

BREDA 

JANUARI 2024 WWW.BREDA-BRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST



Gelukkig &  
gezond 2024!

Lees het interview met  
*Michael Pilarczyk*

# TRAPLEUNINGEN EN BALUSTRADES



## CREATIEF STAAL DESIGN OP MAAT

100% MAATWERK • 6 MAANDEN GARANTIE • OFFERTE BINNEN 48 UUR

BEN JE GEÏNTERESSEERD?



Scan de QR-code  
en bezoek de  
website voor  
meer info.

Ons bedrijf is ontstaan  
vanuit een passie voor staal  
en de vele mogelijkheden hierin.

Wij ontwerpen en realiseren onder andere:

STALEN DEUREN & KOZIJNEN

TRAPLEUNINGEN & BALUSTRADES

MEUBELS OP MAAT

STALEN TRAPPEN

Alles geheel op maat en daarmee uniek.



Everdenberg 341,  
Oosterhout  
0162-238052  
info@drmetaldesign.nl

Damien Rietvink  
Eigenaar



Fongers. Een echt Hollands fietsmerk dat haar oorsprong vindt in Groningen. Fongers was vanaf 1884 gevestigd aan de Hereweg in Groningen en pionier in de ontwikkeling van de klassieke Nederlandse toerfiets. Fongers legde zich vanaf 1884 toe op de fabricage van hoogwaardige rijwielen, die zeker in de jaren tot 1910 alleen waren weggelegd voor de koopkrachtige bovenlaag van de bevolking. Het bedrijf ontwikkelde een eigen productenlijn met veel specifieke details. Zo introduceerde het merk een eigen velgremstangensysteem en een Fongers stuurstop. De onverminderde keuze voor kwaliteit en duurzaamheid van alle Fongers modellen maakt dit merk ongekend populair binnen Nederland. Inmiddels is Fongers gevestigd aan de Gompensstraat in Waalwijk, waar de drang naar het leveren van een kwalitatief hoogwaardige fiets voor een eerlijke prijs onverminderd groot is.

# FONGERS. Een oerhollands fietsmerk met meer dan 80 verschillende e-bikes!

NUEVO Motinova Plus Disc



FONGERS®  
Distributed by Matrabike

## Nuevo FM

- Hydraulische schijfremmen
- Maximaal 150 km actieradius
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

€ 1499,-



## Fongers Basic LCD

- LCD Display met 5 ondersteuningsstanden
- Maximaal 150 km actieradius
- Shimano Nexus 3 naafversnelling



Vanaf:

€ 999,-



## Fongers RTR

- Hydraulische schijfremmen
- Maximaal 150 km actieradius
- 7 Shimano versnellingen



Vanaf:

€ 1699,-



★ Trustpilot



TrustScore 4.7  
4.480 reviews

### Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

Gompensstraat 21, 5145 RM Waalwijk,  
Nederland. Tel. 0416-342012

### Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

Kortrijksesteenweg 70, 9830 Sint Martens  
Latem, België. Tel. 038880990

### Matrabike Rumst (BE)

Antwerpsestraat 83, 2840 Reet  
(gemeente Rumst), België.  
Tel. 038880990



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

**matrabike**  
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

Heeft u vragen of wilt u meer informatie?  
Stuur dan een email naar:  
[klantenservice@matrabike.nl](mailto:klantenservice@matrabike.nl)

Kijk voor uw FONGERS fiets op:  
[www.matrabike.nl](http://www.matrabike.nl)

## 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 audiëns zijn van groot belang gebleken.

Wij zijn nog een van de weinige echt zelfstandige audiëns 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 er geen eigen risico berekend. Ook kunnen bij ons de slechthorenden terecht die hoortoestellen bij een andere audiëns 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

10



41



36



23



14



28

# Inhoud

## COLOFON

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

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**CUSTOMER CARE** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Wouter Visker  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Maaïke van Helmond  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Linda Groothuijse

f Like ons op Facebook.com/bredabruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2024. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Breda 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 35 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



VOORWOORD/JANUARI

Om te beginnen natuurlijk: de beste wensen voor 2024! Een jaar dat voor veel mensen ongetwijfeld weer is begonnen met goede voornemens: stoppen met roken, afvallen, vaker bij familie op bezoek... Ieder heeft zo zijn eigen voornemens, maar er is één ding dat de meeste mensen met elkaar gemeen hebben: het blijkt vaak best moeilijk om je aan die voornemens te houden. Om je daarbij te helpen geven we je verderop in deze nieuwste editie van Bruist een paar tips.

## Bruisende lezer,

Ook auteur en spreker Michael Pilarczyk heeft zo zijn eigen goede voornemens, niet alleen voor zichzelf, maar in feite voor iedereen: haal het beste uit je leven! Iets wat hij vol passie deelt tijdens zijn theatercollege *Rust in je hoofd*. Hij vertelde ons er meer over in het bruisende interview dat we met hem hadden.

En onze ondernemers? Ook zij hebben ongetwijfeld allemaal zo hun goede voornemens. Eén voornemen mag duidelijk zijn: hun klanten ook dit jaar weer blij maken met wat ze bieden. En wij helpen ze daar maar al te graag bij door hun inspirerende verhalen te blijven delen.

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 Ginneken Bruist en Prinsenbeek Bruist.

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

Stoppen met roken, een paar kilo afvallen, sporten, geld besparen en ga zo maar door. In januari beginnen we massaal met een schone lei. Hoor je het jezelf nog zeggen: "En dit jaar gaat het me echt lukken"? Wij geven je een aantal tips hoe je je echt aan die goede voornemens kunt houden.

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

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

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

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

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

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

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

**Wil jij meer tips om je goede voornemens vol te houden?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



### Winterliefde BOEKET

Breng stijlvolle warmte in huis gedurende de koude wintermaanden met dit prachtige boeket.



### Waanzinnige winter BOEKET

Weelderig, levendig en het ideale boeket om deze winter indruk mee te maken. Samengesteld met de prachtigste bloemen van het seizoen.



### Kleurrijke winter BOEKET

Breng sfeer in huis met dit levendige boeket vol kleur, perfect om de sombere winterdagen op te fleuren. Een absolute aanbeveling voor een warme en gezellige ambiance.

ONLINE BESTELLEN?

**SCAN DE  
QR-CODE**



*Bekijk online heel  
het assortiment!*

**BLOEM & PLANT**

*By Dennis Kuylaaars*

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

*Wij bezorgen je een goed gevoel!*

**TIP!**

Haal tulpen in huis, want januari is tulpentijd!



**DE MOOISTE BOS  
haal je bij ons.  
Kom langs!**

## DE SLIMME REISTAS\* voor trendy vrouwen

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



BodabagsFashion | @bodaszilvia

[www.bodabagsfashion.myshopify.com](http://www.bodabagsfashion.myshopify.com)



## THERMAE 4 YOU

Caviar Repair Crème, het klinkt niet alleen chic, dat is het ook. Met dit product breng je een beetje luxe wellness naar je eigen huis. De crème bevat maar liefst 80% echte Caviar Marine-DNA, wat bijdraagt aan het herstellen van het vochtgehalte, waardoor de huid er gladder, mooier en heerlijk soepel uitziet. Het is als een welverdiend spa moment, maar dan gewoon bij jou thuis.

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

## DORPOOH | NO SHIT!

it's a dog's bag!

Heb je genoeg van het gedoe met onhandige en onhygiënische hondenpoepzakjes? Bestel nu ...

'Het slimme groene poepzakje'

Door de **tissue** die bevestigd is aan het poepzakje voelt het **niet vies** en heb je steeds **schone handen** en **geen stank!** Duurzaam, stevig milieuvriendelijk en 100% biologisch afbreekbaar materiaal! Met de tissue kun je ook de **billetjes van je hond** schoonmaken! **Scan en bestel nu** en ervaar zelf de voordelen.



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



NIET  
VIES  
door de  
tissue

168 stuks  
€ 19,95



Doe  
mee en  
win



## PEUGEOT MAESTRO PEPERMOLEN

Peugeot, bekend om hun indrukwekkende auto's, biedt ook betaalbare culinaire creaties onder de naam Peugeot Saveurs. Met hun uitgebreide ervaring in smaken omarmen ze nu kruidenmolens, keramische ovenschotels, degustatieglazen en wijnaccessoires. Elk product van Peugeot Saveurs belichaamt de uitzonderlijke smaakbeleving van dit gerenommeerde Franse familiebedrijf.

[be.peugeot-saveurs.com/nl](http://be.peugeot-saveurs.com/nl)



D

# Gelukkig en gezond nieuwjaar!

Scan  
de  
QR-code

## KUNSTBOOMPJE VAN DEZE MAAND: PERFECT CADEAU VOOR DIERBAREN!

Dit betoverende vlinder kunstboompje in een bronzen schaal is het perfecte cadeau voor de het nieuwe jaar.

Met zeven heldere blauwe vlinders symboliseert het hoop, verandering en groei. Het staat voor transformatie en de vrijheid om nieuwe kansen te omarmen. Ontdek betoverende cadeaus bij Seta Fiori voor januari! Van dit vlinderboompje tot feestelijke verrassingen, onze webshop heeft alles om de het nieuwe jaar te vieren.



seta fiori



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

## INNOVATIEVE FOUNDATIONSPRAY VAN THAT'SO

Face Up, een innovatieve foundationspray aan te brengen met een make-up kwast, creëert een prachtige en egale glowy teint met een filtereffect op het gezicht. Het vermindert de zichtbaarheid van onvolkomenheden en bevordert een heldere, uniforme look. Beschikbaar in Perfect, Light, Medium, Dark en Extra Dark Nude, won het onlangs de Best Innovation Make Up 2023 award. 75 ml, € 38,-, [www.thatso.nl](http://www.thatso.nl)



## LEZERSACTIE\* Maak kans op het nieuwe boek van Faya Lourens

Fajah 'Faya' Lourens presenteert met trots Killerbody Lifestyle, een programma dat draait om mindset. Verlies gemakkelijker gewicht, behoud je resultaten en verbeter je welzijn. Ontdek nieuwe vegetarische en veganistische recepten en voedingsplannen.

[www.fayaofficial.com](http://www.fayaofficial.com) TAG #FAYA



## LEZERSACTIES\*

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

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

## BRUIST Deals

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





# We kunnen minder met 'moeten' en 'willen'!?

Marleen, eigenaresse van Alma (Ziel) Therapie, en Lisette, eigenaresse van Forsa (Kracht) Massagepraktijk samen vormen wij Alma Forsa wat staat voor Zielskracht.

**December, een drukke feestmaand, is net achter de rug.** Alleen is december tegenwoordig niet meer de enige drukke maand die we kennen. De agenda's staan tegenwoordig bomvol met van alles wat we "moeten" en willen doen. Is dit altijd nodig?

Als vrouwen leren we van jongs af aan om voor anderen te zorgen, en over het algemeen zetten we onze eigen wensen en behoeften ergens onderaan de lijst. Het gevolg hiervan is dat we steeds verder verwijderd raken van ons eigen IK. En dat is jammer, want juist door dichterbij jezelf te blijven en jezelf beter te leren kennen, kun je met meer liefde en energie voor anderen zorgen zonder dat het ten koste gaat van jezelf



**Ons missie:** Vrouwen zichzelf laten accepteren zoals ze zijn. Dit bereiken we door verschillende thema's die met het vrouw-zijn te maken hebben aan bod te laten komen

tijdens onze Selfcare Cirkel dagen en avonden. Door de 'ongemakken' te erkennen en te leren accepteren, kun je veel beter op de golven van het leven meedeinen in plaats van er tegenin te gaan. Zonder de minder leuke dingen zou het leven ook maar saai zijn. 😊

**Hoe?** Vanuit ontspanning en een veilige omgeving stippen we verschillende onderwerpen aan, bv borsten, vrouwelijke cyclus (zowel overgang als menstruatie), hormonen, vrouwelijke seksualiteit etc etc. Van ons krijg je diverse tools om uit te proberen en zo de perfecte match te vinden, die bij jou als persoon past. Want eerlijk is eerlijk er zijn meerdere wegen die naar Rome leiden en ieder persoon heeft een eigen tempo.

De aangereikte tools zijn zeer praktische oefeningen, die in het dagelijks leven in te passen zijn. Nieuwsgierig geworden en wil je meer van ons weten, snuffel lekker rond op ons website: [www.almaforsa.nl](http://www.almaforsa.nl).



voor meer informatie  
scan de qr-code of ga naar  
[www.almaforsa.nl](http://www.almaforsa.nl)

T. 0612934835 ( Lisette )  
T. 0618894487 ( Marleen )  
E. [info@almaforsa.nl](mailto:info@almaforsa.nl)




# MAAK JE OUTFIT COMPLEET

Heb je een mooie nieuwe outfit en wil je die completeren met bijpassende accessoires? Breng dan eens een bezoekje aan de stijlvolle winkel van Brandfield aan de Houtmarkt in Breda. Klassiek modern is de term die onze stijl het beste omschrijft.

We hebben een zeer uitgebreide collectie bestaande uit 6.000 items en online heb je natuurlijk nog veel meer keuze. Heb je iets op onze website gezien? Dan is het geen enkel probleem om je favoriete item gratis en geheel vrijblijvend naar onze winkel te laten komen, zodat je kunt kijken of het echt is wat je wilt.



 BRANDFIELD | Houtmarkt 41, Breda | 076-7002762 | breda@brandfield.nl | [www.brandfield.nl](http://www.brandfield.nl)

ISABEL BERNARD PARIS |  BUDDHA TO BUDDHA | MICHAEL KORS |  LOTT. givielli |  JACQUES DE MANDEUR | VIOLET HAMDEN  
TOMMY HILFINGER | Mats Meier | G-SHOCK | PARTE DI ME FIRENZE | GUESS | CLUSE

De populairste **goede voornemens** zijn gezonder eten, meer sporten, stoppen met roken en financieel beheer.

**Januari** is de maand met een toename van inschrijvingen bij de sportschool.

Tijdens **Dry January** drink je geen alcohol als gezondheidsuitdaging.

De derde maandag van januari staat bekend als **Blue Monday**, de veronderstelde meest deprimerende dag van het jaar.

In januari ervaren voedings- en dieetbedrijven vaak een **toename van verkoop** door zoekende individuen. Hoewel velen hun goede voornemens niet volhouden, is het normaal om terugval te ervaren; **realistische doelen** en doorzettingsvermogen zijn essentieel.



# ‘Bij ons is schoon meer dan gewoon’

Ze zagen een behoefte in de markt en speelden daar zo'n drie jaar geleden samen op in: Wim Frerejean en Martin Ebben. “Bij ons in de regio bleek er zoveel vraag te zijn naar goede schoonmakers, dat wij een kans zagen en samen begonnen met Schoonmaakbedrijf W&M. Sindsdien zijn wij in de regio Breda en omstreken hét adres waar je moet zijn als je op zoek bent naar een goede en betrouwbare partner op het gebied van glasbewassing en dergelijke.”

“In principe kun je bij ons terecht voor alle schoonmaakwerkzaamheden in en om het huis”, vertelt Wim. “Maar onze focus ligt op glasbewassing en het reinigen van terrassen, dakkapellen, boeiboorden en daken, zowel voor particulieren als voor zakelijke klanten, instellingen en vve's. Over het algemeen doen we al het werk zelf en beschikken we ook over alle materialen om dit goed uit te kunnen voeren. Voor de wat grotere klussen kunnen we – indien nodig – ook gebruikmaken van de diensten van ons netwerk aan zzp'ers in de schoonmaakbranche, die dezelfde normen en waarden nastreven als wij.”

Schoon moet gewoon ook echt schoon zijn, vinden ze bij Schoonmaakbedrijf W&M. “Het leveren van kwaliteit staat bij ons dan ook zeer hoog in het

vaandel en we zetten graag net dat stapje extra om verwachtingen te overtreffen.” Daarnaast noemen de heren betrouwbaarheid en het nakomen van afspraken een vanzelfsprekendheid in hun werk. “Bovendien denken wij er continu over na hoe wij zo duurzaam mogelijk kunnen werken, met producten die het milieu zo min mogelijk schaden.”

**Ben je benieuwd of Schoonmaakbedrijf W&M ook iets voor jou kan betekenen?** Neem dan nu contact op en ze informeren je graag over de mogelijkheden.





# DE BELL

SCHILDERWERKEN



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

06 20 20 34 09

## DAGJE UIT SNEEUWBAL WINTERFESTIVAL



Het winterseizoen is ook dit jaar weer hét seizoen van het Sneeuwbal Winterfestival. Van knisperende vuren, foute skipakken en maffe winterse outfits, verse sneeuw en glühwein tot en met après-ski en braadworsten! Verdeeld over zeven verwarmde en overdekte area's veroorzaken je favoriete artiesten weer een lawine van stomende beats. Dit jaar pakken ze het zelfs extra groots aan, want het is Sneeuwbal's tiende Verjaardagsfuif. Dit wil je niet missen! Het Sneeuwbal Winterfestival vindt plaats op 27 januari, van 14.00 tot 23.00 uur, in het Utrechtse Park Transwijk. **Kijk voor meer informatie op [www.sneeuwbalfestival.nl](http://www.sneeuwbalfestival.nl).**

## FILMPJE KIJKEN ONE LIFE

One Life vertelt het waargebeurde verhaal van Sir Nicholas Winton, door wiens inspanningen aan de vooravond van de Tweede Wereldoorlog meer dan zeshonderd voornamelijk Joodse kinderen uit de handen van de nazi's werden gered. Vijftig jaar later verwijt Nicholas zichzelf echter dat hij niet genoeg heeft gedaan om alle kinderen te redden. Pas als het BBC-programma 'That's Life!' hem uitnodigt om in hun programma te verschijnen, gebeurt er iets waardoor hij eindelijk in het reine begint te komen met het schuldgevoel en verdriet dat hij al vijf decennia met zich meedraagt. **ONE LIFE is vanaf 4 januari te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN EEN NIEUW LEVEN



Engeland, 1949. Charlotte is gelukkig getrouwd en geniet van haar leven op het platteland, iets dat ze niet voor mogelijk had gehouden toen ze aan het begin van de oorlog als 13-jarig meisje met een kindertransport Duitsland moest ontvluchten. Maar dan duikt een oude vriend uit het verleden op in haar nieuwe wereld. Harry was haar beschermer toen ze niemand anders had en daar zal ze hem altijd dankbaar voor zijn, maar zijn aanwezigheid dreigt nu haar nieuwe leven te doen ontsporen. De oorlog is dan wel voorbij, maar het verleden laat je nooit met rust...

**EEN NIEUW LEVEN van Diney Costeloe is vanaf 16 januari verkrijgbaar.**

Ben je op zoek naar een lokale bouwpartner met verstand van zaken? Zoek dan niet verder, want BC Bouw is waar je moet zijn. “Om wat voor project het ook gaat, wij helpen iedereen om hun woonwensen waar te maken en staan ook klaar voor de zakelijke markt”, aldus eigenaresse Bianca Valentijn.

## Dé lokale bouwpartner van West-Brabant

Familiebedrijf BC Bouw is inmiddels alweer ruim vijftien jaar een begrip in de regio West-Brabant. “In die jaren hebben wij al aan heel wat mooie projecten mogen werken”, vertelt Bianca trots. “Of het nu gaat om een nieuwbouwproject of het verbouwen van een bestaande woning, renovatiewerkzaamheden of bijvoorbeeld het aanpassen van bedrijfsruimtes, maakt voor ons niet uit. Elk project is er één en daar zetten wij ons elke keer weer vol passie en enthousiasme voor in.”

### Persoonlijk contact en vertrouwen

Bij alles wat ze doen, staat voor Bianca en haar collega's het persoonlijke contact met de klant voorop. “Dat wordt ook bijzonder gewaardeerd, blijkt wel uit de vele positieve reviews die wij krijgen op [www.bouwnu.nl](http://www.bouwnu.nl). Daarnaast werken wij zo transparant mogelijk, komen we onze afspraken na en denken we maar al te graag met de klant mee over de best mogelijke

oplossingen. Bovendien zijn we aangesloten bij Bouwend Nederland en BouwGarant wat onze klanten alleen nog maar meer vertrouwen en een stukje extra zekerheid geeft.” Het mag duidelijk zijn: wie met BC Bouw in zee gaat, kan ervan uitgaan dat hij vakmensen in huis haalt. “Vrijwel alles wordt door onze eigen mensen gedaan en voor die specialistische werkzaamheden waarvoor wij zelf geen mensen in huis hebben, werken wij samen met vaste partners uit de regio. Stuk voor stuk betrouwbare partijen, die net als wij altijd streven naar de hoogst haalbare kwaliteit.”



**Wil je ook prettig wonen en werken?**

Scan de QR-code en ga naar [www.bcbouw.nl](http://www.bcbouw.nl)

Keukeheidstraat 10, Sprundel • 0165-383533 • Eigenaren: Bianca en Corné Valentijn





# Carnaval én uitverkoop bij Stof&Wol!

Bij Stof&Wol vind je 200 m<sup>2</sup> aan stoffen, wol en furnituren. We hebben een groot, veelzijdig en eigentijds assortiment.

Belcrumweg 30, Breda  
076-5327424  
info@stofenwol.nl  
[www.stofenwol.nl](http://www.stofenwol.nl)

## Openingstijden

woensdag & vrijdag van  
10.00 tot 17.00 uur  
zaterdag van  
10.00 tot 16.00 uur



Het gaat dit jaar wel heel erg snel: al vroeg in februari is het weer carnaval. Dat wordt dus een hele drukke januarimaand bij Stof&Wol. Want niet alleen komt iedereen dan langs om zelf een carnavalsoutfit te maken of te pimpen, ook is het onze maand voor de winteruitverkoop. In februari komen de eerste nieuwe voorjaarsstoffen immers al weer binnen en daar moet dan wel ruimte voor zijn!



## Aan de slag met de naaimachine voor carnaval

Ben je weer toe aan een nieuwe zelfgemaakte outfit, dan ben je bij Stof&Wol natuurlijk aan het goede adres. We hebben stoffen genoeg en denken graag met je mee over wat nodig is. Of je nu alleen voor jezelf iets maakt, voor een vriendengroep of voor een deelname aan de optocht. En zo nodig kunnen eventuele grote hoeveelheden ook probleemloos bijbesteld worden, kom dan wel op tijd.

## Of ga lekker breien!

Altijd fijn met carnaval: een muts of sjaal voor wanneer het buiten wat kouder is. En dan natuurlijk in de kleuren van je stad of dorp of passend bij je kiel. Niet alleen



hebben we daar voldoende garen voor in huis, ook helpen we je op weg met patronen. Bij aankoop van het benodigde breigaren krijg je die digitaal of op papier gratis erbij. Voor een klein bedrag zijn ze ook te koop via onze webshop.

## Volop uitverkoop

En dan is het natuurlijk volop uitverkoop! De seizoensstoffen zijn deze maand fors afgeprijsd, dus kom langs in winkel of webshop en sla je slag. De aanbiedingsstoffen van voorgaande jaren zijn bovendien nu nog meer afgeprijsd, met name in de winkel. Ideaal als je niet zoveel hebt met carnaval, maar wel graag anders creatief bezig bent.

## Ben je al toe aan de nieuwe collectie?

Heb dan nog heel even geduld, want vanaf februari komt deze weer binnen. Dan hebben we ook weer de nieuwste editie van Fibre Mood, mét de daarbij behorende stoffen!

Wat je dus ook wilt doen voor carnaval, graag tot ziens in onze winkel aan de Belcrumweg. En met carnaval zelf dan misschien ook in de stad!

*Lilinn*

P.S. Houd er wel rekening mee dat de winkel de eerste week van januari, dus van 1 tot en met 7 januari, is gesloten vanwege het jaarlijkse opnemen van de voorraad!



**Michael Pilarczyk:****‘Meditatie zou verplicht moeten worden voor iedere werkende Nederlander’**

Michael Pilarczyk staat in het voorjaar van 2024 met zijn theatercollege *Rust in je hoofd* in de Nederlandse theaters. Hierin vertelt de 54-jarige auteur en spreker over mentale gezondheid en hoe je het beste uit je leven kunt halen. “Eigenlijk zou een uur meditatie verplicht moeten worden in de agenda van iedere werkende Nederlander.”

De stress, drukte en chaos van de huidige maatschappij zijn op den duur funest voor de geestelijke gezondheid, meent Pilarczyk. “Wij mensen, en dan met name Nederlanders, vliegen vaak van hot naar her, waardoor we heel druk zijn in ons hoofd. Hierdoor ontstaat stress en veel narigheid. En die stress kan uiteindelijk uitmonden in burn-outs.”

**INSPIRATIEBRON** Pilarczyk wil met zijn theatercollege een inspiratiebron zijn voor het publiek. “Ik neem de toeschouwers mee aan de hand van een fictief verhaal over een man die een einde aan zijn leven wil maken. In het bos loopt hij een man tegen het lijf die de waanzin van de werkelijkheid is ontstegen. Hij is gestopt met werken en in een hutje in het bos gaan wonen. Daar vertelt hij allemaal wijze levenslessen.”

**MASTER YOUR MINDSET** Naast de theatertour en diverse masterclasses heeft de op Mallorca wonende Pilarczyk de afgelopen jaren ook diverse zelfhulpboeken geschreven. “Ik heb inmiddels zes boeken op mijn naam staan. Master Your Mindset is een bestseller geworden; er zijn ruim 300.000 exemplaren van verkocht. Daar ben ik heel trots op. In dat boek benadruk ik nog maar eens hoe belangrijk de mentale gezondheid is en hoe je zelf verantwoordelijk bent om je mooiste leven te kunnen leiden.”

*Michael Pilarczyk staat vanaf maart 2024 weer in de theaters met zijn voorstelling Rust in je hoofd. Bekijk de speellijst op Theater.nl.*

**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

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

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

# Verrassend dineren, vanzelfsprekend borrelen



Het Van der Valk Hotel in Breda is zestien jaar jong. Met 127 kamers (waaronder verschillende luxueuze themasuites), 24 vergaderzalen, een binnenzwembad met sauna, whirlpool en hamam, een fitnesszaal en een buitenterras inclusief speeltuin voor de kinderen is het hotel helemaal van deze tijd. De bosrijke omgeving, dichtbij het bruisende centrum van Breda, maakt het plaatje compleet. Zowel zakelijke als leisure gasten kunnen gebruikmaken van alle faciliteiten.

#### **Wohrmann's bar**

Met het compleet vernieuwde interieur brengt de Wohrmann's bar een stukje New York chic naar Breda. Geopend in 2021 en de perfecte plek voor een zakelijke bespreking, een heerlijke lunch of een cocktail in de avond.

GEZELLIG BORRELEN,  
DAT DOET U HIER!



VAN DER VALK  
HOTEL BREDA

Princenhagelaan 5, Breda  
receptie@vandervalkbreda.com  
[www.vandervalkbreda.com](http://www.vandervalkbreda.com)

+31 76 522 60 55  
24u bereikbaar  
lokaal tarief







SenseCity



## Geef je immuunsysteem een boost bij wellness SenseCity in Breda

Duik in de winterse warmte bij Health Wellness SenseCity in het Ginneken, Breda! Laat je betoveren door onze exclusieve Permsal magnesiumbehandelingen, die je immuunsysteem een krachtige boost geven. **Magnesium wordt effectief en direct door je huid opgenomen**, waardoor je lichaam en geest ontspannen en stress verlicht wordt. Na een dagje Health Wellness voel je je als herboren, klaar om het seizoen vol vitaliteit en weerstand te trotseren. Geniet solo of neem gezelschap mee en ontdek de ultieme Health Wellness-ervaring in Breda. Ontdek al onze wellness en beauty behandelingen op onze website!

## Dieper slapen door magnesium

Magnesium is als de superheld van een goede nachtrust! Het doet meer dan je denkt. Dit wondermineraal regelt de neurotransmitters, zoals melatonine, die verantwoordelijk zijn voor je slaap. Als je 's nachts woelt en draait, kan een tekort aan magnesium de boosdoener zijn. Gelukkig kun je makkelijk je magnesiumniveau aanvullen door magnesium via de huid op te nemen! Magnesium laat je spieren ontspannen en je zenuwstelsel tot rust komen, waardoor je in een diepe, herstellende slaap valt. Ook bevordert magnesium je bloedcirculatie, waardoor een gevoel van warmte en comfort ontstaat. Dus, duik in die magnesiumboost, en laat die zoete dromen maar komen!

## Permsal Magnesium Experience

SOLO: €99 - DUO: €95 pp - GROEP vanaf 4 personen: €90 pp

Wat maakt de Permsal Magnesium Experience zo bijzonder? Wel, magnesium is een essentieel mineraal dat bewezen effectief via de huid wordt opgenomen en een tal van voordelen biedt voor je lichaam en geest. Het ondersteunt bij het verminderen van stress, het verbeteren van je slaapkwaliteit en het verlichten van spierspanning. Bij SenseCity bieden we een unieke manier om de voordelen van magnesium te benutten voor een onvergetelijke wellnessbeleving. Geniet samen 2,5 tot 3 uur lang van vijf revitaliserende behandelingen:

- Magnesium voetenbad
- Infraroodoeken met magnesium lichaamspakking & gezichtsmasker
- Andulatiemassage
- Drink een magnesiumrijke smoothie in de rustgevende lounge
- Infraroodcabine
- Floaten in magnesiumwater

Ook bieden we **voordelige rittenkaarten** voor een wekelijkse/maandelijkse boost. Bekijk de tarieven online en vraag aan via de receptie op locatie. Dus waar wacht je nog op? **Reserveer nu online**, laat jezelf verwennen en geniet van deze unieke kans om samen heerlijk te ontspannen.

**📺 Geef ontspanning cadeau op feestelijke gelegenheden!** Bestel de cadeaukaarten via onze website of haal ze op bij ons op locatie.



OASE VAN RUST

chocolatne parementie



Diep ontspannende massages



SenseCity<sup>®</sup>  
Health Wellness in Breda

Reserveer hier



Volg ons @sensecity.nu

Tel. 076-785 74 65  
Mail: info@sensecity.nu

Ginnekenweg 11-13  
4818 JA Breda





Sinds 2006 brengen wij maandelijks schitterende magazines uit. En vandaag de dag doen we dit in maar liefst 35 verschillende regio's verdeeld over Nederland, België en Spanje. Dit succes hebben we enkel kunnen realiseren dankzij het vertrouwen van onze gewaardeerde klanten en we zijn er buitengewoon trots op dat we al jarenlang zoveel tevreden klanten mogen bedienen.

De transformatie die onze Bruist magazines hebben ondergaan, van eenvoudige folders tot prachtige magazines, is werkelijk opmerkelijk. We koesteren deze groei en voelen ons dankbaar voor de evolutie die we hebben doorgemaakt. Gedurende de jaren hebben we waardevolle ervaringen opgedaan en hebben we geleerd wat wel én niet werkt.

Deze ervaring heeft ons geleid naar een geheel nieuwe visie: dat we bedrijven willen helpen om op de juiste manier te communiceren in print, online en op social media, waardoor de naamsbekendheid omhoog gaat.

# Wil je ook meer naamsbekendheid?

## *Maar wat betekent naamsbekendheid voor jouw merk?*

Het betekent niet alleen dat mensen jouw logo herkennen of 'wel eens van je hebben gehoord', maar vooral dat jouw doelgroep jouw merk identificeert en begrijpt waar het voor staat.

## **Waarom is naamsbekendheid zo belangrijk?**

Al sinds de opkomst van marketing wordt er hard gewerkt aan het opbouwen van naamsbekendheid. Wanneer consumenten op zoek zijn naar een dienst of product, neigen ze eerder te kiezen voor een bedrijf dat ze al kennen. Dit draagt bij aan de loyaliteit van bestaande klanten.

Adverteren in de magazines van Bruist heeft niet alleen tot doel om nieuwe klanten te werven, maar ook om bestaande klanten te informeren over jouw prachtige producten en diensten, wat

uiteindelijk zal resulteren in een stijging van je omzet.

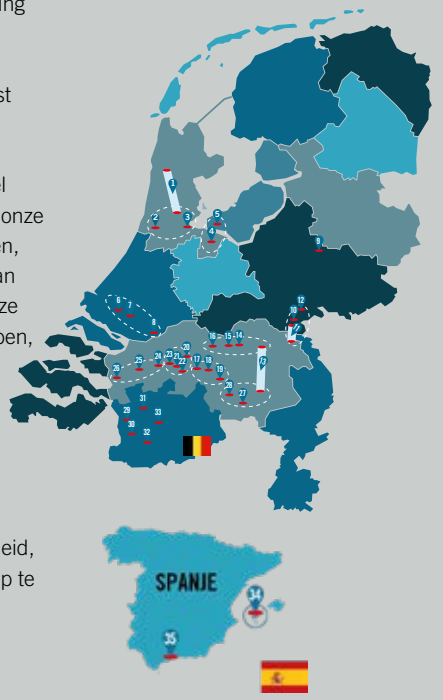
Ons doel is om bedrijven op de meest complete manier bij te staan. Dit doen we door middel van langdurige samenwerkingen, met als ultiem doel onze klanten te ontzorgen. Wanneer onze klanten grotere doelen willen bereiken, gaan wij met een ongekende inzet van 200% voor hen aan de slag. De talloze succesverhalen die we te delen hebben, getuigen van onze toewijding en expertise.

Mocht je meer willen weten over de unieke mogelijkheden die we in huis hebben om jouw bedrijf te helpen bij het vergroten van de naamsbekendheid, aarzel dan niet om contact met mij op te nemen via +31 6 42 72 05 54 of [lorenzo.bossers@nederlandbruist.nl](mailto:lorenzo.bossers@nederlandbruist.nl)

**Met bruisende groet,**

*Lorenzo Bossers*

**Sales Manager  
Nederland Bruist**



Benieuwd naar onze unieke mogelijkheden? **Maak dan nu een afspraak!**

# Uitwaaien en genieten aan de Zeeuwse kust

Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied de Zeepedijnen 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.



Boutique Hotel Ter Zand



HOTELS BY SHEETZ

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 voorzien van alle gemakken. 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.



*Gewoon er even  
helemaal uit!*

## Optimaal genieten!

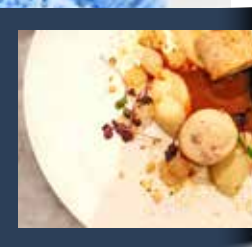
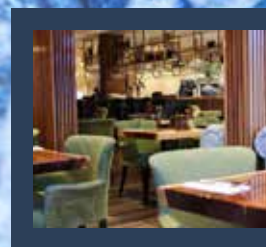
Boutique Hotel Ter Zand biedt zijn gasten allerlei faciliteiten, zoals **het verhuren van fietsen**, waardoor ze heerlijk de omgeving kunnen verkennen.

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

Daarnaast kun je 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*



**LE POIRIER**



Boutique Hotel Ter Zand Hogeweg 59, Burgh-Haamstede | Tel. 0111-764799 | [www.sheetz.nl/boutiquehotelterzand](http://www.sheetz.nl/boutiquehotelterzand)

HOTELS BY SHEETZ



JOHNBEERENS  
COM

# BRUIST BEAUTY TIPS

BY JOHN BEERENS

Happy New Hair! Vergeet bij het maken van je goede voornemens voor 2024 zeker je haar niet. **John Beerens**, kapper en CEO van johnbeerens.com, deelt maandelijks de beste beautytips voor een stralende look!

# JOHN'S GOEDE VOORNEMENS

## Kies de Juiste Producten

Investeer in goede producten voor je haar, te herkennen aan 'Vrij van Siliconen en Parabenen' en ga voor Clean Beauty. Zeg in 2024 hallo tegen gezonder haar!



## Ga Voor een Extraatje

Vitamines! Niet alleen goed voor je haar, maar voor je totale gezondheid. Deze Sugarbearhair vitamines voeden jouw haar van binnenuit, waardoor je haar sterker en elastischer wordt en minder snel breekt.



## Breng de Magie aan

Gebruik een actief haarserum zoals het L'Alga SeaLush Serum. Dit serum herstelt droog of beschadigd haar en voorkomt gespleten haarpunten.

## Sport Je Haar Gezond

Sporten is goed voor je hele lichaam en een goede basis voor gezond haar. Zo verbetert sporten de haargroei door het afvoeren van gif- en afvalstoffen & verhoogde bloedcirculatie. Op naar een gezond 2024!



## Meer informatie?

Beautycare johnbeerens.com

+31 13 530 2010

[beautycare@johnbeerens.com](mailto:beautycare@johnbeerens.com)

# Huidverzorging voor *mannen*

De populariteit van huidverzorging voor mannen groeit gestaag, met steeds meer flesjes en potjes naast de vertrouwde deo en zeep. Ondanks een verzorgingstijd van twintig minuten, brengt een man 's ochtends slechts vijf minuten minder door in de badkamer dan een vrouw. Hoog tijd voor een reeks sprankelende tips speciaal voor deze beauty-junks.



**DOUCHEN:** Een goede verzorging begint met douchen. Gebruik een mild reinigende douchegel en probeer een oppeppende wisseldouche om de bloedsomloop te stimuleren. Kies na het douchen voor een bodylotion of olie op basis van je huidtype en het seizoen.

**SCHEREN:** Gebruik voor nat scheren een pre-shave en na het scheren een aftershave.

**GEZICHTSCRÈME:** Een gezichtscrème met anti-age-technologie helpt rimpels te verminderen.

**NACHTWERK:** Gebruik bij een droge huid een nachtcrème voor vochtbehoud.

**GEURTJE:** Kies een neutrale geurige anti-transpirant en een deodorant die bij je eau de toilette past. Breng eau de toilette rechtstreeks op de huid aan om vlekken op kleding te voorkomen.

**EXTRA:** Geef je huid in de winter extra aandacht met een verkoelende repair-gel voor de ogen en verzorgende producten met fruitzuren voor een glad gezicht.

 A full-body photograph of a woman with curly blonde hair, wearing glasses, a white V-neck top, a white blazer, and blue jeans. She is smiling warmly at the camera.
 

The logo for VAT4, consisting of the letters 'VAT4' in white on a dark green rounded square background.

passie voor structuur

## ZULLEN WE HET ANDERS DOEN DIT JAAR?

Niet meer achter de feiten aanlopen, je privé administratie onder controle hebben, een agenda met ruimte voor jezelf, haalbare planningen, weten waar je prioriteiten liggen, een overzichtelijke mailbox of je huis eindelijk opgeruimd hebben. Klinkt goed toch?!

## Ben jij klaar voor rust, ruimte en overzicht?

Heb je een duwtje in de goede richting nodig of weet je niet waar te beginnen?

Neem contact met me op. Jij bepaalt je doel en ik help je op de weg ernaar toe!

## OPRUIMTIP

Begin met een kleine opruimplek, zoals een lade of een plank. Zoek deze uit, maak het schoon en zet het weer terug. Zo houd je het overzichtelijk en heb je direct resultaat!

A square QR code located in the bottom left corner of the right page.

 esther@vat4.nl  
  @vat4\_organize  
 +31 6 14 28 1003  
  VAT4

41

Wanneer u overweegt een prothese te nemen kunt u bij ons terecht voor een gratis en deskundig advies. We onderzoeken de mondholte grondig en bespreken vervolgens de mogelijkheden. Tijdens het behandeltraject besteden we veel tijd en aandacht aan onze cliënten. We streven altijd naar een perfect resultaat.

De specialisaties van de praktijk liggen op het gebied van **implantaten**, **protheses**, **frames** en **gedeeltelijke protheses**. Maar ook op het gebied van implantaatgedragen protheses is ruime vakkennis aanwezig.

**Alleen het beste van het beste is goed genoeg voor onze patiënten.**

*Inge van der Gaag*



- ✓ **Vast contactpersoon**
- ✓ **Snelle service bij reparatie**
- ✓ **Gratis eerste consult**
- ✓ **Gecertificeerd**
- ✓ **Patiëntvriendelijk**

42

# Inge weet raad

Een afgebroken tand, een scheur of een breuk in uw kunstgebit; het kan de beste overkomen. Gelukkig heeft Tandprothetische praktijk I.A. van der Gaag de kennis en ervaring in huis om reparaties aan uw kunstgebit snel en vakkundig te verrichten.



Stel reparaties aan uw kunstgebit niet uit en maak vandaag nog een afspraak om langs te komen in mijn praktijk aan de Alard Duhamelstraat in Breda. Ik begrijp dat het voor u niet prettig

is om zonder tanden rond te moeten lopen, daarom streef ik er altijd naar om reparaties zo snel mogelijk uit te voeren. Vaak kan de reparatie nog dezelfde dag worden uitgevoerd en zit u 's middags alweer met een stralend gebit aan de koffie.

Voor meer poetsadvies kunt u contact opnemen met Inge van der Gaag

Mocht er onverhoopt iets met uw kunstgebit gebeuren, neemt u dan telefonisch contact met mij op voor een afspraak. Ga vooral niet zelf proberen om uw kunstgebit te maken. Uit de praktijk blijkt dat dan de problemen uiteindelijk alleen maar groter worden. Laat de reparatie over aan een echte vakspecialist!

**En de kosten?** Een deel van de kosten wordt in de meeste gevallen vergoed door de zorgverzekeraar. De vergoeding kan oplopen tot wel 75%!

**Bent u benieuwd naar wat Tandprothetische praktijk I.A. van der Gaag voor u kan betekenen?** Maak dan snel een afspraak. U kunt voor de deur parkeren.



43

Mensen kunnen bij mij ook terecht voor controles en reparaties.

Wij zijn dagelijks telefonisch bereikbaar. Snelle service bij reparatie. U krijgt een advies op maat met een kosten en vergoedingen begroting.

**Een eerste consult is bij ons altijd gratis!**

**KUNSTGEBIT**

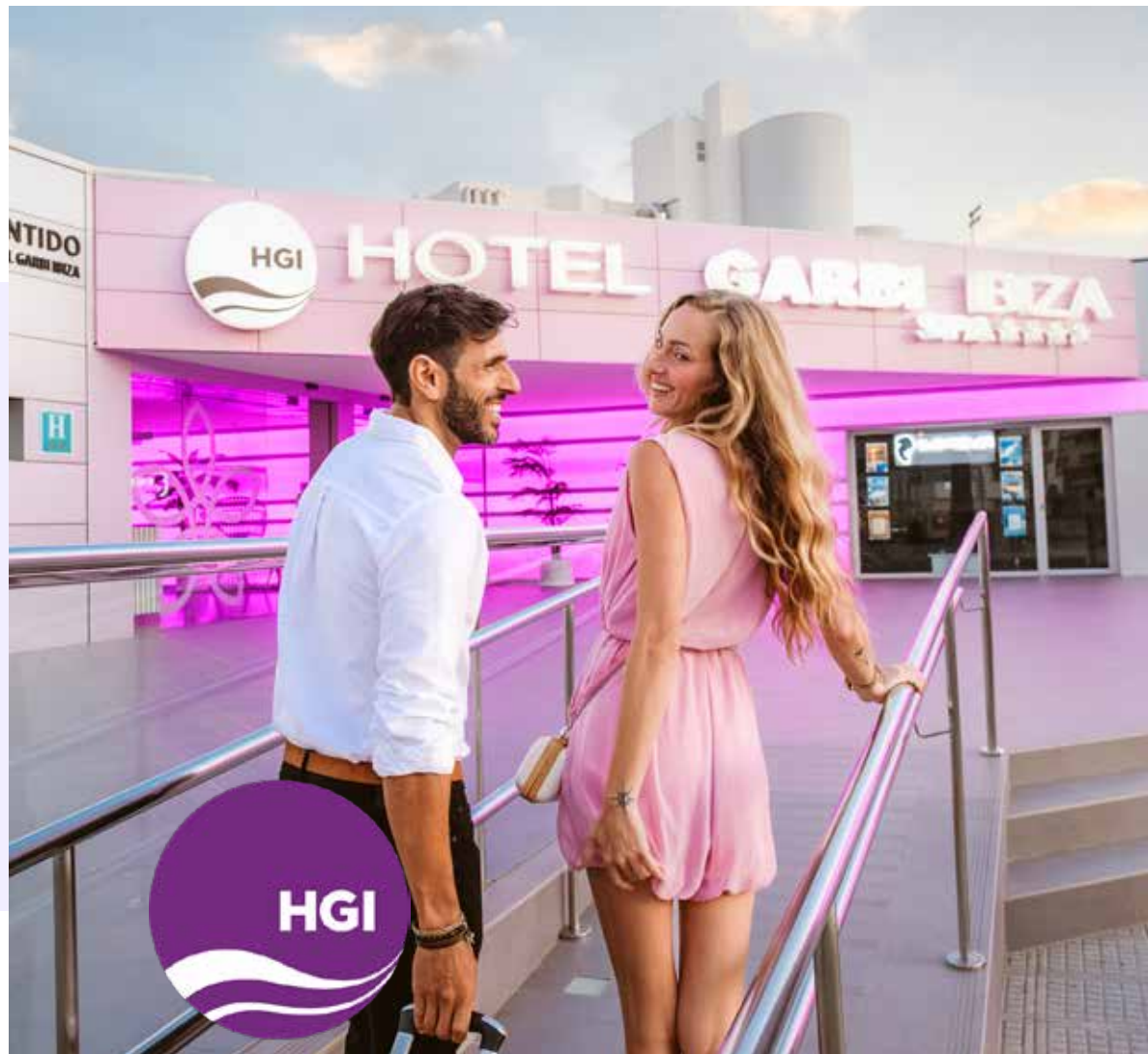
**FRAMEPROTHESE**

**IMPLANTATEN**

Tandprothetische praktijk  
I.A. van der Gaag  
Alard Duhamelstraat 78, Breda  
(076) 587 70 20

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





# HÉT HOTEL★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel aan het strand van 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](mailto:info@garbi-hotel.com) | +34 971 300007 | [www.hotelgarbi-ibiza.com](http://www.hotelgarbi-ibiza.com)

**Zit u krap bij kas, uw goud en merkhorloge zijn veel geld waard. Kom vrijblijvend voor een waarde bepaling, u ontvangt direct contant geld of via bank**

Tevens inkoop van gouden munten.  
Zilver, zilver bestek enz. enz.



**Lever nu oud goud of zilver in!**

(sieraden, munten, horloges,..)

Legitimatie verplicht • Leeftijd vanaf 18 jaar

• Voorwaarden in de winkel

SCAN DE QR-CODE  
voor meer info



**Juwelier Goudsmid Rijken**

Winkelcentrum De Burcht 38a - Breda  
Telefoon: 076-5657157

**New Støff**

meubelstoffering en meer



**Gun je lievelingsbank of stoel een tweede leven!**

*Josette van den Hoek*



EEN  
WERELD  
VAN  
VERSCHIL!

Mathenessestraat 75, Breda  
newstoff@kpnmail.nl  
[www.newstoff.nl](http://www.newstoff.nl)



**Bel 06 23572966 voor een afspraak!**

Poelier Geert Frijters heeft veertig jaar ervaring en in zijn speciaalzaak [geertkip.nl](http://geertkip.nl) verkoopt hij de lekkerste kipspecialiteiten... en nog veel meer!



GEGRILD



HAPJES



TAPASSHOTELS

Nieuwe Haagdijk 34, Breda  
076-5217055 | 06-24940388  
[info@geertkip.nl](mailto:info@geertkip.nl)

**geertkip.nl**

**Om je vingers bij af te likken...**

Alle producten zijn vers en worden met liefde en aandacht gegrild

**Gegrilde tv-sticks**  
per kilogram  
**€9,95**

Alleen geldig t/m 31 januari 2024



Hair & Looks  
Kappers

Ben je op zoek naar een goede kapper bij u in de buurt? Bij Hair & Looks gaan we bij elke knip- of kleurbeurt voor het beste resultaat.

Wij begrijpen dat iedere klant een unieke wens over zijn of haar nieuwe kapsel heeft. Daarom is ons deskundige team op te hoogte van de nieuwste haarstijlen en beste knip- en kleurtechnieken. Onze professionele kappers geven je bij elk bezoek weer vertrouwen en comfort, zodat jij gegarandeerd met een goed gevoel naar huis gaat.

Onze  
aandacht  
maakt je  
mooier!



**Maak nu een afspraak!**  
Bel **076-8894000** of scan de QR-code.



Klanten geven ons een **9,3** ★★★★★

Prins Hendrikstraat 116, Breda | +31 76 889 4000  
info@hairandlooks.nl | [www.hairandlooks.nl](http://www.hairandlooks.nl)

# ‘We zetten graag een stapje extra voor onze klanten’



John & Nicolette

**Van lamellen tot vitrage en van shutters tot magneetframes, we hebben het allemaal en bieden zelfs nog veel meer keuze op het gebied van raamdecoratie.**

We helpen onze klanten maar al te graag op persoonlijke wijze met ons deskundige advies. En ook na het geven van dat advies staan we nog gewoon voor je klaar. Bij ons draait het om het volledig ontzorgen van onze klanten. Dus we geven advies, komen bij je thuis inmeten en plaatsen de raamdecoratie vervolgens ook nog eens, en dat alles in eigen beheer.

Tevens hebben wij een zeer divers en modieus assortiment vloeren. Van tapijt tot pvc, je vindt het allemaal op onze site en in de winkel.

[www.dina-raamdecoratie.nl](http://www.dina-raamdecoratie.nl)



Meer info over onze collectie of het aanvragen van een offerte? Scan de QR-code!



## Dina Raamdecoratie

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

## Ook een glasheldere omgeving?

### MVO Schoonmaakdiensten regelt het voor je!

MVO is een klein schoonmaakbedrijf, maar wel met 25 jaar ervaring. Al ons personeel heeft ruime ervaring en wordt binnen het bedrijf goed opgeleid. Dit om alle schoonmaakwerkzaamheden goed en verantwoord te kunnen verrichten. Onze kracht is onze communicatie en goede afspraken omtrent werkzaamheden en werktijden.



Wil je dit ook?  
Maak dan een afspraak  
06 18 86 08 29

Postbus 1034, 4801 BA Breda | 06 - 18 86 08 29  
info@mvo-schoonmaak.nl | [www.mvo-schoonmaak.nl](http://www.mvo-schoonmaak.nl)

**MVO**  
Schoonmaakdiensten B.V.

# Dé salon voor iedereen!

Of je nu toe bent aan een nieuwe coupe of je haar in een ander kleurtje wilt laten verven, bij kapsalon **Coiffure de Milano** in Breda is iedereen welkom.

Maandag & dinsdag korting op knippen voor studenten en 65+

Kinderen knippen	€ 18,00
Heren knippen	€ 20,00
Dames knippen	€ 24,50
Dames kleuren vanaf	€ 32,00
Permanenten incl. knippen vanaf	€ 58,50
Epileren met touw vanaf	€ 13,50



Afspraak?  
076-5144407  
Maandag  
geopend

Dames- en herenkapsalon  
**Coiffure de Milano**

Mgr Nolensplein 26, Breda  
076-5144407

coiffuredemilano@gmail.com  
www.coiffuredemilano.nl



## DOE MIJ EEN TOPPERTJE

Speciaal geselecteerd voor de echte frietliefhebber.  
Kom jij ze snel eens proberen?



TOREN  
KAPSALON

TRUFFEL  
PARMEZAAN

CHEESE & BACON

ZELF AFHALEN  
OF THUIS LATEN  
BEZORGEN



Torenstraat 6, Breda | 076 - 205 52 14  
info@cafetariadetoren.nl  
www.cafetariadetoren.nl



**HOUT  
IJZERWAREN  
GEREEDSCHAPPEN**

**JAAK VAN WIJCK**  
Ginnekenweg 146  
BREDA  
www.jaakvanwijck.nl

## Altijd een sleutel die op uw slot past!

**MAAK NU EEN RESERVE!**  
Wij hebben de juiste sleutel voor u

We zijn per slot van rekening niet voor niets De Sleutelspecialist.

Heb je als ondernemer te maken met openstaande vorderingen die maar niet betaald worden? Geen probleem. Het deskundige team van Deurwaarderskantoor Van Dongen en Partners kan je debiteurenbeheer van A tot Z verzorgen. "Daarnaast zijn ook particuliere klanten bij ons aan het juiste adres voor juridisch advies", aldus **Alexander van Dongen**.



**VAN DONGEN  
& PARTNERS**  
incasso | gerechtsdeurwaarders

# Sterk in de incassomarkt

**DEBITEURENBEHEER VAN A TOT Z**

- ⊕ INCASSO VOOR MKB-ONDERNEMERS
- ⊕ HUURINCASSO
- ⊕ PRÉ INCASSO
- ⊕ DEBITEURENBEHEER
- ⊕ JURIDISCH ADVIES
- ⊕ GERECHTSDEURWAARDER

**BEKIJK ALLE MOGELIJKHEDEN  
OP ONZE WEBSITE**



Heb jij ook openstaande vorderingen of een juridische vraag? Neem dan vrijblijvend contact met ons op.



# Beautyruimte *verhuurd!* Astrid Hairdesign

Onze beautyruimte is verhuurd aan nagelstyliste Lusi Pro Nails. Laat je betoveren door Lusi, die ware meesterwerken creëert op je vingertoppen.



Lusi Pro Nails verwelkomt je met een uitgebreid aanbod aan diensten, variërend van trendy ontwerpen tot tijdloze looks. Of je nu kiest voor een Biab + Russische manicure, een subtiele French manicure of gedurfde nail art, Lusi streeft naar perfectie in elke penseelstreek. Hoogwaardige producten worden ingezet om duurzame en adembenemende resultaten te waarborgen.

**Aarzel niet langer en gun jezelf de ultieme nagelverzorging bij Lusi Pro Nails. Maak vandaag nog een afspraak via instagram: @lusi\_pronails!**



Hairdesign Astrid | Graaf Hendrik III Laan 155, Breda | 06-13485891 | [instagram: astrid\\_hairdesign](https://www.instagram.com/astrid_hairdesign) | [www.hairdesignastrid.nl](http://www.hairdesignastrid.nl)

## BROCKS HOMEOPATHIE

IS DÉ GESPECIALISEERDE DRUGISTERIJ IN HOMEOPATHISCHE- EN KRUIDENGENEESMIDDELEN, NATUURLIJKE HUIDVERZORGING EN VOEDINGSSUPPLEMENTEN.

Welk jaargetijde dan ook, wij staan altijd voor u klaar met het juiste advies en/of product.

**Wij wensen u een mooi en gezond 2024**

*Sanne Brocks*

Ginnekenweg 28, Breda | 076-5219313  
[www.brockshomeopathie.nl](http://www.brockshomeopathie.nl)

## Podologie & voetzorg sinds 1985



- Dé professional in paramedische voetzorg
- Behandeling voet- en enkelklachten
- Voetzorg bij diabetes, reuma, vaatlijden, sport
- Oncologische voetzorg en overige risicovoeten
- NATUURLIJK ÓÓK VOOR GEWONE VOETZORG

Nauwe samenwerking met fysiotherapie, medisch specialist, POH/ huisarts Ingeschreven in het Register Paramedische Voetzorg.

Behandeling op afspraak

**Podologie en Voetzorg Erna Smans**  
Roeselarestraat 480, Breda | 076 - 587 35 50

**Ook in de winter kan het heerlijk zijn om op een terras te genieten van een drankje.**

## Maar kunt u door alle geluiden om u heen het gesprek nog goed volgen?

Als u het idee heeft dat u minder goed hoort, kunt u uw gehoor gratis en geheel vrijblijvend door ons laten testen. En weet u dat u bij Hoorservice Schram:

- Gratis voor de deur kunt parkeren
- Uit alle typen en merken hoortoestellen kunt kiezen
- Aan huis geholpen kunt worden
- Ook s'avonds en op zaterdag terecht kunt

## Dat heeft u goed gehoord!

Aangezien wij graag tijd nemen om u goed te adviseren, werken wij alleen op afspraak.



**Hoorservice Schram**  
Groot Ypelaardreef 169  
Breda, (Tegenover  
Winkelcentrum De Burcht)  
076-5649706



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

**Op woensdag 17 januari is er een technicus van Widex / Coselgi aanwezig voor het uitvoeren van een gratis servicebeurt aan uw hoortoestel.**

# NO SHIT!

## 'Het slimme groene poepzakje'

Heb je genoeg van het gedoe met onhandige en onhygiënische hondenpoepzakjes? Maak kennis met het revolutionaire poepzakje van Dorpooh!

NIET VIES door de tissue

168 stuks  
€19,95

Door de tissue die bevestigd is aan het poepzakje voelt het niet vies en heb je steeds schone handen en geen stank! Met de tissue kun je ook de billetjes van je hond schoonmaken!

Duurzaam, stevig, milieuvriendelijk en 100% biologisch afbreekbaar materiaal!

**DORPOOH**  
*it's a dog's bag!*



Scan en bestel nu en ervaar zelf de voordelen.

info@dorpooh.com  
06 154 709 99  
www.dorpooh.com

## HEERLIJK GENIETEN BIJ BROODJE076



**BROODJE  
076**

WEIDEHEK 56-D, BREDA  
076-2300016  
INFO@BROODJE076.NL  
WWW.BROODJE076.NL



BESTEL JE  
BROODJES  
ONLINE!  
SCAN DE  
QR-CODE

## VOLLE LANGE WIMPERS?

Met wimperextensions heb jij op ieder moment van de dag schitterende volle en lange wimpers, zonder je hier veel moeite voor hoeft te doen.



*Book hier je afspraak*

**PRIME**  
BEAUTY AND NAILS

Charles Petitweg 7a1, Breda  
info@primebeautyandnails.nl | 06 192 205 02

# KOOTSTRA RIJOPLEIDINGEN.nl

# Wil je rijinstructeur auto worden?

Kijk op de website voor de openstaande vacatures!

Nog geen rijinstructeur?

Wij verzorgen ook de opleiding voor rijinstructeur auto bij Kootstra Rijopleidingen. Informeer naar de voorwaarden.



**OPENSTAANDE  
VACATURES!**

Kootstra Rijopleidingen | Mathenessestraat 59, Breda  
088-9800300 | [www.kootstrarijopleidingen.nl](http://www.kootstrarijopleidingen.nl)



# Extra genieten in januari!

In het hartje van Breda kun jij genieten van de **lekkerste broodjes**, **verrassende wijnen**, **verfrissende bieren** en nog veel meer. Reserveer nu jouw high tea, high wine of een gezellig lunch via de website of onderstaande QR-code.



Bestel online jouw broodje of reserveer een tafel [www.broodtoren.nl](http://www.broodtoren.nl)

🏠 torenstraat 16, Breda 📞 076 785 6611  
f @debroodtorenbreda ✉ info@broodtoren.nl



## DÉ SPECIALIST

IN BUITENZONWERINGEN, ROLLUIKEN EN HORREN



🌐 [www.wittebv.com](http://www.wittebv.com) 📍 Mathenessestraat 73, Breda  
✉ info@wittebv.com 📞 076 - 521 8642



**100 jaar**

One stop drukwerkshop, van kaartje tot complete brochure

Handel Reclame Digitaal

Drukkerij Frijters is hét adres voor al uw handelsdrukwerk, reclame drukwerk en digitaal drukwerk.

📧 info@drukkerij-frijters.nl 📍 Ginnekenweg 144, Breda  
🌐 [www.drukkerij-frijters.nl](http://www.drukkerij-frijters.nl) 📞 076 - 521 22 23

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

# Erwtensoep met prei en ui

Erwtensoep, ook bekend als snert, is een hartverwarmende winterklassieker. Deze dikke, groene soep wordt gemaakt van gedroogde erwten, varkensvlees, prei, selderij en kruiden. Het langzame kookproces geeft de soep een rijke smaak en romige textuur. Traditioneel geserveerd met roggebrood en spek, is erwtensoep een heerlijk troostend gerecht dat perfect past bij koude dagen.

4 PERSONEN • 100 MIN.

## INGREDIËNTEN

2 runderbouillonblokjes  
400 gr spliterwten  
1 laurierblaadje  
1 winterpeen  
1 aardappel, kruimig  
150 gr knolselderij  
1 prei  
1 ui  
paar takjes selderij  
1 rookworst

## BEREIDING

Breng 1,5 liter water met de bouillonblokjes, de spliterwten en het laurierblad aan de kook. Laat een uur zachtjes koken, roer af en toe door. Schil ondertussen de wortel, aardappel en knolselderij en snijd ze in stukjes.

Snijd de prei in ringen, pel de ui en snijd deze in fijne stukjes. Hak de selderij fijn. Na ongeveer een uur beginnen de spliterwten uit elkaar te vallen. Voeg de gesneden groenten en aardappel toe. Laat de soep nog een half uur zachtjes doorkoken. Snijd de rookworst in schijfjes en roer deze door de soep. Breng op smaak met peper en zout. Laat de soep nog 10 minuten pruttelen. De soep is vaak de volgende dag dikker van structuur en nog lekkerder.

Erwtensoep combineert goed met diverse gerechten en bijgerechten, natuurlijk afhankelijk van je persoonlijke voorkeuren. Hierbij enkele suggesties: roggebrood met katenspek, gerookte worst, appelstroop op een stukje brood voor een zoet contrast, geroosterd brood met kruidenboter, gehaktballen, geraspte kaas over de erwtensoep voor extra smaak en textuur, zuurdesembrood of gebakken uien. Experimenteer met deze suggesties en ontdek jouw favoriete combinatie om er extra van te genieten.



Geniet van een moment van ontspanning en herlaad je energie. Na de feestelijke drukte van december is het tijd om tot rust te komen en thuis te genieten van een heerlijk kopje koffie of thee. Laat jezelf comfortabel zakken op de bank en ontdek (online) de nieuwste editie van Bruist. Doe mee aan onze puzzel en maak kans op mooie prijzen.

# PUZZELPAGINA

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

### Los de sudoku op

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was 2-2-4.

Zoek de zes letters in BRUIST!

Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.


### Zoek de zes verborgen letters

Vind de letters en maak er een woord van. Woordthema deze maand is 'goede voornemens'. Oplossing van vorige maand was **cadeau**.

Maak kans op een

## Peach Blossom Smoothing Body Wash

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

Los de rebus op.

Maak kans op

## het boek van Sol Bouzamour

Gebaseerd op waargebeurde feiten. Een actueel verhaal over liefde en loyaliteit in een harde wereld, de weerspiegeling van de maatschappij en hoe wij met elkaar omgaan, discriminatie, de verschillen in klassen, maar vooral over de zoektocht naar onze eigen identiteit.

n b n g q e k k w c n	liefde
l a l i e f d e s l h	boek
b d d n d d j o o u r	bouzamour
h a r t e n u k a b w	club
u m y n d q e m s b x	vriendin
o y y r r n b i p n i	gedumpt
e l m f a j a v r t n	harten
m n z c d l h o f v u	adam
o o d s f u e y n z q	
q l s g d g c k t c s	
m f k c g l i w e a b	

Streek 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing.

Wil jij kans maken op deze leuke prijzen? Vul de oplossing in voor 1 februari 2024 via [www.nederlandbruist.nl/breda/puzzelen](http://www.nederlandbruist.nl/breda/puzzelen) of scan de QR-code.

# IBIZA

*Kom genieten!*

## XPERIENCE FAIR

Als jij (nog) niet naar het zonovergoten Ibiza kan, dan komt het eiland naar jou. De IBIZA Xperience wil de ongedwongen sfeer en het ongeremde gevoel van dit eiland naar Nederland halen, zodat je het 'happy hippie'-gevoel kunt ervaren tijdens deze grootse overdekte hippiemarkt. De Brabanthallen in Den Bosch worden voor twee dagen omgetoverd tot tropische bestemming met fashion, accessoires, beauty, decoraties en meer. Tussen het shoppen door kun je een hapje eten en drinken bij de verschillende foodtrucks, op een van de terrasjes of bij het Ibiza Restaurant of ga je relaxen in de Happy Hippy Chill Out.

Op deze beurs ontdek je alles wat Ibiza te bieden heeft. Niet alleen op het gebied van mode en de laatste trends, maar ook wat je kunt doen in én om je huis. Tussen het shoppen door geniet je van typisch 'Ibiza-style' eten en drinken. Of geniet je van een massage en je oren van de soepele klanken die de dj voor je ten gehore brengt.

Er zijn vele stands, zowel grote als kleine, waar je ook lokale bedrijfjes kunt spotten. Op de beurs vind je, naast de livemuziek, fashion, accessoires, beauty, make-up, meubels, hennatatoeages, massages, cocktail- en tapasbars, food- en fashion trucks, diverse lounges, een Ibiza restaurant en nog veel meer.



Fashion | Lifestyle | Food | Spiritual | Music | More

**ZATERDAG 6 APRIL**  
12.00 tot 18.00 uur  
**ZONDAG 7 APRIL**  
11.00 tot 17.00 uur

**BRABANTHALLEN  
DEN BOSCH**  
Diezekade 2

**INFO**  
Ibizaxperience.eu  
**TICKETS**  
Ticketpoint.nl



Maak kans op een:

# Entreekaart

t.w.v. € 12,<sup>50</sup>

**BRABANTHALLEN  
DEN BOSCH**  
Diezekade 2, Den Bosch



let your heart guide you

**ZATERDAG 6 APRIL** 12.00 tot 18.00 uur  
**ZONDAG 7 APRIL** 11.00 tot 17.00 uur

v	w	h	y	l	v	a	n	d	s	s	beauty
v	y	z	c	z	b	w	y	f	m	c	eiland
h	d	z	r	s	h	h	y	o	g	b	foodtruck
l	p	n	i	j	i	q	e	o	b	n	happy
b	p	c	a	m	p	x	d	e	z		hippie
h	h	r	h	l	p	b	o	t	a	y	ibiza
y	t	w	i	b	i	z	a	r	u	q	lounges
k	d	g	g	g	e	e	v	u	t	x	tropisch
x	s	e	g	n	u	o	l	c	y	m	
f	e	j	m	o	z	e	i	k	f	x	
l	x	h	z	z	l	k	e	i	p	g	

Streek 7 van de 8 woorden in de puzzel weg.  
Het overgebleven woord is de oplossing.

**Wil jij kans maken op deze leuke prijs?**  
Vul de oplossing in voor 1 februari 2024 via  
[www.nederlandbruist.nl/breda/puzzelen](http://www.nederlandbruist.nl/breda/puzzelen) of via QR-code.





Recharge yourself



**Betaalbaar  
elektrisch rijden.**

Zoek uw dichtstbijzijnde MG vestiging op [www.vanmossel.nl/mg](http://www.vanmossel.nl/mg)

**Van Mossel**