

ROSMALEN EO 

OKTOBER 2022 GRATIS MEENEMEN!  
[WWW.ROSMALENBRUIST.NL](http://WWW.ROSMALENBRUIST.NL)

# BRUIST

*Martijn Koning:*  
'Het wordt theateraler  
en meer thematisch'

De herfst is  
*begonnen!*



TOPPOINT

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





# Zoek jij **MAATWERK?**

'PRECIES  
GEVONDEN  
WAT WE  
ZOCHTEN!'

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

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

**Ben jij op zoek naar maatwerk raamdecoratie?**

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

ROBIN HELPT JE GRAAG!



**RAAMDECORATIE  
STRIJBOSCH**

Ondernemer: Robin Strijbosch

Breuklens 28 Den Bosch | 073-2032692 | 06-10090795  
info@raamdecoratie-strijbosch.nl | www.raamdecoratie-strijbosch.nl

Volg ons:  Raamdecoratie Strijbosch  raamdecoratie\_strijbosch





# Mario's Vloeren

## The Art of Flooring

Mario's Vloeren is een ervaren bedrijf op het gebied van stofferen.

De specialist voor al uw pvc-, tapijt- en marmoleumvloeren, raamdecoratie en behang.

Ook voor het plaatsen van trapbekleding bent u bij Mario's Vloeren aan het juiste adres.

Onze jarenlange ervaring en volledige inzet maken dat u altijd gegarandeerd bent van een perfect, prachtig en duurzaam resultaat.



**BEZOEK ONZE SHOWROOM**

Kerkwijk 87a, Berlicum

073-785 5591

mariosvloeren@outlook.com

Meer zien?

**WWW.MARIOSVLOEREN.NL**



## Sfeer, zonwering en privacy

Breng sfeer in huis met raamdecoratie! Het is niet alleen sfeervol, maar zorgt ook voor zonwering en de nodige privacy. Jaloezieën, plissé gordijnen, rolgordijnen... op het gebied van raamdecoratie is ontzettend veel mogelijk.

Mario's Vloeren heeft een uitgebreide collectie raamdecoratie, in vele verschillende kleuren en uitvoeringen.

**Nieuwsgierig naar wat er  
allemaal mogelijk is in uw huis?**



**Bezoek onze showroom! Wij helpen  
u graag met een passend advies.**

# Van inspiratie naar sfeer in huis

PVC VLOEREN

VLOERBEDEKKING

RAAMDECORATIE

TRAPBEKLEDING

BEHANG



# 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 - Frans Pijnenburg  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BZ** Astrid Berkhout  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook.com/rosmalenbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2022. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Rosmalen Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootste 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 39 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Het is officieel: de herfst is begonnen. Voor sommigen is dit de mooiste tijd van het jaar, maar er zijn ook heel wat mensen die last krijgen van een zogenaamde herfstdip. Ze zijn moe, hebben weinig energie en zouden het liefst de hele dag in bed blijven liggen. Gelukkig kun je daar zelf eenvoudig iets tegen doen. Wat? Je leest het verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

## *Bruisende lezer,*

Bij deze alvast één goede tip tegen je herfstdip: koop een kaartje voor de nieuwste show van stand-upcomedian Martijn Koning; een avondvullende show waarmee hij het publiek vermaakt, zoals je kunt lezen in het interview dat we met hem hadden.

Herfstdip of niet, op de redactie van Bruist blijven wij gewoon hard doorwerken om elke maand weer een mooi magazine voor onze lezers te maken. En datzelfde geldt voor al onze bruisende ondernemers. Ook zij laten zich niet tegenhouden door een eventuele herfstdip, maar blijven er alles aan doen om hun klanten zo goed mogelijk van dienst te zijn. Blader snel verder voor hun inspirerende verhalen om te ontdekken hoe ze dat doen.

Veel leesplezier!

**Michael Thörig**

**Adverteren?**

Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel **06-11087563**.

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



MAAK EEN WANDELING  
DOOR HET BOS

# Hoera, het is herfst

Gebreide truien om lekker in weg te kruipen, warme chocolademelk met een toefje room en kaarsjes voor de nodige sfeer. Het is officieel: de herfst is begonnen en dat moet gevierd worden met een wandeling door het bos, happy food en heel veel licht.

**Zodra de blaadjes van de bomen vallen, laat het lichaam ons af en toe een beetje in de steek. Moeheld, weinig energie, somberheid en een grote behoefte om te slapen zijn de meest voorkomende symptomen van een herfst dip. Het recept om een herfst dip te voorkomen: ga leuke dingen doen. Laat je niet kisten door een kleine regenbui, maar snuif de buitenlucht op tijdens een wandeling door het bos.**

**VITAMINE D** De zon zorgt ervoor dat wij vitamine D aanmaken. Een belangrijke vitamine die onder andere zorgt voor de opname van calcium in ons lichaam, een belangrijke rol speelt in het in stand houden van onze weerstand en die ook depressies tegengaat. Omdat de grootste en belangrijkste bron van vitamine D zonlicht is, wordt aangeraden om minimaal een half uur per dag in de buitenlucht te zijn.

**HAPPY FOOD** Dat eten van invloed is op je lichaam, is logisch maar voeding kan ook heel veel doen voor je humeur. Ben je vaak slechtgehumerd zonder aanwijsbare oorzaak? Kijk dan eens naar je voeding en ontdek hoe je jezelf een goed humeur kan eten. Van pure chocolade word je bijvoorbeeld heel vrolijk en energiek en met vette vis verminder je depressies.

**DE KRACHT VAN LICHT** Kijk je op tegen de eindeloze donkere avonden? Ga dan op zoek naar licht. Maak in je lunchpauze een kleine wandeling, ga dicht bij het raam zitten en trek er op vrije dagen eens wat vaker op uit. Voor wie echt last heeft van een hardnekkige herfst dip, is er altijd nog lichttherapie. Bij deze therapie word je kort blootgesteld aan intensief licht. Het effect: je krijgt meer energie en voelt je opgewekter.

**Wil jij meer tips om een herfst dip tegen te gaan?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.





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

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

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

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

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

### *Interesse?*

Neem contact met ons op of vraag een prijsindicatie op via de site!  
*(Btw. U krijgt voor het helpje gratis)*

Nijverheidsweg 8 Olstervijk (NL)  
+31 (0)13 - 521 06 33  
info@ensuite.nl | www.ensuite.nl

**Welke Ensuite  
past bij u?  
Maak gewoon een  
afspraak!**

**Klassiek gevoel van rust**

**Ensuite**

*We make you feel at home!*

EEN  
EIGEN-  
WIJZE  
GAST  
THE VISITOR



MEIJS WONEN  
— TILBURG —

BRUIST  
Deals

Ok deze maand hebben we weer enkele Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Neem een kijkje op [www.nederlandbruist.nl/lezersacties](http://www.nederlandbruist.nl/lezersacties) en profiteer van mooie kortingen bij onze bruistende ondernemers.



## KELLOGG'S ALL-BRAN ONTBIJTGRANEN



Met de veranderende seizoenen is het belangrijk om de juiste voedingsstoffen binnen te krijgen. Zo is je lichaam beter bestand tegen koudere temperaturen, minder zon en regen. De All-Bran ontbijtgranen van Kellogg's zijn een bron van vezels, vitamines van de B-groep, ijzer en koolhydraten zodat jij de dag goed begint. Een lekker, voedzaam en makkelijk ontbijt voor jong en oud!  
[www.kelloggs.nl](http://www.kelloggs.nl)



## LED NACHTLAMPJES MET SENSOR



NU VOOR  
€ 89,-

Zwenkbare ledlampjes in rvs look met bewegingssensor en instelbare brandtijd van 20 seconden tot 4 minuten. Ideaal om bijvoorbeeld onder het bed te monteren zodat er licht is tijdens het toiletbezoek. Maar ook in de vertrekken waar de lichtschakelaar niet bij de hand is, zijn deze lampjes erg handig. De lichtkleur is warmwit. Deze nachtlampjes worden geleverd in een set van twee stuks, inclusief trafo en 180 cm aansluitsnoer.



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

## KENWOOD – TITANIUM CHEF BAKER

Duik jij deze herfst de keuken in voor een huisgemaakte carrotcake, pompoen quiche of een ander baksel? Dan is de Titanium Chef Baker van Kenwood je favoriete keukentool. Hiermee maak je in een handomdraai de lekkerste (hartige) taarten, cakes en meringues.

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



# Prachtige herfst

Do  
mee en  
win

## UNION – E-FLOW

Union laat met de gloednieuwe E-Flow zien dat elektrisch fietsen helemaal niet saai hoeft te zijn. Door de retro look is hij perfect voor de stijlbewuste fietser en met verschillende kleuren is er altijd een die bij je past. De E-Flow is voorzien van 7 versnellingen, een



Shimano motor en een stijlvolle voordrager. Opladen doe je gewoon met een stekertje of je haalt de accu eruit als je geen stalling hebt met elektriciteit. Alles wat jij nog hoeft te doen is: go with the E-Flow!  
[www.union.nl](http://www.union.nl)

## HALLMARK – HAND- ZEEP & HANDLOTION

Maak mee op geurreis met Hallmark! Samen met illustratrice en tekenares Marjolein Bastin brengt Hallmark de home fragrance collectie 'Moments by Marjolein Bastin' uit. De drie geurlijnen zijn geïnspireerd op reizen naar tropische eilanden, de Zwitserse Alpen en de Nederlandse kust. Kies jouw favoriete geur en verwen jezelf of een ander met de heerlijk geurende handzeep en de fijne, verzorgende handlotion. Vanaf half oktober exclusief verkrijgbaar via DA.  
[www.hallmark.nl](http://www.hallmark.nl)



## LEZERSACTIE\* Cheerful Merlot

YES! Lekkere wijn die ook nog eens bijdraagt aan wat belangrijk is: een eerlijke wereld voor iedereen. In samenwerking met The Good Roll Foundation & Made Blue doneren zij per verkochte fles 750 liter schoon drinkwater aan gemeenschappen in Afrika. Bovendien is de wijn 100% biologisch, vegan & hartstikke lekker. Daarom is The Good Wine, goed voor jou en voor een ander!



[www.thegoodwine.nl](http://www.thegoodwine.nl) TAG #ROOD



## 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)





'HET IS DE  
MOOISTE SPORT  
DIE ER IS'



# BOKSEN EN MEER BIJ TVS TRAINING!

Tessa van Stenus, voormalig verpleegkundige en wedstrijdboxer, begon ooit met bootcamp-stijl lessen buiten. Toen ze een antikraak locatie in Rosmalen betrok ging het heel snel, steeds meer mensen wisten haar te vinden. Sinds juni 2020 heeft TVS Training een eigen pand in de Dorpsstraat en sinds oktober 2021 ook nog een tweede locatie in de Molenstraat.

"Het is geweldig om mijn passie voor het boksen met andere mensen te kunnen delen", aldus Tessa. "Het boksen heeft mij veel goeds gebracht, zowel fysiek als mentaal. Dat gun ik andere mensen ook."



## VOOR IEDEREEN

"Onze lessen vinden verspreid over beide locaties plaats", vervolgt Tessa. "Daardoor blijven deze klein en persoonlijk. Wij vinden het belangrijk dat iedereen zich hier thuis voelt, of je nu een beginnende of ervaren sporter bent, jong of oud. In onze visie moet bovendien iedereen kunnen sporten, ook als je bijvoorbeeld een mentale of fysieke beperking hebt. Wij vinden altijd wel een manier om je te laten bewegen."

## PLEZIER DANKZIJ VARIATIE

Boksen is de corebusiness van TVS Training. "Tegen elkaar maar ook op de zak. Daarnaast is crossboks heel populair, een pittige mix van boksen, crossfit, bootcamp en HIIT. Verder doen we crosstraining, waarbij gebruik wordt gemaakt

van gewichten. Als tegenhanger van de explosieve kracht waarmee je tijdens het boksen bezig bent bieden we tevens yoga en pilates aan. Dit versterkt elkaar enorm, als Yin en Yang." Wil je nog gericht trainen? Met een personal trainer kun je één-op-één werken aan het realiseren van je persoonlijke doelen. Leefstijlcoaching is eveneens mogelijk. "Juist omdat er zoveel keuze is qua lessen kun je vrijuit variëren. Dat houdt het een beetje leuk."

## NIETS IS ONMOGELIJK

Met haar 36 jaar is Tessa een 'oudje' binnen het wedstrijdboxen. "Voor mij is het de mooiste sport die er is. Zolang het kan, blijf ik het doen. Voor mezelf maar ook om te laten zien dat het kan als je ergens helemaal voor gaat."



[WWW.TVSTRAINING.NL](http://WWW.TVSTRAINING.NL)

Dorpsstraat 61 te Rosmalen  
Molenstraat 6b te Rosmalen

[Info@tvstraining.nl](mailto:Info@tvstraining.nl)  
[0651556724](tel:0651556724)

[tvstraining.nl](http://tvstraining.nl)  
The Gym Rosmalen: TvS Training



# BEAUTIFUL CURLS START HERE

Ben jij ook dat pluishaar zat? Heb jij een slag of krul maar ben je steeds ontevreden over je haar? Maak dan een afspraak bij Joy's For Hair. Bij ons kun je terecht voor de CG (Curly Girl) methode. Deze methode is speciaal ontwikkeld om jouw krul de mooiste valling te geven.

Een mooi vallende krul is niet alleen knippen. CG is een methode op basis van:

Een juiste haaranalyse, verzorging, styling, en knippen. Door de juiste producten en stylingtips toe te passen zul je zien wat de CG methode voor jou kan betekenen.

Liefs team Joy's For Hair



See you soon, at  
Joy's For Hair!!

Eigenaresse: Joyce van Overdijk-Trum  
Erasmusstraat 11 's-Hertogenbosch | 073 614 83 12  
info@joysforhair.nl | [www.joysforhair.nl](http://www.joysforhair.nl)

Oktober is de traditionele woonmaand met volop **woonbeurzen**.

**Pompoenen** zijn eigenlijk bessen.

Bijna alle planten komen van oorsprong uit een **tropisch of subtropisch klimaat**.

Thee is goed voor de **bloedvaten**.

Tijd om jouw woning herfstproof te maken!

Astronomisch gezien begint de herfst

als **dag en nacht** even lang duren.

Afgevallen bladeren zijn heel nuttig, want het bladeren beschermen de bodem tegen **uitdroging**

en kunnen ook de wortels en vaste planten beschermen tegen **bevriezing**.

Oktober wordt ook wel de **wijnmaand** genoemd. Het woord 'Halloween' betekent '**Allerheiligenavond**'.



# 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 en maak nu een afspraak. Bekijk voorafgaand onze website of bel meteen: 06 8126 4333

## Onze behandelingen

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



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

Huidtherapie  
Boxtel & Best

# Rode vlekken in je gezicht, wat nu?!

**Couperose (teleangiëctasieën) zijn verwijde bloedvaatjes. De meest voorkomende plek zijn de neus en wangen. Het is een onschuldige, veelvoorkomende aandoening die nooit vanzelf verdwijnt, maar wel goed behandelbaar is.**

Veel mensen vinden couperose cosmetisch storend. Het treedt op doordat de kleine bloedvaatjes in de huid uitzetten. De oorzaak is niet bekend, maar warmte en ultraviolette (UV) straling zijn risicofactoren voor het ontstaan van couperose. De huidtherapeut kijkt tijdens het intakegesprek en onderzoek welke behandeling het meest geschikt is voor de patiënt.

**Microcoagulatie**  
De teleangiëctasieën kunnen worden gecoaguleerd (dichtgebrand) door een minuscule naaldje tegen of in het vaatje te houden. Na de behandeling kan er geen bloed meer door het vaatje stromen, waardoor deze niet meer zichtbaar is.

## Lasertherapie

Door de laserpuls van de Gentle Max Pro laser ontstaat warmte. Dit zorgt ervoor dat vaatjes worden gecoaguleerd. Deze behandeling wordt alleen uitgevoerd in de praktijk in Best.

## IPL

Met behulp van Intense Pulsed Light (IPL) kunnen grote oppervlakten worden behandeld. Met behulp van een lichtfilter ontstaat warmte. Deze warmte zorgt ervoor dat het vaatje wordt gecoaguleerd. Deze behandeling is het meest effectief bij diffuse (vlekkerige) roodheid. Deze behandeling wordt alleen uitgevoerd in de praktijk in Best.

**Neem voor meer informatie 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

**BEHANDELING EN  
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)

De ondernemer ontzorgen,  
die uitdaging neem ik graag  
met beide handen aan.

Met als doel voor ogen de kostbare  
ondernemerstijd vrij te maken door de  
administratieve en fiscale taken (deels)  
over te nemen.

**Kan je wel wat hulp of advies gebruiken?**  
Laten we even bellen; 06-52673345



Marisca van Gent



**Op zoek naar  
een betaalbare  
boekhouder?  
Laten we even  
bellen!**

# Op mij kan je rekenen!

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

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

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

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

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

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

**De  
Brabantse  
Boekhouder**

Ik werk samen met  
specialisten uit  
verschillende  
disciplines. Hierdoor  
ben je nog meer  
verzekerd van de juiste  
kwaliteit en zorg die je  
van een boekhouder  
mag verwachten.

**De Brabantse Boekhouder  
is vooral gericht op:**

- Zzp, eenmanszaak en vof
- Particulier

---

*‘Wat een fijne  
boekhoudster, lekker  
duidelijk in Jip en Janneke  
taal en niet van  
die moeilijke woorden.’  
M. de man - Aarts*

---

Vutter 9  
Den Bosch | 06-52673345  
info@debrabantseboekhouder.nl  
www.debrabantseboekhouder.nl



# AFVALLEN SPECIAAL VOOR VROUWEN

Je leest het goed: alleen voor vrouwen. Of je nu van je lovehandles af wil of (zwaar) overgewicht hebt, In Shape Afslankstudio helpt vrouwen van jong tot oud. Met een totaalprogramma van sport, voeding en coaching biedt de studio alles onder één dak. Met al vijftien jaar ervaring kunnen nu ook vrouwen uit Rosmalen en Den Bosch bij In Shape terecht.

## Bewegingsprogramma

De warmte- en vacuümcabines zorgen voor meer doorbloeding, conditie opbouw, het verbeteren van de stofwisseling, het verminderen van cellulite en vooral: plaatselijke vetverbranding.

## Voeding

Afvallen gaat makkelijker wanneer je normaal kunt blijven eten, samen met je gezin of partner. Sinc. laat zien dat lekker en gezond heel goed kan, ook tijdens het afvallen. Je hebt helemaal niet het idee dat je op dieet bent, omdat je regelmatig over de dag eet. En het resultaat ligt er niet om, je valt als vrouw gemiddeld 1kg per week af.

## Persoonlijk

Persoonlijk contact staat bij In Shape voorop. Eigenaresse Marijke Kokke: "Wij zijn bewust een kleine en intieme studio en er hangt een gemoedelijke sfeer. Wij vinden het belangrijk dat je met plezier naar In Shape komt. En dat er alle aandacht is voor vragen, inspiratie en motivatie en ook gewoon voor een gezellig praatje."

Marijke Kokke



Op vertoon  
van deze advertentie

1ste LES  
GRATIS

GRATIS INTAKEGESPREK?

Scan de QR-code en meld je aan!



**IN SHAPE**  
afslankstudio

Dorpsstraat 42a, Rosmalen  
073-851 39 86

info@inshape-rosmalen.nl  
www.inshape-afslankstudio.nl

# DAGJE UIT MUSEUMNACHT KIDS



Op zaterdag 15 oktober is het tijd voor een nieuwe editie van Museumnacht Kids in Utrecht. Zijn jullie er klaar voor om in het donker de Utrechtse musea en culturele instellingen te ontdekken? Museumnacht Kids is een evenement speciaal voor alle gezinnen met kids tussen de vier en twaalf jaar. Beleef lokale musea en culturele instellingen na sluitingstijd door middel van een extra leuk programma. Er is genoeg te doen: spannende speurtochten, coole workshops, leerzame rondleidingen en nog veel meer. Dit alles met als doel om kinderen op jonge leeftijd en op een speelse manier in aanraking te laten komen met de kunst en cultuur van een stad. Kijk voor mee info op [www.museumnachtkids.nl](http://www.museumnachtkids.nl).

# FILMPJE KIJKEN BOILING POINT

Op misschien wel de drukste avond van het jaar probeert de charismatische en veeleisende chef-kok Andy Jones (Stephen Graham) in zijn populaire Londense restaurant de balans te vinden tussen zijn professionele en persoonlijke problemen. Een verrassingsbezoek van de Voedsel- en Warenautoriteit zet het personeel op scherp, terwijl het overboekte restaurant zich al begint te vullen met gasten. Andy probeert streng doch rechtvaardig zijn personeel door de chaotische avond te loodsen. Gefilmd in één lange, ononderbroken take. **BOILING POINT** is vanaf 6 oktober te zien in de bioscoop.



BINNEN/BUITEN

# BOEKJE LEZEN TOEN DE WERELD BRAK



Grete woont al tientallen jaren in Londen. Ze leidt een ogenschijnlijk comfortabel leven, ondanks haar donkere verleden. Ze spreekt niet over haar ontsnapping uit Duitsland meer dan zeventig jaar geleden, noch over de oorlogse jaren in Frankrijk met haar moeder. En bovenal spreekt ze niet over haar vader, commandant van het meest beruchte concentratiekamp van de nazis, of over het gruwelijke lot dat haar broertje Bruno onderging. Dan komt er een gezin wonen in het appartement onder haar. Grete sluit vriendschap met de negenjarige Henry, hoewel hij herinneringen bij haar oproept die ze juist probeert te vergeten. **TOEN DE WERELD BRAK** van John Boyne is vanaf 4 oktober verkrijgbaar.

# Samen op onderzoek

naar meer inzicht en verbinding



Je zou alles doen voor je gezin, je ouders, je werk, vooral eigenlijk voor de ander. Cijfer jij jezelf soms niet weg?

**Zorg jij wel net zo goed voor jezelf als voor ieder ander?**

**Een moment om écht te verbinden, gun jij jezelf dat wel eens?**

Je dendert maar door en probeert uit alle macht om alles goed te doen. Maar soms heb je het gevoel dat goed nooit goed genoeg is.

**Wil jij:**

- Vanuit liefde jezelf vaker op **de eerste plek** zetten en zorgen voor jezelf?
- Meer **zelfliefde** ervaren en elk gevoel **erkennen** en **toelaten**?
- Net zo lief zijn voor jezelf als voor de ander?
- Weer écht kunnen **genieten** van jouw leven?
- Bewustwording over jouw **familiesysteem** van herkomst en hoe dit effect heeft op jouw leven en gezin?
- Inzicht krijgen in **patronen, dynamieken** en **belemmerende overtuigingen**?

Je gevoel zit verstopt onder een laag eisen en verwachtingen, die jij vooral jezelf oplegt. Je ziet het gebeuren, maar je weet niet goed wat je eraan kunt doen.

Hoe kun je patronen doorbreken, dicht bij jezelf komen en meer verbinding voelen?

**Daar verlang je zó erg naar.**

**Ga voor deze hulp, gun jezelf dit.**

Je bent het meer dan waard.

## Gratis kennis maken?

Wil je graag kennis met mij maken? Ben je geïnteresseerd in een aanbod maar twijfel je? Of wil je wat korte inzichten op de vragen waar jij mee worstelt?

Dan is een gratis kennismakingsgesprek een goed idee! Bezoek de website en plan een afspraak.



## Vrouwen Cirkel

### Verbinden - Delen - Helen

Jouw plek om te 'zijn'

Je bent het waard om gezien en gedragen te worden.

We focussen op voelen en contact maken met jouw lichaam in plaats van weten, denken en beredeneren.

De cirkel is een plek waar jij op jouw tempo je aandacht mag richten op jezelf.

Sluit aan en voel de kracht als jij zonder oordeel en vanuit compassie & liefde de verbinding met jezelf en de andere vrouwen aangaat.

www.nikkiepotjes.nl  
contact@nikkiepotjes.nl  
0634625118

Voor alle informatie en actuele data, scan de QR code.

## Mijn aanbod

- **Vrouwencirkel**
- **1:1 Coaching**
- **Podcast**

**NIKKIE POTJES**

*Jouw weg naar rust en balans*

s-Gravesandestraat 2, 's-Hertogenbosch  
(Ingang om de hoek bij de eerste garagebox)

0634625118

contact@nikkiepotjes.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!



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



Foto: Merlijn Doornik

*Martijn Koning:*

## ‘Nederland is een sneaky land geworden’

Martijn Koning is een van Nederlands bekendste en populairste stand-upcomedians.

Sinds september staat hij met zijn gloednieuwe show Appeltjes Schillen op de planken. Koning heeft zin om het publiek weer te vermaken. “Deze show heeft een nieuw format, iets theaterler.”

In Appeltjes Schillen snijdt de cabarettier actuele maatschappelijke thema's aan en ook over ons eigen kikkerlandje heeft hij het nodige op te merken. “Nederland is een sneaky land geworden. Nu ook weer met die boeren en hun veeteelt. Ik heb echt met ze te doen.” Maar de boeren zijn niet het enige onderwerp van gesprek tijdens zijn avondvullende show. “Ik ga het over de coronapandemie en alle ellende eromheen hebben. Maar ook dieren komen aan bod: van apen tot de wesp en de teek. Dat zijn dieren die het ons erg ‘lastig’ maken. Daarom ga ik ze eens extra aandacht geven. Dat vind ik leuk.”

**THEATRALER** Appeltjes Schillen krijgt een ander format dan de bezoeker van Koning gewend is. “De

vorige shows die ik opvoerde waren puur improviseren. Nu ligt de focus meer op het verhaal aan sich. Er is een intro, een eerste deel en een tweede stuk met een echte afsluiter. Dat geeft mij meer houvast. Het wordt theaterler en meer thematisch.”

**DOORONTWIKKELD** En hoewel de showopzet een wending krijgt, blijft de kenmerkende stijl van Koning intact. “Ik ben doorontwikkeld en in bepaalde dingen beter geworden. Dat gaat de kijker zeker merken. Bij de try-outs ga ik gelijk from scratch. Ik weet wat ik kan en doe.”, sluit Koning zelfverzekerd af.

**Theaternl**  
DE WERELD VAN THEATER

**Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.**

**Ga naar [theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist)**





Om uw sieraad, horloge of voorwerpen een persoonlijke touch te geven, kunt u ervoor kiezen om deze te laten graveren. Maar let op: niet ieder artikel is geschikt om gegraveerd te worden. Kom langs voor ons deskundige advies.

# Een sieraad als persoonlijke en *blijvende* herinnering



Afhankelijk van de drukte kunnen we direct graveren of is het de volgende werkdag klaar. Bij ingewikkeldere gravures, zoals een fotogravure of gravure op een geschenkartikel, wordt het gewenste product naar een deskundig graveeratelier gestuurd. Het kan dan een tot drie weken duren voor het artikel weer terug is.

Allerlei soorten lasergravures kunnen in de gedenksieraden gelaserd worden. Denk bijvoorbeeld aan het eigen handschrift van uw dierbare, een voetafdruk of handafdrukje van uw pasgeboren baby, een handtekening van uw ouder of het pootafdrukje van uw huisdier. Mocht u speciale wensen hebben, dan horen we het natuurlijk graag. Zo kunt u zorgeloos een herinneringssieraad kopen bij Juwelier Schute in Rosmalen.

Wilt u iets laten graveren of heeft u een vraag?  
Kom dan langs in onze winkel.

## 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 OPHALDIENST

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

# BRUIST

Wil jij ook een keer in de rubriek *Bruisende Zaken?*

Neem dan contact op via [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl) of bel +31 (0)76-7115340



## SLAAP JE GEZOND!

Gezond oud worden – dat willen we allemaal wel! Om dit fijne doel te bereiken is een goed én gezond slaappatroon ontzettend belangrijk. Een gezond slaappatroon zorgt voor een beter humeur, versterkt je immuunsysteem en geeft meer energie.

Onze slaapkwaliteit is echter sterk aan verandering onderhevig naarmate we ouder worden. Dat heeft onder andere te maken met onze hormonen. Vrouwen krijgen last van opvliegers, nachtelijk transpireren en toenemende gevoeligheid voor omgevingsfactoren. Ook krijgen vrouwen na de overgang vaker last van slaapkrachten. Ook de mannen komen naarmate ze ouders worden, moeilijker in slaap. Voor zowel mannen als vrouwen geldt dat de aanmaak van melatonine daalt. Dit hormoon reguleert ons dag- en nachtritme. Naarmate we ouder worden verkalkt de pijnappelklier, het deel van de hersenen dat melatonine aanmaakt.

Slecht slapen heeft een grote impact op de gezondheid. Van langdurige klachten zoals diabetes tot hart- en vaatziekten. Neem daarom je omgevingsfactoren en levensstijl onder de loep, als je jouw slaapkwaliteit wilt verbeteren. Zorg voor een frisse slaapkamer, verminder stress, mediteer en vermijd alcohol/cafèïne voor het slapen gaan.

Liefs, Fajah

BLOG/FAJAHLOURENS



MKBM  
MYXILLERBODYMOTIVATION



# AVONTUURLIJK EN AFWISSELEND NOORD-AMERIKA!

De Verenigde Staten blijven een onverminderd populaire bestemming, het hele jaar door. Of het nou gaat om een stedentrip, rondreis per auto of camper, georganiseerde groepsreis, treinreis of een combinatie met een cruise in het Caribisch gebied. Alles is mogelijk en je kunt veel variatie verwachten tijdens je reis.

## Westkust

De Westkust staat bij veel reizigers op hun wensenlijstje en dat is niet voor niks. Wissel indrukwekkende natuurgebieden als Yosemite, Grand Canyon, Yellowstone, Bryce Canyon en Zion Canyon af met bruisende steden en je hebt een prachtige en afwisselende rondreis. Laat je meevoeren in de histerie van Las Vegas, geniet van de heerlijke relaxte sfeer in San Francisco of kijk je ogen uit in Los Angeles als je Hollywood en Beverly Hills bezoekt.



ALASKA



YOSEMITE NATIONAL PARK



BOSTON



GRAND CANYON



HAWAII

## (Noord-)Oostkust

De grote steden aan de Oostkust zijn populair als stedentrip, denk aan Boston, New York en Washington, maar passen ook prima binnen een rondreis waarbij je de steden af kunt wisselen met natuurgebieden (onder andere Great Smokey Mountains, Acadia National Park, White Mountains National Forest en Cape Cod) en gezellige kustplaatsjes. In september en oktober zijn vooral routes in de Noordoostelijke Staten Massachusetts, Maine, Vermont en New Hampshire in trek, vanwege de Indian Summer.

## Florida

Florida is zowel in de zomer als winter een enorm populaire bestemming. Binnen deze staat kun je een hele afwisselende rondreis maken, maar ook van een heerlijke strandvakantie genieten (stranden aan de westkant van Florida of de Florida Keys) of de vele pretparken bezoeken. Vanuit Florida zijn ook meerdere mogelijkheden om een cruise langs verschillende Caribische Eilanden te maken.

## Zuidelijke Staten

De Zuidelijke Staten staan bekend om de muziekstijlen jazz, country en blues. Muzieksteden als Nashville, Memphis en New Orleans worden vaak gecombineerd in een rondreis, maar je kunt New Orleans

bijvoorbeeld ook combineren met een rondreis door Texas of Florida. Het zuiden van de Verenigde Staten staat ook bekend om de koloniale steden met een veelbewogen geschiedenis. Een aantal plantages is nog te bezoeken.

## Hawaii

Midden in de Grote Oceaan, ten westen van de Verenigde Staten, ligt de paradijselijke staat Hawaii. Het bestaat uit meer dan honderd vulkanische eilandjes, waarvan er slechts acht bewoond zijn. Hawaii staat bekend om zijn prachtige stranden en als ideale surfbestemming, maar je kunt er ook een hele mooie, afwisselende rondreis maken, waarin je meerdere eilanden combineert (island hoppen).



Ester van den Bogaert houdt van reizen en heeft al verschillende functies binnen de reisbranche gehad, onder andere bij een touroperator en een luchtvaartmaatschappij. Sinds enkele jaren is ze actief als persoonlijk reisadviseur en helpt ze mensen om hun droomreis werkelijkheid te laten worden.

### Voordelen van via mij boeken:

- Je krijgt snel antwoord
- Je hebt één vast aanspreekpunt
- Persoonlijke service
- Personal Touch Travel is aangesloten bij ANVR/SGR/Calamiteitenfonds

Ester van den Bogaert  
06-13302640

ester.vandenbogaert@persontouchtravel.nl  
www.persontouchtravel.nl/ester-van-den-bogaert



# ... Kinderen **leren** typen bij Type-Uniek

Bij Angelique van Type-Uniek leren kinderen uit de groepen 7 en 8 efficiënt blind typen in slechts tien tot twaalf weken. Angelique geeft typeles in groepsverband op basisscholen in de regio Rosmalen, ook wordt er typeles op locatie gegeven in de Groote Wielen.

## WIE TYPT HEEFT DE TOEKOMST

In de klas staat een rijtje chromebooks of laptops. Het zijn mooie nieuwe onderwijsmaterialen, waar kinderen graag mee aan de slag gaan. Maar ze vragen wel om nieuwe vaardigheden! Om dat goed te kunnen doen, moet je niet alleen de weg weten op een apparaat, maar ook op een toetsenbord.

## TYPECURSUS OP DE BASISCHOOL NA SCHOOLTijd

Een erkende typecursus op de basisschool na schooltijd is niet alleen belangrijk voor de toekomst van de kinderen, ook tijdens de schoolcarrière kan het erg goed van pas komen. Het kan daarom erg prettig zijn voor uw kind om te leren typen op de basisschool! Type-Uniek werkt met diverse basisscholen samen uit Rosmalen, 's-Hertogenbosch, Vught en omstreken. Alle informatie over een typecursus op de basisschool na schooltijd staat op deze pagina.



Coupletweg 46 Rosmalen | **06-30789989**  
info@type-uniek.nl | **www.type-uniek.nl**



Wil je meer informatie scan dan de QR-code of kijk online voor de vrije plaatsen van de cursusstart in januari 2023!



**Kitty Wolf is al 17,5 jaar darmexpert.**

Zij is de grondlegger van het combineren van darmspoelingen met emoties. Zij wilde iets betekenen voor de mensen op gezondheidsvlak. Na het volgen van de Mastery University van Anthony Robbins en de opleiding tot darmtherapeut is zij begonnen met haar eigen praktijk. Al 17,5 jaar heeft zij een bloeiende praktijk en leidt zij het merendeel van de darmtherapeuten op in Nederland en Europa.

**Colon in Balance**  
PRAKTIJK VOOR COLONHYDROTHERAPIE

Zandstraat 13  
5391 AL Nuland  
06 - 52 06 36 42  
[www.coloninbalance.com](http://www.coloninbalance.com)

## U MOET ER HELAAS MEE LEREN LEVEN

**Klinkt het u bekend in de oren? Helaas komen steeds meer cliënten in mijn praktijk, na vele jaren dokteren, met de diagnose prikkelbare darm (PDS) of spastische darm. “U moet er helaas mee leren leven”, of “Eet voldoende vezels en afwisselend, dan komt het wel goed.” Of wanneer een cliënt één keer per twee weken naar de wc kan: “Neemt u elke dag een zakje Movicolon, dan gaat het vast wel beter.” En als dat niet het geval is, krijgt u te horen dat het tussen de oren zit. En dat kan kloppen!**

Het zijn schrijnende verhalen. Deze klachten zijn namelijk zo makkelijk op te lossen, te verhelpen en te voorkomen, zodat de kwaliteit van leven weer terugkomt.

**Het verslakken van ons spijsverteringsstelsel is een grote oorzaak van deze klachten.** En een nog grotere oorzaak zijn onze emoties die ervoor kunnen zorgen dat het systeem verslakt. Omdat je ‘iets vasthoudt’. De darm is uw tweede brein. Of misschien wel het eerste brein! Dat mogen de wetenschappers uitzoeken. Wat ik wel weet na achttien jaar ervaring en meer dan vijftienduizend behandelingen te hebben gegeven, is dat de darm ons emotionele brein is.

Daarin liggen onze oude emoties opgeslagen. Onze oude shit. Letterlijk en figuurlijk. Dit dragen wij, tussen de drie en zeventien kilo ballast, dagelijks met ons mee. Met de meest uiteenlopende klachten.

Stoelgangproblemen zijn er één van. Wat dacht u van menstruatiekoliek, lusteloos voelen, huidklachten, hoofdpijnen,

emotioneel zijn, vermoeid zijn en ook spierverswakking, rugklachten en nekklachten. Zelfs hooikoorts heeft haar roots in de darmen.

**Zeventig procent van alle aandoeningen heeft een oorzaak die in de darmen ligt.**

De eerste stap naar herstel is REINIGEN. Op welke manier dan ook. Voedingspatroon veranderen, detoxen, suiker laten staan, intermitterend vasten, sportvasten. Er zijn legio manieren voor herstel. Echter... wat u ook doet, laat het gepaard gaan met darmspoelingen.

Eerst de oude rommel eruit en van daaruit herstellen. Met het ondergaan van darmspoelingen ruimt u zoveel meer op dan alleen uw oude fysieke ontlasting. En na een goede kuur voelt u zich als herboren.

**Maak gerust een afspraak voor een vrijblijvend gesprek of boek u behandelingen in via [www.coloninbalance.com](http://www.coloninbalance.com).**





PRAKTIJK VOOR:

VOETREFLEX THERAPIE  
en  
MASSAGE THERAPIE

DE SCHILD-PAD  
BRENGT RUST  
IN JOUW LEVEN

Kloosterlaan 34  
's-Hertogenbosch  
06-57276825  
info@schild-pad.nl  
www.schild-pad.nl



# Hoofdpijn? Slaapproblemen?

Slaapproblemen, zo herkenbaar. Nachten liggen woelen, de volgende morgen zo moe. Hoofdpijn. Net alsof er een band om je hoofd heen zit. Of zo'n stekende pijn aan één kant van je hoofd. Valt daar nu echt niets aan te doen?

## Slaapproblemen

En dan is het weer zover. Lig je op tijd in bed en wil je lekker gaan slapen, lukt het niet. Net als gisteren en eergisteren. Maar het moet. Morgen moet je immers weer op tijd opstaan. Schaapjes tellen helpt niet en die beker warme melk evenmin. Heen en weer geslingerd tussen allerlei gevoelens. Niets lijkt te helpen. Wat nu?

## Hoofdpijn

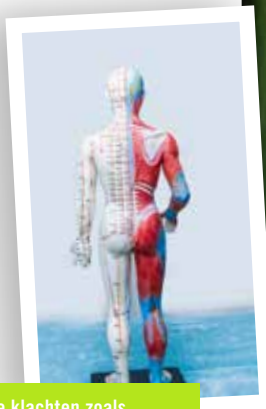
Die hoofdpijn komt regelmatig terug en je hebt er al van alles aan gedaan. Dan maar weer een pilletje. Je moet immers nog het nodige doen vandaag. Heel vervelend. Je zou er graag vanaf willen komen.

## Voetreflex- en massage therapie

Beide vormen van therapie helpen om je weer in balans te krijgen. Met

deze behandelvormen kunnen we helpen om deze klachten aan te pakken. Dit kan door de meridianen te masseren die verbonden zijn met deze klachten en door rust in jouw systeem te brengen. Voedings- en bewegingsadviezen en andere tips maken eveneens onderdeel uit van onze behandelingen. Samen pakken we jouw klacht aan.

Wij nemen graag ruim de tijd voor jou, iedere behandeling opnieuw. Een persoonlijk gesprek, een kopje thee. Het hoort bij de rust en kwaliteit die wij uitstralen. Voel je welkom!



Ook voor diverse andere klachten zoals  
darmklachten, hormoonproblemen en rugpijn.

# Haarverzorging in de herfst

Terwijl jij buiten in de zon zat, heeft je haar het zwaar te voorduren gehad door UV-straling en hitte. Tijd dus voor maatregelen!



**GOEDE VOEDING** voedt je haar van binnenuit. Gezonde voeding zorgt dus niet alleen voor een gezonder lichaam, maar ook voor gezonder haar.

**WAS JE HAAR ZO MIN MOGELIJK** Hoe minder je je haar wast, hoe mooier het uiteindelijk wordt. De natuurlijke oliën in onze huid krijgen dan optimaal de tijd om onze schedel te voeden.

**SPOEL JE HAAR NA HET WASSEN MET KOUD WATER** De haarzakjes kunnen dan beter sluiten, waardoor de voedende producten van je natuurlijke shampoo langer aanwezig blijven in de haarzakjes en bij de hoofdhuid.

**DE HERFST** brengt koude wind en vochtigheid met zich mee. Daarvan kan je haar uitdrogen. Goed hydrateren is dan belangrijk en een voedend haarmasker is raadzaam.

**HITTESTYLING**, zoals föhnen en stylen, is nooit goed voor haar. Het is zelfs gezonder je haar te laten drogen aan de lucht. Droog het lichtjes met een handdoek en laat het vervolgens drogen. Kam het voorzichtig door als het al enigszins droog is.

# Keukenperfectie uit Noord-Brabant

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

Wie binnenstapt in de showroom van Keukencentrum Berkers Den Bosch, belandt meteen in een wereld vol ‘keukenbeleving’. “In onze showroom staan maar liefst vijftien keukens opgesteld in alle mogelijke stijlen. Bij elke keuken hebben we ervoor gezorgd dat het totaalplaatje klopt. Inclusief vloer, sfeervolle verlichting en meubels en accessoires. Dit zogenaamde huiskamergevoel zorgt er ook voor dat mensen zich snel op hun gemak voelen bij ons in de winkel.”

## Weloverwogen keuze

Dat goede gevoel wordt nog eens versterkt door de werkwijze bij Keukencentrum Berkers. “Een keuken

is een investering voor de komende circa twintig jaar. De keuze voor een keuken moet je daarom ook niet overhaast maken. Wij streven er dan ook niet naar om mensen zo snel mogelijk een keuken te verkopen, maar geven hen uitgebreid de tijd en al het advies dat ze nodig hebben. Wij zetten graag dat stapje extra en denken met de klant mee. Want pas als die tevreden is, zijn wij dat ook.”

## Volledig ontzorgd

Is de keuze voor een keuken eenmaal gemaakt, dan kunnen ze je bij Keukencentrum Berkers, indien gewenst, volledig ontzorgen. “In onze eigen werkplaats in Deurne kunnen we maatwerk-aanpassingen verrichten zodat de keukens helemaal naar wens is. En ook alle technische aspecten, de aankleding van de rest van de keuken en uiteraard de plaatsing kunnen wij verzorgen. **Maar net wat de klant wil!”**

SINDS 1974  
**KCB**  
**KEUKENCENTRUM BERKERS**  
**DEN BOSCH**

Jagersheuvelstraat 2C, Den Bosch | **073-3039010** | Eigenaar: Edwin Bol | [www.keukencentrumberkers.nl](http://www.keukencentrumberkers.nl)

**Extra koopzondag**  
**incl Kookdemonstratie**

- 24 oktober
- 21 november
- 19 december



**EDWIN: 'WIJ GEVEN VIJF JAAR VOLLEDIGE GARANTIE OP AL ONZE KEUKENS'**





# Huidverbetering en huidverjonging staan centraal



Purity is uitgegroeid tot een Beautyinstituut met een grote vaste klantenkring. “Slechts een deel van onze klanten komt uit Kerkdriel, de rest uit de wijde omgeving. Heel veel mensen vinden ons dankzij mond-tot-mondreclame.” Het team bestaat uit drie enthousiaste dames (Imke, Dion en Ilse) die net zo gedreven zijn als eigenaresse Judith zelf.



‘IK BEN ALTIJD OP ZOEK NAAR DE BESTE  
PRODUCTEN EN BEHANDELINGEN’

Judith zit inmiddels al achttien jaar in het vak. “Het is mijn passie. Niet alleen het beauty gebeuren vind ik leuk, maar ook het ondernemen. Ik ben voortdurend op zoek naar de beste producten en behandelingen. Ik ben wel kritisch. Ik kijk wat kan, wat bij Purity past én wat mijn klanten willen. Huidverbetering en huidverjonging zijn onze corebusiness en dat moet vooral zo blijven. Mannen en vrouwen komen hier omdat ze echt het beste willen voor hun huid.”

## Een goede basis

“In mijn visie moet je eerst zorgen dat de huid in de basis goed gezond is. Dat bereik je door deze te behandelen met de juiste producten, specifiek afgestemd op jouw huid. Niet alleen hier, maar ook thuis. Alleen op die manier behaal je maximaal resultaat. Als je dan ziet wat je na een aantal maanden samen hebt bereikt, dan word ik daar heel blij van.” Eén keer per kwartaal komt een cosmetisch arts langs voor botox en fillers. “Desgewenst kun je hier de puntjes op de i laten zetten.”



## Een greep uit de mogelijkheden

“Ik ben zelf fan van het merk pH formula, deze lijn maakt de huid echt gezond, sterker en pakt

problemen in de huid aan. Nieuw is de productlijn van MeLine die specifiek gericht is op de behandeling van alle mogelijke pigmentvlekken. Innovatief zijn de producten van Forle'd. Deze pionier in nanotechnologie heeft een techniek ontwikkeld waarmee hyaluronzuur moleculen zo klein zijn gemaakt dat ze ongekend diep door kunnen dringen in de huid. Sinds kort hebben we bovendien de Fourtec in huis, een apparaat dat vier verschillende technologieën combineert. Dit geeft de huid een flinke boost, verjongt en verstevigt.” Ook voor definitief ontharen kun je bij Purity Beautyinstituut terecht. “Daarbij maken we gebruik van de Soprano Ice Laser waarmee we ieder lichaamsdeel snel en veilig kunnen ontharen.” Hand- en voetverzorging met OPI behoort eveneens tot de mogelijkheden en één keer per maand komt een permanente make-up specialist langs.

## Een totaalbeleving

“We zetten ons natuurlijk honderd procent in voor het creëren van een stralende en gezonde huid, maar uiteindelijk gaat het om de totaalbeleving. Een kopje koffie, persoonlijk contact, een eerlijk advies... het hoort er allemaal bij. Als mensen hier ontspannen en gelukkig de deur uitlopen, hebben wij het goed gedaan.”

***Purity is zes dagen in de week geopend:  
van ma t/m za. Gratis parkeren voor de deur.  
Dankzij de ligging is er volop privacy.***

Schoonheidsspecialiste Anne van Nuland is al 31 jaar bezig met haar grote passie. In haar salon in Nuland kun je je laten verwennen met één van de vele behandelingen. Puur ter ontspanning en/of om je huid te verbeteren. Tevens bestaat er de mogelijkheid om regelmatig deel te nemen aan beauty workshops.

# Huidverzorging in *optima forma!*

'IK GELOOF  
100% IN DE  
PRODUCTEN  
EN DE  
BEHANDELINGEN'



"Tijdens een beauty workshop krijg je in twee uur allerlei tips en tricks om ervoor te zorgen dat je er op je best uitziet", vertelt Anne enthousiast. "Een hapje en een drankje maken de beleving compleet. Op de website kan je zien wanneer de eerstvolgende workshop gepland staat."

### Sieraden, parfums en make-up

"Ik verkoop tevens trendy sieraden van iXXXi en exclusieve geuren van merken als Chanel, Cartier, Gucci, Guerlain en Parfum Art. Als het gaat om make-up streef ik ernaar om zoveel mogelijk keuze te bieden. Zo heb ik onder andere alle producten van Anastasia, voor een perfecte wenkbrauw."



### Een vruchtbare samenwerking

Schoonheidssalon Anne biedt verschillende behandelingen aan van de gerenommeerde merken Maria Galland en La Colline. "Daarbij werk ik niet met apparaten en insputingen,

mijn handen zijn mijn beste gereedschap. Naast de behandeling ga je bij voorkeur thuis met onze producten aan de slag. Zo werken we samen toe naar het doel dat je voor ogen hebt."

### Beauty Angel

"Innovatief is de Beauty Angel. Het 'beauty light' van de collageen lampen wordt opgenomen door de huidcellen, wat zorgt voor verhoging van de productie van onder andere collageen. Het verjongingseffect wordt nog eens versterkt door het te combineren met de collageenbehandeling van La Colline. Het Masque Modelant van Maria Galland blijft een klassieker; werkstoffen dringen hierbij heel diep in de huid."

### Als een prinses

"Als je bij mij komt, krijg je alle aandacht. Tijdens de behandeling sta jij als cliënt centraal. Je moet je hier even als een prinses voelen!"

Anne

Schoonheidssalon  
exclusieve huidverbetering

Cronenakker 1 Nuland | 073-5324724 | info@schoonheidssalonanne.nl  
www.schoonheidssalonanne.nl



# Lachen is echt gezond

Lachen is fijn. Lachen is gezond. Lachen is dé manier om je even helemaal te ontspannen, te genieten van het moment en even je zorgen te vergeten. Op het moment dat je lacht, komen er stofjes vrij in je lichaam waardoor je jezelf beter voelt.

Sommige mensen met een drukke leefstijl met veel stress lachen veel te weinig. Door lachtherapie te volgen leer je te lachen zonder reden. Het is een vorm van meditatie waar je vrolijker van wordt.

**ALS JE EEN LACHBUI HEBT GEHAD, VOEL JE JEZELF GOED** Maar toch lukt het veel mensen niet meer om ongeremd te lachen. Mensen hebben te veel stress en piekeren te veel. Lachtherapie kan de oplossing zijn. Door af en toe een flinke lachbui te hebben, word je vrolijker en vergeet je even al je zorgen. Je leert te genieten van het moment, je leert te lachen zonder reden. Eigenlijk is het een hele simpele therapie die je het beste meteen 's ochtends toe kunt passen. Probeer het eens tijdens het douchen of tijdens het ontbijten. Start een lachsessie met rek- en strekoefeningen om je lichaam soepel te maken. Dan begin je met lachen. Eerst een glimlach en

daarna ga je over tot schaterlachen. Na het lachen is er een totale ontspanning, waarbij sommigen zelfs een gevoel van geluk ervaren.

**LEREN LACHEN** Vaak moet je over een bepaalde weerstand stappen om, zeker in je eertje, te kunnen lachen zonder reden. In een groep gaat het meestal gemakkelijker. Probeer daarom eens een lesje lachyoga. Door middel van oefeningen worden de lachspieren aan het werk gezet. Lachen in een groep werkt aanstekelijk. Zelfs een neplach verandert vaak in een echte lachbui. Iedereen kan meedoen aan lachyoga, je hoeft geen yoga-ervaring te hebben of lenig te zijn om mee te kunnen doen. Soms gaat lachen zelfs over in hullen. Dat is helemaal niet erg. Lachen en hullen liggen dicht bij elkaar, dus laat die tranen maar stromen. Mensen die veel lachen zien er in het algemeen gelukkiger en mooier uit. Iemand die lacht zal ook sneller de mensen in zijn omgeving aan het lachen krijgen.

Tips om meer te gaan lachen? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

WAAROM  
JE VAKER ZOU  
MOETEN LACHEN

# Uw woonstijl, uw droomstijl



Leolux Bellice  
Design: Beck Design, 2017



VOLMAAKT VEELZIJDIG

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.



Koos Kluytmans



# Met zorg en aandacht scheiden



Een scheiding is nooit leuk. Maar door je scheiding zo goed mogelijk te regelen, kun je ervoor zorgen dat je ook daarna nog op goede voet met elkaar verder kunt. “Ontzettend belangrijk”, aldus scheidingsbemiddelaar Petra Keller. “Helemaal als er kinderen in het spel zijn. Ik begeleid jullie dan ook tijdens het gehele proces zodat jullie de keuzes maken die het beste passen bij jullie situatie.”

Petra is inmiddels alweer enkele jaren werkzaam als scheidingsbemiddelaar, sinds dit jaar onder de vertrouwde ‘paraplu’ van Zorgzaam Scheiden.

“Ik werk als scheidingsbemiddelaar in de regio Den Bosch en Veghel en kan daarbij terugvallen op het uitgebreide netwerk van Zorgzaam Scheiden waardoor ik de mensen tegenwoordig nóg beter kan helpen.”



waarbij ik ook de kinderstem ontzettend belangrijk vind, aangezien jullie scheiding ook op hun leven een enorme impact heeft. Helemaal in het geval van kinderen met bijvoorbeeld ADHD, autisme of PTSS, die krijgen dan ook de aandacht en begeleiding die bij hen past. Daarna volgen zaken als financiën en de woning waarvoor ik samenwerk met een financieel specialist.”

## De kinderstem

Natuurlijk kun je ervoor kiezen om zelf je scheiding te regelen. “Maar ik zou het niemand aanraden”, vervolgt Petra. “Er moet immers zoveel geregeld worden en het is een hele uitdaging om voor alle partijen de juiste beslissingen te nemen als je volop in je emoties zit. Ik kan ervoor zorgen dat alle afspraken en de consequenties daarvan helder zijn om de scheiding zo goed mogelijk te laten verlopen.” Daarbij staat het belang van eventuele kinderen voor Petra altijd voorop. “Daarom beginnen we – na een eerste kennismakingsgesprek om te zien of er een klik is – ook altijd met het opstellen van een ouderschapsplan

Scheiden, het is dus nooit leuk, maar als je het met zorg en aandacht regelt, kun je er volgens Petra samen alsnog het beste van maken. “Dat is niet alleen fijn voor de toekomst, maar ook voor je rouwproces nu.”



Zorgzaam Scheiden - Regio Den Bosch / Veghel  
06-21326521 • Eigenaar: Petra Keller  
[www.zorgzaamseiden.nl](http://www.zorgzaamseiden.nl)



# BELEEF SONOS IN DE EXPERIENCE STORE BIJ LUNENBURG IN NULAND

Ervaar Sonos bij Lunenburg en laat je adviseren door onze experts. Alleen bij Lunenburg koop je SONOS inclusief de Lunenburg Service. De Lunenburg Service:

- Vertrouwd dichtbij
- Eerlijke prijs
- Alles voor de klant
- Vakmanschap
- Verstand van zaken
- Altijd het nieuwste



## EXPERIENCE STORE NULAND

De Sonos Experience Store is een speciaal verkooppunt in Nederland welke door Sonos is uitgekozen op basis van presentatie, locatie en de kennis over de Sonos producten. In de Sonos Experience Store bij Lunenburg kun je ervaren welke Sonos producten het beste passen bij jouw thuissituatie!



NULAND RIJKSWEG 69  
ROSMALEN VERLENGDE VAN MEEUWENSTRAAT 2  
[WWW.LUNENBURG.NU](http://WWW.LUNENBURG.NU)





# 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](mailto:info@autokafoe.nl) | [www.autokafoe.nl](http://www.autokafoe.nl)

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

## Tijd voor jezelf

Doe jij ook veel voor een ander maar vergeet je jezelf soms?  
Merk jij dat je veel in je hoofd zit of regelmatig onrust ervaart?

Een massage kan je helpen om het denken los te laten en te voelen wat er in je leeft.

Rust in je hoofd, voelen waar jij behoefte aan hebt en wat voor jou echt belangrijk is. In mijn praktijk wil ik je hier met behulp van een massage mee helpen.

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

**Wil jij iemand verrassen met een heerlijke massage?**

Op [www.massagepraktijkmana.nl](http://www.massagepraktijkmana.nl) kun je een massage cadeau bestellen.

massagepraktijk  
**MANA** 

De Brigantijn 24, Rosmalen | 06-51002247 | [www.massagepraktijkmana.nl](http://www.massagepraktijkmana.nl)





€ 7,- KORTING P.P.



### ATTRACTIEPARK TOVERLAND

#### ONTDEK JE EIGEN MAGIE IN TOVERLAND

Ben jij een echte snelheidsduivel, houd je van klimmen en klauteren of ben je een echte waternut? Met ruim 35 attracties en shows beleven jong en oud in Attractiepark Toverland een dag om nooit te vergeten. Dompel je onder in 6 betoverende werelden vol magie. Voor de echte waaghals zijn er maar liefst 5 achtbanen, waaronder wing coaster Fenix! Deze wing coaster gaat maar liefst 3 keer over de kop! Doel op waterpret? Leef je dan uit in wildwaterbaan Djengu River. Daarnaast kun je samen genieten van de bootjesattractie Merlin's Quest waarin je door de ruïnes onder het kasteel van tovenaar Merlijn vaart. In Port Laguna kun je met een toverstaf en de toverkaart Mapa Magica zelf écht toveren!

— ATTRACTIEPARK —  
**TOVERLAND**

COMBITICKET € 13,- KORTING P.P.



### EFTELING

#### EN TOEN... WAS IK IN EEN WERELD VOL WONDEREN

In de Efteling maak je samen de mooiste herinneringen. Luister naar de mooie verhalen van de pratende Sprookjesboom of naar de bijzondere muziek van de paddenstoelen in het Sprookjesbos. zweef tussen trollen en elfjes in Droomvlucht of ga op wereldreis met Jokje in Carnaval Festival. Vlieg op je kop in de Python of stort de diepte in met Baron 1898. Of beleef een doidwaze rit in de nieuwste familie-achtbaan Max & Moritz. Er is iedere dag genoeg te beleven. Welkom in de Efteling, Wereld vol Wonderen.

**NU EEN UNIEK PRODUCT BESCHIKBAAR:**  
een combiticket voor de Efteling én Safaripark Beekse Bergen.

**Efteling**

€ 4,50 KORTING P.P.



### SAFARIPARK BEEKSE BERGEN

#### OOG IN OOG MET WILDE DIEREN

Waan je in Afrika, ontdek de uitgestrekte savannes en bosgebieden en sta oog in oog met de meest fascinerende Afrikaanse diersoorten! Prikkel je zintuigen tijdens één van de indrukwekkende safaris. Ga op avontuur met je eigen auto, stap op de boot voor een prachtige tocht over het water en laat je verrassen door de dieren langs de oevers. Wie nog meer wil weten over wat er achter de dieren en de natuur schuilgaat, gaat mee op bussafari. Een ranger vertelt je alle ins en outs over de dieren in het park én in de natuur. Wandelen kan ook! Ontdek het prachtige Safaripark in je eigen tempo en geniet samen van het buitenleven.

**BEEKSE BERGEN**  
SAFARIPARK



### MOYA - MUSEUM OF YOUNG ART

#### VOOR IEDER WAT WILS

MOYA is gevestigd in het zuiden van Nederland, Brabant, op een unieke locatie in de voormalige Galvanitas fabriek in Oosterhout. Het werd geboren om een verandering teweeg te brengen in de kunstwereld. De drijfveer is om jonge kunst op de kaart te zetten. De tentoonstellingen en collectie van MOYA kenmerken zich door de diversiteit aan kunst en haar makers. Van schilderkunst, beeldhouwkunst, textielkunst en fotografie tot digitale kunst. Transparantie, een open deur en innovatie zijn de kenmerken van MOYA. Voor de kunstenaar is het meer dan een tentoonstellingsruimte. MOYA begeleidt de jonge kunstenaar in zijn carrière; het motiveert, stimuleert, activeert en faciliteert.

**MOYA**



# Pompoenquiche met gorgonzola

Deze pompoenquiche met gorgonzola is echt te gek! En helemaal niet ingewikkeld om te maken. Neem pompoen, gorgonzola en spinazie en gooi ze allemaal samen in een quiche. Perfect om het begin van de herfst mee te vieren.

6 PERSONEN - 90 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

225 gram ongezoeten boter  
180 gram bloem  
2 eetlepels water  
800 gram pompoen,  
in grote stukken gesneden  
2 eetlepels olijfolie  
1 grote ui, gesnipperd  
2 theelepels suiker  
450 gram spinazie  
4 eieren  
200 gram gorgonzola  
65 gram walnoten  
snuffe nootmuskaat  
peper en zout

## BEREIDING

Voor de quichebodem: verwarm de oven voor op 200 °C. Snijdt de boter in blokjes en meng deze met bloem en water tot de ingrediënten aan elkaar plakken en een stevig deeg vormen. Rol dit uit en bekleed de quichevorm hiermee. Bak 10-15 minuten en haal het hierna uit de oven.

Kook de gehakte pompoen in een grote hoeveelheid water tot de stukken zacht en gaar zijn. Zeef de pompoenstukken hierna en pureer ze met een vork.

Verhit olijfolie in een koekenpan koekenpan en bak hierin de ui. Zodra deze goudbruin begint te worden, voeg je de suiker toe en karameltseer je de ui in ongeveer 5-10 minuten. Bak in een andere koekenpan de spinazie met olijfolie tot ze voor de helft inkoken. Breng op smaak met peper en zout en zet apart.

Meng de eieren met de gorgonzola. Voeg de walnoten, pompoenpuree, uien en spinazie toe. Breng op smaak met peper, zout en een snuffe nootmuskaat.

Giet het mengsel op de korst en bak ongeveer 40 minuten, of tot de quiche gaar is.



# PUZZELPAGINA

De herfst is in volle gang. Tijd om te genieten van die kleine, maar oh zo fijne dingen van dit seizoen. Het wordt steeds vroeger donker. Dit is juist het moment om lekker veel sfeer aan te brengen in huis. Maak je huis gezellig met kaarsjes, lichtjes, een warme plaid op de bank en los de puzzels op, waarbij je kans maakt op leuke prijzen.



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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was 9-7-4.

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 'herfst'. De oplossing van vorige maand was werken.

Maak kans op

**Good4fun  
giftcard  
t.w.v. € 25,-**

Deze Good4Fun giftcard is fun om te geven en krijgen! Circuit rijden, eten, unieke overnachtingen, fashion en alle fun die er is. Online shoppen en te besteden bij fun mogelijkheden. Heel simpel, veilig en origineel. [www.good4fun.nl](http://www.good4fun.nl)



🐕 -it+👁️ i=f    🍷 y=e

🐕 b=c+e 🚗 t=b+n

v+👂    🍷 y=e

🐕 -it+💰 g=w+i+🐕 -it

🔔 +e+🍷 y=v+🐟 -v

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

Maak kans op flinke korting voor een:

**Manilla hoekbank**

Op voorraad in al onze Megastores, ook bij u in de buurt!

vanaf  
**899,-**



Meer Seats and Sofas? Bezoek de website



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

meubels      fauteuils  
banken      kwaliteit  
hoekbank    zitten  
slaapbank    deal

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





GENIET IN STIJL

FORD FOCUS STYLE  
UIT VOORRAAD LEVERBAAR!



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

**Van Mossel**