

DE LANGSTRAAT 

MAART 2021 GRATIS MEENEMEN!
WWW.DELANGSTRAATBRUIST.NL

BRUIST

A man and a woman are posing against a blue background. The woman, on the left, has long blonde hair and is wearing a black leather jacket over a black turtleneck and black leather pants. She is leaning against a blue vertical bar with her right arm. The man, on the right, has short brown hair and a beard, and is wearing a black leather jacket over a white t-shirt and black pants. He is looking towards the woman.

15 jaar
Bruist!

Stef Bos

‘Mensen hebben
de behoefte om
geraakt te worden’

The place to be in Waalwijk

haven12 biedt meer dan alleen lekker eten en drinken!

In onze 'Entrepot' hebben we vele mogelijkheden voor een jubileum, feest, presentatie of andere activiteit. Bel of mail ons voor meer informatie.

Het menu van Haven12 heeft een internationaal karakter met een eigentijdse twist. We hebben een ruime keuze aan vis, vlees en vega. Je kunt kiezen voor kleine gerechtjes om te combineren en te delen, maar ook voor heerlijke hoofdgerechten. Wil je daarna nog niet naar huis? Blijf dan lekker hangen en geniet van onze cocktails.

haven12

Winterdijk 12, Waalwijk | 0416 221 700
info@haven12.nl | www.haven12.nl



Wil je op de hoogte blijven van alle nieuwtjes en events? Volg ons dan op Instagram en Facebook of schrijf je in voor onze nieuwsbrief.

draaideuren

Het is de meest voorkomende deur in ons huis: de draaideur. Standaard opgehangen aan enkele scharnieren. De draaideuren van Ladies with Styel verbinden twee ruimtes optimaal met elkaar dankzij het transparante uiterlijk door de grote glazen oppervlakken. Zo creëer je ruimte en tegelijkertijd zorg je er voor dat beide vertrekken apart blijven, mocht je dat willen. Draaideuren passen prima in een wat neutraler interieur. Ladies with Styel levert zowel enkele als dubbele draaideuren. Laatstgenoemde zijn een nóg sterkere blikvanger en zorgen voor extra decoratie: je krijgt meer licht en je deur wordt een nog sterker middelpunt in de beleving van een ruimte.

schuifdeuren

vouwdeuren

taatsdeuren

Centrale weg 11b, Geertruidenberg
0162-722021

info@ladieswithstyel.nl

www.ladieswithstyel.nl



Maak een
afspraak
voor onze
showroom!



23



12



28

Inhoud

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist – Ramon Heeren
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BZ Astrid Berkhout, Maaïke van Helmond
FOTOGRAFIE BZ Address, Ingrid Hoogerdijk
EINDREDACTIE Astrid Berkhout

Like ons op Facebook.com/delangstraatbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. De Langstraat 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.



ADVERTEREN?
 Mail naar
 nl@nederlandbruist.nl
 of bel
 076-7115340

Sneeuw, kou, regen, gure wind... we hebben het allemaal voor de kiezen gekregen deze winter. En wat hebben we prachtige winterse foto's voorbij zien komen. Wij zitten echter al met het voorjaar in onze bol. Want de twintigste begint echt alweer de lente en... Bruist viert deze maand haar 15-jarig jubileum. Je leest er alles over verderop in dit magazine.

Bruisende lezer,

Een nieuw seizoen met nieuwe kansen en nieuwe mogelijkheden. Laten we hopen dat de zon niet alleen letterlijk gaat schijnen, maar dat we het met z'n allen ook figuurlijk weer een stuk zonniger in gaan zien. Alles lijkt immers een stuk minder zwaar als het zonnetje schijnt en we de dikke lagen winterkleding van ons af kunnen pellen.

De bruisende ondernemers in jouw regio doen er zeker ook alles aan om het spreekwoordelijke zonnetje in huis te zijn. Vol frisse voorjaarsmoed staan zij weer klaar om jou zo goed mogelijk van dienst te zijn. Hoe ze dat doen? Dat lees je uiteraard in deze nieuwste editie van Bruist. En vergeet niet: na regen komt zonneshijn!

Veel leesplezier
Lea en Marcel Bossers

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



Foto: Ron Eskens
scoopictures.nl

Wandelen doet wonderen!

Gemakkelijk overtollige kilo's kwijtraken, ontspannen en stress verminderen, hart- en vaatziekten voorkomen of zelfs een depressie verminderen. Het kan allemaal door simpelweg te gaan wandelen. Dus trek de stoute (wandel)schoenen aan en ga ervoor!

Een stevige wandeling van slechts dertig minuten verlaagt de bloeddruk, maar dat geldt ook voor drie wandelingen van tien minuten. Dat is voor iedereen haalbaar, zelfs voor degenen die de hele dag op kantoor zitten. Wandelen zorgt voor een gezonder lichaam. Je hebt meer energie en bent niet meteen uitgeput als je twee trappen gelopen hebt. Met een uur stevig doorlopen (vijf kilometer per uur) verbrand je ongeveer 240 kilocalorieën. Wie een half uur per dag wandelt, kan in twee maanden tijd ruim een kilo kwijtraken zonder al te veel extra inspanning.

Bij het wandelen gebruiken we spieren en belasten we botten en kraakbeen. Hart en longen worden er sterker van en je geheugen wordt beter. Wandelen is ook goed voor de biologische klok, waardoor inslapen en doorslapen beter zullen gaan. Zelfs de kwaliteit van de slaap zal verbeteren.

Weerstand

Wandelen verbetert je stemming, maar dat geldt sowieso voor lichaamsbeweging in het algemeen.

Lichaamsbeweging wordt bij een depressie steeds meer genoemd als een gezond alternatief voor pillen. Een dagelijkse wandeling van een half uur in een stevig tempo kan het afweersysteem versterken en een verkoudheid onderdrukken. Als je regelmatig aan lichaamsbeweging doet, word je niet alleen minder vaak ziek, maar je verkoudheid is ook minder ernstig en duurt korter. Dagelijks wandelen, daar kan geen pil tegenop.

Samen of alleen

Wandel jezelf fit, gezond en gelukkig! En dat kan prima in je eentje. Jij bepaalt dan hoe lang je wilt wandelen en in welk tempo je loopt. Maar samen met anderen is natuurlijk zeker zo leuk. Ga op zondag gezellig met je gezin een lange (bos-)wandeling maken. Je kunt dan én van elkaar genieten én gezond bezig zijn. Zo voelt wandelen niet als een verplichting. Door samen met een vriend of vriendin stevig door te wandelen en ondertussen uitgebreid bij te kletsen, sla je zelfs twee vliegen in één klap.

Goede (wandel)schoenen nodig of iemand die je een steuntje in de rug geeft?

Op www.nederlandbruist.nl vind je genoeg ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

ERVAAR OOK
HET POSITIEVE
EFFECT VAN
WANDELEN



SPECIAAL VOOR JOU

CASA BLANCO

hippe dingen

Er gaat een wereld voor je open!



Nieuwsgierig? Bestel dan ons magazine via:
nl@nederlandbruist.nl onder vermelding van Casa Blanco



DE MOOISTE KASTEN
VIND JE BIJ
CASA BLANCO
hippe dingen



TIJDENS DE
LOCKDOWN
ONLINE BESTELLEN
EN BETALEN EN
AFHALEN BIJ DE
WINKEL





WANDELEN DOET WONDEREN

LOWA produceert hoogwaardige outdoorschoenen door de liefde voor de natuur te combineren met innovatieve technologieën. Het merk staat al sinds 1923 garant voor de beste pasvorm, optimaal comfort en de hoogste kwaliteit. LOWA garandeert veiligheid en duurzaamheid en sluit geen compromissen bij het uitkiezen van de materialen.

www.lowa.nl



OPPEPPER VOOR JE HUID

De Hawaiian Tropic Zonneolie is verrijkt met kokosolie en guave. De olie verwerkt de huid met vocht en geeft haar een natuurlijke glans. De gelachtige olie heeft geen factor, is licht en verfrist de huid met een delicate tropische geur. Ook als de zon niet schijnt is deze olie geschikt als lichaamsolie na je bad of douche.

www.hawaiiantropic.com

LEZERSACTIE

Maak kans op een SodaStream bruiswatertoestel.

Maak van fris kraanwater zelf heerlijk bruiswater in slechts enkele seconden. Je kunt zelf de hoeveelheid bubbels bepalen (licht, medium of intens).



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. #SODASTREAM naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

LEZERSACTIE

Maak kans op dit self tan pakket van That'so.

Wil je ook in de winter een lekkere bruine teint? Dat kan met de self tan sprays van That'so. Deze zorgen voor een mooie, egale bruine kleur, stinken niet en geven niet af! Bovendien bevatten de sprays hydraterende en anti-aging ingrediënten, dus ze verzorgen de huid ook. www.thatso.nl.

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. #THATSO naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



win

Laat de zon maar komen!

PROEF DE ZON

Love Song is een frisse en geurige, zalmkleurige pinot noir. De subtiel mousserende rosé wijn uit 2018 is heerlijk als aperitief, bij vers fruit of een salade met aardbeien en brie. De wijn is bijzonder van smaak met veel fruit en komt uit de West-Kaap in Zuid-Afrika. Deze regio staat bekend om haar hoge kwaliteit wijnen.

www.wijnwinkellenord.nl



LEZERSACTIE

Maak kans op een prachtig boeket van

Bloem en Interieur

Bloemen kopen doe je bij Bloem en Interieur! Zij verzorgen namelijk de mooiste bloemen en boeketten speciaal voor jou. Bij Bloem en Interieur zijn diverse soorten bloemen, boeketten of bloemstukken beschikbaar.

Like de Facebookpagina's van Nederland Bruist, Oosterhout Bruist en van De Langstraat Bruist. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! Wellicht maak jij dan kans op zo'n mooi boeket van Bloem en Interieur, Gangboord 1a in Raamsdonksveer.



STEEL DE SHOW

Deze Union classic is nu voor dames verkrijgbaar in een prachtige, lichtblauwe kleur! Het slanke aluminium frame is ijssterk en maakt de Flow tot een stevige stadsfiets, met bagagedrager en fraaie stalen spatborden. De Flow kan geheel naar jouw wensen worden geleverd, van terugtraprem tot een 7-speed met handremmen. www.union.nl

VOOR JOUW COMPLETE THEATERUITJE

Theater.nl en Bruist slaan de handen ineen!

Bruist vermeldt elke maand de leukste evenementen uit jouw regio in het glossy magazine. Reden genoeg om vanaf nu samen te werken met Theater.nl, het grootste theaterplatform van Nederland en het Belgische grensgebied. Zo blijf je perfect op de hoogte van het brede cultuuraanbod en maak je als echte theaterliefhebber kans op mooie prijzen!

 **Theater.nl**
DE WERELD VAN THEATER

Wil jij kans maken op mooie prijzen? Registreer je dan via theater.nl/bruist en wie weet ben jij één van de gelukkigen!

COMPLEET THEATERUITJE

Theater.nl houdt je dagelijks op de hoogte van het laatste theaternieuws, recensies en natuurlijk de mooiste theatervoorstellingen die je direct kunt reserveren via de website. Daarnaast kun je bij ons terecht voor een compleet theateruitje. Wat denk je van een etentje voor- of achteraf? Maak gemakkelijk via onze website een keuze uit de beste restaurants in de buurt van het theater, of boek zelfs een overnachting in de stad. Dankzij Theater.nl ligt een compleet dagje uit binnen handbereik!

MAAK KANS OP MOOIE PRIJZEN

Geniet elke maand in Bruist van een exclusief interview van Theater.nl met een bekende Nederlander of Vlaming. Maar dat is nog niet alles, want maandelijks geven we prachtige prijzen weg zoals voorstellingstickets of twee weken gratis streamen, want voor het bekijken van een theatervoorstelling hoef je tegenwoordig de deur niet meer uit.

Bloemenwinkel

met een zee aan mogelijkheden

“In de winkel heb je veel keuze en vind je bloemen en cadeauartikelen voor elke gelegenheid”



WIJ BLIJVEN GEWOON GEOPEND

- U kunt gewoon DPD en GLS pakketten blijven inleveren en ophalen
- Buiten verkoop van bloemen
- Wij bezorgen alles wat u bij ons bestelt zoals bloemen, kaarsen en cadeauartikelen

Bestellen kan per email info@bloemeninterieur.com en per telefoon 0162-225539.

Ook kunt u bestellingen plaatsen via bol.com, welke via DPD worden bezorgd en/of welke u direct in onze winkel kunt ophalen.

Bloemen Interieur

Gevestigd in Raamsdonksveer en Hank
Hank (alleen op afspraak)
Gangboord 1A Raamsdonksveer

0162-225539 | info@bloemeninterieur.com

Het mooie van **wandelen** is dat je het altijd en overal kan doen.

Hoe lang of kort je ook loopt, je **verslaat** altijd iedereen die op de bank blijft liggen!

Wandelen is goed voor het **geheugen**.

Het is belangrijk dat je je hoofd in drukke tijden regelmatig leegmaakt. Begin met een **braindump**: schrijf je gedachten op in een dagboek. Gedachten in je hoofd zijn namelijk chaotisch, maar op papier zijn ze te overzien.

Je kunt je hoofd ook leegmaken met de kracht van **ademhaling**.

Feng shui spreek je uit als fang sjweej.

Samen wandelen is **romantisch**. Hoog tijd dus om in het **weekend** samen eindeloze strandwandelingen te maken.

Het is belangrijk om van **bewegen** een onderdeel te maken van je dagelijkse activiteiten: de trap in plaats van de lift en op de fiets naar werk, school of winkel.



BRUIST

BESTAAT *15 jaar*

EN SLAAT VLEUGELS VERDER UIT

In maart 2006 kwam voor de eerste keer het magazine Breda Bruist uit. Het was meteen de start van uitgeverij Nederland Bruist. Ondernemers-echtbaar Marcel en Lea Bossers staat aan het roer van Bruist. Deze maand, maart 2021, bestaat Bruist 15 jaar. Marcel blikt terug en kijkt vooruit.

Je herkent Bruist aan het unieke vierkante formaat, de kleurrijke covers en sfeervolle uitstraling. De uitgaven liggen doorgaans in diverse winkels, wachtruimtes en andere locaties waar veel mensen komen. Op dit moment worden de magazines meer huis-aan-huis verspreid, maar zodra het weer kan liggen ze op de vertrouwde punten.

Inmiddels is Bruist een multimediaal platform, maar de nadruk ligt nog steeds op print. Daar ziet Marcel altijd nog voldoende groeikansen. "De afgelopen 15 jaar zijn de edities van Bruist enorm gegroeid: naar maandelijks 38 regio's, waarvan 3 in Spanje, 5 in België en 30 in Nederland. Veel uitgevers stoppen met print, maar bij Bruist komen er elk jaar nieuwe edities bij. Tegen de stroom in dus."





15 jaar

De eerste...



...en de huidige cover!

“Bruist is bedacht door een eigenaar van een cafetaria in Breda”, vertelt Marcel. “Hij wilde adverteren, maar vond de bestaande media niet geschikt. Daarom begon hij met een eigen magazine dat helemaal gericht was op lokale ondernemers en leuke tips uit hun stad.”

Beginjaren

Bruist werd meteen een eclatant succes en de toenmalige eigenaar en bedenker maakte er een franchiseformule van die in de beginjaren zorgde voor een mooie groei in diverse steden. Marcel Bossers werkte in 2007 voor BN DeStem en merkte dat Breda Bruist een geduchte concurrent was van deze krant als het ging om adverteren. Toen hij erachter kwam dat Bruist een franchiseformule was, werd de ondernemer in hem wakker.

Liefde

Marcel kocht in 2008 in eerste instantie vijf Bruist-regio's, maar al in 2009 nam hij de gehele formule over. Het aantal regio's groeide verder en er kwam een eigen salesteam. In 2012 besloot hij te stoppen met de franchiseformule en alleen nog maar eigen edities uit te brengen. Vervolgens kwam 2013, het jaar dat Marcel de liefde van zijn leven ontmoette, Lea. Zij werd al snel betrokken bij Bruist. Marcel zegt: “Met haar ervaring op het gebied van organisaties, heeft ze er mede voor gezorgd dat er een betere structuur in de organisatie kwam. Daardoor heb ik mij extra kunnen focussen op sales. Ook zijn we begonnen met een abonnementenformule voor onze adverteerders.”

100 edities

Het ondernemersechtpaar heeft de ambitie om snel door te groeien naar 50 maandelijkse edities en dan naar 100 maandelijkse edities. Deze zomer staat bijvoorbeeld Torremolinos Bruist in de planning, de derde Spaanse editie. Marcel: “Zo'n groei kan alleen lukken als onze huidige adverteerders tevreden zijn en blijven. Eind 2020 zijn we daarom begonnen met het nog meer ontzorgen van onze klanten. We bedenken nu kant-en-klare campagnes voor hen. Dit wordt zeer positief ontvangen. Ondernemers, vooral uit het MKB, kunnen zo op de juiste manier adverteren waardoor hun naamsbekendheid groeit.”

Sales Academy

“Dit jaar zijn we gestart met onze Sales Academy”, vertelt Marcel vol passie. “In een intensief traject van zes maanden leren we commerciële talenten hoe het vak 'verkopen' in elkaar zit, met als doel een baan in de buitendienst bij Bruist. In januari 2021 zijn we met de eerste groep aan de slag gegaan en vanaf mei komt er een nieuwe lichterling.” Ook stagiaires krijgen de kans om in dit traject mee te gaan met uitzicht op een baan als junior media adviseur.

Met een groeiend, krachtig team van op dit moment 35 medewerkers, gaat Nederland Bruist vol vertrouwen de toekomst tegemoet. Trots gaan Marcel, Lea en team Nederland Bruist op naar 15 nieuwe bruisende jaren. En op naar 100 edities Bruist per maand.

Bezoek ook www.nederlandbruist.nl en www.belgiebruist.be



Gratis adviesgesprek

Online/offline

Bij TvdW bieden wij al lange tijd een geheel vrijblijvend adviesgesprek aan. Sinds kort is het ook mogelijk om dit adviesgesprek online te laten plaatsvinden waardoor er voor u en ons geen risico gelopen hoeft te worden. Neem contact met ons op voor een vrijblijvend adviesgesprek.

Wij kijken uit naar een virtuele bak koffie!



TvdW

TvdW B.V.

info@twanvandewiel.nl
0416 33 77 93
www.twanvandewiel.nl

Margrietstraat 95
Waalwijk

DAGJE UIT KEUKENHOF



De geschiedenis van de Keukenhof gaat terug tot de vijftiende eeuw toen gravin Jacoba van Beieren groente en fruit uit het Keukenduin haalde. In 1641 werd kasteel Keukenhof gebouwd en het landgoed groeide uit naar een oppervlakte van ruim tweehonderd hectare. Twee landschapsarchitecten richtten in 1857 de tuin rondom het kasteel opnieuw in en in 1949 ontstond het plan om hier een tentoonstelling van voorjaarsbloeiende bloembollen te organiseren. Het lentepark Keukenhof was een feit. In 1950 ging het park voor het eerst open en het was direct een succes. Van 20 maart tot en met 9 mei vindt alweer de 72e editie plaats met als thema: a world of colours

De verkoop van tickets gaat via www.keukenhof.nl. Tickets zijn uitsluitend online verkrijgbaar en geldig op een vaste datum in een vooraf vastgesteld tijdslot.

FILMPJE KIJKEN BULADÓ

De elfjarige Kenza woont samen met haar vader Ouirra en opa Weljo op een autosloperij in de binnenlanden van Curaçao. De twee mannen zijn elkaars tegenpolen: Ouirra is een kordate, rationele politieagent, terwijl Weljo zich identificeert met de oorspronkelijke bewoners en de spiritualiteit van het eiland. Wanneer de relatie tussen Ouirra en Weljo steeds verder op de spits gedreven wordt, zoekt Kenza naar haar eigen weg tussen de twee uitersten. Geleidelijk stelt ze zich steeds meer open voor de mystieke en geruststellende tradities van haar opa.

BULADÓ is vanaf 5 maart te zien op Netflix.

BINNEN/BUITEN



BOEKJE LEZEN DE THERAPEUT



Eindelijk komt de wens van Alice en Leo uit: ze nemen hun intrek in een woning in The Circle. Alice heeft niet eerder in een grote stad gewoond en moet even wennen. Toch wil ze er het beste van maken. Ze leert haar burens steeds beter kennen en ontdekt dat haar woning een schokkend geheim herbergt: Nina, de therapeut die er voor Alice en Leo woonde, werd er vermoord. Ze wil achterhalen wat er is gebeurd, maar niemand wil haar meer vertellen over de precieze gebeurtenissen. Haar burens lijken iets voor haar verborgen te houden en binnen The Circle blijkt alles lang niet zo perfect als het lijkt...

DE THERAPEUT van B.A. Paris is vanaf 15 maart verkrijgbaar.

Wij werken nog steeds
elke dag met veel plezier
en passie aan onze
producten!
**En dat zie je in het
eindresultaat!**

**Bij DR Metal Design
kunt u terecht voor al
uw staal design werk.**

Wij ontwerpen en maken onder andere:

STALEN DEUREN & KOZIJNEN

TRAPLEUNINGEN & BALUSTRADES

MEUBELS OP MAAT

Neem contact met ons op voor een
vrijblijvende offerte of kom langs in onze
showroom. Deze is geopend op afspraak.



Everdenberg 341,
Oosterhout
06-48487982
info@drmetaldesign.nl
www.drmetaldesign.nl

Damien Rietvink
Eigenaar



Voor alle uitneembare prothetische voorzieningen kunt u terecht in onze praktijk. Zowel het intakegesprek, het implanteren (indien bij u van toepassing) als het vervaardigen van de prothese en de nazorg gebeuren bij ons in de praktijk. De laatste jaren wordt er alles aan gedaan om het gebit een natuurlijke en frisse uitstraling te geven. Wij adviseren u dan ook welk gebit het beste bij u past. Een kunstgebit is tenslotte altijd maatwerk waarbij de individuele wensen van de klant voorop staan. Juist die afstemming is uiterst belangrijk.

VERGOEDINGEN

Voor een volledige prothese is een verwijzing van de tandarts niet nodig. Klanten kunnen direct bij ons terecht. We hebben contracten met verschillende zorgverzekeraars. De volledige prothese en ook het klikgebit worden voor een deel vergoed vanuit de basisverzekering. Het eigen deel aan kosten is afhankelijk van de aanvullende tandartsverzekering van de klant.

BEGELEIDEN

Wij weten als geen ander dat de stap van de laatste tanden en kiezen naar een kunstgebit heel ingrijpend kan zijn. Er kunnen verschillende noodzakelijke redenen zijn zoals steeds terugkerende kaakontstekingen of een slecht gebit dat lastig te repareren valt. Elke mondsituatie én patiënt is anders. Soms zijn klanten angstig. Het is voor ons een uitdaging om samen met onze collega tandartsen en kaakchirurgen, de patiënten voor te bereiden op wat hen te wachten staat en uiteindelijk te begeleiden naar een mooi gebit.

Onze behandelingen

- Volledige boven- en/of onderprothese
- Het klikgebit
- Gedeeltelijke kunststof prothese of metalen frameprothese
- Reparaties terwijl u wacht **NA AFSpraak**
- Opvullen prothese binnen 3 tot 4 uur

Van A tot Z alles onder één dak

Bij het maken van het kunstgebit kiezen wij ervoor om alles in eigen beheer te houden. Wij maken geen gebruik van externe laboratoria.

Zo is het eenvoudiger om in overleg met de klant, binnen de grenzen van wat technisch mogelijk is, aan de wensen te voldoen. Indien de klant in aanmerking komt voor het klikgebit is het team, samen met onze collega tandarts/implantoloog, er van bewust dat klanten vaak angstig zijn. Er wordt daarom voldoende tijd genomen om de verschillende stappen uit te leggen en er wordt intern een behandelplan opgesteld.

Wij hebben geen wachtlijsten, bel voor een afspraak en u kunt vrijwel dezelfde week bij ons terecht. Ook reparaties worden uitgevoerd terwijl u wacht, mits u van te voren telefonisch een afspraak heeft gemaakt met ons. Voor het opvullen (rebasen) van de prothese moet u de prothese 3 tot 4 uur missen.

Bij alles wat we doen staan service, spontaniteit en klantvriendelijkheid hoog in het vaandel bij onze praktijk. Voor meer informatie bezoek onze website www.tppzembowicz.nl of bel ons 0416-320452.



Onze specialisten

v.l.n.r.

Linda Deutekom
Medewerkster Tandtechniek

Marcel Elsendoom
Specialist Prothetiek

Mischa van Mook
Patiëntenadministratie

Peggy Dijkman
Office Manager

Angela de Jong
Specialist Prothetiek

Radek Zembowicz
Tandprotheticus

Hertog Janstraat 1a, Waalwijk
0416-320452

info@tppzembowicz.nl
www.tppzembowicz.nl

Stef Bos mist het theater

Zanger en liedjesschrijver Stef Bos kijkt met gemengde gevoelens terug op de afgelopen periode. Maandenlang stond alles stil. Maar juist nu hebben mensen de enorme behoefte om geraakt te worden.

Stef Bos mist het theater. “Ik speel er echt heel erg graag.” Normaliter is hij daarom ontzettend vaak op het podium te vinden. Maar corona gooit nu al bijna een jaar lang roet in het eten. Het is een situatie die hij nog nooit eerder heeft meegemaakt. Op verschillende momenten in het jaar ligt alles maandenlang stil.

Hij komt zelf niet echt in de problemen door de sluiting van de theaters. Toch doet het hem alsnog best veel. Hij ziet hoe jonge makers en technici het nu echt zwaar hebben. Die kunnen niet meer optreden en ook geen ervaring meer opdoen. “Voor de meeste artiesten geldt dat je moet blijven spelen om op niveau te blijven. Dat is een rekening die we met z'n allen nog moeten gaan betalen.”

Niet te vroeg pieken

Een paar maanden mocht er weer worden gespeeld voor klein publiek. Eerst moesten de bezoekers anderhalve meter afstand houden van elkaar. Daarna mochten maximaal dertig mensen in de zaal. Dat bracht nieuwe uitdagingen met zich mee, zoals twee keer op een avond dezelfde show moeten spelen. Dat is niet makkelijk voor Stef die al zijn energie in een voorstelling gooit. “Ik ben het maar gaan zien als een wielrennersetappe”, vertelt hij. “Dus niet te vroeg pieken!”

Maar tijden van beproeving hebben niet alleen maar negatieve kanten, zo merkte hij. Juist nu hebben mensen een enorme behoefte om geraakt te worden. “Dat merk je ook in de zaal. Ik heb er even op moeten oefenen, maar na een tijdje had ik hem. Dat iedere toon raakt in het publiek.”

‘DE REKENING
VOOR CORONA
MOETEN WE MET
Z’N ALLEN NOG
GAAN BETALEN’

Sfeer & beleving!

Een jaar geleden ging de showroom van RMR Interieurbouw volledig in vlammen op. Geen reden om bij de pakken neer te gaan zitten, aldus Frank Rijnen. “Integendeel, precies een jaar later staat er een prachtige nieuwe showroom, met nog meer sfeer en beleving.”

Bij RMR is iedereen met recht trots op wat ze met het gehele team hebben bereikt. “We waren al dé specialist op het gebied van totaalinrichtingen en keukens in het luxere hoog segment, maar nu – met onze nieuwe showroom – hebben we onze klanten zo mogelijk nog meer te bieden.” Zo straalt de buitenkant tegenwoordig al uit wat ze binnen te bieden hebben en vind je in de nieuwe showroom zelf, naast tal van mooie, sfeervolle voorbeeldinterieurs, onder andere een champagnebar en een high end keuken van dertien meter.

“Bovendien kunnen we de showroom ombouwen tot een sfeervolle en luxe restaurantsetting waar voortaan maandelijks een sterrenkok komt koken.”

Service & kwaliteit

14 februari 2020 brandde de oude showroom af, 14 februari 2021 werd de nieuwe showroom geopend. “We hebben er met zijn allen de schouders onder gezet. Binnen tien dagen maakten we al een doorstart op een voorlopige locatie. En nadat we zelf het nieuwe pand hadden ontworpen, heeft een

beviend aannemer dit ontwerp verder uitgewerkt en is het pand in slechts vier maanden volledig opgebouwd. Al die tijd hebben we gewoon doorgedraaid om onze klanten dezelfde service en kwaliteit te kunnen bieden die ze altijd al van ons gewend waren. Want wij zijn pas tevreden als elke klant een ambassadeur is geworden van RMR!”

Niet alleen de showroom is veranderd, ook de samenstelling van het team is ietwat anders. Vanaf heden staat Frank Rijnen samen met Rogér Selij aan het roer van RMR Interieurbouw. “Na twintig jaar gaan we onze collega’s Rob en Werner uiteraard missen. Maar alles is meer dan goed geregeld en wij blijven dezelfde kwaliteit en passie handhaven. De uitstraling en showroom gaan echter alles overtreffen.”

RMR[®]
interieurbouw



‘WIJ WERKEN VOOR
ONZE PROJECTEN
SAMEN MET
GERENOMMEERDE
ARCHITECTEN’

Nieuwsgierig geworden? Breng eens een bezoekje aan de showroom!

BRUISENDE/ZAKEN



Welkom bij Xylo Wood Design.

Mijn naam is Dean Bigley en ik heb een passie voor hout. Bij Xylo Wood Design maken we van dit prachtige materiaal alles wat u als klant verlangt, eventueel in combinatie met glas en/of staal. Van tafels tot kasten, van overkappingen tot (buiten)keukens en van badkamermeubelen tot deuren: **echt alles is mogelijk.**

Ambachtelijk handwerk van TOPKWALITEIT!

Als allround interieurbouwer was de beslissing om begin 2019 een eigen zaak te beginnen de beste die ik ooit genomen heb. Iedere dag ga ik fluitend naar de werkplaats om mooie dingen te maken voor mijn klanten. Kom eens langs in de showroom om te zien wat er allemaal mogelijk is!

XYLO

Een pakkende naam voor het bedrijf was zo gevonden. 'Xylo' is namelijk het Griekse woord voor hout. Xylo Wood Design is er voor iedereen die graag een uniek item of project van hout wil laten maken. Wij werken zowel voor particulieren als voor bedrijven. Kennis van loodgieterswerk of elektra is aanwezig binnen het bedrijf, dus het installeren van een binnen- of buitenkeuken, badkamermeubel of een tafel compleet met lampen erboven is geen probleem. Maar ook voor kleinere producten van hout, zoals bijvoorbeeld een snijplank, kunnen klanten bij mij terecht.

MAATWERK EN SERVICE

Xylo Wood Design komt graag bij u thuis om uw idee door te spreken en samen tot een mooi ontwerp te komen. Ook als er onverhoopt iets kapot gaat, staan we voor u klaar. We leveren echt maatwerk en bieden nog die hoogwaardige, ouderwetse service die je bijna nergens meer ziet.

Voor ambachtelijk handwerk van topkwaliteit moet u dus bij Xylo Wood Design zijn!

XYLO WOOD DESIGN WERKT
ZOWEL VOOR **PARTICULIEREN**
ALS VOOR **BEDRIJVEN.**

Prof. Minckelersweg 4 C Waalwijk | **06-36537876**
deanbigley@icloud.com | **www.xylowooddesign.nl**
Instagram: xylowooddesign





Lekkere *lentegeuren*

Fris, fruitig, zwoel, sensueel of bloemig, you name it!
Met deze geuren ruik je het voorjaar en hiervan word je meteen vrolijk! En dat is nu nét wat we nodig hebben.

1. (MALIN+GOETZ) Tomato Candle 260 g, € 54,- www.retreat.nl

2. La Vie est Belle Soleil Cristal van Lancôme, vanaf € 86,30 www.douglas.nl

3. La Belle Le Parfum Eau de Parfum Intense van Jean Paul Gaultier, vanaf € 66,75 www.douglas.nl

4. Flowerbomb Mariage Eau de Parfum van Viktor & Rolf, vanaf € 94,- www.debijenkorf.nl

5. The Legendary Jicky Eau de Parfum van Guerlain, € 129,- www.guerlain.nl

6. La Nuit Tresor Dentelle de Roses van Lancôme, € 74,25 www.lancome.nl

7. Replica Matcha Meditation Eau de Toilette van Maison Margiela, € 96,- www.debijenkorf.nl

8. H24 van Hermes, vanaf € 75,- www.hermes.com 9. Molecule 01 + Patchouli, € 139,- www.debijenkorf.nl

10. Bella Vita van Guess, vanaf € 35,- www.iciparisxl.nl 11. Gorgeous! van Michael Kors, vanaf € 58,97 www.douglas.nl

12. Costa Azzurra van Tom Ford, vanaf € 109,- www.debijenkorf.nl

13. Geurkaars Carriere Frères La Rose aime La Menthe, € 42,- www.celeste-parfums.nl

14. Loewe Agua Miami vanaf € 75,- www.debijenkorf.nl

Voor alles op het gebied van elektrotechniek en meer!

OGCS Technische Installaties & Diensten en Richard Kraneveld Elektrotechniek zijn dé experts op het gebied van elektrotechniek in Waalwijk en wijde omgeving. Ze voeren alle voorkomende werkzaamheden uit als het gaat om elektra, verlichting, camerabeveiliging, toegangscontrole, data en internet.

De ondernemingen hebben niet voor niets de krachten gebundeld. "We weten allebei alles van elektrotechniek", vertelt Olivier Grootswagers van OGCS. "Tegelijkertijd hebben we natuurlijk ieder onze sterke punten, in dat opzicht vullen we elkaar perfect aan."

Grote en kleine projecten

"We werken voor zowel particulieren als bedrijven. Projecten, groot en klein, betreffen bijvoorbeeld het aanleggen van elektrische installaties (nieuwbouw én renovatie) - inclusief zonnepanelen - en het vervangen van de verlichting, evenals het oplossen van storingen. Camerabeveiliging doen we ook veel. Tegenwoordig kun je natuurlijk van alles op internet kopen, maar wij zorgen voor een goed advies op maat en vakkundige installatie zodat het optimaal functioneert."

Kiezen voor kwaliteit

Het installeren van datanetwerken kun je eveneens met een gerust hart aan de heren overlaten. "We leveren

alles werkend op en bieden ook garantie op onze werkzaamheden en de producten. Bij grotere klussen schakelen we collega zpp-ers in voor o.a. graafwerkzaamheden, timmer- en metselwerk. Wij blijven het vaste aanspreekpunt en zorgen dat alles wordt geregeld."

Ook voor Bruist!

Het hoofdkantoor van Nederland Bruist in Oosterhout heeft het duo eveneens onder handen genomen. "Daarbij ging het om de verlichting en alle elektra. Onlangs hebben we nog een airconditioning geïnstalleerd, iets wat we overigens ook doen voor particulieren. Een slimme keuze want hiermee kun je elektrisch koelen én verwarmen wat al snel een besparing oplevert van 30 procent." OGCS is zelf ook verantwoord bezig, sinds eind 2020 rijden ze als een van de eersten met een volledig elektrische bus van Peugeot.



OGCS Technische Installaties & Diensten
Sprangseweg 5, Waalwijk | **06-21908903**
info@ogcs.nl | www.ogcs.nl



Richard Kraneveld Elektrotechniek
Amstel 49, Waalwijk | **06-15131092**
info@kraneveld-elektra.nl | www.kraneveld-elektra.nl



'DOORDAT WE
RELATIEF KLEIN ZIJN,
KUNNEN WE SNEL
SCHAKELEN'

Houd vooral
de Facebook-pagina
van OGCS in de gaten:
[facebook.com/ogcsnl](https://www.facebook.com/ogcsnl).
Hierop verschijnen
regelmatig foto's van
nieuwe projecten!



TUINTREND

WAALWIJK

Mooie, comfortabele en betaalbare tuinmeubelen. Een kleurrijke collectie met oog voor detail. Designmeubelen voor ieder budget. Kom naar onze mooie showroom en laat u informeren en inspireren!



SHOWROOM WAALWIJK
TUINTREND
Prof. Lorentzweg 18,
5144NP Waalwijk
The Netherlands

 @tuintrendwaalwijk
 @tuintrendwaalwijk
www.tuintrend.nl
+31733032999
sales@tuintrend.nl

Guño

OUTDOOR FURNITURE
BEACH
7

NIEUWE NAAM, VERTROUWDE PARTNER.

Jac Klijn is al jarenlang een begrip en vertrouwde partner op het gebied van hout en bouwmaterialen voor de vakman.

Wij ondersteunen je bij alles wat je nodig hebt om je werk te kunnen doen. Van vakkundig advies en een ruim assortiment professionele materialen tot een kop koffie om de dag goed te beginnen. Alles onder één dak, bij jou in de buurt.

BouwPartner houdt je op de hoogte van wat er speelt in de bouwwereld. Innovaties, nieuwe regelgevingen... zaken die voor jou belangrijk zijn, maar waar je misschien amper aan toe komt. Wij zorgen dat jij je kunt focussen op je werk. Daar draait het om.

Wij zijn jouw **BouwPartner**.



BOUWPARTNER JAC KLIJN
Amerikastraat 18, 5171 PL Kaatsheuvel
0416-280055 | info@jac-klijn.nl

**BOUW
PARTNER**

**JAC KLIJN
BOUWMATERIALEN**

De perfecte *poetsroutine*

Een stralend gebit is het visitekaartje van jouw gezicht; het ziet er verzorgd en gezond uit. Maar hoe houd je je gebit mooi en gezond?



Poets je gebit tweemaal per dag, zo blijven jouw tanden schoon en fris en bescherm je jezelf tegen de schadelijke invloeden van tandplak. Tandplak bestaat uit bacteriën en veroorzaakt gaatjes.

Poets minimaal twee minuten per poetsbeurt, zo krijgen de enzymen in de tandpasta de tijd om goed hun werk te doen en je tandvlees en gebit goed te reinigen.

Houd altijd een vaste poetsvolgorde aan. Begin onderaan aan de buitenkant, dan de binnenkant en dan de kauwvlakken. Herhaal dit voor het bovengebit.

Besteed aandacht aan je tandvlees. Masseer tijdens het poetsen zachtjes het tandvlees. Zet je borstel zo op het tandvlees dat de borstelharen tussen de tand en het tandvlees kunnen komen. Op die manier blijft je tandvlees gezond en mooi roze.

Vervang je tandenborstel op tijd. Als de uiteinden van de borstelharen verder uitwijken dan de steel van de borstel breed is, dan is het tijd om de borstel te vervangen.

Op www.nederlandbruist.nl vind je verschillende ondernemers die jou kunnen helpen om indruk te maken met jouw stralende gebit.

Een betrouwbare auto begint bij de juiste onderhoudsbeurt

Natuurlijk kan niet alle autopech worden voorkomen, maar met de jaarlijkse onderhoudsbeurt verkleint deze kans enorm. VOS kent het belang van deze check en heeft alles in huis om uw auto goed te onderhouden. Of de winter er nu aankomt, u van de zomer naar Zuid-Frankrijk rijdt of u een hagenieuwe Citroën bestuurt: een onderhoudsbeurt is de basis van elke goed functionerende auto.

Voorkomen is beter dan genezen

Wacht niet totdat er vijf lampjes op het dashboard gaan branden met het controleren van uw auto. Laat deze minimaal één keer per jaar door ons nakijken en voorkom achteraf kosten die ontstaan door nalatig onderhoud. Na een grondige inspectie door onze onderhoudstechnici weet u zeker dat u weer veilig de weg op kunt. Bovendien draagt u met een jaarlijkse onderhoudsbeurt een steentje

bij aan een beter milieu. Wij zorgen er namelijk voor dat de auto aan de laatste milieueisen voldoet.

Van olie verversen naar software updates

Bij VOS kunt u terecht voor de jaarlijkse onderhoudsbeurt van alle merken, waarbij de auto nauwkeurig wordt nagekeken. Denk hierbij aan het verversen van de olie, het uitlezen van de motor en het controleren van de remmen. Waar onze technici en monteurs vroeger vooral met hun handen in de olie zaten, zijn zij inmiddels ervaren programmeurs. VOS controleert altijd de laatste software-updates en zorgt ervoor dat u met de nieuwste versie op weg gaat.

**PLAN UW
ONDERHOUD
ONLINE!**

Ga naar www.vosgewoongoed.nl



VOS
Gewoon goed.

Den Bosch Rietveldenweg 58 A | 073 621 9023

Waalwijk Zanddonkweg 2 | 0416 33 33 21

Genderen (occasion center) Genderensedijk 11 | 0416 35 11 05

info@vosgewoongoed.nl | www.vosgewoongoed.nl

**HEEFT U NOG
VRAGEN?
WE HOREN ZE
GRAAG!**

Magneet Interieurs Waalwijk levert woonoplossingen op maat

“Wij verkopen eigenlijk geen producten om je huis mee in te richten, we leveren passende woonoplossingen” en “Een bank moet niet alleen mooi zijn, je moet er ook goed op kunnen zitten.” In twee zinnen geeft eigenaar Camiel Klerx de bedrijfsfilosofie van Magneet Interieurs in Waalwijk bondig weer.

De wens van de klant vormt het uitgangspunt bij elk contact in de ruime toonzaal of thuis. Wat sluit het beste aan bij die wens en iemands persoonlijke situatie? Maatwerk dus op het gebied van wonen en slapen, inclusief raamdecoratie en vloeren.

Persoonlijk advies

In de woonbranche geldt dat het oog ook wat wil. Maar een mooi vormgegeven bed met het verkeerde matras of een schitterende designbank met

onvoldoende steun in de rug is in de ogen van Camiel de verkeerde keuze. “Klanten moeten erop kunnen vertrouwen dat zij een eerlijk advies krijgen om vervolgens de juiste keuze te kunnen maken. Zij moeten er ook van op aan kunnen dat wij gemaakte afspraken stipt nakomen. Dat is voor ons geen vrijblijvend verkooppraatje, anders hadden wij vorig jaar niet ons eeuwfeest kunnen vieren. Persoonlijk advies en vertrouwen, daar draait het allemaal om.” De oorspronkelijke textielwinkel is in 100 jaar dan ook uitgegroeid tot een gerenommeerde en veelzijdige woonwinkel. Aan de Grotestraat 331 in Waalwijk is een grote showroom van maar liefst 3000 m² gerealiseerd.

Zorg voor slaapkwaliteit

De nieuwste aanwinst in de onlangs vernieuwde showroom is de Auping Shop waar de complete lijn van deze Nederlandse beddenfabrikant is te bewonderen. Daarnaast voert Magneet Interieurs kwaliteitsmerken als M-line, Avek, Caresse en Beka. Op de slaapafdeling vind je een ruime keuze aan bedbodems, dekbedden, kussens, toppers, kledingkasten en niet te vergeten bedtextiel. Een goed matras vormt altijd het startpunt bij de



AL 100 JAAR EEN
VEELZIJDIGE
WOONWINKEL



aanschaf van een nieuw bed. “Onze slaapadviseurs hebben alle kennis in huis voor een op ieders lichaam en slaapgewoonten afgestemd advies. De klant kiest vervolgens zelf voor een bepaald merk”, benadrukt Camiel.

Van woonwens naar realisatie

De sfeervolle showroom bevat ook een aantrekkelijke presentatie van de Topform - design for living-collectie. Stoelen, banken, kasten en eetkamer-, salon- en bijzettafels van dit Nederlandse meubelmerk kenmerken zich door een tijdloze moderne uitstraling, kwaliteit en - niet onbelangrijk - betaalbaarheid. Magneet Interieurs biedt klanten ook een ruim assortiment eigentijdse relaxfauteuils. “Daarnaast zijn we dealer van nog een aantal andere bekende meubelmerken zodat we bijna elke woonwens kunnen vervullen”, zegt Camiel. “Klanten zijn elke keer weer aangenaam verrast door ons grote en diverse aanbod.”

Ontzorgen

Na aankoop in de winkel moet er natuurlijk nog een en ander gebeuren. Ook hierbij wordt er

flexibel meegedacht met de klant. Bestaand meubilair wordt ter plekke afgebroken, verplaatst of tijdelijk opgeslagen. De klant hoeft zelf niet te sjouwen. Ook voor het afvoeren van afgedankte spullen kan op verzoek worden gezorgd. Camiel durft de stelling wel aan dat het complete team van Magneet Interieurs – van verkoopadviseur, stoffeerder tot ateliermedewerker – het begrip ‘ontzorgen’ in zijn DNA heeft zitten.

Kijk op de site van Magneet Interieurs voor het volledige woonaanbod of maak vrijblijvend een adviesafpraak.



Grotestraat 331 Waalwijk
0416 - 33 30 17
www.magneetinterieurs.nl



Wellness in je eigen badkamer

Momenten van pure ontspanning zijn in deze tijd meer dan welkom om weer even helemaal op te laden. Helaas zijn op dit moment de meeste wellnessresorts tijdelijk gesloten. Maar dat geeft niet. Want ook jouw eigen badkamer tover je met wat simpele ingrepen om tot een (kleine) privéspa.

Om te beginnen moet het sfeertje kloppen. Geen storende elementen die jou op wat voor manier dan ook af kunnen leiden, maar juist een opgeruimde, schone badkamer met niet te veel kleurtjes. Niet voor niets is het in wellnesscentra meestal wit dat de boventoon voert. In je eigen badkamer kun je dit bijvoorbeeld versterken door te kiezen voor witte handdoeken en een witte badjas.

Licht en geluid

Ook licht en geluid spelen vaak een belangrijke rol. Is de verlichting in jouw badkamer fel en niet dimbaar? Uitlaten dan die lampen. Kies liever voor het zachte, warme licht van kaarsen. Investeer ook in goede (spat)waterdichte boxjes zodat je een bijpassende playlist in de badkamer kunt afspelen om helemaal in de relaxmodus te komen. Natuurlijk kun je ook gewoon muziek afspelen via je telefoon. Leg deze dan alleen niet op de badrand... Je wilt

namelijk niet weten hoeveel telefoons zo al aan hun einde zijn gekomen.

Lekker in bad

Sommigen zullen het helaas alleen moeten doen met een douche, maar ook die kan met het juiste sfeertje en een relaxte mindset aanvoelen als pure wellness. Maar als je over een bad beschikt, heb je natuurlijk helemaal geluk. Hoe zalig immers om weg te zakken in de warme bubbels en even helemaal nergens aan te denken. Nu begrijpen we dat niet iedereen de luxe van een eigen bubbelbad heeft, maar wist je dat er tegenwoordig vrij simpele oplossingen zijn (die ook helemaal niet zoveel hoeven te kosten) om jouw bad toch om te toveren tot een bubbelbad? Met een speciale bubbelbadmat kun je in een mum van tijd genieten van jouw eigen bubbels. Muziekje erbij, (geur)kaarsjes aan en reken maar dat je weer helemaal tot rust komt.

ZALIG OM WEG
TE ZAKKEN
IN DE WARME
BUBBELS

Kan jouw badkamer wel een upgrade gebruiken?

Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je daarbij een handje kunnen helpen.

Vrijgezel Suus stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. In december 2020 zijn we van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze **Bruisende Vrijgezellen**. In maart hebben we speciale aandacht voor: **Suus de Laat**.

De 27-jarige Suus is opgegeven door haar vriendin Bohey Coppens van Maid it Luxury (www.maiditluxury.nl). "Eigenlijk is dit niets voor mij, maar ik dacht 'misschien moet ik het dan juist doen'." Het is tekenend voor de instelling van Suus. "Ik onderneem graag nieuwe dingen en ben altijd wel in voor spontaniteit."

Gedreven, eerlijk en direct: dat is Suus zeker. De afgelopen jaren woonde en werkte ze in Amsterdam en inmiddels heeft ze twee universitaire studies tegelijkertijd behaald. Sinds enige tijd woont ze weer in Tilburg en zoekt ze een baan als kandidaat-notaris. "Als ik weet wat ik wil, ga ik er helemaal voor. Ik zit niet graag stil. Maar er is altijd ruimte om plezier te maken: 'Work hard, play hard'. Een nieuwe partner mag zeker niet lui zijn en het is fijn als hij zijn leven

een beetje op orde heeft. Ik zit niet echt te wachten op een feestbeest dat ik in toom moet zien te houden of iemand die iedere dag in de sportschool te vinden is!"

Suus zoekt de liefde van haar leven!

Als we het over hobby's hebben, zegt Suus: "Ik begin nu koken leuk te vinden en ben sinds kort begonnen met paardrijden. Normaal ga ik ook graag uit eten of er een dagje op uit. Verder ben ik heel sociaal en ik praat graag, soms zelfs wat druk. Verder ben ik open-minded: ik vind niet zo snel iets gek. Wat ik van een partner verwacht? In ieder geval dat hij van aanpakken weet en zijn eigen huishouden runt. Hij moet ook gezellig kunnen kletsen en niet bang zijn om zich open te stellen en over zijn gevoelens te praten. En natuurlijk moet hij alle aandacht hebben voor mij!"



LENGTE
163 CM



LEEFTIJD
27 JAAR



OGEN
GROEN

Jij reageert toch ook?

Wil jij ook in deze rubriek op zoek naar jouw grote liefde? Mail dan naar contact@nederlandbruist.nl en je komt geheel kosteloos in Bruist.

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaïld worden naar suusdelaat@hotmail.com

 www.instagram.com/suusdelaat_

Secrets
by TABOE



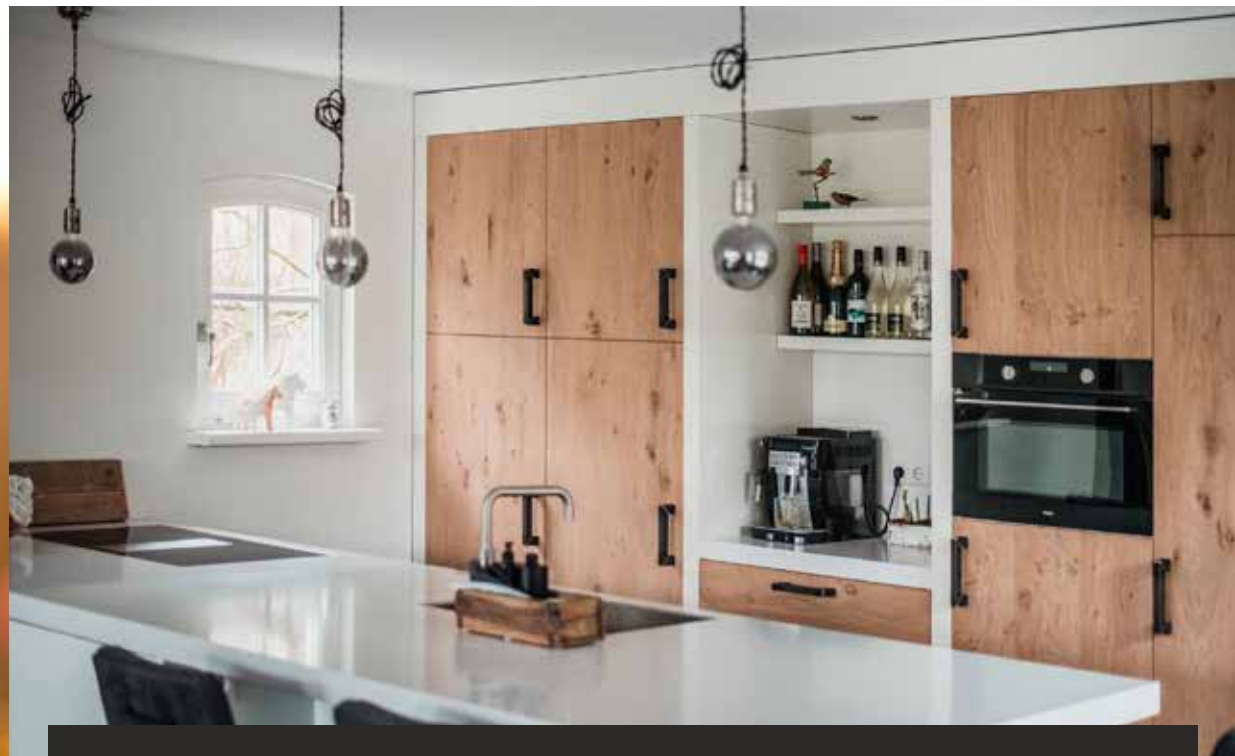
Neem contact op voor de mogelijkheden

Pelle Interieurbouw

ONTDEK HET WIJNGEHEIM VAN ZUID-AFRIKA...



Neem eens een kijkje op www.secretsbytaboe.nl



Dimar Pelle

De keuken is misschien wel de meest gebruikte ruimte in uw huis. De plek waar u 's ochtends ontbijt met een kop koffie, de plek waar u uw lunch bereidt. Maar ook waar u 's avonds de dag eindigt met een glas wijn. **Wij realiseren de keuken die bij u past!**

De keuken die bij u past

Albert Schweitzerlaan 13 Andel | 06 44 14 38 47 | info@pelleinterieurbouw.nl | www.pelleinterieurbouw.nl



Jouw bruidsjurk weer als nieuw?

Breng het op tijd!
Reparatie
snelservice!
(+/-1 uur)

bedrijven +
particulieren

stomerij

strijkservice

wasserij

LIKE ONS  

Grotestraat 315, Waalwijk
06-17893050

klodingreparatie.waalwijk@gmail.com

Kleding Reparatie Waalwijk

Ook voor het repareren
van motorkleding en
het schoonmaken van je
sneakers.

**Mondkapjes bij
ons verkrijgbaar!**



Maart geeft nieuwe energie



Vissen

Maak nieuwe
plannen en
ga ervoor!

Ram 21-03/20-04

In 2021 zul jij er alles aan doen om te slagen. Maar wees niet te streng voor jezelf. Op liefdesgebied zal het de komende tijd rustig zijn.

Stier 21-04/20-05

Deze maand is het lastig om hard en geconcentreerd aan het werk te gaan. Blijf zoveel mogelijk bij de les. Neem een extra kop koffie. Dit doet wonderen!

Tweelingen 21-05/20-06

Je barst van de energie! Er komen veel nieuwe dingen en mensen op je pad. Zorg dat je voldoende tijd hebt voor je hobby's.

Kreeft 21-06/22-07

Houd jezelf bezig met je eigen plannen en doelen. Durf groots te dromen. De beloning die je wacht zal het waard zijn.

Leeuw 23-07/22-08

Dit jaar zal de nadruk op relaties en romantiek liggen. Daarnaast barst je van de fysieke en mentale kracht. Zet jezelf eens in het middelpunt.

Maagd 23-08/22-09

Je bent deze maand erg actief wat betreft carrière en zakelijkheden. Vergeet niet te ontspannen en op tijd naar bed te gaan.

Weegschaal 23-09/22-10

Je weet precies wat je moet doen om op een goede manier met mensen om te gaan. Denk trouwens niet te lang na over het nemen van een beslissing.

Schorpioen 23-10/22-11

Schorpioenen staan bekend om hun sterke verlangens. Heb jij ergens je zinnen op gezet, dan zal je het krijgen, hoe dan ook.

Boogschutter 23-11/21-12

Jouw uitdaging deze maand: leer het verleden te laten gaan. Je durft pas na lang samenzijn iemand te vertrouwen.

Steenbok 22-12/20-01

Je zal veel liefde, harmonie en plezier tegenkomen. Deze maand kun je ook onverwachts gunstige ontwikkelingen verwachten!

Waterman 21-01/19-02

Het leven is één groot experiment. Je hebt veel behoefte aan gezelschap, maar omdat je graag in de spotlights staat, wil iedereen ook bij jou in de buurt zijn.

Vissen 20-02/20-03

De uitdaging deze maand staat vooral in het teken van het maken van je studie-keuze. Maak die plannen en ga ervoor!

Matrabike lanceert 'nieuw' fietsmerk FONGERS

Het Groningse fietsenmerk Fongers uit 1884 is opnieuw gelanceerd in de Benelux. Dit dankzij Matrabike die de merknaam graag overnam om in 2020 weer een eigen e-bike-lijn op de markt te brengen. "Mede vanwege de rijke geschiedenis", vertelt directeur Theo Mank. "Fongers is de oudste fietsenfabrikant van Nederland en bestaat al sinds 1884, alle reden om dit mooie merk nieuw leven in te blazen."

Theo begon bijna dertig jaar geleden met de verkoop van fietsen vanuit zijn garage. Inmiddels is Matrabike uitgegroeid tot een grote speler die zowel online als offline met winkels in Nederland en België actief is.

Kwaliteit en betrouwbaarheid

"Fongers heeft van 1884 tot medio 1970 fietsen geproduceerd. Matrabike besloot het Groningse fietsmerk over te nemen omdat het staat voor kwaliteit en betrouwbaarheid. Als Matrabike willen we dat ook uitstralen. Elektrisch fietsen is mateloos populair, om die reden komen we met een complete lijn e-bikes met een fantastische prijs-kwaliteitverhouding. Je hebt momenteel de keuze uit twaalf verschillende modellen." Net als de fietsen van het eigen merk Stokvis zijn ook de e-bikes van Fongers momenteel alleen nog exclusief verkrijgbaar bij Matrabike.

Netto prijzen

"Wij staan voor 'value for money'. Mijn vader zei ooit: 'Er zijn meer mensen met tien euro op zak dan 25 euro. Richt je op het tientje.' En dat heb ik gedaan. Mensen willen nu eenmaal graag een betaalbare kwaliteitsfiets." E-bikes zijn leverbaar in verschillende prijsklassen, van € 999,- tot € 2.000,-. "Wij rekenen gewoon nettoprijzen zodat je precies weet waar je aan toe bent. Iedereen krijgt de maximale (inruil)korting zonder daadwerkelijk in te hoeven ruilen, zoals dat bij collega's vaak gebruikelijk is."

Uitstekende service

"De e-bikes zijn bovendien op voorraad en dus snel leverbaar. Dat combineren we met een uitstekende service. De fietsen worden in België en Nederland volledig afgemonteerd en gebruiksklaar thuisbezorgd. En voor onderhoud en reparatie halen we ze desgewenst thuis op."



VALUE FOR
MONEY

matrabike
AL 25 JAAR DE VOORDELIGSTE IN FIETSPLEZIER!

Gompenstraat 21, Waalwijk | 0416-342012 | www.matrabike.nl



De kasten- en industriële deurspecialist van Midden-Brabant



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

Leon Hamers





Decoratieve wandpanelen voor ieder interieur

Nieuw in ons assortiment: het akoestische paneel dat door iedereen kan worden gebruikt om op verschillende wijze een elegante lattenwand of -plafond in huis te creëren.

Een klasse A-product, verkrijgbaar in verschillende kleurmogelijkheden. Het is geluidsabsorberend, elimineert galm en dempt geluid aanzienlijk.



DUURZAAM MATERIAAL

We maken alleen gebruik van duurzaam hout. Het zwarte akoestische vilt is gemaakt van gerecycled plastic. De latten zijn gemaakt van finer in eik op houtvezelplaten van gemiddelde dichtheid.

MAKKELIJK EN SNEL TE MONTEREN

De panelen worden geleverd in modules van 2400 x 600 x 22 mm, waardoor het monteren supereenvoudig is.



HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL **GARBI**
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit viersterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*



Ga de strijd aan tegen de extra kilo's.

Onze producten werken in synergie samen om snel zichtbare resultaten te verkrijgen. Alle producten lopen voorop qua ontwikkeling en kunnen dagelijks worden gebruikt.

Zorgt voor een intensieve detox



Stimuleert vetverbranding en boost je metabolisme

Stimuleert vetverbranding en geeft meer energie en focus



Stimuleert vetverbranding gedurende de nacht en zorgt voor een betere nachtrust



Astrid Vos
Health, Beauty & Nutrition
06-44844289
astridvosban@gmail.com
www.astridvos.com

Dé specialist in onderhoud en reparatie

'Alles waar een motor in zit, kunnen wij maken'



"Doordat wij een kleinschalig bedrijf zijn, kunnen wij een stuk voordeliger werken dan veel andere autobedrijven. Dit heeft echter zeker géén invloed op de kwaliteit die wij leveren. Integendeel zelfs, wij hebben alle vakkennis in huis en gaan altijd net zolang door tot een eventueel 'probleem' gevonden en opgelost is. Die stap extra zetten wij graag voor onze klanten."

PERSOONLIJK CONTACT & TOPSERVICE

Behalve het scherpe tarief staan bij Autobedrijf Konings ook het persoonlijke contact en een topservice zeer hoog in het vaandel. "En dat waarderen onze klanten, horen we regelmatig. We hebben in de loop der jaren dan ook al een trouwe klantenkring opgebouwd en we blijven als bedrijf alleen maar groeien. Een mooie ontwikkeling waardoor we in de toekomst ons team wellicht uit kunnen breiden om onze klanten nog beter van dienst te kunnen zijn."

EN MEER...

"Je bent bij ons ook aan het juiste adres voor het huren van onder andere een bakwagen of bus met laadruimte. En voor het huren van een luxe auto kun je ook bij ons terecht, want in principe is alles bespreekbaar."

**ONDERHOUD
NODIG?
MAAK EEN
AFSPRAAK!**



Auto & Onderhoudsbedrijf
Technische Service Konings

Dick Flemmingstraat 11, Sprang-Capelle | 0416-316630
info@technischeservicekonings.nl | www.technischeservicekonings.nl

voor een aangenaam binnenklimaat



Stylish



Sensira

 **Energiebesparende standby-modus (Klasse 25 + 35)**
In standby daalt het stroomverbruik met ongeveer 80%.

 **Online-controller**
Bedien uw binneneenheid van om het even waar via een smartphone, laptop, pc, tablet of touchscreen

 **Econo-modus (Klasse 25 + 35)**
Verlaagt het energieverbruik, zodat andere systemen met een hoog energieverbruik kunnen worden gebruikt. Deze functie is ook energiebesparend.

 **Alleen ventileren**
De unit kan als ventilator worden gebruikt, waardoor de lucht in de ruimte kan circuleren zonder deze te verwarmen of te koelen.

Een authentieke sportschool waar hard getraind wordt en dé plek als je echt goed wilt leren (kick)boksen!

DÉ SPORTSCHOOL VOOR JONG EN OUD!

Vd Hammen Gym is uitgegroeid tot een professionele sportschool met een grote en zeer diverse fitnessruimte. We beschikken over moderne apparatuur gecombineerd met barbells en dumbbells. Jong en oud, man en vrouw kunnen bij ons onder deskundige begeleiding onbeperkt komen trainen.

(Kick)boksen

Momenteel bieden heel veel sportscholen (kick)bokstrainingen, maar dat doen ze vooral omdat dat nu een trend is, niet zozeer omdat ze daarin gespecialiseerd zijn. Wij zijn dat wel en we weten dan ook precies wat we doen! Wil je dus écht goed leren (kick)boksen, dan moet je bij ons zijn!

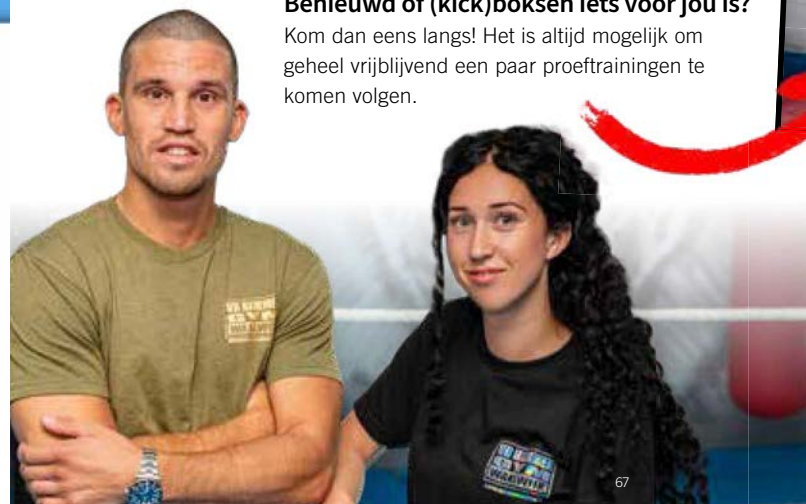
Benieuwd of (kick)boksen iets voor jou is?

Kom dan eens langs! Het is altijd mogelijk om geheel vrijblijvend een paar proeftrainingen te komen volgen.



**VD HAMMEN
GYM
WAALWIJK**

Eerste Zeine 27D, Waalwijk
www.vdhammengym.nl



Behoeftte aan *rust* *in je huis?*

VERDIEP JE
DAN EENS IN
FENG SHUI!

Heb je vaak een onrustig gevoel in je huis? Slaap je slecht? Probeer dan eens Feng Shui toe te passen in je woonomgeving. De van oorsprong Chinese geneeskunst staat vooral bekend als een manier om je huis zodanig in te richten dat je je er prettig voelt.

Met wat kleine aanpassingen kom je al een heel eind.

De grote voorjaarsschoonmaak is hét moment om een nieuwe start te maken. Een schoon, fris huis geeft je immers nieuwe energie. En laat dat nou net de insteek zijn van feng shui: positieve energie (chi) door je huis laten stromen zodat je je (weer) prettig voelt binnen je woonomgeving.

Praktische tips

Gooi oude rommel en onnodige spullen weg. Zo creëer je nieuwe energie in je huis. Ook een opgeruimd huis draagt bij aan positieve energie. Zorg dat deuren vrij zijn. Als de deur niet helemaal open kan, komt er onvoldoende energie naar binnen. Let ook op de positie van je meubels. Zet je ze in lijn met de deur, dan staan ze in de stroom van energie en krijg je een averechts effect. Plaats bankstellen, zetels en stoelen naar elkaar gericht in een vierkant of rechthoek. Ook de vorm van je woonkamer moet bij voorkeur rechthoekig of vierkant zijn. Heeft je woonkamer een andere vorm, maak dan gebruik

van een scherm of kast om er een vierkant of rechthoek van te maken. Probeer zo weinig mogelijk elektrische apparaten in je huis te plaatsen. Of zorg ervoor dat ze niet in het zicht liggen. Zeker niet in je slaapkamer. Elektronische apparaten zoals een tv of telefoon hebben een slechte invloed op je chi. Planten en muziek doen het ook altijd goed. Muziek geeft rust, planten zorgen voor meer zuurstof en dus meer energie.

Kijk naar kleur

Kijk ook eens naar het kleurgebruik in je woning. Goede kleuren voor je slaapkamer zijn neutrale tinten. In de keuken gebruik je bij voorkeur wit, lichtgroen, beige of blauw. In de badkamer is veel waterenergie. Maak daar gebruik van hout om de elementen (water, vuur, aarde, hout en metaal) in evenwicht te brengen. Zijn deze elementen niet in evenwicht, dan verzwakken ze elkaar. Dat geldt overigens voor alle ruimtes in je woning.

Vind jij het ook hoog tijd om rust in je woning te creëren? Op www.nederlandbruist.nl vind je heel wat ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

BAM!
FOTOGRAFIE

Jullie bruiloft in beeld?



06-41108514 | INFO@BAMFOTOGRAFIE.NL | WWW.BAMFOTOGRAFIE.NL

AMAZING SHOES



- Speciale handgemaakte dames- en herenschoenen met bijbehorende accessoires zoals riemen en sokken.
- Ruim 100 modellen in huis van diverse leveranciers.
- Schoenen voor alle gelegenheden.



- Gelegenheid om je eigen schoenen samen te stellen. Voor bruiloft, jezelf, club, verenigingen of werk ;)
- Mooie combinaties voor aanstaande bruidsparen.
- POPULAIR = shoppen na sluitingstijden



GEOPEND

Di t/m vr 12.00 - 17.00 uur, za 11.00 - 17.00 uur
Zo 12.00 - 17.00 uur

Informeer voor
actuele informatie en
openingstijden via
onze app-service
06-19 99 97 79



Amazing Shoes | info@amazingshoes.nl
Botermarkt 7, Heusden (Vesting) | 06 19 99 98 79 | www.deheerenvanshertogenbosch.nl



BLOG/FAJAHLOURENS

LICHAAMS TYPES

Kan ik plaatselijk vet verbranden?
Dit is de meest gestelde vraag die ik krijg. Nee,
dat kan niet. Helaas hebben we zo goed als
geen invloed op de plaats waar we het meeste
vet willen verbranden. Dit hangt namelijk af
van je lichaamstype.



Er zijn drie verschillende lichaamstypes: ectomorf, mesomorf en endomorf. De lichaamstypes hebben een verschillende lichaamsbouw, reageren anders op voeding en beweging en hebben elk een andere stofwisseling.

Ectomorf: smalle schouders en heupen, dunne benen en armen, komt moeilijk aan in gewicht, vaak lange, 'rechte' mensen en als ze vet opslaan, is dit meestal alleen op de buik.

Mesomorf: brede schouders, aanleg voor spieren, volle benen, atletisch, komt overal tegelijk aan en valt overal tegelijk af.

Endomorf: brede heupen, smalle schouders, brede botstructuur, smalle enkels en polsen, traag metabolisme, komt makkelijk aan en valt moeilijk af. Het kan ook zijn dat je tussen twee lichaamstypes in zit.

Check in het Killerbody Lifestyle boek welk type jij bent en ontdek welke oefeningen en voeding bij jou passen om je doelen te behalen.



MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

BESTEL MIJN NIEUWE BOEK OP WWW.MKBM.SHOP.COM

Voor iedere IT-omgeving
de juiste oplossing.

- Aan huis service
- Reparatie, installatie en onderhoud
- PC op maat
- Verkoop hard- en software

📍 Peperstraat 18
5171 EC Kaatsheuvel
☎ Tel: 0416-352920
✉ info@compupower.nl



Compu
Power

BRUIST

Hallo *lente!*
Wat fijn dat je er
weer bent.



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

GLANZ SCHOONMAAKBEDRIJF

Voor al uw schoonmaak-werkzaamheden:

- Gevel reinigen
- Daken reinigen
- Rolluiken reinigen
- Dakgoten reinigen
- Ramen reinigen
- Tuin onderhoud
- Terrassen reinigen

KAATSHEUVEL
06 13 58 32 34

Fit in 20 minuten

Geen tijd of zin om uren in de sportschool door te brengen? Dat is ook nergens voor nodig bewijzen ze bij **fit20** in Waalwijk. In slechts twintig minuten per trainingssessie helpen ze je hier om je hele lichaam fitter, gezonder, krachtiger en energiever te maken.

Tegendeel bewezen

“Mensen zijn vaak sceptisch als ze in eerste instantie over deze trainingmethode horen”, begint Jordy zijn verhaal. “Ikzelf ook, moet ik eerlijk toegeven. Voorheen deed ik heel veel aan krachttraining in de sportschool en ik kon mij niet voorstellen dat je met de fit20 methode ook goede resultaten kon boeken. Eén sessie bewees mij echter al het tegendeel!” Dat deed Jordy besluiten zich verder in de methode te verdiepen en zijn eigen vestiging te openen.

Resultaat gegarandeerd

Tijdens een trainingssessie bij fit20 train je je hele lichaam met een hoge intensiteit en worden alle zes de basisgroepen van spieren goed geoefend onder begeleiding van een personal trainer. “Resultaat gegarandeerd! Dit klinkt wellicht heel intensief, en dat is het natuurlijk ook, maar toch kun je deze complete work-out in je gewone kleding uitvoeren. Ook douchen achteraf is niet nodig. Dat maakt fit20 nog eens extra goed inpasbaar in je ongetwijfeld toch al zo drukke bestaan.”

fit20 Waalwijk | Eigenaar: Jordy Sasabone
Grotestraat 313A, Waalwijk | **0416-534627** | www.fit20.nl

Kennismakingstraining

De resultaten die mensen die bij fit20 trainen boeken, zijn volgens Jordy niets dan positief. “Je zult zien dat je je zowel lichamelijk als geestelijk beter in je vel gaat voelen. Fit20 geeft snel resultaat en is bovendien makkelijk jaren vol te houden!”

Nieuwsgierig of fit20 ook iets voor jou is of kun je niet geloven dat fit in twintig minuten per week echt werkt?

Neem dan zeker een kijkje op onze website en meld je aan voor een gratis en vrijblijvende kennismakingstraining. Tot snel!



Zit jij niet lekker in je vel?



Kelly Vos begon haar loopbaan in de schoonheidsbranche. Al snel ontdekte ze dat ze meer wilde en volgde ze een opleiding tot orthomoleculair voedingsconsulent. Vanuit haar praktijk AUVA helpt ze mensen met verschillende lichamelijk en mentale klachten weer terug in balans te komen. “We kijken naar het totaalplaatje om tot een oplossing te komen.”

“Mensen die al langere tijd niet lekker in hun vel zitten, gaan op een gegeven moment naar de huisarts en worden vervolgens met een medicijn naar huis gestuurd”, vertelt Kelly. “Uiteindelijk schieten ze daar niet veel mee op omdat het slechts symptoombestrijding is. Bij AUVA gaan we juist samen op zoek naar de oorzaak van jouw klachten.”

Zit je zelf niet lekker in je vel, of heb je een lichamelijke klacht? Samen zoeken we naar de oorzaak en oplossing. Zet nu de volgende stap naar een betere gezondheid. Een behandeling bij AUVA bestaat uit twee consulten (van 60 minuten), en follow-up en een bloedtest. Hiervoor betaal je € 189.

Heb je nog vragen?

Neem dan contact op, ik help je graag verder!



WIJ VERKOPEN NU TAART VOOR IEDER FEEST



Een leuk cadeau om te geven bij geboorte, kraamvisite of babyshower is de luiertaart. Iedere verjaardag is een feestje, of je nou 18, 30, Sarah, Abraham of 70 wordt, met een schijt-aan-je-leeftijd-taart scoor je altijd! Voor meerdere gelegenheden geschikt, denk bijvoorbeeld ook aan een huwelijksjubileum. Leeftijdtaarten zijn unieke en grappige cadeaus om te geven. Ook verkrijgbaar met kleine cadeautjes. We hebben enkele taarten op voorraad, maar als u van tevoren de goede leeftijd bestelt zorgen wij dat hij klaar staat.

Een jubileum, geboorte, geslaagd of verjaardag en op zoek naar versiering of een cadeautje? Bij ons bent u aan het juiste adres.



Tovulon de Kets
Jan de Rooijstraat 47
Kaatsheuvel

06-22996006 | www.tovulon.nl

Tovulon
Grotestraat 172
Drunen

Moment

VAN OVERDENKING

Wees een inspiratiebron voor anderen,
wees het licht in de duisternis,
wees de lach om een traan op te vrolijken,
wees een student van het leven
en wees vooral wie je diep vanbinnen bent: jij.
Omring jezelf met mensen die in je geloven,
die eerlijk en oprecht tegen je zijn.
Mensen die je aanmoedigen als jij bijna wilt
opgeven en die jou tot de beste versie van jezelf
kunnen maken.

Leef Je Mooiste Leven.

Michael Pilarczyk

~ MeditationMoments.nl ~
Meditaties voor elk moment van de dag



Zet je eerste stap naar een fit en gezond leven!

Kevin van Gestel opende op 1 mei zijn Personal Fitness-studio aan de Grotestraat 274 in Waalwijk. Bij Personal Fitness heiligen ze het principe dat een gezonde geest in een gezond lichaam zit.

“Door het bewezen en succesvolle fitness- en lifestyle Fit for Life-programma hebben wij een positieve invloed op het geluk en de vitaliteit van onze sporters. En dat is waar we het allemaal voor doen.” Iedereen is anders en heeft ook andere doelen. “Daarom bieden we personal training afgestemd op jouw eigen behoefte. Je gaat dan voor blijvend en écht resultaat. Kies voor een persoonlijke aanpak en kom eens kennismaken bij Personal Fitness Waalwijk.”

Kijk op de website voor meer informatie en maak een afspraak voor een vrijblijvend intakegesprek inclusief fysieke test!



**100% RESULTAATGARANTIE;
AFGESPROKEN DOELSTELLING
NIET BEHAALD? DAN GAAN WIJ
KOSTELOOS DOOR.**



PersonalFitness
Nederland



Elke dag
heerlijk
vers brood
van de
warme
bakker



ELKE WEEK
VERS
AANBIEDINGEN

Reigerbosweg 2, Waalwijk
0416-337569 | www.plus.nl/supermarkten
Kijk ook op: www.facebook.com/pluswaalwijk

PLUS
Stephan van Engelen

Is uw administratie al klaar voor het nieuwe jaar?

Administratiekantoor Klijn VOF is hét adres voor uw financiële administratie en fiscale adviezen. Samen staan wij voor een persoonlijke, integere en klantgerichte aanpak.



Is uw boekhouding al up-to-date, en klaar voor het nieuwe boekjaar? Overweegt u vanaf het nieuwe jaar de boekhouding professioneler aan te pakken en niet meer in Excel te doen?

Wij helpen u graag met het anders en beter inrichten van de administratie, bij voorkeur in een online boekhoudpakket zoals Exact Online of E-boekhouden. Voor u als ondernemer veel overzichtelijker en 100% digitaal werken.

Wellicht is het nu tijd voor de overstap naar het 'nieuwe' boekhouden anno 2021! Wij kunnen u hierbij begeleiden en opleiden. U voert zelf de boekhouding en wij controleren en adviseren om het nog efficiënter aan te pakken. Uiteraard kunt u ook de administratie volledig aan ons uitbesteden, we kijken dan naar de oplossing die het beste bij u past.

Nast het verzorgen van de boekhouding, regelen wij uiteraard ook andere zaken voor u, zoals:

- Samenstellen jaarcijfers
- Belastingaangiften (inkomstenbelasting, vennootschapsbelasting, omzetbelasting)
- Salarisadministratie (inclusief opstellen contracten, aangiften loonbelasting e.d.)
- Startersbegeleiding
- Fiscaal advies

Administratiekantoor Klijn VOF • Brugske 19 | Kaatsheuvel
(Het kantoor is gevestigd op de 2e etage in het notaris kantoor)
0416-820269 • info@klijnadministraties.nl
www.klijnadministraties.nl

ADMINISTRATIEKANTOOR
Klijn



GOED GEKNIPT DE DEUR UIT?

Jong en oud, man en vrouw, iedereen kan worden geknipt, gestyled of gekleurd bij Melike Görür. Wie ze ook in haar stoel heeft zitten, ze gaat altijd voor kwaliteit. "Ik doe er alles aan om mijn klanten blij en goed geknipt weer de deur uit te laten gaan."



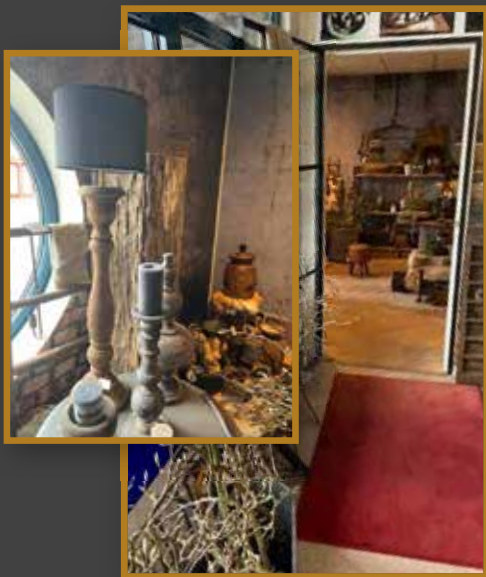
Ook voor het
**SCHEREN, KNIPPEN
EN VERZORGEN**
van **BAARDEN
EN SNORREN**



The Golden Scissors

KAPPER VOOR DAMES, HEREN & KIDS
SINT ANTONIUSPLEIN 7, WAALWIJK | 06- 45058627

WIJ ZIJN OP AFSPRAAK OPEN!



Zeker weten dat u privé kunt shoppen?
Neem contact met ons op.
Samen komen we er wel uit.

RUWSPUL.NL
LANDELIJKE WOONDECORATIE

Berkhaag 4, Sprang-Capelle
06-23236277 | FB ruwspul.nl

De gehele administratie op orde?

Geef het uit handen!

Ik verzorg voor u:

- Begeleiding bij het voeren van de administratie
- Verwerken van de administratie van a tot z
- De btw-aangifte
- Het opstellen van de jaarrekening
- Aangifte inkomstenbelasting voor ondernemers en particulieren
- Overige financiële administratieve vragen

Net een
eigen bedrijf
gestart?

Ik help u
graag



Mijn naam is Bianca Wenneker. Ik ben eigenaar van Administratiekantoor B. Wenneker. Ik werk voor zowel ondernemers als particulieren.

Of het nu over een aangifte inkomstenbelasting, de zonnepanelenteruggave of uw btw-aangifte gaat, onze service is op uw behoefte afgestemd. Wilt u een ordner of zelfs een schoenendoos met uw boekhouding binnenschuiven of zelf de boekhouding (leren) doen met onze sturing, advies en nacontrole? Dan is dit in alle gevallen mogelijk.

Wij verschaffen u inzicht in uw onderneming, niet alleen op papier, maar spreken dit met u door zodat u ook echt volledig begrijpt hoe het erbij staat.

Bianca Wenneker



Administratiekantoor B. Wenneker
Belgiëstraat 16, Kaatsheuvel | 06-16684878
bianca@bwenneker.nl | www.bwenneker.nl

Luister jij?
Als iemand zijn verhaal kwijt wil...

Word
vrijwilliger!

deluisterlijn.nl/
vrijwilliger

Help door
te luisteren
anoniem - dag en nacht



Lichtpuntje in coronacrisis

Honderden extra oren voor de Luisterlijn

Het is al maanden extra druk bij de Luisterlijn. Nederlanders nemen massaal contact op voor emotionele steun of voor een praatje. Gelukkig is er ook een andere kant: de afgelopen maand boden ruim achthonderd nieuwe vrijwilligers hulp aan om die extra oproepen te beantwoorden. Met een verkort opleidingstraject én een extra telefoonlijn, 'de Coronapraatlijn', is de Luisterlijn er nu voor nog meer mensen die om een praatje verlegen zitten.

In deze tijd waarin sociaal contact beperkt is, is de behoefte aan contact of een luisterend oor groot. Door nieuwe vrijwilligers versneld (online) op te leiden hoopt de Luisterlijn nog meer oproepen te kunnen beantwoorden. Deze vrijwilligers gaan de tijdelijke 'Coronapraatlijn' bemensen, een extra telefoonlijn die speciaal is geopend voor als je even een praatje wilt maken, je verhaal kwijt wilt, wilt kletsen of omdat je bezorgd bent. De extra lijn is te bereiken via het reguliere Luisterlijn-nummer 0900-0767.

Dubbel zoveel gesprekken

Waar vrijwilligers van de Luisterlijn normaal gesproken zo'n zevenhonderd tot achthonderd gesprekken per dag voeren, is dat aantal bijna verdubbeld tot zo'n twaalfhonderd gesprekken per dag. Meer dan de helft van de gesprekken gaat over corona en de bezorgdheid daarover. En een deel van de mensen die over corona belt, wil gewoon even iemand spreken, hun bezorgdheid uitspreken en iemand die luistert zonder oordeel.

Overspoeld door mensen die willen helpen

De afgelopen maand werd de Luisterlijn overspoeld door aanmeldingen van mensen die zich (tijdelijk) willen inzetten. Een groot deel hiervan bestaat uit mensen die in deze drukke tijd willen helpen nu ze zelf minder of helemaal niet kunnen werken. "Het is echt hartverwarmend om te zien hoeveel mensen willen helpen door er even te zijn voor een ander", zegt Helen Maier, manager locaties en projecten. "Onze uitdaging was hoe deze nieuwe mensen snel, eenvoudig en met zo weinig mogelijk kosten in te zetten. Samen met onze telefoonprovider Cloud Contact kwamen we met de oplossing: een telefonieplatform waarop elke nieuwe vrijwilliger vanuit huis kan inloggen. Hierdoor kunnen we meer mensen te woord staan die even hun hart willen luchten over de huidige situatie."

De Luisterlijn is dag en nacht bereikbaar voor een anoniem gesprek. Bel naar 0900-0767 of chat of mail via www.deluisterlijn.nl.

Een *heerlijke lasagne* met zalm en spinazie

Een makkelijk recept waarmee, je snel iets gezonds op tafel zet. Verse lasagne met laagjes romige spinazie, zalm en plakjes tomaat. Kortom, een heerlijke combinatie van vis, pasta en groenten.

4 PERSONEN - 30 MIN + 45 MIN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

600 gr verse spinazie
 300 gr verse zalmfilet
 450 gr ricotta
 125 ml melk
 peper en zout
 1 geperst teentje knoflook
 boter of margarine
 12 tot 16 lasagnevellen (250 gr)
 2 tomaten in plakken
 handje geraspte kaas

BEREIDING

Verwarm de oven voor op 200 graden. Bak de spinazie in etappes in een grote pan tot deze geslonken is. Snijd de zalm in dunne plakken.

Doe de spinazie in een zeef of vergiet en druk er met een lepel zo veel mogelijk vocht uit. Schep de geslonken spinazie in een kom, voeg de ricotta en melk toe en meng alles door elkaar. Breng op smaak met de knoflook en een flinke snuf peper en zout.

Vet een ovenschaal in en verdeel een beetje (circa 1/5 deel) van het spinaziemengsel over de bodem. Leg hier 3 à 4 lasagnevellen op. Verdeel hier wat van het spinaziemengsel (circa 1/5 deel) over en de helft van de plakjes zalm. Dek weer af met lasagnevellen en schep er weer een beetje van het spinaziemengsel over en 1 tomaat in plakken.

Herhaal dit nog een keer met het spinaziemengsel, de zalm en de lasagnebladen en eindig met het spinaziemengsel met plakjes tomaat. Bestrooi de zalmlasagne met kaas en zet ongeveer 45 minuten in de oven tot hij gaar is.

PUZZELPAGINA



Wij zitten al met het voorjaar in onze bol. Een nieuw seizoen met nieuwe kansen en nieuwe mogelijkheden. Heerlijk, daar zijn we wel aan toe. Lekker genieten en... puzzelen helpt ook om heerlijk te ontspannen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **3-2-1**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

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

Maak kans op een

Peach blossom Smoothing Body Wash



Begin de dag fris met deze heerlijke body wash op basis van perzikbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met deze Body Wash van O'right.

l+🌿-st n+😊p=r
 p+★-st+Qe=z+k
 🐛-ps+i+M=y=k a+🐮o=l
 j+Q-i 💰-ld+🌊e=t
 h+Q-i=b📺v=!

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

Maak kans op dit

boek van Lisa Staal



Een feest van herkenning! De mannen van Staal lees je in een ruk uit! Gedurende haar reis, zoekende naar liefde en geluk, ontpopte Lisa zich tot een sterke, liefdevolle, onafhankelijke vrouw die anderen de weg wijst naar een gelukkig (liefdes)leven!

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

lezen	liefde
boek	genieten
staal	mannen
rusten	geluk

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



ŠKODA
SIMPLY CLEVER



ŠKODA ENYAQ

Nú in de showroom

www.vanmossel.nl/skoda

Van Mossel