



BRUIST

Roué Verveer:
'Ik benader alles
vanuit het positieve'

Wat is jouw
goede voornemen?



Taarten met een glimlach

Taarten bakken was altijd al een geliefde hobby van Ingrid Kieft. Na een cursus werd het vuurtje steeds verder aangewakkerd. Professionele cursussen en workshops in het decoreren van taarten - van grote namen als Robèrt van Beckhoven, Alan Dunn en Kristina Rado - volgden en het taarten maken nam steeds serieuze vormen aan. Eerst deed ze dat vooral voor familie en vrienden, maar inmiddels bakt ze onder de naam De Zoete Lach op aanvraag gepersonaliseerde taarten.

Ingrid maakt kindertaarten, taarten voor volwassenen (voor speciale gelegenheden als verjaardagen en jubilea) en bruidstaarten (eventueel met speciale decoratie als royal icing en suikerbloemen). Inmiddels doet ze dat al twaalf jaar. Welke taarten springen er voor haar uit? "Vooral de niet standaard taarten, bijvoorbeeld met thema's als Halloween en fantasy. Daar kan ik al mijn creativiteit in kwijt. Humor vind ik heel belangrijk, ik probeer er als het even kan een verborgen knipoogje in te verwerken."

Unieke taarten

"Kindertaarten zijn vaak gericht op een specifiek onderwerp, zoals Frozen en Pokemon. Je kunt een foto of plaatje meenemen als je ongeveer weet wat je wilt. Maar ik neem ook graag de tijd voor een gesprekje om een

goed beeld te krijgen van de persoon voor wie de taart bedoeld is, zodat ik een unieke taart kan bakken die op zijn of haar lijf geschreven is. De taart vertelt uiteindelijk het verhaal."

Mooi én lekker

Perfectionistisch als ze is, besteedt Ingrid gemiddeld wel vier tot zes uur aan een taart. "Hij moet gewoon goed zijn. Ik maak dan ook zoveel mogelijk gebruik van eerlijke, soms ook biologische ingrediënten. Een taart moet er in mijn visie namelijk niet alleen geweldig uit zien, hij moet ook lekker smaken. Wat ik het leukste vind aan het taarten bakken? Het moment waarop een kind zijn taart op komt halen. Die blik is onbetaalbaar, dat is mijn beloning!"

Cipresberg 116
Roosendaal
06-17320636
info@dezoetelach.nl
www.dezoetelach.nl



DE ZOETE
LACH

Instagram: @DEZOETELACH

Facebook: DEZOETELACH

Telefoon: 06 1732 0636



DE TAART VERTELT
HET VERHAAL



UW GEHOOR, ONZE UITDAGING

① INTAKE

- Gehooronderzoek
- Luisteronderzoek
- Medische indicatie

② OPLOSSING

- Kosten
- Vergoeding

③ ERVARINGS- PERIODE

- Aanmeten
- Controle
- Eindcontrole

④ NATRAJECT

- Onderhoud
- Nacontrole

VOOR DE JUISTE TOON

KOM LANGS WE HELPEN JE GRAAG AAN EEN GOED GEHOOR

Volgens Ina Kooijman zijn kwaliteit en klantvriendelijkheid erg belangrijk bij Kooijman Hoortoestellen. Aandacht en tijd voor de klant, luisteren naar de problematiek van de klant en continuïteit van de audiciens zijn van groot belang gebleken.

“Wij zijn nog een van de weinige echt zelfstandige audiciens in West-Brabant. We kunnen daardoor een keuze maken uit alle hoortoestelmerken die leverbaar zijn in Nederland.” Kooijman Hoortoestellen heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Dit betekent dat er vaak geen eigen bijdrage voor de hoortoestellen betaald hoeft te worden.

Dit is afhankelijk van de polisvoorwaarden van de zorgverzekeraar. Ina Kooijman kan u daar alles over vertellen. “Voor Achmea en Friesland verzekerden wordt geen eigen risico berekend. Ook kunnen bij ons de slechthorenden terecht die hoortoestellen bij een andere audicien aangeschaft hebben, maar niet tevreden zijn. Wij kunnen, tegen een kleine vergoeding, proberen een verbetering aan te brengen door een hoortest uit te voeren en het geluid van de hoortoestellen daarop aan te passen.”

Ina Kooijman



KOOIJMAN
HOORTOESTELLEN

Impressie
Zundert

**Wil je kans
maken om jouw foto
in Etten-Leur Bruist
terug te zien?**

Stuur deze dan naar
ontwerp@nederlandbruist.nl
o.v.v. Foto Etten-Leur



10

COLOFON



20

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 Astrid Berkhout
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Vanessa Stoltenhoff
EINDREDACTIE Maaïke van Helmond

f Like ons op Facebook.com/ettenleurbruist

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. Etten-Leur 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.



14



22



28



23

Inhoud



Foto: Ron Eskens, scoonpictures.nl

Bruisende lezer,

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.

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 Roosendaal Bruist en Breda Bruist.

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.

HOUD JE DOELEN
DUIDELIJK VOOR OGEN
SCHRIJF ZE OP!



Bij Christan Traprenovatie krijg je vakwerk!



Kan jouw trap wel een opknopbeurt gebruiken? Kies voor kwaliteit, jarenlange ervaring en een perfecte afwerking met Christan Traprenovatie! Het familiebedrijf levert al zeven jaar vakwerk als het om traprenovaties gaat.

Het bedrijf werd zesentwintig jaar geleden opgezet door Ellies vader Christ, die eerst werkte als onderaannemer en allround timmerman. Zeven jaar geleden specialiseerde het toenmalige timmerbedrijf zich in traprenovaties en zes jaar geleden werd het een VOF. Ellie neemt de inkoop en verkoop voor haar rekening en Christ verzorgt de uitvoering van de traprenovatie tot in de puntjes. Deze samenwerking tussen vader en dochter is de sleutel tot het succes van het bedrijf; de positieve reviews van de renovaties liegen er niet om. Bij Christan Traprenovatie krijg je vakwerk!

Hoge Bremberg 23, Etten-Leur | 076 50 40 722
sales@christan-timmerwerk.nl | www.christan-traprenovatie.nl

MATERIAAL EN ACCESSOIRES

Wij werken met verschillende soorten materialen, zoals eikenhout, pvc en HPL/CPL, om je trap weer veilig, mooi en slijtvast te maken. Naast ledverlichting voor de trap hebben we ook bijpassend laminaat en trapeleuningen in rvs of (blauw)staal.



HPL / CPL



EIKENHOUT



PVC



ACCESSOIRES



CHRISTAN
TRAPRENOVATIE



AMARULA VEGAN

Voor iedereen die dit jaar meer vegan producten wil proberen is de Amarula Vegan Cream een mooi alternatief. Je proeft nog steeds de herkenbare smaak van het marulafruit, die de basis vormt voor alle likeuren van Amarula. Deze unieke variant is een heerlijk alternatief voor veganistische liefhebbers van romige likeuren. Bovendien bevat deze plantaardige likeur geen kleur- en smaakstoffen en is de Amarula Vegan geheel glutenvrij en ook geschikt voor mensen met een lactose-intolerantie.

www.amarula.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?

www.bloompost.nl



BloomPost

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 houd 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.

www.dekleinekeuken.com



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.

Luife Jolanda Philipse



JPhilipseAdvies

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.ouright.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



**AUTO
VAKMEESTER**
A3 JACOBS



**Pauweweg 2
Etten-Leur**



Onderhoud en reparatie aan auto's en bedrijfswagens, caravans en campers
APK Keuring • Airco service • Alle merken banden • Uitlijning auto
Kentekenloket voor alle voertuigen

Bij Autovakmeester A3 Jacobs kunt u terecht voor een uitgebreid aanbod van service en dienstverlening op het gebied van auto's, campers, caravans en lichter bedrijfswagenonderhoud.

Tevens kunt u terecht voor alle merken banden, uitlijnen, apk en airco.

We hebben een kentekenloket en bieden 24 maanden garantie op onderdelen en reparaties.
Ook hebben we een Autovakmeester Pech Service voor € 39,95 per jaar.

076-5014541 | www.autovakmeester.nl/vestiging/a3-jacobs



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!



Het Like Steel concept van Glass Inside geeft een nieuwe en populaire mogelijkheid aan interieurglas.

Deuren en wanden met een stoere en robuuste uitstraling. Het perfecte alternatief voor het stalen kozijn.

Deze vriendelijk geprijsde Like Steel lijn kent vele mogelijkheden.

[Maak nu een afspraak](#)
en bel: 076-5640280



Bredaseweg 212a, Etten-Leur | 076-5640280
info@westbrabant.glassinside.nl

www.glassinside.nl



Met de hulp van paarden

Loop je regelmatig vast? Heb je moeite met het maken van keuzes? Of vind je het bijvoorbeeld lastig om grenzen te stellen? Monique Doggen-Eggermont, eigenaresse van MO.Care, kan je hierbij helpen. "Hoe ik dat doe? Via paardencoaching. Met de hulp van paarden maak ik je bewust van je gedrag en emoties en gaan we samen aan de slag om eventuele belemmerende factoren aan te pakken."

Gun jezelf dat **cadeautje**, want het is een **bijzondere** ervaring die je leven kan **veranderen!**

Monique werkt al haar hele leven in het speciaal onderwijs. Ervaring die haar al tien jaar van pas komt in haar eigen onderneming die ze naast haar baan in het voortgezet speciaal onderwijs runt. "Sinds 2012 begeleid ik kinderen en (jong)volwassenen met een beperking of psychische aandoening / stoornis individueel op allerlei gebieden. Sinds vier jaar doe ik dat hoofdzakelijk als gecertificeerd kinder- en paardencoach. De resultaten van paardencoaching zijn vaak zo overweldigend dat ik tegenwoordig in principe altijd de hulp van mijn paard inzet."

Bijzondere ervaring

Mensen zijn erg goed in het onderdrukken van hun gevoel. Maar terwijl je daar in gesprek met iemand vaak luchtig overheen kunt praten, kun je een paard niet voor de gek houden. "Een paard voelt meteen feilloos aan waar het probleem zit, doordat het reageert op (onbewuste) spanning, energie en je uitstraling. Door aanvullend op de reactie van het paard de juiste vragen te stellen, kom je veel sneller tot de kern van een probleem en krijg je inzichten die je helpen om weer helemaal in balans te komen. Zelfs één sessie kan al een groot verschil maken." Monique zou het dan ook het liefst iedereen aanraden om eens zelf het effect van paardencoaching te ervaren. "Gun jezelf dat cadeautje, want het is een bijzondere ervaring die



Wil je meer weten over de mogelijkheden?

Wil je voor jezelf, voor je zoon / dochter of voor je bedrijf een afspraak plannen? Neem dan een kijkje op www.mocarecoaching.com of neem contact op voor meer info.



welkom by Bunny

BUNNY heeft twee **dagopvang** groepen (0-4 jaar) en één groep **buitenschoolse opvang** (vanaf vier jaar).

De groepsruimtes zijn ingedeeld in verschillende **activiteitszones**. Een keukenhoek, een leeshoek, een bouwhoek, een poppenhoek, een krijthoek en een gave chillhoek bijvoorbeeld. Het kleurgebruik in de ruimtes en de sfeer binnen BUNNY zorgen voor **een warm welkom**.

Kinderen spelen in verticale groepen en de ruimtes zijn zo ingericht dat ze kinderen stimuleren om te **leren van elkaar**. Zo bouwen zij een **groepsgevoel** op met alle leeftijden. Broertjes en zusjes kunnen hierdoor ook samen op de groep **het avontuur aangaan**.

BUNNY is 52 weken per jaar geopend. Van maandag t/m vrijdag vanaf 6.00 uur tot 19.30 uur. We hebben geen wachtlijsten.

Wil je meer weten over BUNNY en de kleinschalige kinderopvang? Neem dan gerust vrijblijvend contact op of scan de QR-code en ga naar de website voor meer info of het maken van een afspraak.



Kinderdagverblijf Bunny

Wilhelminalaan 14, Etten-Leur | 06 - 33 44 09 09 | 076 - 78 58 768
info@kinderdagverblijfbunny.nl | www.kinderdagverblijfbunny.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 politieman. **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 prinsjes, die achter de lijkst 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 prinsjes 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.**



Kroonjuweel
BOEKET

Het is een juweel van een boeket: Ons Kroonjuweel. Een creatie boordevol feestelijke bloemen om cadeau te doen aan bijzondere mensen in jouw leven; jouw eigen kroonjuwelen.



Bloemenwinter
BOEKET

Wat een plaatje is dit boeket, dankzij de mooie kleurencombinatie past het mooi bij de winter. Een geweldig boeket om iemand te bedanken, feliciteren of zomaar te verrassen in deze koude winterperiode.



Mooi wit
BOEKET

Wie denkt dat witte bloemen saai zijn, heeft het mis. Deze combinatie van de mooiste witte bloemen laat zien dat een wit boeket ook prachtig kan zijn. Wie verras en maak jij blij met dit mooi boeket?

ONLINE BESTELLEN?
SCAN DE QR-CODE
VAN JOUW REGIO



BREDA



ETTEN-LEUR

*Bekijk online heel
het assortiment!*

DE MOOISTE BOS
haal je bij ons.
Kom langs!

*Wij
bezorgen je
een goed
gevoel!*

BLOEM & PLANT

By Dennis Kuylbaars

Halstraat 19 • Breda verkoop@boeketbezorgen.com • 076- 522 27 23

*Bloemwerk voor
alle gelegenheden*



Markt 54, Etten-Leur
076-5034986
boeketterie@vbw-groenplein.nl
www.boeketterie-ettenleur.nl



GERICHT OP DE ONTWIKKELING VAN ELK MENS!

Bij IJgenwys en Anders werken vakkundige begeleiders die met lef voorbij elke beperking kijken. Wat is jouw talent en wat wil jij leren? Houd je van buiten werken, omgaan met dieren, doe je liever onderhoud of groenvoorziening? Misschien werk je liever binnen in de schoonmaak of catering? Een puzzel maken of een vlieggordijn? Voor bijna iedereen is er een passend aanbod.



Wij begeleiden en ondersteunen bij de uitvoering. Wij luisteren naar je, ook als je eens een baaldag hebt. We werken samen, zijn creatief en helpen jou vooruit in je doelen in de beschermende omgeving van IJgenwys en Anders.

Doen wat je leuk vindt en wat bij je past!

De dag vliegt voorbij als je doet wat je leuk vindt, je nieuwe mensen leert kennen en nieuwe dingen leert. Een plek waar je gemist wordt als je er eens een keer niet bent.

Huiskamer

In de huiskamer bij IJgenwys en Anders is het mogelijk om ook een paar uur losse zorg-/dagbesteding in te kopen. Ben jij mantelzorger en heb jij een afspraak of gewoon behoefte aan even ontspanning? Dan kan een zorgvrager op de koffie komen. Hij of zij mag dan aansluiten bij alle activiteiten van IJgenwys en Anders. Vraag naar de mogelijkheden en prijzen.

Advies en begeleiding

Door de samenwerking met wijkzusters, dementie-coaches, mantelzorgmakelaars, andere adviseurs en begeleiders kunt je met al je zorgvragen bij IJgenwys en Anders terecht. Wij begeleiden je dan naar de juiste hulp.

Je kunt ook bij IJgenwys en Anders terecht voor een maaltjedservice waarbij elke dag een koelverse maaltijd wordt gebracht.



**MELD JE NU AAN
EN DRAAG JE
STEENTJE BIJ!**



Stichting IJgenwys en Anders is een kleinschalige zorginstelling die dagbesteding en doelgerichte activiteiten biedt aan mensen met een beperking. De stichting wil zo kleinschalig mogelijk werken. Het bestuur en de Raad van Advies bestaan uit vrijwilligers met hart voor de zorg. Dat betekent dat deze mensen geen vrijwilligersvergoeding en/of vakantiegeld ontvangen. Alleen gemaakte kosten worden vergoed.

ACTIVITEITENCENTRUM EN DAGBESTEDING

Markenland 96, Etten-Leur | 076-5962598

 IJgenwys | info@ijgenwys.nl

ONZE SPONSORS





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."

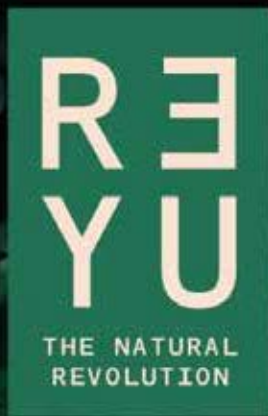
TOEKOMSTPLANNEN Of hij na Gewoon Roué doorpakt of gas terugneemt, laat Roué nog in het midden. "Van februari tot juni doe ik vrijwel alle theaters in Nederland aan. En na de zomer gaat de show nog in reprise. Wat daarna komt, zien we dan wel. Dat is voor later", sluit hij met een knipoog af.

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



DE MEEST GEAVANCEERDE
HUIDVERJONGINGS-TECHNOLOGIE



**Maak kennis met de Biofeedback:
10 jaar jonger na 4 behandelingen**

Huidverjonging en aanpak van pigmentatie, acné rosacea, psoriasis, eczeem, pigmentatieproblemen littekens en wonden. De absolute vervanger voor BOTOX en FILLERS. Nooit geen naalden meer, geen pijn en downtime met de nieuwste techniek via het centrale zenuwstelsel.

UNIEK EN DE EERSTE IN NEDERLAND



HBC Clinics - Beiaard 1 - Etten-leur - info@hbcclinics.nl - 076-8871157



**LOOP GEWOON EENS BINNEN
WE HELPEN JE GRAAG!**

Al sinds 1960 een gevestigde naam in Rijsbergen: familiebedrijf Rombouts Elektro. Dé specialist in installatietechniek in de breedste zin van het woord, maar ook hét adres voor de aanschaf van consumentenelektronica, witgoed en alle bijbehorende zaken. Wij bieden onze klanten daardoor een all-in service.

**Wij kunnen onze klanten
volledig ontzorgen.**



Prins Bernhardstraat 2,
Rijsbergen | 076-5961591
www.romboutselektro.nl



STRIJKEN is niet zomaar strijken!

Waar moet ik op letten, wat zijn de keuzes. Met de juiste keuze kan je veel tijd besparen. Zo zijn er stoomstrijkijzers, stoomgeneratoren. Wij helpen je graag om de juiste keuze te bepalen en vertellen we de verschillen zijn tussen deze soorten strijkijzers en welk type strijkijzer het beste bij uw behoefte past.

Het strijken van kleding is vaak een behoorlijke en soms tijdrovende klus. Maar om uw kleding er weer netjes glad en gestreken uit te laten zien, moet er toch met regelmaat gestreken worden. Er zijn tegenwoordig diverse apparaten te koop waarmee u uw kleding weer netjes kan strijken. Zo kunt u uw kleding strijken met de gewone strijkbout, het stoomstrijkijzer of met een stoomgenerator. Maar waar moet u nou op letten wanneer u een strijkijzer of stoomgenerator wilt kopen en wat is nou de beste? Rombouts geeft u graag advies bij het kopen van een strijkoplossing die het beste bij uw wensen en behoeften past!

Wat is jouw strijkbehoefte? Een goede keuze bespaart je tijd in het strijken!

De keuze van het soort apparaat waarmee u wilt strijken hangt af van uw wensen, behoeften en eisen. Tegenwoordig zijn er verschillende apparaten en systemen te koop zoals het gewone strijkijzer, het stoomstrijkijzer, de stoomgenerator, of eventueel een compleet striksysteem.

Stoomgenerator

De stoomgenerator (soms ook wel stoomsysteem genoemd) zijn stoomstrijkijzers die vaak veel krachtiger zijn dan gewone stoomstrijkijzers. Bij deze systemen wordt stoom in een aparte generator opgewekt. Het waterreservoir vandit type strijkoplossing is vaak zo'n 4 keer groter dan bij een gewoon stoomstrijkijzer. Wanneer u vaak strijkt of grote hoeveelheden wasgoed moet strijken kan een stoomgenerator erg prettig zijn doordat u het reservoir minder vaak hoeft bij te vullen. Wij geven u graag advies bij het kopen van een stoomgenerator zodat u makkelijker de juiste keuze kan maken.

Stoomstrijkijzer

Strijken met of zonder stoom? De meeste mensen strijken met een stoomstrijkijzer. Met deze strijkijzers wordt door de kleine gaatjes onder in de strijkzool een bepaalde hoeveelheid stoom in de kleding gespoten. Door het strijken met stoom kan het strijkgoed makkelijker glad gestreken worden. Er zijn mensen die nog willen strijken zonder stoom. Voor deze mensen zijn er nog een aantal fabrikanten die in hun assortiment nog een droogstrijkijzer (soms ook wel strijkbout genoemd) beschikbaar hebben.

Wil je meer weten over de juiste keuze kom dan even langs, wij helpen je graag!

ROMBOUTS
VOOR HET JUISTE ADVIES!

UW ELEKTOSPECIALIST
WAAR **KENNIS
SERVICE
& GARANTIE**
NOG HET BELANRIJKSTE
VOOR U ZIJN!

En wat kiest u?



Stoomgenerator



Stoomstrijkijzer



Vincent's

BISTRO

Nieuwe menukaart:



MET LIEFDE VOOR LEKKER ETEN...



RESTAURANT

Markthof 1



HOTEL

4873JA Etten-Leur



LIEFDE VOOR ET(T)EN

076-3031302

receptie@vincents.nl



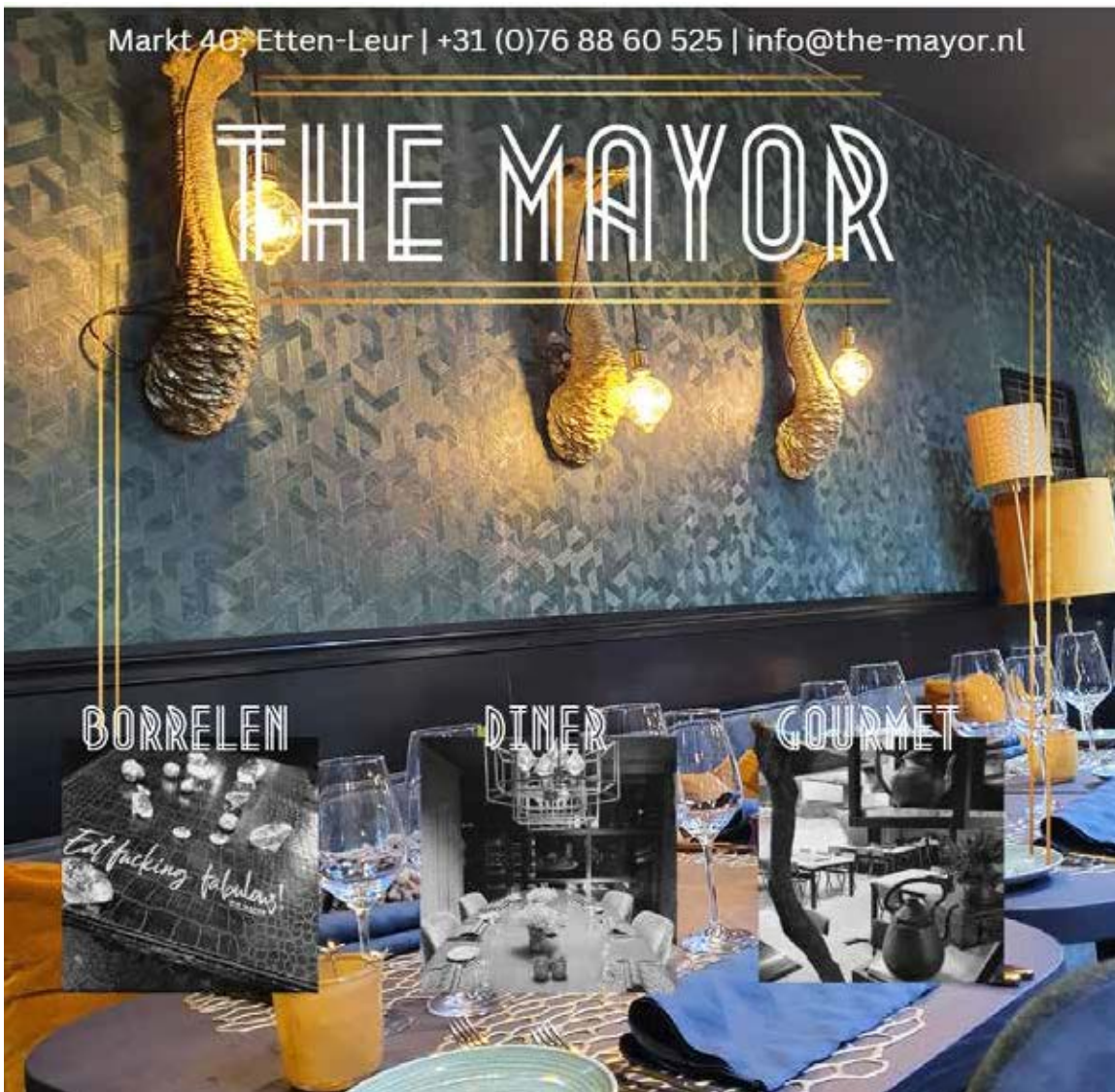
Markt 40, Etten-Leur | +31 (0)76 88 60 525 | info@the-mayor.nl

THE MAYOR

BORRELEN

DINER

GOURMET



Nieuwsgierig naar bijzondere beelden uit Zimbabwe?



In Etten-Leur vindt u Titambire. De fascinatie voor beelden uit Zimbabwe is in 1994 ontstaan tijdens een uitwisselingsproject van de dochter van de eigenaresse van de beeldentuin.

In Zimbabwe maakte zij kennis met unieke beelden die ter plaatse werden gemaakt uit allerlei steensoorten, zoals kobalt en serpentijn. De familie raakte gefascineerd door de veelzijdigheid en de creativiteit van de kunstenaars in Zimbabwe. Zowel realistische beelden als abstracte beelden worden met behulp van een rasp gemaakt tot een beeld waarvan geen tweede bestaat.

Wellicht siert één van onze beelden binnenkort wel uw woning of tuin.



Bekijk de website eens voor een verrassend cadeau!



Art Gallery Titambire Vedelring 184, Etten Leur NL | +31(0)6-29055541 | info@titambire.nl | www.titambire.nl

Beeldentuin
Titambire

Kunst uit Zimbabwe





DE BELL

SCHILDERWERKEN



SCAN VOOR MEER INFO
DE QR-CODE OF BEL
VOOR EEN VRIJBLIJVENDE
OFFERTE NAAR

06 20 20 34 09

't ^{MANGERIE} CRUYDT

Kom genieten van onze
tongstrelende culinaire creaties!

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

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

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

We zijn geopend van woensdag t/m maandag van 12.00 tot 21.30 uur en alle zon- en feestdagen! Wij zien u graag terug in ons restaurant.

Met culinaire groet,

Team Mangerie 't Cruydt





D'n Stoute Matroesjka

Een heerlijk gelaagde volmout stout van 10%. Een mooie, toegankelijke en doordrinkbare stout zonder veel poespas. Proef ook eens de hete Matroesjka waaraan pepers zijn toegevoegd.

Puur genieten

Achtmaalseweg 137A, Zundert | 06-14493796 | www.58egenot.nl

Sweet Caroline Cars

In- en verkoop auto's

Wij zijn een bedrijf met zeer interessante occasions op voorraad. Al onze auto's worden grondig nagekeken voor ze worden aangeboden.

- Uitlees service
- Banden monteren/balanceren
- Reparatie - Onderhoud
- Export service - Apk keuring



Voor iedere man en vrouw de juiste occasion!

Bremstraat 115a, Sint Willebrord
0165 32 76 87 | 06 84 70 71 37 of 06 83 33 70 43
f Sweet Caroline Cars | Sweetcarolinecars
info@sweetcarolinecars.nl | www.sweetcarolinecars.nl

Het nieuwe jaar in met conditie

Toch wat te veel gegeten tijdens de feestdagen en is je goede voornemen om die overtollige kilo's zo snel mogelijk kwijt te raken? Diëten is een optie, maar je kunt natuurlijk ook de sportschool in om die vetcellen om te zetten in spiermassa.



De een zweert bij fitness, de ander moet er niet aan denken, terwijl het je een enorme boost kan geven als je het toch doet. Vooral als je ziet dat al dat trainen effect heeft. Hoe je het snelst effect bereikt, is voor iedereen anders. Het belangrijkste is dat je je eigen doel voor ogen houdt en je niet te veel spiegelt aan anderen.

KRACHT & CARDIO Wil je spieren kweken, focus je dan op krachttraining. Je conditie verbeter je met cardio-oefeningen. Als afvallen het belangrijkste doel is, dan kun je het best beide disciplines combineren. In een goede sportschool loopt gelukkig altijd wel iemand rond die je hierover kan adviseren.

BLIJF REALISTISCH En verwacht nu niet meteen een wonder na een paar keer trainen. Al die spierbundels waar je je misschien stiekem toch aan spiegelt (niet doen!), hebben jaren hard aan hun lichaam gewerkt. En niet iedereen heeft nu eenmaal de tijd om vijf dagen per week te sporten. Train gewoon zo vaak als binnen jouw leven past en blijf realistisch, dan is de kans het grootst dat je het leuk blijft (of gaat) vinden.

Binnenkort een feestje?

Maak het af met een superleuke popcorn- of suikerspinmachine. Lekker voor jong en oud.
Huur ze al vanaf € 35,- per dag.



Sweet Queen

Popcorn & Suikerspin
Ballondecoraties

f Sweet Queen | bySweetQueen
0636278103 | sweetqueensweet@outlook.com

Hoveniersbedrijf WeKo



A.M. de Jongstraat 1
4735BX, Zegge

info@hoveniersbedrijfweko.nl
+31 (0) 6 28 16 86 70

www.hoveniersbedrijfweko.nl

Uitwaaien en genieten aan de Zeeuwse kust



Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied De Zeepe Duinen en het strand van Westerschouwen, vind je sinds circa anderhalf jaar het luxe **Boutique Hotel Ter Zand**. Perfect om heerlijk te genieten van alles wat de veelzijdige Zeeuwse kust te bieden heeft.

Uniek aan het concept van Boutique Hotel Ter Zand zijn onder andere de **32 Garden Suites**, die zich verspreid over het terrein bevinden. En ook de **53 kamers in het hotel** zelf vormen een goede reden om hier vaker terug te keren. De kamers zijn gloednieuw en van alle gemakken voorzien. Doordat de kamers over drie panden zijn verdeeld, voelt het hier bovendien toch aan als een kleinschalig hotel waar je als gast alle aandacht krijgt die je verdient. De medewerkers van het hotel hebben dan ook vooral oog voor het welzijn van de gasten.



Boutique Hotel Ter Zand
Hogeweg 59, Burgh-Haamstede
Tel. 0111-764799
www.sheetz.nl/boutiquehotelterzand



*Gewoon er even
helemaal uit!*

Optimaal genieten!

Boutique Hotel Ter Zand biedt zijn gasten allerlei faciliteiten, zoals **het verhuren van fietsen**, waardoor ze heerlijk de omgeving kunnen verkennen.

Vergeet daarnaast ook niet **het restaurant Le Poirier** waar verrassende gerechten worden bereid op basis van de mooiste streekproducten.



Daarnaast kunt u gebruikmaken van de **wellness en fitness** die zich op slechts tweehonderd meter van het hotel bevinden.



Scan de QR-code en ga naar de website voor meer info of om meteen te reserveren.

Uw ramen en vloer totaal anders?

Geen wens is ons te gek!

Benieuwd naar onze producten? Maak vrijblijvend een afspraak.

VLOEREN

ZONWERING

GORDIJNEN

VERPO
TOTAALSTOFFERING

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

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

IDIK
"ik denk in kwaliteiten"

Mijn missie is om kinderen, jongeren en ouders inzicht te geven in zichzelf en de omgang met elkaar.

Daarnaast coach ik leerkrachten bij het effectief inzetten van hun kwaliteiten in het pedagogische en didactische proces van onderwijzen en bij het behouden of terugvinden van hun passie op de IDIK manier.

Haal het beste uit jezelf!



Brigitte Korbijn

06-48477410

info@idik.nl

www.idik.nl

De glimlach van een kind

COLUMN/BRIGITTE KORBIJN

Wat voelt er beter dan je kind te zien genieten? Precies, niet veel. Sommige kinderen genieten en glimlachen de hele dag.

Voor veel kinderen is dit niet zo vanzelfsprekend. Zij ervaren de wereld op een heel andere manier. De informatieverwerking gaat vertraagd en wat gecompliceerder. Dit maakt dat deze kinderen niet altijd zo gemakkelijk genieten. Maar ook bij deze kinderen betekent een glimlach dat ze het fijn hebben.

VISIE:

- IDIK luistert, staat naast de cliënt (letterlijk en figuurlijk) en helpt de cliënt eigen regie over het leven en/of gedachten te krijgen in het tempo van de cliënt.
- IDIK is een ambulante begeleiding en bezoekt de cliënt, desgewenst, in eigen veilige omgeving en/of bijvoorbeeld school, sportclub en werk.
- IDIK helpt inzicht te krijgen in eigen psychosociale problematiek en hoe daarmee om te gaan in het dagelijkse leven. Ook ouders en/of verzorgers kunnen door IDIK geholpen worden met het beter begrijpen van hun



Dit is Mikkie, meervoudig beperkt en praat nauwelijks. Op deze foto staat hij echt "aan". Wat word ik hier blij van.

kind(eren), waardoor er wederzijds begrip en meer rust in huis ontstaat.

- IDIK onderhoudt intensief contact met betrokken organisaties.
- IDIK voldoet aan de kwaliteitseisen van een professionele zorgverlener.

*liefs
Brigitte*

Je kunt IDIK rechtstreeks benaderen. De intake is altijd vrijblijvend en kosteloos. Financiering is mogelijk via PGB.

RICHARD & JENNIFER VERHULST, KEURSLAGER

meer dan een heerlijk stukje vlees

Hebben wij u al eens mogen verwelkomen in onze slagerij aan de Molenstraat 190 in Zundert? Daar vindt u allerlei specialiteiten op het gebied van vleeswaren, gourmetschotels, barbecuepakketten, heerlijk vlees én complete buffetten.

Als ambachtelijk Keurslager maken wij bijna alle producten zelf, zoals onze ouderwets lekkere worst. Wij helpen u graag om van diverse gelegenheden een smakelijk moment te maken.



WEES WELKOM EN KOM ZELF EENS PROEVEN!



**Keurslagerij
Richard & Jennifer Verhulst**

Molenstraat 190, Zundert, Tel. 076-5972301
info@verhulst.keurslager.nl
verhulst.keurslager.nl



Scan de code en
bekijk onze
website!



Een gelukkig begin in **januari**



Steenbok
Wees niet
bang voor
veranderingen

Ram 21-03/20-04

Het verlangen naar een fundamentele verandering in het leven zal in januari ontwaken, dit zal erg woelig verlopen.

Stier 21-04/20-05

Het vermogen om naar anderen te luisteren zal op de voorgrond treden en je communicatie zal succesvol zijn.

Tweelingen 21-05/20-06

Met de komst van het nieuwe jaar zal je je beginnen te realiseren wat je niet past en wat je wel erg apprecieert. Je zal ook zeer vastberaden zijn over wat je wilt bereiken

Kreeft 21-06/22-07

Deze maand is voor jou de maand van persoonlijke ontwikkeling. De jaarwisseling zal je stress geven maar veel nieuwe mensen in je leven wijzen je de weg.

Leeuw 23-07/22-08

In januari zal je je op elke mogelijke manier herboren voelen. Je zal nergens voor terugdeinzen en je zal zeer alert zijn.

Maagd 23-08/22-09

Wijd je volledig aan zelfontwikkeling en je resoluties bewust nakomen en het gevoel van succes zal je terug op de been helpen.

Weegschaal 23-09/22-10

Je zal in januari aanzienlijke stemmingswisselingen ervaren, en het zal even duren voordat je je gevoelens helder hebt.

Schorpioen 23-10/22-11

Dit jaar start je met gedrevenheid en motivatie. Niets zal je uit balans brengen. Je mentale stabiliteit zal de sleutel zijn tot succes maar zorg dat je dit ook omarmt.

Boogschutter 23-11/21-12

Er zullen onopgeloste situaties aan het oppervlak komen. Sta in je energieke kracht en laat je verleden je verleden zijn.

Steenbok 22-12/20-01

In het prille begin zal je veel geluk hebben. Wees niet bang voor veranderingen in je leven, alles zal goed op elkaar aansluiten.

Waterman 21-01/19-02

In januari zal je nieuwe energie op doen die je vooruithelpt. Ook zal je alles met een koel hoofd benaderen, wat resulteert in een grote dosis doorzettingsvermogen.

Vissen 20-02/20-03

Het begin van het jaar zal een goede tijd zijn. Veel creatieve energie komt in je naar boven en je zit vol met nieuwe ideeën.

Met een goede weerstand *de winter door*

DEZE WINTER
ZONDER GESNOTTER
DOORKOMEN? LEES DE
BRUISENDE TIPS!

Een verkoudheid hier en een griepje daar. In de winter krijgen we er allemaal weleens mee te maken. Ons lichaam reageert op indringers, zoals virussen, die onze gezondheid bedreigen. Om gezond te blijven is het belangrijk een goede weerstand op te bouwen.

Een gezonde en verantwoorde voeding is belangrijk voor ons afweersysteem. Eet regelmatig, gevarieerd, niet te vet en niet te zout, zorg voor de nodige vezels en eet minstens twee stuks fruit en twee ons groenten per dag.

DRINK GENOEG Een juiste vochtbalans is essentieel voor een goede weerstand. Drink je te weinig, dan worden afvalstoffen niet afgevoerd en kan uitdroging optreden. Probeer iedere dag anderhalf tot twee liter water te drinken. Drink wat minder koffie en wat meer water, vruchtensappen of sportdrinkjes. En ook al vind je het nog zo lekker, beperk alcoholgebruik. Dit 'verdooft' als het ware je lichaam, waardoor het minder hard kan werken tegen eventuele ziekteverwekkers.

ZORG VOOR REGELMAAT Kies voor een verstandig leefpatroon. Regelmaat helpt namelijk om je weerstand op peil te houden. Probeer altijd

voldoende te slapen, want je huid en je lichaam herstellen zich 's nachts het best. Ook al ziet je bank er heerlijk zacht, warm en verleidelijk uit, ga sporten! En dan bij voorkeur in de buitenlucht. Door de koele lucht hebben ziekteverwekkers minder overlevingskans dan in een overvolle hete sportschool. Een flinke boswandeling of fietstocht voldoet al.

EEN GEZONDE LEEFOMGEVING Laat je huis geregeld luchten om het te ontdoen van ziektekiemen. Houd de luchtvochtigheid op peil, zodat je slijmvliezen niet te veel uitdrogen. Zelfs het wassen van je handen draagt bij aan een betere weerstand. Mocht je toch verkouden worden, gebruik dan uitsluitend papieren zakdoeken. En vergeet niet positief te denken. Weerstand is niet alleen lichamelijke, ook je mentale instelling speelt een rol.

Wil jij ook een betere weerstand? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



LYLE & SCOTT
— EST 1874 —

NOW OPEN

**Mc ARTHUR GLEN
DESIGNER OUTLET ROSADA**



Skin Cell Clinic

Onze behandelingen

- Craith Lab
- Craith Lab Retinol Peeling
- Craith Lab Bionetic Collagen Treatment
- Forlie'd Platinum - PH Formula - PH Formula Peeling
- Me Line Peeling
- Medische Microneedling SkinPen
- Icoone Mechanische Bindweefselmassage
- Lymfedrainade
- Oxigen Boost
- RF LAB (radio frequentie)
- Manuele bindweefselmassage
- Buccal Hollywood Massage
- Kobido Massage - Green Touch Massage
- Shiatsu Massage
- Visagie
- Lashextend - Biabnanailss
- Delilah Minerale Make-Up



Onze specialisten hebben jarenlange kennis en ervaring. Bovendien werken wij met de nieuwste systemen en producten die een bewezen veiligheid en effectiviteit kunnen bieden. Denk hierbij aan de behandeling van pigment, acne, eczeem, rosacea, psoriasis, littekens, fijne lijntjes, grove huidstructuur, huidverslapping, lymfoedeem, lipomen, spierpijn, fibromyalgie en cellulitis. Ook voor een mooie glow of een next level behandeling bent u bij ons aan het juiste adres.

**Nieuwe locatie
in het centrum van
Etten-Leur:
Oude Bredaseweg 42**



Waarom Cardiologie Centrum Zeeland?

Wij zijn een zelfstandige polikliniek voor cardiologische zorg. Ons streven is dat patiënten met hart- en vaatziekten al binnen 24-48 uur bij ons terecht kunnen. Wij staan voor de beste innovatieve zorg met optimale service en persoonlijke begeleiding. Voor meer informatie over ons centrum kunt u terecht op onze website: www.cardiologiecentra.nl.



Als u klachten heeft die zouden kunnen passen bij een hartziekte, dan wilt u zo snel mogelijk weten of deze klachten daadwerkelijk van uw hart komen en hoe ze eventueel behandeld kunnen worden. Daarom kunt u al binnen 24 uur bij ons terecht voor een consult. Alle benodigde onderzoeken en het evaluatiegesprek kunnen indien mogelijk al binnen twee uur plaatsvinden.

Tijdens het evaluatiegesprek zal de cardioloog met u de diagnose bespreken en indien nodig een behandelplan opstellen. Tevens kunt u bij ons terecht voor preventief onderzoek of een second opinion.

De belangrijkste klachten bij hartziekten zijn:

- ✓ Pijn op de borst
- ✓ Hartkloppingen
- ✓ Kortademigheid
- ✓ Wegrakingen / onwelwording
- ✓ Vermoeidheid

Verwijzing via de huisarts

Heeft u een of meerdere van de genoemde klachten? Ga dan naar uw huisarts. Deze zal besluiten of het nodig is dat u wordt doorverwezen naar ons centrum. Indien u door uw huisarts wordt doorverwezen, wordt de door Cardiologie Centrum Zeeland geleverde zorg volledig vergoed door uw verzekeraar. Wij hebben contracten met alle zorgverzekeraars in Nederland.

24/7 bereikbaar

Patiënten en verwijzers kunnen voor informatie te allen tijde contact met ons opnemen. Wij zijn 24 uur per dag, zeven dagen per week bereikbaar.

- ✓ Preventief screenen hart / 50+ vergoed door zorgverzekeraar
- ✓ 24/7 snel onderzoek en uitslag



Cardiologie Centra Nederland
Onze zorg klopt!

Cardiologie Centrum Zeeland

Buitenruststraat 16, Middelburg | 0118-689340
zeeland@cardiologiecentra.nl | www.cardiologiecentra.nl



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

Maak kennis met onze raamdecoratie collectie



John & Nicolette

Wij van Dina Raamdecoratie presenteren met trots onze nieuwe collectie **raamdecoratie** en **vloeren**. Wij bieden u een breed scala aan modieuze raambekleding die een verrijking is voor uw woonruimte. Met oog voor stijl en gemak. Deze collectie is met veel zorg samengesteld door onze professionele adviseurs en styliste. Wij bieden u de mogelijkheid uit verschillende producten, stijlen en honderden kleuren te kiezen.

Laat u vrijblijvend informeren en inspireren.

Dina Raamdecoratie

Voor het complete plaatje!

www.dina-raamdecoratie.nl

Oude Bredaseweg 26, Etten-Leur | 076-5022747 | dinaraamdecoratie@planet.nl
Geopend: di. t/m vr. 9.00 - 15.00 uur, za. 9.30- 13.00 uur, zo. en ma. gesloten



**DUETTE,
PLISSÉ, HOUTEN
BLINDS EN
VOUWGORDIJNEN
20%
KORTING**

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.



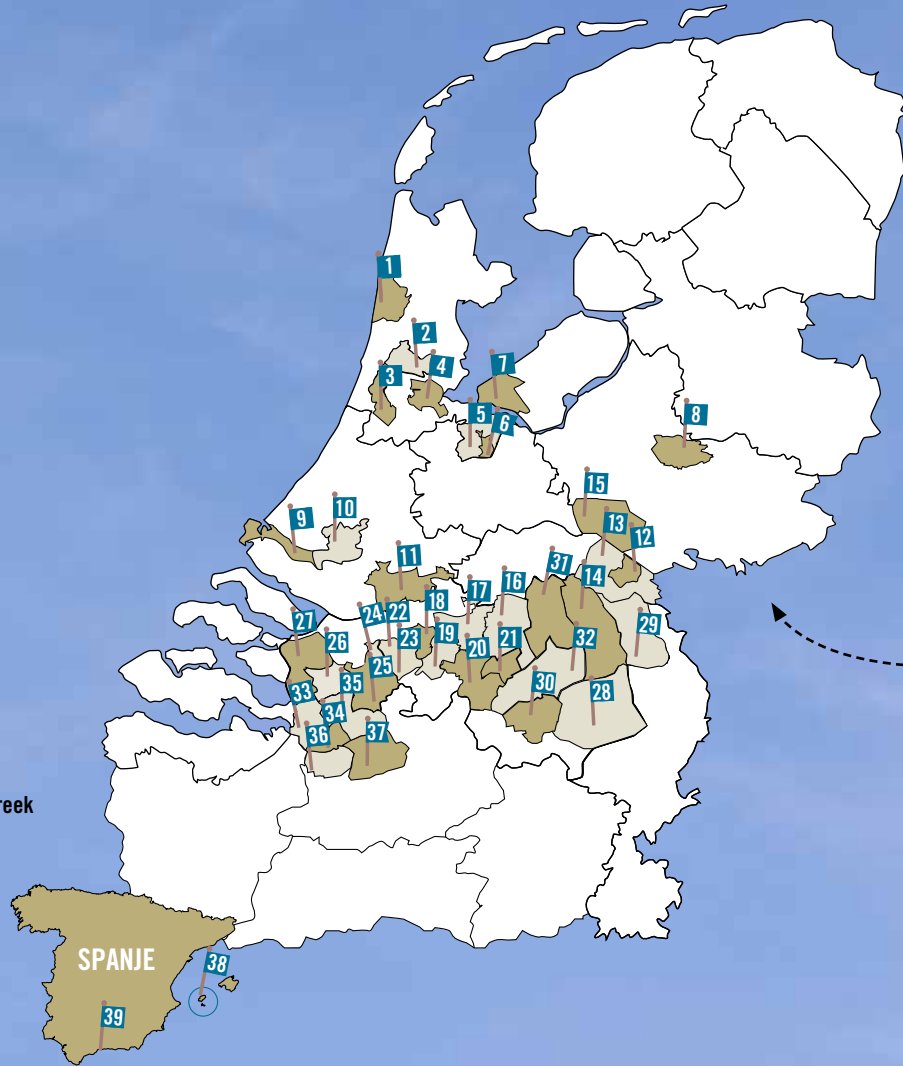
Schrijf je nu in en ontvang mijn GRATIS Body & Mind Guide!

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



MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

1. Alkmaar
2. De Zaanstreek
3. Haarlem
4. Amsterdam
5. 't Gooi
6. Hilversum
7. Almere
8. Zutphen
9. Waterweg
10. Rotterdam
11. Drechtsteden
12. Nijmegen
13. Rijk van Nijmegen
14. De Maashorst
15. Overbetuwe
16. Den Bosch
17. De Langstraat
18. Oosterhout
19. Reeshof
20. Tilburg
21. Oisterwijk
22. Breda
23. Ginneken
24. Prinsenbeek
25. Etten-leur
26. Roosendaal
27. Bergen Op Zoom
28. De Peel
29. Land van Cuijk
30. Eindhoven
31. Rosmalen
32. Oirschot-Best
33. Kapellen
34. Brasschaat
35. Belgische Grensstreek
36. Schilde, Schoten
's-Gravenwezel
37. De Kempen
38. Ibiza
39. Costa del Sol



BRUIST

JOUW PARTNER IN WEL
39 *Bruisende* regio's



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.ettenleurbruist.nl.

Maak kans op

Pizzolato Spumante

De Pizzolato Spumante Rosé is, naast dat het een hele gave fles is, een mooie, zachte en droge wijn met een fraaie roze kleur. In de smaak proef je een zachte, aanhoudende mousse. Deze mousserende wijn is gemaakt van de Glera druif. Een feestelijke fles die het goed doet op een borrel, feestje of gewoon een klein momentje om van te genieten.

NIX18



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

fles
rosé
zacht
mousse
genieten
wijn
lekker
pizzolato

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



RANGER

It gets the job done! Al vanaf € 32.710



www.vanmossel.nl/ford

Van Mossel