

PRINSENBEEK 

MAART 2020 WWW.PRINSENBEEKBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Ga jij voor
standaard?

Hoera, het
is bijna
lente!



DE HOOGSTE KORTING OP DE LEUKSTE DAGJES UIT!

MET DE JUMBO EXTRA APP OF JUMBO EXTRA PAS

Het voorjaar is de periode waarin mensen er weer massaal op uit trekken, waarbij Pasen traditioneel gezien de start is van het toeristisch-recreatief seizoen. Een dagje uit met het hele gezin is een onvergetelijke ervaring, maar is helaas ook al gauw een dure aangelegenheid. Daarom biedt Jumbo klanten juist in deze periode de mogelijkheid om te sparen tot wel 77% korting op de 77 leukste Dagjes Uit.

Van woensdag 26 februari t/m donderdag 31 december 2020 kunnen onze klanten weer sparen voor grote kortingen op tientallen dagjes uit. Zoals: Beekse Bergen, Bobbejaanland, Indoor Sky Dive, Walibi Holland, Wellness Zwaluwhoeve etc etc.

Download de app of activeer je pas

Vanaf nu zijn je dagelijkse boodschappen bij Jumbo Extra's waard. Zo wordt boodschappen doen nóg leuker. Met Jumbo Extra's spaar je voor gratis boodschappen, korting op de leukste uitjes en korting op het koken & tafelen assortiment. Download de app of activeer je Extra's pas en ervaar zelf de voordelen.



Stap 1

Download de Jumbo Extra's app en activeer (binnen 1 minuut) je digitale Jumbo Extra's pas. Heb je een fysieke Jumbo Extra's pas? Activeer deze online!



Stap 2

Scan je pas of app (via je smartphone) aan de kassa en begin direct met punten sparen door spaarproducten te kopen.



Stap 3

Wissel je punten in voor de leukste extra's.



Bij elke € 10,- aan boodschappen ontvangt de klant een speciale kortingsmunt. Deze munt vertegenwoordigt een waarde van € 2,50 korting.



SPAAR BINNENKORT TOT WEL
77% KORTING
OP DE 77 LEUKSTE
DAGJES UIT



BEDRIJFSLEIDER
TOINE KLEEMANS

JUMBO
Miegielsen

Jumbo Miegielsen Prinsenbeek | Markt 14, Prinsenbeek | 076-5438160 | www.jumbo.com

[f](#) MiegielsenPrinsenbeek | [i](#) jumbomiegielsenprinsenbeek | [in](#) jumbo-miegielsen-prinsenbeek

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 4 sterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★



8



38



33



37



12



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
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Ron Schouwenaar
THEMATEKSTEN Maaike van Helmond
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Maaike van Helmond
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook.com/prinsenbeekbruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl
of bel Loes Levy, 06-14569873 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Prinsenbeek Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Inhoud

23



Foto: Ron Eskens
soopictures.nl

Het is bijna zover... de winter gaat weer plaats maken voor de lente! En hoewel maart de buienmaand bij uitstek is, merk je aan alles dat we weer richting de warmere maanden van het jaar gaan. Heerlijk! Wat ons betreft kan dat voorjaar niet snel genoeg zijn intrede doen.

Voor veel mensen vormt het voorjaar dé aanleiding voor een grote schoonmaak in huis. Maar ook om het interieur eens goed onder de loep te nemen. Wordt het niet weer eens tijd voor wat nieuws?

Bruisende lezer,

Voor iets anders dan anders? Dan kan maatwerk de oplossing zijn voor jou. Een kast of bijvoorbeeld deur op maat zorgt namelijk gegarandeerd voor een unieke en persoonlijke uitstraling. Daarover vertellen we je dan ook graag wat meer.

Zo blijven we je elke maand verrassen met de meest inspirerende verhalen. Met de lente in onze kop bruisen wij weer van de ideeën, net als alle ondernemers die ook deze maand weer hun verhalen met je delen. Zoek dus een heerlijk plekje in het (bijna) voorjaarszonnetje, sit back, relax en geniet van deze nieuwste editie van Bruist.

Lea en Marcel Bossers

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

'Op maat gemaakt'

Deuren, je kunt ze in verschillende soorten en maten kopen. Standaardmaten welteverstaan. Maar wat nou als jouw huis geen standaard deurmaten kent? Of als je gewoon iets anders dan anders wilt? Maatwerk is het antwoord!

Vooral in oudere woningen willen de deurmaten nog weleens afwijken van wat tegenwoordig als standaard wordt beschouwd. Maar ook in modernere huizen met hoge plafonds is er allesbehalve sprake van standaardmaten. In dergelijke gevallen ontcom je er bijna niet aan om de hulp in te schakelen van een maatwerkspecialist die voor jou een deur op maat maakt.

Uniek & persoonlijk

Groot voordeel daarvan is dat je de deur volledig af kunt stemmen op jouw wensen. Niet alleen de maat is immers aan te passen, maar ook het volledige uiterlijk van de deur. Het materiaal, de kleur, het deurbeslag, wel of geen glas (en wat voor glas). Je kunt het eigenlijk zo gek niet bedenken of er is vast wel iemand die het voor je kan maken. Maatwerk zorgt voor een unieke en persoonlijke uitstraling. Dat is dan ook meteen de reden waarom veel mensen toch voor deuren op maat kiezen terwijl ze gewoon een huis hebben met standaardmaten.

Kasten op maat

En dat geldt niet alleen voor maatwerkdeuren, maar eigenlijk voor al het maatwerk in je woning. Zo kiezen ook steeds meer mensen voor maatwerkkasten die bijvoorbeeld perfect in die ene hoek in de woonkamer passen, of onder dat schuine dak in de slaapkamer, of in die nis in de gang, om maar wat voorbeelden te noemen. Helemaal nu kleiner wonen de trend lijkt te zijn, geven maatwerkkasten niet alleen een unieke touch aan je interieur, maar zorgen ze er ook nog eens voor dat je optimaal gebruik maakt van de beschikbare ruimte.

Prijskaartje

Een belangrijke afweging is (tenzij maatwerk echt noodzakelijk is) of je er dat extra geld voor over hebt. Vaak hangt er namelijk wel een iets hoger prijskaartje aan een maatwerkdeur of -kast. Maar heb je dat er voor over, dan is maatwerk altijd een meerwaarde voor je interieur.

Ben jij ook op zoek naar maatwerk voor in jouw huis?
Op www.nederlandbruijst.nl vind je altijd wel een maatwerkspecialist in jouw regio.

MAATWERK
ZORGT VOOR EEN
UNIEKE TOUCH

Hét adres voor al je bestrating

Op zoek naar bestrating, nieuw of gebruikt? Dan ben je bij Van Kemenade Bestratingen gegarandeerd aan het juiste adres. “Wat je smaak, budget of kwaliteitseis ook is, wij hebben voor ieder wel wat wils”, aldus Harm van Kemenade.

**VAN DE GOEDKOOPSTE KLINKER
TOT DE DUURSTE TEGEL**

Het begin

“Mijn opa begon het familiebedrijf meer dan zestig jaar geleden”, vertelt Harm. “Hij begon met het vervoeren van melkbussen, maar de handelaar in hem zag overal werk in. Er was vraag naar fourage, dus ook dat ging hij bezorgen en aangezien de boeren waar hij kwam ook verharding van hun terrein nodig hadden, kwam daar gaandeweg bestrating bij.” Toen de vader van Harm het bedrijf in de jaren tachtig overnam, werd de handel in bestrating en het transport daarvan de core-business van Van Kemenade. “En inmiddels ben ik dus alweer de derde generatie binnen het bedrijf.”

Nieuw en gebruikt

Hoewel Van Kemenade Bestratingen van oudsher bekend staat vanwege de handel in gebruikte bestrating, benadrukt Harm dat ze tegenwoordig ook dé specialist zijn in nieuwe bestrating en alle

directe toebehoren. “Het aanbod is dus zeer breed. Wat je kwaliteitseisen ook zijn, we kunnen eraan voldoen en vinden ook altijd wel iets dat past bij je smaak en budget. Van de goedkoopste klinkers tot de duurste tegels, je vindt ze bij ons. En of je nu komt voor één steentje of voor 1.000 m² bestrating, maakt voor ons niet uit. Iedereen is welkom!” Ook voor verlichting trouwens. “Want die hebben we met ingang van dit jaar toegevoegd aan het assortiment in onze vestiging in Bavel.”

Service

“Het geven van goed advies en de best mogelijke service staat bij ons altijd voorop. We beschikken over twee vestigingen, in Son en Breugel en in Bavel, en verzorgen ons eigen transport waardoor wij bovendien zeer flexibel zijn. Alles om de klant de bestrating te bezorgen die hij zoekt.”

HK
VAN KEMENADE
BESTRATINGEN





HAUTE COUTURE

Stolichnaya Vodka vormt de basis voor de heerlijkste cocktails voor alle seizoenen. De Haute Couture wordt gereserveerd met Stoli Cucumber, dry white vermouthe en komkommersliertjes op een spiesje. Voor wie het graag wat zoeter heeft, is de 'Strike A Pose' een aanrader. Dit is een lekkere mix van Stoli Vodka met vers limoensap, siroop en verse limoen. Enjoy! www.stoli.com



LEKKER PITTIG

Al sinds 1994 brouwt de Scheldebrouwerij heerlijke karaktervolle biertjes. Probeer eens het heerlijke biertje Oosterstout. Dit pittige biertje kent een zoete smaak door karamel. Ideaal voor op een terrasje tijdens de eerste zonnestralen!

www.scheldebrouwerij.com

BRUIST Deals

Ook deze maand hebben we weer enkele mooie Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Ga naar www.nederlandbruist.nl/lezersacties en profiteer van mooie kortingen van onze bruisende ondernemers.

Het voorjaar hangt in de lucht!

win

LEZERSACTIE

Maak nu kans op luxeuze huidverzorgingsproducten van MGC Derma

Het merk is ontwikkeld door experts op het gebied van natuurlijke huidverzorging en ze hebben gebruik gemaakt van de meest hoogwaardige ingrediënten.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #MGC naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

KLAAR VOOR ROKJESDAG

Dit voorjaar introduceert Wilkinson een nieuw lid uit haar Intuition-familie: de Intuition Complete.

Dit roze scheermes speciaal voor vrouwen heeft vijf Skin Perfect-mesjes en een slanke scheerkop, waardoor je nu nog makkelijker bij de lastig bereikbare plekjes komt. Zo zijn jouw benen, oksels en intieme delen in een handomdraai spring ready!

www.wilkinsonsword.nl



LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 10 Hop On Hop Off tickets van Dordrecht Tours.

Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier. Aangeboden door:



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #DORDRECHTTOURS naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

LEZERSACTIE

Maak kans op een Wilkinson Intuition F.A.B. scheermesje.

Dit systeem scheert moeiteloos in beide richtingen - f(orwards) a(nd) b(ackwards). Je had nog nooit zo snel een gladde huid.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #FAB naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

MANNEN MET BAARDEN

Het Britse mannenmerk Bulldog biedt een ruim assortiment aan mannelijke verzorgingsproducten. Mannen met baarden vinden het wel zo fijn om hun baard goed te verzorgen.

Bulldog heeft een 2 in 1 shampoo die aloë vera, kamille olie en groene thee extracten bevat. Zo kun jij met een frisse en verzorgde baard de deur uit. www.bulldogskincare.com



Wees voorbereid!

Het aantal eikenprocessierupsen zal in 2020 verder stijgen.



De rupsen die in 2019 zijn uitgegroeid tot vlinders en nieuwe eitjes hebben gelegd op twijgen en takken van de eikenboom, zullen in 2020, bij het uitblijven van een strenge winter, overlast geven. Normaal komen de eitjes uit in april, maar als het weer zacht blijft, kan dit ook al in maart gebeuren.

De brandharen van de eikenprocessierups zorgen bij aanraking met de huid, ogen of luchtwegen voor zeer vervelende of zelfs ernstige klachten:

- Uitslag en rode bultjes
- Jeuk
- Kriebel in de mond en keel
- Hoesten en benauwdheid
- Oogklachten
- Koorts en braken

Kom langs voor een goed advies.



BROCKS
HOMEOPATHIE

Ginnekenweg 28 Breda
076-5219313
www.brockshomeopathie.nl

Wil je ook prachtige nagels?

Dat kan met de longlasting gellak van Young Nails



Kom langs en probeer het uit!

06-52427776 | info@claudia4beauty.nl
www.claudia4beauty.nl | claudia4beauty

Bijna alles mogen eten en toch afvallen?

Al 25 jaar een bewezen succes!

Zet je eerste stap naar een gezonder leven en begin met Make It Easy in **Breda** of bij een van onze andere 20 locaties!



Bel ons vandaag nog voor meer informatie!
0183 820208 / 06 247 047 01
www.makeiteasy.nl | marion@makeiteasy.nl

Stijlvol STOER

www.stijlvol-stoer.nl

Kleding en accessoires voor dames & heren

Dames

20To - Anotherwoman
Chabo Bags - Geisha
-lxxxl - Knit Factory
Petrol - Pools - Qoss
Red Button - Rebelz
Secrid - Soyaconcept

Heren

A Fish Named Fred
Knit Factory - No Excess
Petrol - Secrid

Bekijk het uitgebreide assortiment in onze winkel!

Stijlvol-Stoer

Groenstraat 15 Prinsenbeek
076-541 36 47
www.stijlvol-stoer.nl
f stijlvolstoer
@stijlvolstoerprinsenbeek

KOM NU KIJKEN

Er zit vast wat voor je bij!



pools.
NIEUWE COLLECTIE

Oogmode en trends

BIELARS
Optiek & Optometrie

DITJES/DATJES



Uw brillenspecialist in Breda

Als brillenspecialist in Breda passen we onze brillen graag aan aan de oogmode van deze tijd. Hiervoor bekijken we met heel het team welke nieuwe brillen we niet mogen missen. Van lichtgewicht tot super degelijk en met bijzondere materialen zoals hout, leder, buffelhoorn, titanium en goud. Daarnaast kunt u bij ons natuurlijk ook terecht voor de echte klassiekers op het gebied van brillen.



De optometristen van Bielars geven u graag advies en vertellen u welke mogelijkheden er allemaal zijn! **Kom langs in onze winkel in Breda en laat u ook adviseren!**

Mathenessestraat 63A, Breda | **076-5870283** | info@bielars.com | www.bielars.com

1 maart is in Nederland **nationale complimentendag.**

Mensen die in maart geboren zijn, zijn volgens antropoloog Gerhard Weber over het algemeen **langer** dan gemiddeld.

Oudere huizen kennen vaak geen standaardmaten, **maatwerk** is daarvoor de oplossing.

Internationale **Vrouwendag** wordt elk jaar gevierd op 8 maart. Op deze dag vragen vrouwen wereldwijd aandacht voor onder andere gelijkheid en economische zelfstandigheid.

Maart is de buienmaand bij uitstek. Vandaar ook de uitspraak **'maartse buien en aprilse grillen'**.

21 maart is het weer zover: het is **lente!**

Met een maatwerkkast kun je invulling geven aan loze ruimtes waardoor je de beschikbare ruimte **optimaal benut**.

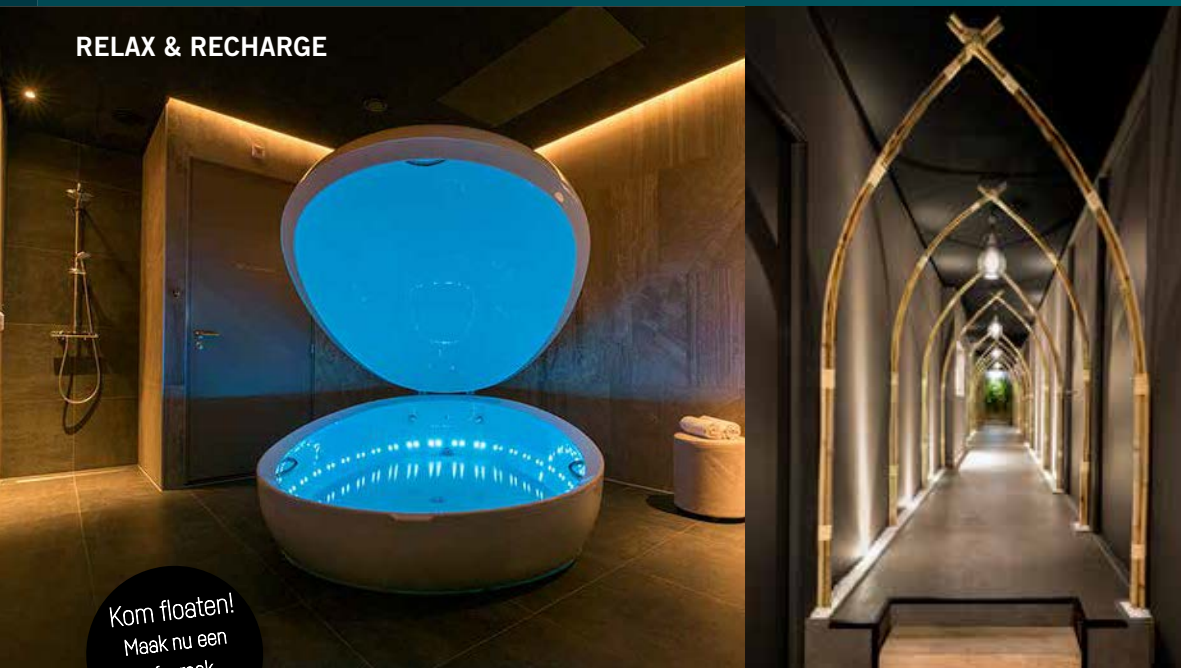
In het laatste weekend van maart wordt in de nacht van zaterdag op zondag **de klok** een uur vooruitgezet.

Lammetjesmaand is een van de vele bijnamen van de maand maart.

Ervaar de kracht van magnesium

Magnesium is bewezen onmisbaar voor het welzijn van lichaam en geest. Iets waar Maik Lipsius en Marian van der Heijde zich maar al te goed van bewust zijn. "En die ervaring willen wij nu met zoveel mogelijk mensen delen bij SenseCity", aldus Maik.

RELAX & RECHARGE



Kom floaten!
Maak nu een
afspraak
076-785 74 65

BRUISENDE/ZAKEN

Sinds begin dit jaar zijn Maik en Marian de trotse nieuwe eigenaren van SenseCity. "De kans om dit mooie bedrijf over te nemen kwam precies op het moment dat wij ons Magnesium Experience Center uit wilden gaan breiden. Zelf werken wij al jaren met magnesium en we merkten dat meer en meer mensen zich bewust worden van de kracht van dit mineraal. Via SenseCity kunnen wij hier nog meer mensen kennis mee laten maken."

Goed voor lichaam en geest

"Naast zuurstof en water is magnesium de derde levensbehoefte van ons lichaam. Het speelt een rol bij meer dan driehonderd lichaamsprocessen (zoals het stimuleren van de vetverbranding, het voorkomen van bloedstolsels en het versoepelen van gewrichten) en zorgt voor geestelijke rust en meer energie. Helaas krijgen veel mensen dagelijks niet voldoende magnesium binnen

waardoor een tekort ontstaat met alle gevolgen van dien. Dit tekort kan het snelst en het meest effectief worden aangevuld via de huid en dat is precies wat wij bij SenseCity doen. En dat dan ook nog eens in een zeer mooie en ontspannen setting waardoor het optimaal genieten is."

Behandelingen

SenseCity heeft nog steeds dezelfde vertrouwde sfeer en uitstraling als voorheen. Het enige verschil is dat er nieuwe behandelingen zijn bijgekomen en dat ze deze allemaal combineren met magnesium.

"Tijdens onze Magnesium Experience onderga je vijf magnesium behandelingen, die er voor zorgen dat je opgeladen, herboren, met meer energie naar huis gaat. Op onze website kun je precies vinden wat voor behandelingen dat zijn en wat we daarnaast nog meer bieden."



SenseCity®



Eigenaren: Maik Lipsius en Marian van der Heijde | Ginnekenweg 11-13, Breda | 076-785 74 65

www.sensecity.nu

Van wens tot realisatie

De altijd betrokken Mitchell Lotterjouk studeerde al op zestienjarige leeftijd af aan een internationale school. Hierna maakte hij snel kennis met de glasindustrie. Tegenwoordig heeft hij dan ook de nodige kennis om succesvol een eigen bedrijf te runnen in deze branche. Zodoende is hij nu de trotse eigenaar van Glass Inside in Ulvenhout.

SPECIALIST IN GLAS

Dit bedrijf is jouw specialist in interieurglas, zakelijk én particulier! "Wij maken gewoon alle mooie dingen van glas, behalve glazen en vazen", vertelt Mitchell lachend. Denk hierbij aan maatwerk glas voor woon- en werkomgeving. Je kunt het haast zo gek niet bedenken of het is mogelijk. Daarbij kunnen ze je ook voorzien van materialen om de glazen te bevestigen. En er is meer..



KLANTGERICHT

Kwalitatief goed glas leveren is één, maar daarbij vinden Mitchell en zijn team het ook heel belangrijk om de klant goed te helpen. Daarom is er altijd een specialist aanwezig

Tolweg 9, Ulvenhout | info@westbrabant.glassinside.nl | 076-5640280 | www.glassinside.nl



Mitchell Lotterjouk

die met de klant meedenkt over de mogelijkheden. De producten worden nauwkeurig ingemeten om ze vervolgens op maat te produceren en te bevestigen. Daarbij is het bedrijf erg flexibel in de service naar de klant en zullen ze altijd nakomen wat er wordt beloofd. De medewerkers van Glass Inside zijn pas tevreden als de klant dat ook is.

"Wij maken glas als geen ander"

Zelfs buiten de openingstijden is het mogelijk om bij Mitchell en zijn team op afspraak langs te komen. Neem een kijkje in de vernieuwde showroom en kom er samen met een specialist achter wat past bij jouw wensen.

"Bij Glass Inside heerst een Brabantse mentaliteit, waarbij de koffie altijd klaarstaat voor jou!"

Een stralende lach

Net als bij eigen tanden en kiezen moet u uw kunstgebit goed verzorgen. Voedselresten, bacteriën en verkleuringen door nicotine, koffie, thee en wijn kunnen uw stralende glimlach veranderen in een dof plaatje. Poetsen is het advies!

Stap 1

Reinig uw kunstgebit dagelijks met het reinigings-middel dat u is voorgeschreven. Volg daarbij de voorschriften van de fabrikant. Leg uw kunstgebit minimaal één keer per week een nachtje in een glas reinigingsmiddel. Hiermee voorkomt u de vorming van tandsteen op uw kunstgebit. Borstel uw kunstgebit daarna met een speciale protheseborstel schoon en spoel af met water. Leg uw kunstgebit nooit in heet water en gebruik zeker geen bleekwater of schuwmiddelen.

Stap 2

Houd behalve uw kunstgebit ook uw mond schoon. Spoel in het begin, als de wonden nog niet helemaal zijn genezen, uw mond na elke maaltijd met een beetje lauw water. Daarna kunt u uw tandvlees beter met een zachte tandenborstel poetsen. Masseer met een zachte tandenborstel één keer per dag het slijmvlies waarop uw kunstgebit rust: uw kaken en de overgang van de kaak naar de wangen. Ook het gehemelte en de tong zijn plekken waar bacteriën zich graag nestelen. Neem ze mee in uw poetsbeurt, zo voorkomt u nare geurtjes.

Stap 3

Uw kaken hebben een tijdje nodig om aan uw kunstgebit te wennen. Laat uw kunstgebit de eerste week dan ook 's nachts in uw mond. Daarna is het juist beter om het voor het slapengaan wel uit te doen. Op die manier geeft u ook uw kaken rust. Vindt u het vervelend om met een lege mond te gaan slapen, doe dan alleen uw ondergebit uit. Bewaar het gebit 's nachts in een glas water of reinigingsmiddel. Spoel uw kunstgebit altijd goed af met water voordat u het weer in uw mond plaatst.

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



De specialisaties van de praktijk liggen op het gebied van implantaten, protheses, frames en gedeeltelijke protheses. Het beroep tandprothetisch bestaat al enige decennia en is sinds 1989 een beschermd beroepstitel.

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!

Alard Duhamelstraat 78, Breda
(076) 587 70 20

www.tppvdbaag.nl





HELLUP... ik word vader!

Stress! Dat is voor veel mannen de eerste fase als ze horen dat ze voor het eerst vader gaan worden. Want HELLUP, hoe doe je dat, een goede vader zijn? En hoe help je de moeder van je kind door die negen maanden heen?



Wees gerust, je bent niet de eerste die in paniek raakt en zeker ook niet de laatste. Er komt ook heel wat op je af, maar gelukkig heb je (in de meeste gevallen) een paar maanden om aan het idee te wennen en om je voor te bereiden op de grote dag.

Babykamer

Be prepared! Wacht dus niet tot het allerlaatste moment met het afmaken van de babykamer, maar zorg dat die ruimschoots op tijd klaar is. Een kindje kan nu eenmaal wat eerder komen dan gepland en als die kleine er eenmaal is en je druk bent met luiers verschonen, dan heb je echt geen tijd (en zin) meer om nog al die klussen te moeten doen.

De zakelijke kant

Wat ook belangrijk is, is de 'zakelijke kant' van het krijgen van een baby. Het regelen van kraamverlof en ouderschapsverlof, maar zeker ook het erkennen van het kind, mochten jullie niet getrouwd zijn. Zorg dat je ook dat soort dingen op tijd geregeld hebt. Maar het allerbelangrijkste is nog: geniet! Je wordt immers maar één keer voor het eerst vader.

DAGJE UIT

HISWA BOAT SHOW 2020



De HISWA Amsterdam Boat Show is het grootste evenement van Nederland op het gebied van watersport, lifestyle en recreatie. Of je nu op zoek bent naar een nieuwe boot (tot circa 10 meter), onderdelen of accessoires, informatie zoekt voor een bootvakantie, alles wilt weten over de mooiste recreatiegebieden, liefhebber bent van klassieke schepen of zelf een aantal watersporten wilt uitproberen, de HISWA Amsterdam Boat Show is the place to be voor iedere (potentiële) watersportliefhebber! Van 11 tot en met 15 maart vormt de RAI in Amsterdam weer het podium voor 50.000 m² aan watersportplezier.

Kijk voor meer informatie en het bestellen van kaarten op www.hiswarai.nl.

FILMPJE KIJKEN

ESCAPE FROM PRETORIA

In hun strijd tegen de apartheid verspreiden Tim Jenkin (Daniel Radcliff) en Stephan Lee (Daniel Webber) illegale ANC-pamfletten onder de Zuid-Afrikaanse bevolking. Ze worden op heterdaad betrapt en veroordeeld tot een jarenlange gevangenisstraf. Eenmaal onder de vleugels van politiek activist Denis Goldberg besluiten ze samen met medegevangene Alex Moumbaris om een ingenieus plan te bedenken om te ontsnappen. Al snel blijkt de uitvoering een stuk ingewikkelder dan gedacht en moeten er nog vele hindernissen genomen worden...

ESCAPE FROM PRETORIA draait vanaf 19 maart in de bioscoop.



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN DE NOBELE AUTIST



Zittend aan het ziekenhuisbed van haar autistische zoon overdenkt een moeder het leven van haar kind. Hij ligt in coma en het is onzeker of hij weer bij bewustzijn zal komen. Ze denkt aan zijn geboorte, zijn jongste jaren en herinnert zich het geluk van het fietsen op de tandem en de ontbijtjes in bed, maar ook de wanhoop, het onbegrip en de angst voor escalaties. Hij dwong haar te focussen, hij liet haar de wereld zien door zijn ogen, zonder zich te laten misleiden door sekse, status, huidskleur of handicap.

DE NOBELE AUTIST van Romana Vrede is vanaf 3 maart verkrijgbaar in de boekhandel.

Weer volledig ontspannen?

Dat wil jij toch ook! Dat kan bijvoorbeeld met de onderstaande massages.

Hot stone massage Een hot stone massage is een massage van het lichaam met stenen van ongeveer 45 graden Celcius. Vandaar de naam hot stone. De hitte en de 'druk' van de stenen dringen diep door in de spieren. De hot stone massage verlicht spanningen en geeft je nadien veel energie. Na een legging van de hot stones op het lichaam word je verder los gemasseerd met de warme stenen en warme olie. Hot stone massage zorgt voor een diepe relaxatie en ontgiftig. De massage bestaat vooral uit lange rustige en cirkelvormige strijkingen. Een hot stone massage draagt bij aan het zelfherstel van het lichaam, voert afvalstoffen af, stimuleert de organen en brengt het lichaam meer in balans.

Oliemassage Traditionele Thaise Oliemassage wordt vaak ook aromatherapie genoemd. Hierbij wordt gebruik gemaakt van essentiële oliën. Ook hier volgt men de energiebanen. De massage wordt door veel mensen als zeer ontspannen ervaren. Tijdens de massage draagt u uw eigen ondergoed of door ons beschikbaar gesteld ondergoed voor eenmalig gebruik. De massage vindt plaats op een originele Thaise massagetafel, afgescheiden door gordijnen. De massage kan naar wens worden uitgevoerd met een 2 handen of 4 handen techniek. Voorafgaand aan de oliemassage dient u een warme douche te nemen om de poriën te openen.



TIP
Spaar met een
klantenkaart
voor € 20,- korting
op een massage
naar keuze.

Thai Thala 

Haverdijk 6, Prinsenbeek | 076-750 2325
info@thaithala.nl | www.thaithala.nl



Mirella Franken

Samen werken we op diverse wijzen
aan jouw figuur en gezondheid.

Kies wat bij je past;

BEWEGEN WARMTECABINE

AFSLANKEN POWERSLIM

LYMFEMETING EN DRAINEREN

VET BEVRIEZEN (CRYOLIPOLYSE)

ORTHOMOLECULAIR
VOEDINGSADVISEUR

Natuurlijk kun je van bovenstaande
diensten ook combi's maken,
vraag hier gerust naar. Je kunt bij
ons altijd terecht voor een gratis
adviesgesprek of proefles.

Fit & Welzijn
Bewegingsstudio

Groenstraat 4, Prinsenbeek

076-5423800 | www.bijmirella.nl

Dankzij PowerSlim voel ik mij een ander mens!

Mijn hele leven kamp ik met overgewicht. Meerdere keren ben ik gewicht verloren door op dieet te gaan, maar dit zat er altijd net zo snel weer aan. Dit keer wilde ik het anders aanpakken!

Begin december 2018 heb ik de stap genomen en een PowerSlim coach bij mij in de buurt gebeld. We maakte direct een afspraak voor een intakegesprek. Tijdens het kennismakingsgesprek vroeg mijn coach mij op de weegschaal te gaan staan. Ik schrok van het getal dat ik toen zag. Vol goede moed besloot ik daarom de volgende dag meteen van start te gaan met het PowerSlim programma. Na een tijdje verschillende PowerSlim producten geproefd en geprobeerd te hebben, wist ik precies wat ik lekker en minder lekker vond. Ik ben gek op zoetigheid en vond het dan ook heel fijn dat er genoeg verantwoorde zoete tussendoortjes waren, zoals koeken en wafeltjes. Zo kon ik me toch aan een koolhydraatarm eetpatroon houden, maar ondertussen gewoon blijven genieten van iets lekkers!

Iedere week zag ik het getal op de weegschaal dalen! Dat gaf mij de motivatie om door te gaan. Als ik mijn doel zou behalen, zou dat echt een mijlpaal voor me zijn. Het ging zelfs zo goed dat ik na het behalen van mijn doel door ben gegaan. Het ging immers zo goed!

Mijn coach heeft mij voortdurend geholpen. Samen bespraken we de moeilijke momenten. Daardoor is het mij gelukt om, ondanks al die extraatjes tijdens de zomervakantie, de balans te houden. Ik kan nu met trots zeggen: het is mij gelukt. Ik weeg 75 kilo.

Wil je graag starten met het
PowerSlim voedingsprogramma?
Dan nodig ik je graag eerst uit
voor een adviesgesprek. Hierin
leg ik je persoonlijk uit hoe het
PowerSlim-voedingsplan werkt.

PS
PowerSlim



DEZE NIEUWE LEEFSTIJL GEEFT MIJ ZOVEEL ENERGIE



Lentekriebels

Kun je ook niet wachten tot het voorjaar komt en heb je nu al lentekriebels? Met deze producten laat je de lente gewoon lekker eerder beginnen en stap je straks helemaal voorbereid dit heerlijke seizoen in.

1. Clay And Glow Mask, € 26,50 www.clayandglow.com
 2. Hydrate & Recharge Shampoo van JOHN FRIEDA®, € 10,99 www.etos.nl
 3. Classique Pin-up Eau De Parfum Limited Edition van Jean Paul Gaultier, € 107,05 www.douglas.nl
 4. ROUGE G Lipstick van Guerlain, Shade € 34,- en Case, € 22,- www.guerlain.nl
 5. MutinyTM Squalane-Based Alternative Lip Balm van Medik8, € 34,95 www.medik8.nl
 6. kissed by mist front van essie, € 9,99 www.essie.nl
 7. Foamie Conditioner Bar, € 4,95 www.etos.nl
 8. Cleve Clay Bag van Cowboysbag, € 149,95 www.cowboysbag.com/nl
 9. La Vie est Belle Intesément van Lancôme, vanaf € 80,14 www.lancome.nl
 10. Roselift Collagène Jour van Payot, € 79,- www.payot.com
 11. Sea Horse Plankton Gel Cleanser van Beauty Kitchen, € 17,49 www.hollandandbarrett.nl
 12. CHOOSE YOUR Glow! highlighter palette van essence, € 4,99 www.essence.eu

maxaro®

5.000 m² inspiratie

Badkamers

Alle stijlen badkamers voor ieder budget

Vanaf

€ 1.799,-

Vloeren

Stijlvolle vloeren voor elke kamer in huis

Vanaf

€ 7,95 m²

Keukens

Kwaliteitskeukens voor ieders persoonlijke smaak

Vanaf

€ 1.099,-

Slaag maximaal op www.maxaro.nl óf in één van onze megastores aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal** of aan de **Hertogswetering 175 te Utrecht**.

Ma, Di, Do 09.00 - 17.30 uur | Wo 09.00 - 21.00 uur | Vr 09.00 - 20.00 uur
Za 09.00 - 16.00 uur | Zo. 11.00 - 17.00 uur



BRIGITTA VAN KOPPEN

praktijk voor natuurgeneeskunde

Verbeter je gezondheid door reiniging

- massage
- detox reflexmassage
- colon hydrotherapie (reiniging van de dikke darm)
- klankheling met de stem
- meditatie

Kijk voor
MEER INFORMATIE OP
www.brigittavankoppen.nl

Doctor Struyckenstraat 165, Breda | 06 - 453 59 588 | info@brigittavankoppen.nl | www.brigittavankoppen.nl



Bijna jarig? Vraag
geen kado maar
een donatie.

Kijk op kadoneren.nl

KWF
KANKER
BESTRIJDING



HUIS

ADMINISTRATIE

AGENDA

KANTOOR

Heb je behoefte aan ruimte
en overzicht in je huis,
administratie, agenda of
kantoor?

Schrijf je dan in via de
website voor een gratis
kennismakingsgesprek!
Of bel 06 - 46 2222 78.



rganizing
opMaat

Hobokenstraat 359, Breda
06 - 46 2222 78
www.organizingopmaat.nl

Krijg weer grip op je leven!

Is het op verschillende plekken in jouw huis rommelig? Liggen er overal spullen en kun je niets meer vinden? Ben je het overzicht hierdoor kwijt? Wil je graag starten met opruimen maar is de achterstand dusdanig opgelopen en weet je niet meer waar en hoe je moet beginnen?

Saskia van Leenen van Organizing op Maat biedt uitkomst!

Zij gaat samen met jou aan de slag met opruimen en leert jou om gemakkelijker keuzes te maken over spullen en om weer ruimte en overzicht te creëren in huis. Aan de hand van een op maat gemaakt plan van aanpak werk je er samen naartoe dat achterstanden verdwijnen. Daarnaast krijg je tijdens de opruimsessie(s) voldoende opruimtips en tips om je huis op orde te houden. Jij bepaalt jouw einddoel en Saskia zal met respect en geduld het proces er naartoe begeleiden.

Een opgeruimd huis zorgt ervoor dat je:

- afscheid hebt genomen van ongebruikte spullen
- spullen niet langer verspreid liggen in huis en makkelijk te vinden zijn
- gelijksoortige spullen netjes hebt geordend
- spullen praktisch en overzichtelijk zijn opgeborgen en een vaste plek hebben gekregen
- tijd bespaart doordat je spullen sneller kunt vinden
- ruimte en overzicht in huis hebt en rust in je hoofd
- huis als een echt thuis voelt

Wie weet tot binnenkort!

Saskia van Leenen

Opnieuw verbinden

Wanneer er besloten wordt om uit elkaar te gaan, door één of door beide partners, breekt er een moeilijke periode aan waarin boosheid en verdriet veelal de boventoon voeren. Je moet afscheid nemen van zaken waar je zeer aan bent gehecht. Denk hierbij aan je geliefde, het huidige gezinsleven, een deel van de tijd die je met je kinderen doorbrengt, de woning en het toekomstbeeld dat je had voor jezelf en je kinderen. Ook wijzigt je financiële situatie ingrijpend.

Wanneer aan dit alles geen of onvoldoende aandacht gegeven wordt, bestaat het risico dat het rouwproces wat beide partners doorlopen uitmondt in conflicten, juist omdat de boosheid de boventoon kan gaan voeren. Deze conflicten kunnen leiden tot een vechtscheiding, met alle gevolgen van dien. Niet alleen voor de kinderen, maar zeker ook voor jullie als ex-partners zelf.

Praktijk MOOS biedt om deze reden de SCHIP-aanpak aan. Deze aanpak is een post-relatieve rouwtraject dat jullie als ex-partners samen doorlopen. Er is aandacht voor datgene dat jullie verliezen, elkaars kwetsuren en het geschonden vertrouwen. Het doel van de SCHIP-aanpak is wat jullie opnieuw met elkaar kunnen verbinden, maar dan als 'partners in ouderschap'.

Ooit zijn jullie vol goede moed en mooie ideeën aan jullie relatie en gezin begonnen. Deze relatie is het waard om in alle zorgvuldigheid en met respect naar elkaar toe beëindigd te worden.

Meer informatie?

Voor vragen of meer informatie over de SCHIP-aanpak kun je meer lezen op www.praktijkmoos.nl of contact opnemen via 06 14 12 62 34 of joyceferket@praktijkmoos.nl. Naast de SCHIP-aanpak bieden wij ook ouderschapsbemiddeling en mediation aan. Ons tarief is terug te vinden op de tarievenpagina van onze site.



Bel voor een afspraak:
06-14126234

MOOS
PRAKTIJK VOOR MEDIATION &
ONDERSTEUNING BIJ SCHEIDING

Ondernemer: Joyce Ferket | Wethouder van Haperenstraat 36E, Breda
06-14126234 | joyceferket@praktijkmoos.nl | www.praktijkmoos.nl

Mode met een missie

Elke vrouw is een powervrouw met ambities, daar is Julie Jabonillo, eigenaresse van **FemmePatron.nl**, van overtuigd. Met de mode die zij verkoopt via haar webshop hoopt deze ambitieuze ondernemster ook andere vrouwen weer meer zelfvertrouwen te geven.

"Ik vind dat vrouwen die weten wat ze willen en zelfverzekerd zijn, een heleboel kunnen bereiken door alleen al hun uitstraling", vertelt Julie. "Er zijn zoveel kansen voor het grijpen, dus waarom grijp je je kansen niet! Elke dag zie ik weer talloze vrouwen die onzeker zijn en dat ook uitstralen. Zo zonde, want elke vrouw is een powervrouw met ambities, maar de meeste vrouwen vergeten dat of staan er niet echt bij stil. Ik wil ze dan ook weer stylen tot de powervrouw die ze in zich hebben."

Dromen waarmaken

Vorige maand runde Julie **FemmePatron.nl** nog naast haar andere baan, maar binnen een maand is ze ermee gestopt om zich fulltime op haar webshop te kunnen richten. "Werken in loondienst is geen optie voor mij. Ik wil mijn passie elke dag kunnen beleven. Je kunt je met onze collectie dan ook van top tot teen in het nieuw steken en de bedoeling is dat het aanbod steeds verder wordt uitgebreid."

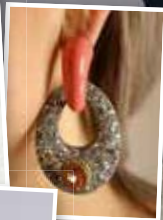
"Neem dus snel een kijkje op FemmePatron.nl en ga voor je geluk en je ambities, want elke badass als jij verdient dat!"



Fp FEMME PATRON
SINCE 2014

PRETTY4U
BY JOLANDA

Mode voor
stijlvolle dames
van xs tot xxl



LIU-JO NIKKIE Jolanda Jewels DRYKORN
TWIN-SET LOTT. PAINA-SUCRE ELISABETTA FRANCHI

Oude-Bredaseweg 42, Etten-Leur | 076-5263333
www.pretty4u.nl | [f Pretty4uNL](https://www.facebook.com/Pretty4uNL)

Grote *garnalen* met ras el hanout en groenten

2 PERSONEN - 20 MINUTEN

INGREDIËNTEN

300 g biologische garnalenstaarten
(diepvries)
olijfolie
2 koffielepels ras el hanout
4 grote tomaten
200 g spinazie
1 dl room
peper en zout

Houd de diepgevroren garnalen onder stromend water en maak ze los van elkaar. De garnalen mogen nog bevroren zijn, maar ze mogen niet meer aan elkaar kleven. Zet een pan op het vuur met een scheut olijfolie. Bak de (nog diepgevroren) garnalen gedurende ongeveer 2 minuten. Strooi er twee koffielepels ras el hanout over en bak nog eens 2 minuten.

Snijdt intussen de tomaten in plakjes. Haal de garnalen uit de pan, ook al zijn ze nog niet helemaal gaar, en leg ze op een bord. Leg de tomatenplakjes in de pan met het aanbaksel; dat geeft een lekkere smaak. Zet een deksel op de pan en laat 6 tot 8 minuten stoven.

Roer de tomaten om en leg er de spinazie op. Giet de room erbij, zet het deksel opnieuw op de pan en laat ongeveer 3 minuten stoven. Roer de groenten door elkaar en kruid met peper en zout.

Leg de garnalen op de groenten en laat nog even doorkoken zodat alle smaken, maar ook de gele kleur van de ras el hanout, zich vermengen. Serveer in een mooie pan.



Manuela, media adviseur bij Bruist

Ook een groot fan van garnalen? Dan is dit gerecht echt jouw ding. Heerlijke garnalen om van te smullen, op smaak gebracht met ras el hanout. Dit gezonde recept maak ik zelf vaak klaar. En het fijne is dat je er maar een minimum aan ingrediënten voor nodig hebt en het is weinig werk. **Snel, gemakkelijk en superlekker!**



AANKONDIGING APRIL 2020

Prinsenbeek

Cabaret in de Drie Linden is FANTASTISCH

Ben er dus op tijd bij voor kaartjes.

Zaterdag 18 april 2020 hebben we weer iets geweldigs voor u op de planken staan. Geweldige cabaretiers, waaronder Boy Jansen de winnaar van Keiebeiterskletstoernooi 2019, Nigel Williams, Patrick van de Kieboom, Tim Mellote, Bruno Bittoun en een verrassing mag ik wel zeggen, onze eigen René Domstorff, alias Hiepolopulus, gaat voor het eerst Tonpraten. Dus wij hebben de primeur in deze. Kaartverkoop is al gestart.

En schrijf ook alvast maar alvast in uw agenda zaterdag 3 oktober 2020, een fantastisch optreden van Christel de Laat.

Kaarten bestellen online via de website

Bestellen kan ook door de QR-code te scannen!



Stichting De Drie Linden | Heisprong 15, Prinsenbeek | www.stichtingdedrielanden.nl



VVV BREDA TIPS

MRT. 2020

ALTIJD WAT TE DOEN IN BREDA!

T/M 23 AUGUSTUS

Save me from this cold

Stedelijk Museum Breda toont videoportretten door Martin en Inge Riebeek. Zij vroegen mensen over de hele wereld naar de essentie van hun leven. Thema's: de positie van de vrouw, het verlangen naar liefde en geborgenheid, geloof en moraal. www.stedelijkmuseumbreda.nl



14 MAART

Breda in Concert indoor

Na het succes van Breda in Concert op het Chasséveld, nu de indoorversie in het Leisure Centre Optisport Breda. Met optredens van de grootste Nederlands-

Meer informatie over Breda:

www.welkominbreda.nl of kom langs in onze pop-up VVV-winkel, Stadserf 2.

talige artiesten als John West, Feestteam, de Gebroeders Ko en vele anderen. www.bredainconcert.nl



21 EN 22 MAART

Molen wijk-end

Na een grootse restauratie is de molen in Bavel weer klaar om te malen. Daarom een weekend lang rondleidingen en activiteiten. www.molenbavel.nl



28 MAART

Gin & Rum Festival

Feest in de Koepel! Tien jaar geleden niet denkbaar, maar tijden veranderen. Proef meer dan honderd verschillende soorten gin en rum, luister naar prachtige verhalen, volg workshops en waag een dansje bij de silent disco. www.ginenrumfestival.nl



BREDA
BRENGT HET SAMEN

Blox is de eerste en enige leverancier die met eenheid en luxe materialen uit voorraad een woning of bedrijf kan voorzien van een architectonisch verantwoorde tijdloze high-end uitstraling.

.BLOX[®]

Handmade Luxury Furniture

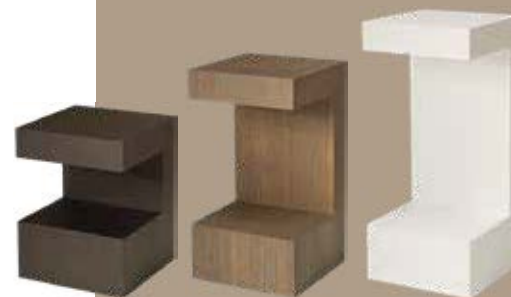
Uw woning, bedrijf, kantoor of hotel in een stijl exclusief voor u geleverd. Blox biedt u een eigen architectonische eenheid, in uw eigen stijl en in uw eigen kleur gespoten. Honderden high-end mogelijkheden van natuurlijke en hoogwaardige materialen tegen middensegment prijzen.

Blox: architectonische eenheid in stijl en kleur, desgewenst gecombineerd met luxe hardsteen en stoffering. Laat u vrijblijvend en professioneel informeren door een van onze dealers. **Ervaar nu zelf de vele mogelijkheden van dit unieke Blox concept op www.blox.sale.**



Blox zoekt professionele samenwerkingen door geheel Nederland

Wij staan open voor een samenwerking met stylisten, architecten en luxe meubelwinkels. Graag willen wij samen met u dit unieke modulaire Blox concept op de kaart zetten.



Maak geheel vrijblijvend een afspraak in ons Blox innovation office. Wij komen ook graag bij u langs om de mogelijkheden van dit unieke Blox dealerconcept vrijblijvend toe te lichten. **Neem daarvoor contact op met:**
Pierre de Wit +31 (0)6 580 61 339
René van de Pol +31 (0)6 580 61 319



.BLOX[®]

Blox Luxury Furniture | Raadhuisstraat 19, 5066 AP Moergestel | +31 (0)85 020 59 53
info@blox.sale | www.blox.sale

WELKE KIES JIJ?



RIJKLAAR
€ 13.995



RIJKLAAR
€ 15.995



€ 13.995 of € 239 p/m (60 mnd / 10.000 KM)

€ 15.995 of € 265 p/m (60 mnd / 12.000 KM)

Van Mossel Breda Minervum 7001C | T: 076 522 25 33 | info.fiat@vanmossel.nl

Van Mossel Tilburg Kraaivenstraat 20 | T: 013 594 39 50 | www.vanmossel.nl/fiat

Van Mossel