

EINDHOVEN



JANUARI 2023 WWW.EINDHOVENBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Roué Verveer:
'Ik benader alles
vanuit het positieve'

Wat is jouw
goede voornemen?



Elke dag feestelijk!

Een perfecte coupe

Voor een fijnzittend kapsel is een goede coupe een eerste vereiste. Hiervoor ben je bij ons aan het juiste adres. Ons team traint regelmatig onder leiding van topkappers op de laatste modelijnen en kniptechnieken. Als je bij ons binnen stapt, zeg dan eens niet "Doe maar weer hetzelfde", maar daag ons uit.

Iets te vieren?

In onze salon ben je aan het juiste adres voor een feestelijk kapsel. Of het nu trendy of klassiek moet zijn, wij hebben voor alle gelegenheden het perfecte kapsel.

DUS WIL JE ELKE DAG STRALEN?

MAAK DAN METEEN EEN AFSPRAAK BIJ KAPSALON ANOUK!

MAAK
ONLINE EEN
AFSPRAAK
VIA ONZE
WEBSITE



Anouk en haar
team laten je
stralen!



ANOUK
Kapsalon
DAMES en HEREN

Tongelresestraat 427 Eindhoven | 040-2027061
kapsalonanouk@gmail.com | www.kapsalonanouk.nl



Laat je baby heerlijk paradisijselijk genieten!

Versterk jullie band door middel van een babymassage, waarbij je baby zich heerlijk kan ontspannen en tegelijkertijd de doorbloeding en zintuigen worden gestimuleerd.

In een speciaal ontworpen mini jacuzzi kan je kindje naar hartenlust spartelen en genieten van gewichtloos zijn in het water, terwijl je zelf geniet van een warm kopje koffie of thee met wat lekkers.



De sessies dragen onder andere bij aan de spierontwikkeling, bloedsomloop, spijsvertering en ademhaling en helpen zo klachten te verminderen, zoals:

- ♥ Krampjes
- ♥ Obstipatie
- ♥ Reflux
- ♥ Slecht slaapritme
- ♥ Voorkeurshouding
- ♥ Overstrekken
- ♥ Veel onrust/ huilen
- ♥ Eczeem

Meer informatie over de mogelijkheden is te vinden op:

www.caressebabyspa.nl
of scan de QR-code.



Babyspa Heerlijk ontspannen en relaxen!

In een speciaal ontworpen mini jacuzzi krijgt je kindje de mogelijkheid om naar hartenlust te spartelen en te genieten van de vrijheid van gewichtloos zijn in het water.



Babymassage Versterk de band met je baby!

Deze ritmische massage is oorspronkelijk afkomstig uit India. Door je kindje te masseren wordt de onderlinge band en de liefde tussen ouder en kind versterkt. Er ontstaat namelijk een basis van vertrouwen en ontspanning.

Op zoek naar een origineel cadeau voor een babyshower of kraamvisite? Met onze cadeaukaart ben je er zeker van dat je een waardevol cadeau geeft!



Mandy Gast

Bij Caresse Babyspa genieten baby's van een heerlijke ontspanningssessie naar keuze in een 'jungle chique' en rustgevende ruimte.

Caresse
BABYSPA

Boschdijk 892, Eindhoven
info@caressebabyspa.nl
+31(0)6-30781306

PHILIPS

DE ADMIRANT

Wil je kans
maken om jouw foto
in Eindhoven Bruist
terug te zien?

Stuur deze dan naar
ontwerp@nederlandbruist.nl
o.v.v. Foto Eindhoven

Impressie
Eindhoven

10



14

30



Inhoud

12



26



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
CUSTOMER CARE Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Frans Pijnenburg
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Maaïke van Helmond
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Jeanette Grotenhuis
EINDREDACTIE Anouk Jacobs
f Like ons op Facebook.com/EindhovenBruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2023. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Eindhoven 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 39 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



VOORWOORD/JANUARI

Om te beginnen: gelukkig nieuwjaar! We hopen dat je 2022 net als wij feestelijk hebt afgesloten en dat er een mooi nieuw jaar voor je ligt, vol geluk, liefde, gezondheid en alles wat je maar wenst. En natuurlijk niet alleen voor jou, maar voor iedereen om je heen en eigenlijk voor iedereen ter wereld. Laten we er met zijn allen een fantastisch 2023 van maken.

Bruisende lezer,

Dat is alvast een van onze goede voornemens. En hoewel het niet altijd even makkelijk is om je ook daadwerkelijk aan die voornemens te houden, hebben wij er nog een die we zonder twijfel waar gaan maken: elke maand weer nieuwe, bruisende magazines maken vol tips, wetenswaardigheden en inspirerende verhalen. Als dat geen goed voornemen is, dan weten wij het ook niet meer.

Overigens doen wij dat niet alleen, maar met ons hele team, alle bruisende ondernemers in de regio en natuurlijk ook met al onze lezers. Samen zijn we sterk, dus we willen iedereen bedanken voor de inzet van afgelopen jaar en het voornemen uitspreken om ook dit jaar weer samen te gaan knallen. Wij hebben er zin in. Jullie ook?

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 Peel Bruist en Best-Oirschot Bruist.



HOUD JE DOELEN
DUIDELIJK VOOR OGEN
SCHRIJF ZE OP!

Houd je dit jaar écht aan je *goede voornemens!*

Minder snoepen, stoppen met roken, meer tijd met familie doorbrengen, zuiniger leven, een nieuwe baan vinden, vaker op vakantie gaan en meer voor jezelf opkomen. Op 1 januari beginnen we massaal met een schone lei.

Goede voornemens maken is makkelijk, maar hoe houd je ze vol?

AMBITIEUZE VOORNEMENS ‘Volgend jaar wordt alles anders’ is een veelgehoorde kreet waarvan negen van de tien keer niets terecht komt. Zodra de jaarwisseling nadert, voelen velen de behoefte om hun leven rigoureuus te veranderen. Het lichaam moet nodig in shape worden gebracht, de bankrekening kan wel een boost gebruiken en familie en vrienden komen naast die superbaan op nummer één te staan. Helaas stranden veel van deze ambitieuze voornemens nog voor het einde van de maand.

REALISTISCHE DOELEN Een belangrijke oorzaak hiervan zijn de onrealistische doelen die we onszelf stellen. Waarom zou je een lijst met meer dan vijf voornemens maken als je diep van binnen weet dat er slechts twee of drie haalbaar zijn? En misschien nog wel veel belangrijker: voor wie doe je het eigenlijk? Afvallen gaat veel

sneller als je het voor jezelf doet en niet omdat anderen vinden dat je te zwaar bent. Datzelfde geldt voor ongezonde gewoontes zoals roken en alcoholgebruik. Pas als je zelf achter het gestelde doel staat, heeft het kans van slagen.

POSITIEF BENADEREN Probeer alle doelen die je jezelf stelt op deze positieve manier te benaderen en op papier te zetten. Je zult zien dat er meerdere positieve gevolgen ontstaan. Als je bijvoorbeeld stopt met roken en meer gaat sporten, bespaar je meer geld, kun je vaker op vakantie en ben je de overtollige kilo's zo kwijt. Uiteindelijk bereik je meer dan de twee doelen – stoppen met roken en meer sporten – die jij jezelf aan het begin van het jaar hebt gesteld. Je zult zien dat je hierdoor wordt gestimuleerd om door te gaan. Bovendien ervaar je het gevoel een winnaar te zijn en zal ook je directe omgeving hierop reageren.

Hulp nodig bij jouw voornemens van dit jaar? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



Behoeftte aan lagere energielasten?

Vraagt u zich af of het loont om uw hypotheek te verhogen om uw huis te verduurzamen? De adviseurs van Perrée & Partners weten er alles van. Hier kunt u terecht voor financieel- en hypotheekadvies waar u écht iets aan heeft. Het eerste gesprek is altijd gratis!

Met het verduurzamen van uw woning levert u niet alleen een positieve bijdrage aan de klimaattransitie, maar ook aan uw eigen portemonnee. Daarnaast krijgt uw woning d.m.v. het verduurzamen een aanzienlijk beter energielabel, waardoor uw woning ook in de toekomst goed verkoopbaar blijft. Het verduurzamen van een woning is echter een behoorlijke investering, waarvoor niet iedereen de financiële middelen heeft of twijfelt of deze investering wel verstandig is.

Wat is een goede balans tussen hypotheek- en energielasten? Wij kunnen u helpen met een oplossing op maat. Bijvoorbeeld door de hypotheek te verhogen zodat u die duurzame investeringen kunt financieren. Het doel: met minimaal hogere hypotheeklasten toch aanzienlijk kunnen besparen op de energierekening.

Ook benieuwd naar de financieel aantrekkelijke mogelijkheden om uw woning te verduurzamen? De adviseurs van Perrée & Partners informeren u graag over de mogelijkheden. We kijken dan naar uw hypotheek, wensen en doelstellingen. Vervolgens zullen we u de mogelijkheden toelichten zodat u een weloverwogen keuze kunt maken.



Meer informatie over hypotheekadvies?

Samen met u kijken we naar de mogelijkheden voor de optimale hypotheek. Neem contact met ons op voor een gratis oriënterend gesprek.

Tim Verhallen

Hypotheekadviseur



PERRÉE & PARTNERS

HYPOTHEKEN | VERZEKERINGEN | PENSIOENEN | KREDIETEN

Neem vandaag nog contact op!



040 - 303 18 10 | hypotheken@perreepartners.nl | www.perreepartners.nl



Scan de QR code en ontdek wat Perrée & Partners kan doen in verband met hypotheekadvies

DE SLIMME REISTAS* voor trendy vrouwen

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



BodabagsFashion | @bodasilvia

www.bodabagsfashion.myshopify.com



BLOOMPOST

Met BloomPost stuur je gemakkelijk een cadeau door de brievenbus. BloomPost heeft prachtige verse bloemen waaronder de BloomParty. De naam zegt het al: een feestje voor in je interieur. Een totale verrassing voor elke ontvanger. Bovendien is het heel erg handig, want de ontvanger hoeft niet thuis te zijn! Wie ga jij dit nieuwe jaar verrassen met een feestje dat door de brievenbus past?

BloomPost



www.bloompost.nl

UNION - FAST

Wil jij dit jaar meer bewegen? Pak deze fiets naar je werk! Fietsen doe je in stijl met de Union Fast. De fiets heeft een sportieve look met een comfortabele zit. Zo cruise je comfortabel door de stad. De zadelpenvering zorgt ervoor dat het zadel als een troon aanvoelt en dankzij de zeven versnellingen houdt je altijd je hoofd koel. De dichte kettingkast en rollerbrakes houden alles clean. De fiets is verkrijgbaar in Pistache Green en Black. Steel jij dit jaar de show met de Union Fast?



www.union.nl

DE KLEINE KEUKEN

Hoera, een nieuw kleintje! De Kleine Keuken heeft nieuwe biologische Fruitjes met Abrikozen die honderd procent zijn gemaakt op basis van fruit, namelijk abrikozen, dadels en bananen. Deze megalekkere Fruitjes komen ook nog eens in leuke vormpjes. Je kind verantwoord laten snoepen was nog nooit zo eenvoudig.



Goed, beter, best nieuwjaar!



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.

ZORG WEER VOOR GRIP OP JE EIGEN LEVEN!

Verkeer je in een persoonlijk faillissement of heb je (enorme) schulden en zie jij het licht aan het einde van de tunnel niet meer?

In mijn boek 'Laat het kaas niet van je brood eten' geef ik je vanuit mijn eigen ervaring concrete inzichten om echt stappen in de juiste richting te kunnen zetten.

PS: dit boek kun je ook op als pdf bestellen. Vraag naar de voorwaarden.



JPhilippeAdvies

HALLMARK VONDELS HANGERS



Fan van handgemaakte, tijdloze VondeLS ornamenten voor in huis? Perfect om naar iemand te sturen met een bijpassend kaartje. Of stuur de kaart gewoon los, bijvoorbeeld voor een bijzondere mijlpaal. Er zijn kaartjes voor verschillende mijlpalen zoals een nieuw huis, geboorte van een kind en verjaardagen.



www.hallmark.nl

LEZERSACTIE* Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash

Dompel je onder in de geur van het voorjaar met deze body wash op basis van perzikbloesem. Deze body wash van O'right bevat ingrediënten die de huid intens verzorgen en hydrateren.



www.orient.ca TAG #BODYWASH

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





Kunst in het Klokgebouw
4 - 5 februari 2023
van 11.00 tot 17.30 uur

INTERNATIONALE KUNSTBEURS



Scan
voor
50%
korting



WWW.ARTEINDHOVEN.NL

Traditioneel worden op 6 januari (**Driekoningen**) de kerstboom en de kerstversiering opgeruimd. Hier langer mee wachten zou ongeluk brengen.

Januari is de maand van de goede voornemens. Slechts 8% van de mensen houdt zich hier ook echt langdurig aan. Misschien is het daarom ook wel de maand waarin de meeste echtscheidingen plaatsvinden.

Klein wonen is de trend. Steeds meer mensen kiezen er daarom voor om in zogenaamde **tiny houses** te gaan wonen. Volwaardige woningen, maar dan in het klein.

Een slimme, **multifunctionele inrichting** kan heel wat ruimte besparen.

'Blue Monday', oftewel de meest deprimerende dag van het jaar, valt dit jaar op maandag 16 januari.

19 januari is het weer internationale **Winnie de Poeh**-dag.

Poeh poeh, wat een dag!



De kasten- en industriële deurspecialist van Midden-Brabant



Helemaal van deze tijd zijn de industriële schuifdeuren, taatsdeuren en scharnierdeuren met een stoere en robuuste uitstraling. Industriële schuifdeuren op maat komen niet alleen in het interieur tot hun recht, maar het systeem is daarnaast ook zeer geschikt voor buiten. Denk hierbij aan het 'afsluiten' van een overkapping of tuinkamer. Trek de strakke lijnen en industriële uitstraling door naar buiten en creëer ook hier een geweldige en functionele blikvanger.

Chris Wiermans



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: 0499 745 083.



Doortje Dekkers - Putmans
Eigenaresse & huid- en oedeemtherapeut

Onze behandelingen

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

Huidtherapie
Boxtel & Best

Plekjes, vlekjes en overal haren. Wat nu?

In de praktijk beschikken we over een Gentle Max Laser (systeem met een Nd:YAG laser en een Alexandrite laser) en een Lightsheer Diodelaser, waardoor meerdere indicaties behandeld kunnen worden. Deze lasers zijn uitermate geschikt voor de behandeling van storende (been)vaatjes, donkere pigmentvlekken en overbeharing.

(Been)vaatjes en couperose

Met behulp van de laser kunnen grote oppervlakten worden behandeld. Met behulp van de laserpuls ontstaat warmte die er voor zorgt dat het vaatje wordt gecoaguleerd (dichtgebrand) en opgeruimd door het lichaam.

Donkere pigmentvlekken

Donkere pigmentvlekken kunnen behandeld worden met behulp van de Gentle Max Pro laser. Het pigment in de huid neemt door de laserpuls de lichtenergie en de warmte op, waardoor het pigment wordt afgebroken.

Overbeharing

Met de laser worden haren vernietigd door middel van een laserstraal. Het pigment in de haar neemt door de laserstraal de lichtenergie en de warmte op, waardoor de haarfollikels worden vernietigd. Met deze methode kunnen meerdere haren per flits worden behandeld wat deze methode uiterst geschikt maakt voor grotere oppervlakten. Laserontharing is effectiever dan ontharing met IPL.

Neem voor meer informatie contact met ons op!



www.huidtherapieboxtelbest.nl



Onze specialisten

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

BEHANDELINGEN
kunnen worden vergoed
door uw zorgverzekeraar

Onze vestigingen

Boxtel
Nieuwe Nieuwstraat 20
5283 CD Boxtel

Liempde
Nieuwstraat 8
5298 CL Liempde

Best
Oirschotseweg 68
5684 NK Best

0499-745083
06 8126 4333 (WhatsApp)

MEIDENCIRKEL BEN JIJ 15-16-17 JAAR?



BoxZen

MEISJE ZIJN ÉN VROUW WORDEN..
EEN MOOI PROCES MAAR OOK BEHOORLIJK UITDAGEND
IN EEN WERELD WAARIN PRESTATIE(DRUK), SOCIAL MEDIA EN
HET (EIGEN) VERWACHTINGSPATROON SKYHIGH GAAN.

VIND JIJ HET LASTIG OM JE GEDACHTES EN GEVOELENS TE DELEN
MET JE OUDERS OF DOCENTEN, MAAR WIL JE HET WEL KWIJT?

KOM DAN IEDERE EERSTE MAANDAGAVOND VAN DE
MAAND NAAR DE MEIDENCIRKEL 19:00-21:00|
HEEZERWEG 347, EINDHOVEN | CONTACT VIA
📞 +31 402407111 📷 BOXZENN 📧 AANMELDEN@BOXZEN.NL

DAGJE UIT WORLD OF DINOS



Levensgrote en bewegende dinosaurussen veroveren tot en met 14 januari Expo Greater Amsterdam. Samen vormen ze World of Dinos, de grootste reizende Dino Expo van Europa, geschikt voor de hele familie. Tijdens World of Dinos worden interactieve elementen gecombineerd met realistische dino modellen en een grote 'kidszone'. Bezoekers stappen hier letterlijk een andere wereld in. World of Dinos is nog geopend tot en met 8 januari en op 14 januari 2023. Tickets zijn uitsluitend online verkrijgbaar en de expositie is geopend van 10:00 uur tot 17:00 uur. De entree sluit om 14:00 uur, dus zorg dat je op tijd binnen bent. **Kijk voor meer info op www.worldofdinos.nl.**

FILMPJE KIJKEN THE BANSHEES OF INISHERIN

Padraic is al jarenlang beste vrienden met Colm. Hun vriendschap komt echter in gevaar wanneer Colm van de ene op de andere dag weigert met Padraic te praten. Op het eiland voor de Westkust van Ierland, waar de twee wonen, probeert een verwarde Padraic de vriendschap nieuw leven in te blazen met hulp van zijn zus Siobhan. Zij heeft echter haar eigen problemen met Dominic, de zoon van de lokale politiemann. **THE BANSHEES OF INISHERIN is vanaf 26 januari te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN PRINS HARRY



Het was misschien wel een van de meest aangrijpende beelden van de twintigste eeuw: twee jongetjes, om precies te zijn twee prinsesjes, die achter de lijkstapel van hun moeder aanliepen terwijl de hele wereld vol verdriet en afschuw toekeek. Toen Diana, prinses van Wales, te ruste werd gelegd, vroegen miljarden mensen zich af wat de twee prinsesjes dachten en voelden en hoe hun levens zich vanaf dat moment zouden ontwikkelen. Met zijn rauwe, nietsontziende eerlijkheid is Reserve een grensverleggend boek vol inzichten, onthullingen, zelfonderzoek en zwaarbevochten wijsheden over hoe liefde het uiteindelijk wint van verdriet. **RESERVE van Prins Harry is vanaf 10 januari verkrijgbaar.**

Ook stoppen met roken?

Eenvoudig dankzij hypnose



Mijn naam is Robin Bloem, aangenaam. Ik deel hier graag mijn ervaring met het succesvol stoppen met roken middels hypnose. Na 35 jaar roken werd het eens tijd om ermee te stoppen, ook al werd ik wel wat nerveus van dat voornemen.



Sterkselseweg 36, Maarheeze | 06-51687674 | jacqueline@leeflekkinjevel.nl | www.leeflekkinjevel.nl

Ik had eerder al wel eens een poging gedaan met Champix maar dat heeft mij toen niet geholpen. Ik voelde me er alleen maar heel raar van mijn in hoofd. Toen ik in contact kwam met Jacqueline, was mijn interesse in hypnose gewekt en ik was heel benieuwd of het voor mij zou werken. Ik heb de stap gezet en heb de hypnose ondergaan. De hypnose zelf heb ik als erg prettig ervaren. Het voelde heel natuurlijk. Ook was de sfeer gemoedelijk. Terwijl ik ontspande, gebeurde er onbewust van alles in mijn brein waardoor mijn brein een soort van reset heeft gekregen. Het was vervolgens voor mij erg eenvoudig om die sigaret te laten. Inmiddels ben ik bijna tien maanden verder. Het gaat goed en ik ben een niet-roker. Ik zou het iedereen aanraden, want voor een kleine investering kun je op een veilige manier van een slechte gewoonte af komen.

Scan de QR code en ontdek wat Leef voor jou nog meer kan betekenen



'Ik heb ook gerookt. Toen ik wilde stoppen kwam ik erachter dat ik als jong meisje ongemerkt en onbedoeld verslaafd was geraakt. Toen mijn vader overleed aan de gevolgen van longkanker wist ik dat ik moest stoppen. Inmiddels ben ik alweer vele jaren geleden gestopt maar ik kan me heel goed inleven in de roker. Ik ken het.'

Jacqueline Philipsen heeft al heel veel rokers geholpen om definitief te stoppen met roken. Op de website www.ikwordnietroker.nl vind je meer informatie en je kunt online je afspraak inplannen.



Een nieuw kunstgebit: Passie, aandacht en kwaliteit

Je lach is je visitekaartje, daar zijn ze zich bij Van Noort Tandprothetiek maar al te goed van bewust. Vandaar dat je hier terecht kunt voor een mooie, goed passende gebitsprothese die haast niet van je echte tanden te onderscheiden is. "Kwaliteit staat bij ons uiteraard voorop, maar daarnaast onderscheiden wij ons ook door de tijd en aandacht die we aan al onze patiënten besteden", aldus tandprotheticus Steven van Noort, die samen met zijn partner Anne Luijten deze praktijk runt.

"Haastwerk, daar doen wij niet aan", begint Anne hun bevlogen verhaal. "Gemiddeld doe je zo'n vijf jaar met een gebitsprothese, soms zelfs nog langer. Vandaar dat wij het heel belangrijk vinden om uitgebreid de tijd te nemen om een prothese voor onze patiënten te vervaardigen waar ze ook echt blij mee zijn en die dus jarenlang meegaat. Wij maken altijd even een praatje met onze patiënten, staan iedereen vriendelijk en rustig te woord en informeren uitgebreid naar wat de mensen zelf voor ogen hebben met hun prothese. Een werkwijze die enorm wordt gewaardeerd, horen we vaak terug, en die de mensen ook een vertrouwd en goed gevoel geeft."

Bij Van Noort Tandprothetiek doen ze alles in eigen beheer, dus van het aanmeten tot het vervaardigen



van de gebitsprothese. Steven: "Daarbij maken wij bewust uitsluitend gebruik van materialen van de beste kwaliteit; op dat vlak doen wij geen concessies."

Voor wat voor gebitsprothese je ook komt, er wordt altijd gestreefd naar een zo natuurlijk mogelijk ogend eindresultaat. "En mocht je onverhoopt een keer problemen hebben met je prothese op een moment dat de praktijk niet geopend is, dan zijn wij 24/7 bereikbaar voor spoedgevallen zoals een gebroken kunstgebit. Een extra service die wij bieden, omdat we maar al te goed weten hoe vervelend het kan zijn als er iets aan je prothese mankeert. Alles om jou die stralende lach te geven en een gebit waar je zelf ook blij mee bent."

'WIJ BIEDEN EEN
24/7 KUNSTGEBIT
REPARATIESERVICE!'



Van Noort Tandprothetiek

Hondsruglaan 89-03, Eindhoven
040-8488558

Eigenaren: Steven van Noort en Anne Luijten
www.vannoorttandprothetiek.nl

Ga naar de website
voor meer info of om
contact op te nemen





Wie zijn wij?

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

Onze behandelingen

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

Volg ons op Facebook en Instagram!

-  @kliniekheyendael
-  Kliniek Heyendael

Parklaan 70, Groesbeek (nabij Nijmegen)
info@kliniekheyendael.nl
+31 (0) 24 - 845 05 06
www.kliniekheyendael.nl

'We luisteren naar jou en houden rekening met jouw wensen'

Advies op maat

Overweeg jij een ingreep?

Bij Kliniek Heyendael kun je terecht voor betrouwbare en betaalbare plastische chirurgie. We vertellen je graag meer over onze behandelingen, ingrepen en operaties. Elke afspraak begint met een oriënterend gesprek met onze consulente. Daarna heb je het medische consult bij de plastisch chirurg. Hij geeft advies op maat en uitgebreide informatie over de mogelijkheden en resultaten, zodat je zelf een weloverwogen besluit kunt nemen.

Stap 1: Consult plannen

Plan een kosteloos en vrijblijvend consult bij een van onze plastisch chirurgen. Dit kun je doen via het afspraakformulier op onze website, telefonisch of per mail. Onze consulenten staan je graag te woord!

Stap 2: Bereid je voor

Wij vinden het belangrijk dat je uitgebreid geïnformeerd wordt, zodat je een weloverwogen beslissing kan maken. Graag geven wij een aantal tips om je zo goed mogelijk voor te bereiden op het consult.

Stap 3: Consult

Tijdens een persoonlijk consult wordt je uitgebreid geïnformeerd over de mogelijkheden. Dit wordt gedaan middels een videopresentatie, een gesprek met de plastisch chirurg en een nagesprek met onze consulente. Wij nemen uitgebreid de tijd om al jouw wensen te bespreken, zodat je een weloverwogen beslissing kan maken.

Stap 4: Gesprek consulente




Na het consult met de plastisch chirurg volgt er een gesprek met de consulente. Tijdens dit gesprek worden de eventuele data en de offerte voor de operatie besproken.



Voor

Na

Daarom Kliniek Heyendael

-  Behandelingen én consulten op **1 locatie**
-  Persoonlijke zorg met aandacht
-  Ruim 20 jaar ervaring

Betrouwbare en betaalbare plastische chirurgie.

Voor meer info
+31 24 - 845 05 06



50-jarige Roué Verveer:

'Ik benader alles vanuit het positieve'

Cabaretier Roué Verveer zag in november Abraham, maar niets weerhoudt de goedlachse Surinaams-Nederlandse cabaretier van het maken van nieuwe shows. “Ik doe wat ik leuk vind en dat ik dat mag doen als komiek, daar ben ik heel dankbaar voor!”

GEWOON ROUÉ Roué zit niet vaak stil. In december trok hij nog met zijn kerstshow A Very Funny Christmas langs een handvol Nederlandse theaters en vanaf volgende maand vermaakt hij zijn publiek alweer met zijn tiende cabaretvoorstelling: Gewoon Roué. “De show staat in het teken van twintig jaar cabaret met Roué. Eigenlijk zit alles van de afgelopen jaren verpakt in één show, van hilariteit tot zelfspot, maar ik reflecteer ook op mijn eerdere optredens”, aldus de komiek.

POSITIEVE MINDSET Roué doet al twintig jaar wat hij leuk vindt: mensen enthousiasmeren. “Ik zie vrijwel nergens de problemen van in. Het is een manier van denken, een bepaalde mindset. Zo ga ik ook het podium op. Soms maak ik er grappen over, maar ik benader alles vanuit het positieve,

ook in het dagelijks leven.” Die positieve instelling is hem met de paplepel ingegoten. “Ik ben vrij streng opgevoed door mijn ouders, dat zit in de Surinaamse cultuur. Maar thuis was het altijd gezellig en positief. Die mindset en manier van leven probeer ik ook over te brengen op mijn twee zoons.”

TOEKOMSTPLANNEN Of hij na Gewoon Roué doorpakt of gas terugneemt, laat Roué nog in het midden. “Van februari tot juni doe ik vrijwel alle theaters in Nederland aan. En na de zomer gaat de show nog in reprise. Wat daarna komt, zien we dan wel. Dat is voor later”, sluit hij met een knipoog af.

Bekijk de speellijst van Gewoon Roué op Theater.nl.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist



INGRID LUCASSEN
KGI

Rijcoach A, Am en B
Docente instructeursopleidingen
A en B

Met passie en toewijding streef ik naar de hoogst mogelijke kwaliteit.



Grootveld 38, Boekel
info@ingridlucassenrijopleidingen.nl
06-48712472 / 0492-771345
www.ingridlucassenrijopleidingen.nl

Ben jij al EXAMENRIJP

Na drie ingrepen: Wanneer vraag je mijn examen aan?
Ik moet vóór... mijn rijbewijs hebben.
Als deze rit jouw examen was, zou je dan geslaagd zijn?

In het kort komt het erop neer dat het kijkgedrag te wensen overliet, met als gevolg: * De bediening is niet in orde. * Het is niet veilig. * Het is niet aangepast en besluitvaardig. * Het is niet defensief. * Het is niet sociaal, hoe lief je ook bent. * Het is niet milieubewust, ook al woon je in een ecowoning.

De eerste ingreep: Je was nog in de spiegels aan het kijken op het moment dat je een fietser geen voorrang verleende.
De tweede ingreep: Je wilde uitwijken voor een tegemoetkomende vrachtauto, terwijl je rechts werd ingehaald door een snorfiets.

De derde ingreep: Je zag op het laatste moment dat je van rijstrook moest wisselen. Je kwam terug op een genomen beslissing. De auto rechts achter jou ging ervan uit dat je linksaf zou gaan. Voor alles is een excuus, echter zonder die drie ingrepen zou je de naam en toenaam van die fietser kennen, zou de snorfiets zijn overleden en jij en zouden jij en de bestuurder rechts van je afgevoerd zijn naar de spoedeisende hulp.

Ondanks zijn/ haar verzoek vraag ik het examen niet aan zolang ik nog het engeltje op de schouder ben. Waar moet deze leerling nog heel hard aan werken?

**Op de website staan de 10 geboden om je slagingskans te optimaliseren: Praktijkexamens autorijles Ingrid Lucassen Rijopleidingen Boekel.
Leerlingverschillen zijn groot, maar voor iedereen geldt: weeg af wat voor jou prioriteit heeft: stappen, uitslapen, bijverdienen, of op de voorgestelde dagen en tijden fris en fruitig te gaan lessen.**

Meer informatie?

Bel **06-48712472** of ga naar
www.ingridlucassenrijopleidingen.nl



Wil je meer weten?
Neem dan gerust contact op!

De basis van jouw huis

MET DE PVC-VLOEREN
VAN JPM PARKET
MAAK JE VAN
IEDER HUIS EEN
GEZELLIG THUIS

Wij leggen als specialist in pvc-vloeren een fantastische vloer bij je thuis of in je bedrijfspand. Ze zijn bij JPM Parket te verkrijgen in allerlei soorten, maten en kleuren en er kan zelfs een pvc-vloer in visgraatpatroon gelegd worden. Er is zoveel keuze dat het bijna lastig is om een vloer te kiezen die past bij jouw smaak en mogelijkheden.

Neem eens een kijkje in de showroom van JPM Parket in Eindhoven. Daar krijg je een goed beeld van de verschillende pvc-vloeren waaruit je kunt kiezen.

JPM
PARKET

Lucas Gasselstraat 21 Eindhoven
06-29503533
info@jpmarket.nl
www.jpmarket.nl

Houten vloeren

- verouderde vloeren
- lamelparket
- multiplankvloer
- tapisparket

Laminaat / pvc-vloeren

Onderhoud en renovatie

- Bona Deep Clean Solution
- traprenovatie
- lakken en schuren

Projecten

Jean-Pierre
van de Moosdijk





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 met name 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 begonnen was met het houden van koeien en varkens en uiteindelijk is overgenomen door haar ouders. De roots van de familie en dus ook van Lisa zitten dus 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 wel echt?" of "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 wat er wel of niet zou kunnen om binnen de regelgeving en 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, dit draagt bij 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, dat het zo snel ging had ik wel gehoopt maar niet verwacht."

Onbezorgd genieten

Op de vraag waar ze het meest trots op is kan ze geen éénduidig 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, 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, tijd voor verdiend onbezorgd genieten.



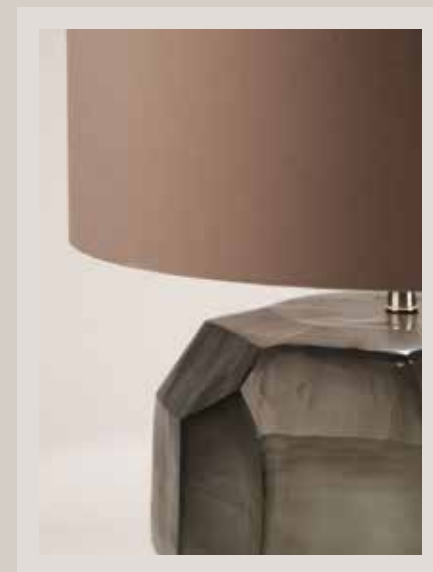
www.roscobouw.nl

0412 455 501

info@roscobouw.nl

DAAR BRANDT NOG LICHT

DONKER, MOTREGEN, FILE.
EINDELIJK THUIS. DOOR EEN
KIERTJE TUSSEN DE GORDIJNEN
ZIE JE AL HOE GEZELLIG HET
BINNEN IS. DE AVOND MAG
LEKKER LANG DUREN. VOOR DE
MOOISTE LAMPEN STEEK JE JE
LICHT OP BIJ MEIJS WONEN.



MEIJSWONEN
— TILBURG —



GRAFDOEKEN

een klein beetje verlichting in moeilijke tijden



Misschien is dit de eerste keer dat u leest over 'grafdoeken'. Voor Patrick Lieberwirth van LEBIE tuin- en grafonderhoud zijn zij echter dagelijkse kost. Wat is een grafdoek precies? Patrick legt uit: "Wanneer iemand ter aarde besteld wordt, dan is het graf de eerste periode na de uitvaart vaak 'kaal'. Er zit immers een levertijd op grafplaten en grafzerken. Het graf van een dierbare bezoeken is toch al een erg emotionele aangelegenheid, als het graf er dan de eerste periode kaal bij ligt, dan is dat erg onaangenaam. LEBIE maakt echter grafdoeken die over het graf gespannen worden.

LEBIE

MEER INFO
Neem contact op met
Patrick Lieberwirth
06-145 044 83

Jan Hollanderstraat 18, Eindhoven | +31 6 145 044 83 | info@lebie.nl | www.lebie.nl

GRATIS BODY & MIND GUIDE

Het is alweer een aantal jaren geleden dat mijn Killerbody boeken uitkwamen. In 2015 was het grote succes van het Killerbody Dieet boek. Dit boek heb ik vorig jaar herschreven naar Killerbody Lifestyle, waar ik een hoofdstuk over mindset aan heb toegevoegd. Afgelopen jaar heb ik er een luisterboek van gemaakt.

Alles wat erin zat, heb ik benut en nu is het tijd voor iets nieuws. Ik heb heel lang nagedacht over wat mijn volgende boek zou moeten bevatten en kwam tot de conclusie dat ik mensen graag een handvat mee wil geven voor hoe ze het beste uit hun leven kunnen halen.

Als je succesvol wilt zijn, begint dat altijd bij jezelf. Toch zijn we vaak geneigd anderen de schuld te geven van de dingen die niet goed gaan

De Body & Mind Guide is de inleiding naar mijn nieuwe boek. Het is een gratis introductie die voor iedereen te downloaden is. Een guide die je bewuster maakt van vastzittende gedachten, overtuigingen en patronen. Door bewust te worden kun je dingen veranderen. Bewust worden is stap één. Mijn missie is om je te laten leven, genieten en te leren voelen. De guide staat voor meer verbinding, succes vanuit vertrouwen en afvallen vanuit geluk.



Schrijf je nu in en ontvang mijn
GRATIS Body & Mind Guide!

Scan de QR-code of ga naar
<https://mkbmshop.com/pages/E-book>



MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

Verhuur je woonruimte via Oxrooms!

België telt steeds meer arbeidsmigranten om de tekorten op de arbeidsmarkt op te lossen. Die moeten natuurlijk ook ergens wonen. Oxrooms bouwt leegstaande panden om tot compleet ingerichte woonruimtes, waar met name uitzendbureaus hun internationale werknemers kunnen huisvesten. Een mooie business die ook interessant is voor jou! Door je eigen woning via Oxrooms te verhuren kun je namelijk een stabiele, vaste inkomstenbron realiseren.

De huisvesting van arbeidsmigranten komt nogal eens negatief in de publiciteit. "Dat zijn de huisjesmelkers die alleen snel geld willen verdienen.

Wij nemen onze business serieus en doen ons uiterste best om het allemaal zo goed mogelijk te doen. We richten de woning volledig in, zodat de mensen er fijn kunnen wonen. Als ik langskom en ze zeggen 'het voelt echt als thuis', dan ben ik helemaal tevreden. Daar gaat het uiteindelijk om."

Tips zijn welkom

Oxrooms beschikt over een groot aanbod van woningen, appartementen, studio's en hotelkamers. "Dankzij ons uitgebreide netwerk hebben we op dat gebied niet te klagen. In deze krappe woningmarkt

zijn we echter voortdurend op zoek zijn naar nieuwe panden, dus tips zijn zeer welkom. Daar staat uiteraard een leuke beloning tegenover."

Hoog rendement

Niet alleen bedrijven, maar ook particulieren kunnen hun woonruimte via Oxrooms verhuren. "Als ze willen, kunnen we zelfs voor hen op zoek naar een pand dat geschikt is als investering. Het werkt als volgt: je verhuurt je woning aan ons, en wij verhuren het vervolgens aan onze klanten. Je hebt er zelf geen omkijken naar, wij regelen verder alles. Sowieso heb je bij deze doelgroep nooit veel problemen, dat is een heel ander verhaal wanneer je het zelf verhuurt aan particulieren. En het loont. Op deze manier behaal je een rendement van gemiddeld 10-12%. Dat is toch mooi meegenomen."

Is je interesse gewekt?

Neem contact op voor meer informatie!

'Een investering die loont'

HÉT HOTEL★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

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!**



SCAN DE QR-CODE
en laat jouw
vakantie beginnen!

HOTEL GARBI
IBIZA SPA★★★★

Calle de La murtra 5, 07817 San Jordi, Ibiza | info@garbi-hotel.com | +34 971 300007 | www.hotelgarbi-ibiza.com

first
class

stiphout

**MET ZOVEEL REACTIE OP
ONZE OPENING SON
VERWACHTEN WIJ U OOK!
IEDERE DAG ZIJN ER NIEUWE COLLECTIES.**

Meester Strikstraat 1, Helmond - Stiphout | 0492-523271 | www.firstclassmodestiphout.nl



Mijn naam is Franca van de Kerkhof en ik wil je graag op een informele en betrokken manier begeleiden bij alles wat er komt kijken rondom het afscheid van wie je dierbaar is.

Vaak overrompeld door verdriet en door het onbekende dat op je af komt, kun je vast komen te zitten in de vaak beperkte opties die we kennen.

Hierbij kan ik je informeren en inspireren over de mogelijkheden, zonder beperkingen en mét ruimte voor eigen inbreng.

Zo kunnen we samen een afscheid vormgeven dat past bij jullie.

coda.
uitvaarten

0499 422 134 (dag en nacht)
www.coda-uitvaarten.nl
www.opbaarhuisjes.nl

COLUMN/FRANCA VAN DE KERKHOF

Bewust afscheid nemen! Hoe doe je dat?

Het blijft een feit: als je geboren wordt, zal je eens sterven. Daar durven of willen de meeste mensen niet aan te denken. “Dat duurt nog zo lang.”

En toch, het brengt rust als je er bij leven wel even bij stilstaat. Misschien weet je niet wat er allemaal voor mogelijkheden zijn. Welke keuzes je moet en mag maken. Dan is het fijn als je geïnformeerd zou kunnen worden door een uitvaartprofessional.

Er is ook veel te vinden op internet. Het maakt niet uit hoe je aan je kennis komt. Als je jezelf er maar een beetje in verdiept. Natuurlijk veranderen de mogelijkheden in de loop van de jaren. Je zou dan af en toe je keuzes moeten aanpassen aan de tijd. Waar ik naartoe wil is dat op het moment dat er een overlijden plaatsvindt in je directe omgeving, je niet geconfronteerd wordt met een berg aan keuzes waarvan je niet wist dat je die zou moeten maken.

Daardoor ontstaat de mogelijkheid dat je overhaast keuzes maakt waarvan je achteraf misschien een beetje spijt hebt. Want wat als je je dierbare thuis opgebaard wilt hebben en degene die jou begeleidt zegt dat dit niet kan. Het komt mij wel eens ter ore als mensen in de gaten hebben dat ik in de uitvaart werk. Hun geliefde kon niet thuis blijven omdat het te warm is..., of vanwege corona... En dat vonden ze toch erg!

Ik zou niet weten waarom het niet zou mogen. Dat je het zelf niet wilt vanwege andere redenen kan ik me wel voorstellen.



Daarom geef ik nog een mogelijkheid mee voor een thuisopbaring: **Het mobiele opbaarhuisje.** Voor in de tuin. Zo kan iedereen toch afscheid nemen op zijn eigen moment zonder een ander te hoeven belasten.

Pijn. Acute pijn. Aanhoudende pijn. Chronische pijn. U zal er maar last van hebben en houden. Los of in combinatie met een whiplash bezorgt het u de nodige last. De belangrijkste symptomen zijn nekpijn, nekstijfheid, spanning in de schouder-, arm- en nekspieren en hoofdpijn. Het klachtenpatroon kan complex zijn met meerdere klachten en vele symptomen. De kans op herstel is in het algemeen positief.

Pijnbestrijding bij whiplash



Paardeweide 5, 4824 EH Breda
Beatrix de Rijkweg 8, 5657 EG Eindhoven
T: 040 82 00 777 (Eindhoven Airport)

Oorzaken van een verhoogde kans op aanhoudende klachten zijn het vrouwelijke geslacht, een gevorderde leeftijd, ernstige pijnklachten bij aanvang, uitstralende pijnklachten, hoofdpijn, depressieve gemoedstoestand, omgang met ziekte en ziekteverloop en claims, waaronder schadevergoedingen en uitkeringen. Op langere termijn wordt een verminderde kwaliteit van leven op het lichamelijke -, geestelijke - en sociale vlak waargenomen, welke samenhangen met psychologische – en socio-economische factoren.

Uw pijnconsulent en Anesthesioloog-pijnspecialist vragen u naar de klachten en symptomen, evenals hoe het ongeval is ontstaan, gevolgd door een (beperkt) lichamelijk onderzoek. Intensieve behandeling van whiplash in een vroeg stadium gaat gepaard met een langzamer herstel; optimale behandeling vindt plaats middels geruststelling en educatie. In het acute stadium kan medicatie worden verstrekt ter vermindering van pijnklachten. In het stadium van aanhoudende klachten kan medicatie worden verstrekt ter vermindering van pijnklachten en verbetering van het functioneren, maar kan herstel niet langer meer worden verwacht.

Behandeling door de fysiotherapeut

Mobilisatie, manipulatie en beweegtrajecten zijn effectieve technieken ter behandeling van nekpijn; triggerpoints zijn duidelijker aanwezig bij patiënten met Whiplashklachten.

Behandeling door de anesthesioloog-pijnspecialist

Injecties met corticosteroïden in de facetgewrichten van de nek na een whiplash zijn niet effectief ter behandeling van pijnklachten, terwijl hitte behandelingen (radiofrequente laesies) van deze gewrichten wel effectief zijn in het bewerkstelligen van een langdurige pijnvermindering.

Psychologische stressfactoren kunnen verdwijnen na behandeling van pijnklachten middels een radiofrequente behandeling van de facetgewrichten in de nek. Complete pijnvermindering trad op na een eerste behandeling bij 71% van de patiënten, waarbij de pijnvrije periode gemiddeld 219 dagen betrof, zo ook voor vervolgbehandelingen.

Melius Klinieken biedt een nagenoeg compleet pakket aan multidisciplinaire pijnzorg zonder wachttijden. Voor meer informatie kunt u terecht op de website www.meliusklinieken.nl



Melius Klinieken voor pijnzorg!

Winterse salade met rode bietjes

Een gezonde start van het nieuwe jaar! In de winter eten we vaak aardappels, groente en vlees, of een heerlijke ovenmaaltijd. Maar waarom niet beginnen met een gezonde winterse salade, die ook prima te eten is bij het koude weer? In tien minuten tijd zet je al een overheerlijke salade op tafel.

4 PERSONEN - 10 MIN.

INGREDIËNTEN

300 gram gekookte rode bietjes
 75 gram veldsla
 40 gram gepelde walnoten
 2 eetlepels gerookte spekreepjes
 1 middelgrote appel (liefst Elstar)
 3 eetlepels (appel)azijn
 zout, peper en suiker naar smaak
 3 eetlepels zonnebloemolie
 2 theelepels pittige mosterd

BEREIDING

Pel de rode bietjes en snijd deze in kleine blokjes. Rooster de walnoten in een droge koekenpan. Bak de spekreepjes tot ze knapperig zijn. Was de veldsla indien nodig en verwijder eventuele worteltjes. Schil de appel, verwijder het klokhuis en snijd de appel ook in blokjes.

Maak een dressing van de azijn, peper, zout, suiker, olie en mosterd. Verdeel de veldsla over een platte schaal. Verdeel de bietjes erover, maar laat de buitenrand vrij. Verdeel hierover de appelstukjes, walnoten en gebakken spek. Giet de dressing over de salade en laat alles even intrekken.

Met een stokbroodje en kruidenboter kan het voldoende zijn voor een complete maaltijdsalade, maar het is ook heerlijk als bijgerecht bij bijvoorbeeld wild.

Smakelijk eten!



PUZZELPAGINA

De feestdagen zijn weer achter de rug. Kun jij wel wat ontspanning gebruiken? Met een warme kop thee of chocolademelk maak je dit ontspanmoment helemaal compleet. Nestel jezelf lekker op de bank, blader (online) door deze editie van Bruist en puzzel mee voor mooie prijzen.

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

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

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

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

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

Maak kans op

Cheeky Sauvignon

YES! Lekkere wijn die ook nog eens bijdraagt aan wat belangrijk is: een eerlijke wereld voor iedereen. Per verkochte fles wordt er 750 liter schoon drinkwater aan gemeenschappen in Afrika geschonken. Bovendien is de wijn 100% biologisch, vegan en hartstikke lekker.

www.thegoodwine.nl

NIX18



🌍-az+d+🐜-mi+e

🔒t=k 🐼k=d+t

v+🍷-it+🐍s=r+🏠-y

n+🐼p=r 🏠-ur

v+🐮-s+👁️o=l+🏠-ur

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

GRIEKSE

WIJN

Haal Griekenland in huis!



TUIN BELDEN

Gebruikt u bloedverdunners? Vraag dan de gratis Antistollingspas aan.



www.antistollingspas.nl

TRAMBOSESTICHTING NEDERLAND



RANGER

It gets the job done! Al vanaf € 32.710



www.vanmossel.nl/ford

Van Mossel