou dat liever niet, ik wou zo min mogelijk zorg en Roscobouw heeft dit van begin tot het einde voor mij kunnen wegnemen. Na een oriënterend gesprek bij Roscobouw was er meteen een goed gevoel, het verhaal was helder en ook reëel. Ik kreeg te horen dat er met al mijn wensen rekening gehouden zou worden, maar tegelijkertijd waren ze ook heel transparant over wat er wel of niet zou kunnen om binnen de regelgeving en mijn budget te blijven."

Het hele proces is stap voor stap doorlopen, beginnend met het ontwerp van de woning. Lisa had een bepaald type huis op het oog, maar het bleek dat dit niet goed op haar kavel gesitueerd kon worden. Onder begeleiding van architect Marino van Roscobouw is er een nieuw ontwerp gemaakt, waarin de mooiste elementen van het eerste type woning terugkomen en ook specifieke wensen van Lisa zijn verwerkt, zoals een grote hal, drie hoge ramen in het trappenhuis en grote open ruimtes beneden. Een huis op haar maat!

Een vast aanspreekpunt

Tijdens het bouwen van een huis moeten veel keuzes gemaakt worden en komt er veel op je af. Hierbij had Lisa niet alleen veel steun van haar ouders, maar ook van Roscobouw. "Je wordt goed begeleid tijdens de verschillende fases. De keuzes moet je uiteindelijk zelf maken, maar het is fijn dat alles omkaderd wordt van tevoren, dat maakte het voor mij makkelijker."

Een onderdeel van de werkwijze van Roscobouw is dat er altijd een vast aanspreekpunt is, zo blijven de lijntjes kort en de communicatie helder, wat bijdraagt aan een zo efficiënt mogelijk bouwproces. Dat alles voorspoedig is verlopen blijkt wel uit de bouwtijd: in april 2020 is er gestart en in november 2020 was de oplevering van de woning. Lisa: "Er was mij wel verteld dat het snel zou gaan, maar dat het zo snel zou gaan, had ik niet verwacht."

Onbezorgd genieten

Op de vraag waar ze het meest trots op is kan ze geen eenduidig antwoord geven. Maar naast de hal, de stalen deuren en de keuken is ze met name ook erg blij met haar badkamer. Deze is met twee openslaande deuren verbonden met haar slaapkamer en geven haar na een drukke werkdag een spa-gevoel aan huis. En dat kan ze wel gebruiken. "Het was een druk jaar, zeker ook in combinatie met mijn werk in de zorg tijdens dit coronajaar, ik had al genoeg zorgen zonder de bouw van mijn huis. Maar ik heb altijd geweten dat Ruud en Paul van Roscobouw alles voor

mij in de gaten hielden, dat gaf een stukje rust in deze hectische en onzekere tijd." Het resultaat mag er zijn, alleen nog wat zand weg uit de tuin en dan is het tijd voor verdiend onbezorgd genieten.



www.roscobouw.nl

0412 455 501
info@roscobouw.nl



Medisch Pedicure Praktijk Tilburg

Voeten werken hard. Ze brengen jong en oud overal naartoe, maar krijgen bijna nooit de verzorging die zij verdienen.

Wij helpen je voeten graag, maak nu een afspraak!

Blijf er niet mee doorlopen, maar kom langs

Tot 14% van alle volwassenen krijgt een keer te maken met een schimmelnagelinfectie. Dit kan zeer pijnlijk zijn, het lopen beïnvloeden en zelfs tot een negatief zelfbeeld leiden. Een laserbehandeling kan de oplossing zijn.

Tijdens een laserbehandeling wordt de laserstraal langzaam over het nagelbed bewogen. De laser genereert warmte onder de nagel midden in de schimmelkolonie. Na circa acht weken kunt u al het eerste resultaat zien van een mooie, heldere en gezonde nagel. Drie behandelingen zijn over het algemeen voldoende.

Neem vrijblijvend contact met ons op.



Jan Frederik Vlekkeweg 10-18, Tilburg | 013-4638823 | 06-12643662 | info@mppt.nl | www.mppt.nl

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 | www.dierencrematorium-memoria.nl

Direct uit voorraad



Al vloeren vanaf:

6,99

p/m²

WAAROM AXI VLOER:

- Grootste voorraad in vloeren
- Laagste prijsgarantie
- Ook A-merken
- Deskundig en eerlijk advies
- GRATIS parkeren voor de deur
- GRATIS vervoer van uw AxiVloer
- GRATIS gebruik professioneel leggereedschap
- GRATIS gebruik bouwdroger
- Zelf leggen of laten leggen

DAAROM AXI VLOER!



Altijd goed(koper)!

Ringbaan Zuid 372

(achter Hamers naast Gamma), Tilburg
T 013-5811633 | www.axivloer.nl



EEN MOMENT VOOR JEZELF!

Een bezoekje aan de kapper moet aanvoelen als een moment van ontspanning. Dat is de visie van het enthousiaste en vakkundige team van kapsalon Bo Hair. “Bij ons moet je je vrij en thuis voelen”, aldus eigenaresse Annemiek Bogers. “En met een glimlach op je gezicht en een bij jou passende coupe weer naar huis gaan.”

Man, vrouw, jong en oud... iedereen is welkom bij Bo Hair. “We kunnen bovendien alle mogelijke stijlen knippen; van klassiek tot de meest moderne coupes. Om op de hoogte te blijven van alle nieuwe trends en ontwikkelingen volgen wij namelijk regelmatig trainingen waardoor onze vakkennis altijd up-to-date is.” Bij Bo Hair staan ze dus voor kwaliteit. Maar ook voor persoonlijk contact en een bijzonder fijne sfeer. “Dit alles maakt dat onze klanten elke keer weer blij zijn als ze bij ons in de kappersstoel plaats kunnen nemen.”

Tweede vestiging

Van stilstaan is geen sprake bij Bo Hair. Niet alleen blijven ze zich ontwikkelen door het volgen van trainingen, maar ook door het openen van een tweede zaak. “Onlangs hebben we de deuren geopend van een tweede vestiging in Bladel. Daar zijn we natuurlijk supertrots op! En ook daar worden uiteraard alle klanten vakkundig en enthousiast geholpen, want dat is waar wij voor staan.”



Maak dus meteen een afspraak bij Bo Hair en geniet van het moment voor jezelf!

KRULLEND HAAR

Krullen maken de vrouw of man... Toch is niet iedereen blij met zijn of haar krullende coupe. Daarom een aantal stylingtips, speciaal voor de krullers onder ons.

TIP 1 Krul haar moet je op een bepaalde manier knippen. Daar zijn verschillende technieken voor om de Krul het beste te laten krullen.

TIP 2 Gebruik speciale producten die gemaakt zijn voor Krul haar. Deze producten hebben speciale ingrediënten om te zorgen dat het haar minder pluist en niet zal verzwaren. Ze zorgen er dus ook voor dat je haar er gezond en verzorgd uitziet.

TIP 3 Als je haar aan de lucht gedroogd is, gebruik dat nooit een kam of borstel. Het gaat gegarandeerd pluizen! Gewoon even je vingers erdoor halen volstaat al.

TIP 4 Koop alleen producten die bedoeld zijn voor krullend haar. Krullend haar is poreuzer dan glad haar. Daarom heeft het een andere verzorging nodig.

TIP 5 Olie, olie en nog eens olie. Sterk krullend haar kan in de lengte van het haar en in de punten wel wat extra voeding gebruiken. Olie wordt goed opgenomen door poreus krullend haar.

MAAK NU EEN
AFSPRAAK VIA
WWW.BOHAIR.NL



bo
BO HAIR

Diessenseweg 44, Hilvarenbeek
013-5051979
Charel Baelemanshofke 14, Bladel
0497-388448

www.bo-hair.nl



De HuurHal
BETER PER METER³

Opslag



Archief



Voorraad

www.HuurHal.nl



helpt u graag bij uw steeds lastig
wordende administratie.

- Administratie
- Advies
- Belasting
- Jaarrekening
- Salaris
- Ook voor
particulieren

www.pareladvies.nl

Sprendlingenstraat 16, Oisterwijk | 013 5215925
info@pareladvies.nl



Wilt u graag een eerste stap online zetten?

Met het gratis, laagdrempelige lesprogramma
Welkom Online gaat er een wereld voor u open.

Meld u gratis aan via 088 344 2000 of
ga naar ouderenfonds.nl/welkom-online

Op zoek naar de juiste balans

Peace of Mind Praktijk voor Massage en Bewustwording

Na het afronden van de HBO opleiding tot Holistisch Energetisch Masseur opende Lizette Beks in 2020 de deuren van haar eigen massagepraktijk in De Reeshof in Tilburg. Je kunt hier terecht voor een klassieke massage, maar bijvoorbeeld ook voor een zwangerschapsmassage en een haptische lichaamsmassage.



“Als je voor het eerst bij mij komt, laat ik je eerst een anamneseformulier invullen”, vertelt Lizette. “Ik werk vanuit een holistische visie en kijk naar de mens als geheel: fysiek, mentaal én emotioneel. Als je om één of andere reden uit balans bent, kun je klachten ontwikkelen.



Een klacht is daarmee een signaal van je lichaam dat je vertelt dat er iets aan de hand is. Het heeft geen zin alleen de symptomen te behandelen. We gaan dan ook samen op zoek naar de oorzaak van de klachten om optimaal profijt te hebben van de behandeling. Als je de signalen van je lichaam beter leert te begrijpen, ben je ook beter in staat om aan je eigen gezondheid te werken.”

Een heerlijke ontspanningsmassage behoort uiteraard eveneens tot de mogelijkheden! Daar krijg je weer energie van. **Maak nu een afspraak!**



‘EEN MASSAGE IS EEN
INVESTERING IN JEZELF’

Ridderkerksingel 68, Tilburg | 06-23669600
info@massagesalonpeaceofmind.nl | www.massagesalonpeaceofmind.nl



MIX & MATCH

Mijn Thuis heeft een uitgebreide collectie badkamermeubelen in diverse stijlen en prijsklassen. Met de collectie van Mijn Thuis heb je alle mogelijkheden om een badkamer samen te stellen binnen jouw budget en smaak.



Onze showroom is een smaakvolle omgeving waarin de eigentijdse badkamers en onze tegelshowroom mooi tot hun recht komen.

Zeker in de tegels is het overzichtelijk en heerlijk rondneuzen in het ruime assortiment, variërend van mooie mozaïeken tot grote trendy beton- of houtlook tegels. En direct te combineren met de badkamerproducten die je hebt uitgezocht.

Mixen en matchen dus en daar bieden wij als sanitairspecialist alle gelegenheid voor.

Kijk voor openingstijden en het maken van een afspraak op onze website:
www.mijnthuis.nl/jacklijn/contact
of scan de QR-code



Mijn Thuis **BOUW PARTNER** **JAC KLIJN BOUWMATERIALEN**

Mijn Thuis BouwPartner Jac Klijn

Amerikastraat 18
5171 PL Kaatsheuvel

0416-280055
info@jac-klijn.nl

belakos

Een prachtige basis voor elk interieur

Kom langs en
neem een kijkje
in onze
showroom

PVC VLOEREN

Pinguinvloeren is een zelfstandig bedrijf dat gespecialiseerd is in het stofferen van vloeren, trappen en wandbekleding.

We leveren onze diensten aan particuliere en zakelijke klanten. Ook voor projecten kunt u ons prima inzetten.

Dankzij onze ruim 20 jaar ervaring in de projectstoffering weet u zeker dat uw opdracht bij ons in goede handen is.

Dennis Kerkhofs



Ongetwijfeld loop je tegen vervelende problemen aan: pijnlijke voeten, ongemak tijdens dagelijkse beweging en sport of andere voetproblemen. Pedicure Robe helpt je graag!

Meest voorkomende behandelingen

- Likdoorn verzorging
- Eelt behandeling
 - Klauwtenen
 - Blaren
- Schimmelnagel



Sharon Bekkers

Corona tenen?

Een tijdje terug komt een cliënt bij mij en zij vroeg mij hoe het kan dat haar dochter ineens veel last heeft van haar tenen, zij dacht zelf aan wintertenen. Ik had de voeten van haar dochter niet gezien maar ik vroeg haar of zij misschien onlangs het coronavirus had gehad.

Dat was inderdaad zo en ik vertelde haar dat er meerdere klachten zijn van mensen die het virus hadden gehad waarna de voeten ook heel pijnlijk waren.

De meest voorkomende symptomen zijn:

- rode, jeukende huiduitslag
- acute rode bulten
- blaren die lijken op waterpokken
- blauwpaarsachtige verkleuringen aan de toppen van de tenen

Er is nog niet voldoende onderzoek gedaan om te concluderen dat het hierbij om coronatenen gaat. De symptomen zouden ook kunnen passen bij mensen die last hebben van een andere aandoening, zoals bijvoorbeeld eczeem, contactallergie,

fenomeen van Raynaud, een schimmelinfectie of eerder genoemde wintertenen. (Bron: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/>)

Bij twijfel is het altijd raadzaam om de huisarts in te schakelen want dan kunnen crèmes of medicatie soms wel een uitkomst bieden. Coronatenen komen de laatste tijd wel minder voor omdat het zeldzamer is bij mensen die gevaccineerd zijn. (Bron: Margriet.nl)

Voor ons als pedicure blijft het natuurlijk belangrijk om te signaleren en adviseren!

Sharon Bekkers
Medisch Pedicure



MAAK NU
EEN AFSPRAAK
06-24562006
EN LAAT JE VOETEN
VERWENNEN!

Tijd om je woning eens *grondig onder handen* te nemen

Heb jij de lentekriebels al te pakken, maar verkeert jouw huis nog in een diepe winterslaap? Geen betere manier om het voorjaar in te luiden dan door je woning eens een goede schoonmaakbeurt te geven. Hijs jezelf in je oude kloffie, zet de radio aan, stroop je mouwen op en schrobben maar!

Geen idee waar je moet beginnen? Werk dan aan de hand van een checklist en ga van kamer naar kamer. Zet alle ramen en deuren open en laat alles eens goed doorwaaien. Breng oude kranten en tijdschriften naar het oud papier, het glas naar de glasbak en je oude garderobe naar een kledingcontainer. Je zult zien dat het resultaat direct zichtbaar is.

WEG MET DAT STOF Vloerkleden zijn echte stofnesten, maar de ouderwetse mattenklopper doet wonderen. En wat dacht je van de gordijnen? Nu de eerste zonnestralen ons raam bereiken, is het stof ineens overduidelijk zichtbaar. Gooi ze in de wasmachine of breng ze naar de stomerij. In de tussentijd kun jij je bezighouden met de vieze ramen. Pel een ui, snijd deze in vier stukken en doe die in het water. Binnen een paar minuten zijn je ramen weer kraakhelder.

SPIK EN SPAN Heb je de smaak te pakken? Dan is dit het moment om de diepvries te ontdooien en schoon te maken. Etenresotten in de magnetron of oven verwijder je makkelijk door van tevoren een bakje water mee te laten koken. En ook de badkamer en het toilet kunnen wel wat antikalk gebruiken. Handige tip: fijne krasjes op glaswerk schuur je in een handomdraai weg door er met tandpasta overheen te wrijven.

FINISHING TOUCH Een fikse voorjaarsklus als deze is vaak niet in één dag geklaard. Maar hoe fijn is het om na een paar dagen ploeteren in een fris en brandschoon huis te kunnen genieten van het eerste voorjaarszonnetje? Geef je woning als kers op de taart nog wat extra glans met een paar nieuwe accessoires: een nieuw dekbedovertrek, fleurige kussens, een potje bloembollen... En je gaat het voorjaar met een brede glimlach tegemoet.

GA HET VOORJAAR MET
EEN BREDE GLIMLACH
TEGEMOET!

Ook op zoek naar schoonmaak advies? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

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!*





Hespa bestaat al sinds 1977 en staat bekend om zijn goede service en kwaliteit. Of uw interieur nu klassiek of modern is, bij ons vindt u altijd een passende interieurstijl.

GORDIJNEN

ZONWERING

VLOEREN

BEHANG

STOFFERING

We kunnen dus samen met u en ons creatief oog een assortiment voor u samenstellen dat geheel bij u past. Als speciaalzaak in raamdecoratie bieden wij producten aan voor ieder interieur.

Wij staan voor u klaar om u te adviseren in de winkel of bij u thuis, dus komt u gerust eens vrijblijvend langs!

HET ADRES VOOR UW INTERIEURSTYLING

✔ ALTIJD GRATIS INMETEN

✔ UITSTEKENDE SERVICE

✔ KWALITEIT GEGARANDEERD

✔ 45 JAAR ERVARING

Besterdplein 9, Tilburg | 013 - 542 38 41 | info@hespa.nl | www.hespa.nl

Onderhoud je piano

Voor onderhoud van de buitenkant moeten we onderscheid maken tussen een gesatineerde-, polyester- en gepolitoerde afwerklaag.

Dit onderscheid heeft te maken met het verschil aan onderhoud dat elke afwerklaag met zich meebrengt om deze in optimale conditie te houden en zo min mogelijk aan te tasten. De toetsen kunt u het beste schoonmaken met een bijna droge zeem. Als de toetsen heel erg vies zijn is een doekje met spiritus een oplossing. Mocht u nog vragen hebben over het onderhoud, dan kunt u altijd even contact met ons opnemen.

KWALITEIT EN
VAKMANSCHAP

SINCE 1917



SIMONS
PIANO



Kraaivenstraat 25-11 Tilburg | info@simonspiano.nl | 013-5425374 | www.simonspiano.nl

Oomen interieurs

Een ambachtelijk bedrijf in een modern jasje.

We maken keukens op maat, renoveren keukens. we maken ook kasten, tv meubels en badmeubels alles naar wens van de klant. Voor particulieren en bedrijven. Wij zijn gevestigd in Alphen bij Tilburg

Wilt u uw keuken vernieuwen of aanpassen aan uw stijl?

U bent bij ons aan het juiste adres.

Belsebaan 1, Alphen | 013 - 508 28 39 | info@oomeninterieurs.nl | www.oomeninterieurs.nl



KOM IN ACTIE
HELP 5.600 HUISHOUDENS

DONEER € 5,-

Meer dan 1 miljoen mensen leven onder de armoedegrens. Via de Voedselbank Tilburg worden wekelijks 5.600 gezinnen (circa 17.000 personen) van een voedselpakket voorzien en zo wordt ook voedselverspilling tegengegaan. De Voedselbank draait volledig op onbetaalde vrijwilligers.

Oog voor voedsel, hart voor mensen

 **VOEDSELBANKEN.NL**
Tilburg & Regionaal distributiecentrum

Tilburgse Voedselbank | Kapitein Hatterasstraat 48, Tilburg | 013-4551000 | Voorzitter: Martin de Kok | www.tilburgsevoedselbank.nl



Nesrin Cetinel

NEKTAR

GOIRLE

De gezelligste modezaak van Goirle

Dames opgelet: ben je op zoek naar een mooie nieuwe outfit, neem dan zeker eens een kijkje bij Nektar Goirle. “Wij bieden kleding en accessoires van echte kwaliteitsmerken voor jong en oud”, aldus eigenaresse Nesrin Cetinel. “En of je nu alleen even komt om zelf wat te snuffelen of advies wenst voor een aankoop, iedereen is meer dan welkom in onze gezellige winkel.”

Nektar Goirle is inmiddels alweer zo'n vier jaar een vertrouwde naam in het dorpje Goirle. “Ik had al jaren de droom om mijn eigen winkel te openen en toen dit pand vier jaar geleden via via op mijn pad kwam, heb ik dan ook besloten om de sprong in het diepe te wagen en mijn droom waar te maken.” En met succes, want Nesrin geniet niet alleen zelf volop van haar werk, ook talloze dames weten de modezaak te vinden. “Ik vind het geweldig, elke dag is weer anders met telkens weer nieuwe klanten. Hen mogen helpen bij het zoeken van een outfit die goed zit en ook nog eens mooi staat, is het leukste wat er is.”

Uitgebreide collectie

De kans dat je zo'n outfit vindt bij Nektar Goirle is bovendien zeer groot. “Onze collectie is vrij uitgebreid met voor ieder wel wat wils. Qua merken, qua stijlen en qua prijsklassen.”

Zo kun je in deze damesmodezaak terecht voor merken als Juffrouw Jansen, Mart Visser, Zizo en Maicazz, Bthree, Eva Kayan, Cream en Lizzy & Coco. “De inkopen doe ik het liefst samen met mijn twee dochters die allebei een andere smaak hebben dan ik. Op die manier slagen wij er telkens weer in om een mooie collectie samen te stellen voor een brede doelgroep.” En ben je verliefd geworden op een outfit, maar moet er iets net een klein beetje versted worden? “Geen probleem, daarvoor werken wij samen met een coupeuse. Nieuwsgierig geworden? Loop dan gewoon eens binnen en ontdek zelf wat wij allemaal te bieden hebben.”

TIJD VOOR EEN FEESTJE

In april bestaat Nektar Goirle vier jaar.

“Dit gaan we natuurlijk vieren”. Hoe?

KIJK OP:  **NEKTAR.GOIRLE**

Hét adres voor al je dagelijkse boodschappen ook in coronatijd!

Met meer dan 3.500 verschillende (biologische) producten kun je het assortiment van Solidare Natuurvoeding op z'n zachtst gezegd zeer uitgebreid noemen. "Wat je ook zoekt aan biologische levensmiddelen, de kans is meer dan groot dat je het bij ons vindt", aldus eigenaresse Els Pijpers.



Molenbochtstraat 66 (zijstraat Besterdplein), Tilburg
013 - 5432910 | contact@solidarenatuurvoeding.nl
www.solidarenatuurvoeding.nl

Veel winkels zijn nog steeds gesloten in deze Vreemde Tijd.... Gelukkig kunt u wel nog steeds voor uw Biologische Boodschappen terecht bij Solidare Natuurvoeding.

Proef de volle smaak van de natuur Toch kan het soms lastig zijn om naar de winkel te komen. Daarom hebben ook wij een Boodschappen Bezorgdienst waarbij u aangeeft wat u nodig heeft. Wij verzamelen dan uw boodschappen en brengen het bij u thuis...

Wij bezorgen in Tilburg en omstreken; zoals b.v. Udenhout, Berkel-Enschot, Oisterwijk, Goirle maar ook in Waalwijk, Loon op Zand, Alphen en Riel. U mag uw lijstje gewoon doorgeven per telefoon of e-mailen.

Voor een klein vervoerbedrag brengen wij alles bij u thuis als uw boodschappenlijstje minimaal € 50,- is.

Wij staan graag voor u klaar en leveren uw boodschappen dan op vrijdag (dit is onze vaste bezorgdag...) Mooi voor het weekend... Handig Toch!?

Doorgeven graag op de dinsdag vanwege eventuele nog te bestellen producten....

Bij voorbaat dank:

het Solidare Team.



'BIJ ONS VIND JE MEER BIOLOGISCHE
PRODUCTEN DAN WAAR OOK'

Een massage is een cadeautje voor je lichaam

Toen Lieke de Ridder merkte hoeveel baat ze had bij de massages die ze onderging, was haar interesse gewekt. Ze volgde verschillende cursussen en begon in 2009 haar eigen praktijk: Salon Valetudo. Door de geboorte van haar kinderen stond de salon even op een laag pitje, maar de passie bleef. Vorig jaar ging ze weer met volle kracht aan de slag en opende ze zelfs een tweede vestiging in Tilburg.

“Het masseren geeft me ontzettend veel energie.”


Sportmassage, hartverwarmde massage, hotstone- massage, kruidenstempelmassage, Balinese massage... het is slechts een greep van wat er allemaal mogelijk is. “Iedere massage wordt afgestemd op jouw persoonlijke wensen en behoeften”, vertelt Lieke enthousiast. “Bij binnenkomst bespreken we eerst wat je wensen en eventuele klachten zijn. Op het moment komen veel mensen die er door alle drukte en stress in hun dagelijkse leven helemaal doorheen zitten, behoefte hebben aan aanraking of gewoon even willen ontspannen. Met name nek-, schouder-, (onder)rug- en hoofdpijn komen veelvuldig voor. In overleg wordt meestal een combinatie gebruikt van enerzijds het behandelen van de gevoelige plekken en anderzijds het zorgen voor ontspanning.”

Totale ontspanning “De kachel staat aan, de kaarsjes branden en er speelt muziek op de achtergrond. Alles om een warme, rustgevende sfeer

te creëren. Voordat ik begin met de behandeling, breng ik warme kompressen aan en wordt er gemasseerd met verwarmde olie. Het is echt een stukje verwennerij zodat mensen optimaal kunnen genieten.”

Met liefde “Meestal voel ik goed aan wat mensen prettig vinden; even kletsen of juist volledige rust. Ik krijg weleens te horen dat ik masseer met liefde, dat ervaar ik als een compliment. Als mensen hier gespannen binnenkomen en na de massage helemaal verlicht en verlost van onrust en met een grote glimlach op hun gezicht weer de deur uitgaan... dat is toch geweldig. Daar doe ik het voor!”

Tip: ook kindermassage, specifiek voor hoog sensitieve kinderen, behoort tot de mogelijkheden.

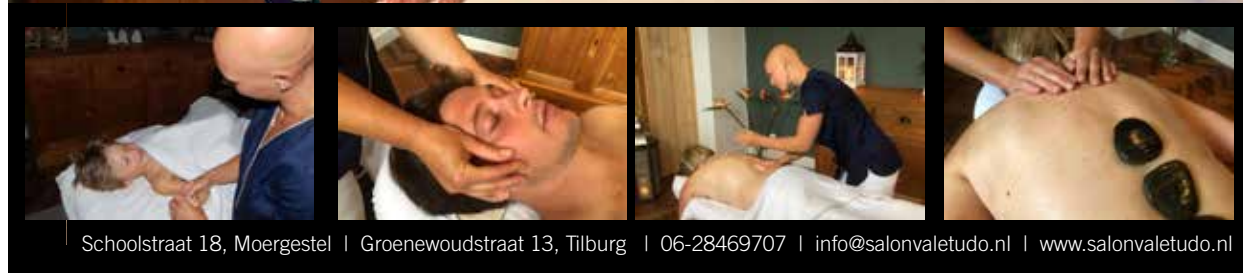


BRUISENDE/ZAKEN

Salon Valetudo

RUST EN ONTSPANNING

MAAK NU EEN AFSpraak!
06 28469707



Schoolstraat 18, Moergestel | Groenewoudstraat 13, Tilburg | 06-28469707 | info@salonvaletudo.nl | www.salonvaletudo.nl

SPELEN EN BEWEGEN?

Je peuter is de hele dag bezig met blokken stapelen, schooltje spelen, knutselen, de pop aankleden of met de brandweerauto racen. Kinderen zijn dol op spelen. Spelen is leuk en stimuleert alle ontwikkelingsgebieden.

Spelen is plezier

Tussen nul en zes jaar is spel de belangrijkste bezigheid voor een kind. Kinderen spelen voor hun plezier en niet omdat ze graag iets willen leren. Als kinderen spelen, zijn ze actief bezig, maar tegelijkertijd leren ze wel een heleboel.

Spelen is leren

Kinderen leren spelenderwijs de wereld om hen heen begrijpen. Ze doen tijdens het spelen nieuwe ervaringen op. Tijdens spelen wordt er vaak veel gepraat, en spel is de meest geschikte situatie om met andere kinderen om te leren gaan.

Spelmateriaal

Kinderen kunnen met van alles spelen. Voor jonge kinderen is spelen ook helpen bij karweitjes, bijvoorbeeld plantjes water geven.

Tips bij het spelen

- Het is verstandig om niet te veel speelgoed tegelijk te hebben staan. Als je een deel van het speelgoed opruimt, kun je regelmatig iets anders tevoorschijn halen. Dat is dan telkens weer een leuke verrassing voor je kind.
- Laat je peuter zo veel mogelijk zelf uitproberen. Dan is je kind langer bezig en leert het 't meest.
- Het proces van spelen is belangrijker dan het eindresultaat. Jonge peuters bedenken vooraf nog niet wat ze willen maken. Voor je kind gaat het om het bezig zijn. Het is niet erg als een knutselwerkje niet zo mooi is.



82



We zijn een kleinschalig en professioneel kinderdagverblijf voor de opvang van kinderen van 0 tot 4 jaar.

In de opvang van kinderen vinden we een huiselijke omgeving en betrokkenheid van onze begeleiders van groot belang. Ontwikkeling van kinderen komt het best tot zijn recht als de omgeving hen in staat stelt om te onderzoeken en te ontdekken. Onze pedagogische medewerkers zijn hierin begeleidend. Een kind leert van de dingen die het zelf onderneemt en ondervindt, onze pedagogisch medewerkers dragen er zorg voor dat een kind voldoende uitgedaagd wordt.

Om kinderen duidelijkheid en structuur te geven, waar ze behoefte aan hebben, werken we met een vaste dagindeling. We hechten veel waarde aan een goede communicatie en afstemming met thuis. Zo vinden we het bijvoorbeeld belangrijk dat een kind zoveel mogelijk de slaap- en eetritmes kan aanhouden die het thuis ook heeft.



kinderdagverblijf
DE KLEINE BOOM

Boomstraat 81, Tilburg
06-27516568
www.kdvdekleineboom.nl

In een lijstje...

Je kunt het zo gek niet bedenken of het kan ingelijst worden. Dat bewijzen ze telkens weer bij lijstenmakerij Van Erp-Broekhans, een familiebedrijf dat het ware ambacht in ere houdt.

Wat bieden jullie?

"Alles wat de mensen maar ingelijst willen hebben, lijsten wij voor ze in. Van klein tot groot, van kindertekeningen tot ansichtkaarten en van trouwjurken tot grafieken, overal maken wij een lijst op maat voor. De keuze in materialen, stijlen en kleuren is hiervoor bijna eindeloos. Daarnaast verzorgen wij ook de restauratie en het schoonmaken van oude schilderstukken. Heel uitdagend werk waarbij het resultaat onze klanten telkens weer blijft verrassen."

Doen jullie nog meer?

"Ja, we verkopen ook nog een selectie beelden, porselein, schilderstukken, fotolijstjes en dergelijke."

Nieuwsgierig geworden?

"Loop gewoon eens binnen in onze winkel aan Het Heikesspoor 6 in Heukelom om zelf te zien wat wij allemaal voor bijzonders te bieden hebben."



LIJSTENMAKERIJ SINDS 1863
VAN ERP-BROEKHANS

EIGENARESSE: ILSE VAN ERP
HET HEIKESSPOOR 6, HEUKELOM
013-5424736 | WWW.ERP-BROEKHANS.NL

83



Zwarte bonenburger met bieten en quinoa

Deze vegan zwarte bonenburger is stevig, smaakvol en bindt perfect samen met aquafaba-vloeistof, de vloeistof in een blik kikkererwten. Je kunt hiervoor ook een lijnzaadei gebruiken.

6 PERSONEN - 75 MIN.

INGREDIËNTEN

800 gram bieten
 1½ kopje quinoa
 1¼ kopje zwarte bonen
 1 kleine sjalot
 2 teentjes knoflook
 2 eetlepels lijnzaad
 ½ theelepel zwarte peper
 ¼ kopje korianderblaadjes
 2 eetlepels appelciderazijn
 2 eetlepels vers limoensap
 2 eetlepels bloem
 1 theelepel zout
 3 eetlepels aquafaba-vloeistof
 6 broodjes
 sla
 mosterd
 rode ui

BEREIDING

Verwarm voor de bieten de oven op 200 graden. Wikkel ze stevig in aluminiumfolie en leg ze op een bakplaat. Bak tot je er met een vork makkelijk in kunt prikken, 50-60 minuten. Pak ze uit, koel ze voldoende af en verwijder de schillen.

Kook de quinoa en de zwarte bonen. Snipper de sjalot, snijd de knoflook fijn, maal het lijnzaad en de zwarte peper en hak de korianderblaadjes.

Verwarm de oven voor op 200 graden. Doe de zwarte bonen en bieten in een grote mengkom en gebruik een aardappelstamper om ze samen te mengen. Roer de quinoa, sjalot, knoflook, azijn, limoensap, bloem, lijnzaad, zout, peper, koriander en aquafaba erdoor en meng goed. Je kunt ook een keukenmachine gebruiken, maar houd het een beetje grof.

Gebruik je handen om het mengsel in zes gelijke porties te verdelen en vorm elk tot een pastetje. Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat en bak gedurende 15 minuten of tot de bovenkanten stevig zijn.

Serveer de burgers op een broodje met sla, mosterd en rode ui. Eet smakelijk!

PUZZELPAGINA



Wij zitten al met het voorjaar in onze bol. Een nieuw seizoen met nieuwe kansen en nieuwe mogelijkheden. Heerlijk, daar zijn we wel aan toe. Lekker genieten en... puzzelen helpt ook om heerlijk te ontspannen.

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

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

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 'uitdaging'. De oplossing van vorige maand was **cupido**.

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 door dit fijne product van O'right.

👁️-o+ 🍷-fr

🧑m=v 📺y=e

f+🐟v=r+s+🍳-i

🛁a=o+y 🧑d=w+h

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

Maak kans op een

*SodaStream
bruis-
water
toestel*

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

sodastream



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

water	keuken
prikje	apparaat
dorst	fles
bubbel	gas

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 april de oplossing in op onze site: www.tilburgbruist.nl

FIAT

NEW PANDA

P/M VANAF € 235



Van Mossel Breda Minervum 7001C | T: 076 522 25 33 | info.fiat@vanmossel.nl
Van Mossel Tilburg Kraaivenstraat 20 | T: 013 594 39 50 | www.vanmossel.nl/fiat

Van Mossel