

OISTERWIJK



JANUARI 2023 [WWW.OISTERWIJKBRUIST.NL](http://WWW.OISTERWIJKBRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST

*Roué Verveer:*

‘Ik benader alles  
vanuit het positieve’

Wat is jouw

*goede voornemen?*



# Uw woonstijl, uw droomstijl



Leolux Bellice  
Design: Beck Design, 2017



Bij Koos Kluytmans Interieurs ondersteunen we graag de veelzijdige Leolux collectie, die u een brede keuze biedt in designmeubelen. In elke moderne stijl, van vertrouwd eigentijds tot avant-garde design.

Allemaal gemaakt op bestelling, zodat uw Leolux designmeubel een heel persoonlijke invulling krijgt. U ziet het aan de verfijnde afwerking, u voelt het als u gaat zitten. Dit is een echte Leolux!

*We zijn er dan ook trots op dat we ons een Leolux Select Store mogen noemen.*

Wij tonen u een ruime collectie in een herkenbare Leolux studio. U bent hier beland bij een specialist, met de nieuwste modellen en actuele kennis van zaken.



**VOLMAAKT VEELZIJDIG**



**Koos Kluytmans**

# *Impressie* *Udenhout*

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

Stuur deze dan naar  
[ontwerp@nederlandbruist.nl](mailto:ontwerp@nederlandbruist.nl)  
o.v.v. Foto Oisterwijk.





8

# COLOFON



14

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

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**CUSTOMER CARE** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Ron Schouwenaar  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Astrid Berkhout  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Maaïke van Helmond

f Like ons op Facebook.com/oisterwijkbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2023. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Oisterwijk Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 39 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



12



10



28



23

# Inhoud



## Bruisende lezer,

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

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

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

**Lea en Marcel Bossers**

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

**Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Tilburg Bruist en 's-Hertogenbosch Bruist.**

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

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

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

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

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

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

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

**Hulp nodig bij jouw voornemens van dit jaar?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

HOUD JE DOELEN  
DUIDELIJK VOOR OGEN  
**SCHRIJF ZE OP!**





## Artinails & Beauty

biedt alle gespecialiseerde behandelingen aan onder één dak. Voor nagelstyling, gelnagels, hand- en voetverzorging, schimmelnagels, behandelingen voor huidverzorging, anti-aging, definitief ontharen én make-up ben je bij Artinails & Beauty op het juiste adres.

Wendy van Strien en haar team van schoonheidsspecialistes zijn steeds bezig om meer kennis op te doen en om de behandelingen nog succesvoller te maken. Het totale beautyconcept biedt dan ook resultaatgerichte behandelingen in een ontspannen sfeer, waarbij je kunt rekenen op persoonlijke aandacht en deskundig advies.



Wendy van Strien

# 2023 een kadootje voor jezelf?

Zorg goed voor jezelf

Verwen jezelf met mooie nagels

Wees lief voor je voeten

Fijne goede verzorging voor je huid

Wees welkom, wij regelen het voor je!

ALLE BEHANDELINGEN ONDER ÉÉN DAK

### NAGELBEHANDELING

- Gellak
- Gel/Acryl/Polygel
- Spa-Manicure
- IBX-behandeling

### GEZICHTSBEHANDELING / ANTI-AGING

- Hydraderm Youth behandelingen voor een zichtbaar jongere huid
- Hydraderm Lift behandeling
- Aromatic Visage voor een mooie en vitale huid
- Lift Summum behandeling verstevigt en verbetert de gelaatstrekken
- Hydra Peeling, een effectieve manier om de huid mooi te houden
- Hydradermie Ooglift of Eye logic voor minder lijntjes rond de ogen
- Hydra Clean
- Hydra Care, deze behandeling verzorgt de huid

### PEDICUREBEHANDELING

- Pedicure
- Spa voetbehandeling
- IBX-behandeling

## DE SLIMME REISTAS\*

voor trendy vrouwen

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



BODABAGS  
FASHION  
BY SILVIA BODA

BodabagsFashion | @bodaszilvia

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



## BLOOMPOST

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

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

BloomPost



## UNION - FAST

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

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



# Goed, beter, best nieuwjaar!

Scan  
de  
QR-code

Doe  
mee en  
win

## BRUIST Deals

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

## ZORG WEER VOOR GRIP OP JE EIGEN LEVEN!

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

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

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

Laat  
het  
kaas  
niet  
van  
je  
brood  
eten  
J. Philipse



JPhilipseAdvies

## HALLMARK VONDELS HANGERS

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

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



## LEZERSACTIE\* Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash

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

[www.orient.ca](http://www.orient.ca) TAG #BODYWASH



## DE KLEINE KEUKEN

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

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



E

## LEZERSACTIES\*

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

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






## Beleef de Pilates methode zoals deze bedoeld is

GESCHIKT VOOR ALLE LEEFTIJDEN

Pilates Oisterwijk Hoogstraat 8, Oisterwijk | 06 - 10027201  
info@pilates-oisterwijk.nl | [www.pilates-oisterwijk.nl](http://www.pilates-oisterwijk.nl)

Volg ons op   pilatesoisterwijk

# Pilates is stretchen door kracht en controle

In Amerika is het al helemaal hot en ook in Nederland groeit de populariteit van pilates. Nee, dat is geen vorm van yoga, het is een low-impact trainingsmethode die tijdens de Eerste Wereldoorlog door Joseph Pilates is ontwikkeld om soldaten te revalideren. “De oefeningen, uitgevoerd op verschillende apparaten, zijn perfect om je lichaam soepel en sterk te maken én te houden”, vertelt Sascha Brouwer, eigenaresse van Pilates Oisterwijk.

Toen Sascha voor het eerst in aanraking kwam met pilates, was ze meteen overtuigd. “Ik gaf toen al jaren fitness en spinning lessen in een sportschool in Den Haag”, vertelt ze enthousiast. “Zelfs mijzelf bracht en brengt het veel en het betekende een enorme verrijking van mijn lessen. Bij pilates spreek je spieren aan op de lengte. Het is stretchen door kracht en controle.”

**Originele pilates apparatuur** Zes jaar geleden verhuisde Sascha naar Oisterwijk. Een pilates studio was er nog niet, dus ze greep haar kans en opende de deuren van Pilates Oisterwijk. “Je hebt wel veel pilates lessen waarbij de oefeningen op de mat worden gedaan. Daarmee gebruik je echter slechts tien procent van de methode. Negentig procent van de oefeningen gebeurt op speciale pilates apparatuur, die dus ook in mijn studio te vinden is.”

**Voor jong en oud** Bij Pilates Oisterwijk kun je trainen in kleine groepen (maximaal vier personen), in duetten (bijvoorbeeld een echtpaar of vriendinnen) of één-op-één. “Het mooie is dat pilates toegankelijk is voor iedereen, zowel jong als oud. Mijn jongste klant is begin twintig, mijn oudste tachtig, dat zegt genoeg. Sommige mensen hebben specifieke klachten of blessures, anderen komen vooral om hun lichaam te versterken. Maar ik heb ook een danseres die kiest voor pilates om bewuster te kunnen trainen. Juist die afwisseling houdt het voor mij uitdagend. Ieder lijf is weer anders. Het geeft voldoening om mensen te zien groeien in wat ze kunnen.”

**Is je interesse gewekt? Volg dan vooral eens een proefles bij Pilates Oisterwijk.**

Pilates  
Oisterwijk



## Een gelukkig, maar vooral gezond nieuwjaar gewenst!

We kijken terug op een zonnig jaar met veel evenementen. Uiteindelijk heeft iedereen zijn normale leventje weer kunnen opstarten na de vervelende corona periodes. Voor veel mensen heeft het ellende gebracht, sommige voorspoed, maar we moeten alles positief inzien en weer gaan genieten van onze vrijheden. De kerstperiode heeft in ieder geval bij mij weer het oude, vertrouwde gevoel weer eens aangewakkerd. Eindelijk met zijn allen bij elkaar, zonder afstand.

Momenteel worden de jaarplanners weer rondgebracht, waar weer alle informatie op staat voor het komende jaar. We zien dat veel organisaties weer fanatiek bezig zijn met evenementen en dus het aantrekken van publiek en klanten.

We kijken ook terug op een toch wel drukke decembermaand, waar de Winterg!O'w en de ijsbaan eindelijk weer terug waren in het centrum. We konden een nieuwe sfeerverlichting verwelkomen en het centrum was weer aangekleed met bomen en versieringen. Jammer dat niet alle winkeliers op de gecommuniceerde koopzondagen hun deuren open hadden. Ik zeg dit niet graag, maar ik krijg er wel veel opmerkingen en klachten over. In deze tijden moet je open zijn wanneer de consument het uitkomt. Maar daarover kunnen de ondernemers genoeg lezen in de nieuwsbrief van ons en via hun brancheverenigingen.

Maar het is toch fijn dat we via de pasantentellers kunnen lezen dat de bezoekers hun weg weer weten te vinden naar Oisterwijk. In vergelijking met vergelijkbare plaatsen staan we er heel goed op! De bezoekersaantallen blijven stijgen. Iets wat soms zelf te ervaren is op de zaterdagen en koopzondagen.

Wilt u meer weten over Centrummanagement?  
Kijk dan op [www.cm-oisterwijk.nl](http://www.cm-oisterwijk.nl)

**Koop lokaal en denk aan elkaar.**

**Tot ziens in ons mooie Oisterwijk, Parel in 't Groen!**



Ook nog benieuwd naar meer nieuwtjes, informatie en de agenda?

Lees dan deze column en kijk vooral op:  
[www.bezoekoisterwijk.nl](http://www.bezoekoisterwijk.nl)



Frits Knibbeler

**Centrummanager**  
info@cm-oisterwijk.nl



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

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

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

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

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

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

19 januari is het weer internationale

**Winnie de Poeh**-dag.

Poeh poeh, wat een dag!

# Huidtherapie Boxtel & Best

De medisch opgeleide professionals van Huidtherapie Boxtel & Best willen weten wat u beweegt. Na een intake selecteert u samen met hen de behandeling en/of therapie die u weer lekker in uw vel laat zitten.

Met de modernste apparatuur, de best passende middelen en de expertise van Huidtherapie Boxtel & Best is de meest effectieve behandeling naar uw gezondere huid gegarandeerd. Een gezonde huid is veel meer dan alleen mooi. Ervaar het zelf en maak nu een afspraak. Bekijk voorafgaand onze website of bel meteen: 0499 745 083.



**Doortje Dekkers - Putmans**  
Eigenaresse & huid- en oedeemtherapeut

## Onze behandelingen

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

Huidtherapie  
Boxtel & Best

# Plekjes, vlekjes en overal haren. Wat nu?

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

## (Been)vaatjes en couperose

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

## Donkere pigmentvlekken

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

## Overbeharing

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

**Neem voor meer informatie contact met ons op!**



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



## Onze specialisten

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

**BEHANDELINGEN**  
kunnen worden vergoed  
door uw zorgverzekeraar

## Onze vestigingen

Boxtel  
Nieuwe Nieuwstraat 20  
5283 CD Boxtel

Liempde  
Nieuwstraat 8  
5298 CL Liempde

Best  
Oirschotseweg 68  
5684 NK Best

0499-745083  
06 8126 4333 (WhatsApp)





De kasten- en industriële deurspecialist van Midden-Brabant



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

*Chris Wiermans*



ECHT  
LEDER

# Luxe

hoeft niet duur te zijn

OOK EEN  
EYECATCHER  
IN HUIS?  
MAAK DAN NU  
EEN AFSpraak!

Het Lederhuys  
lederen trap- & wandbekleding

Stellendammerf 53, Tilburg | +31(0)624379399 | info@lederhuys.nl | www.lederhuys.nl

ONTDEK DE EINDELOZE  
MOGELIJKHEDEN VAN  
LEER!



TRAPPEN

SLAAPKAMER

WOONKAMER

## DAGJE UIT WORLD OF DINOS



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

## FILMPJE KIJKEN THE BANSHEES OF INISHERIN

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



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN PRINS HARRY



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



# Maak iets unieks

Je kunt bij Atelier 't Zilverke workshops volgen, waaronder **een hanger maken (halve dag)** en **een ring maken (hele dag, inclusief heerlijke lunch)**. Je kunt ook een **volwaardige cursus volgen**, bestaande uit zes lessen. Ook voor kralen om zelf een ketting te rijgen kun je terecht in het atelier.

Marianne de Bakker-Depmann



## Atelier 't Zilverke

Kap. Huijberslaan 2, Oisterwijk  
06-22443833 / 013-5220206 | [www.zilverke.nl](http://www.zilverke.nl)

Meld je aan via  
06-22443833



Wilt u meer weten over de Nieuwetijdshoeve? Neem dan een kijkje op [www.nieuwetijdshoeve.nl](http://www.nieuwetijdshoeve.nl) en maak meteen een afspraak voor een kennismakingsgesprek om te ervaren wat Hans en Marion voor u kunnen betekenen.

Eigenaren: Hans en Marion van de Langerijt  
Hooghoutseweg 21 Biezenmortel | 06-47553442  
[www.nieuwetijdshoeve.nl](http://www.nieuwetijdshoeve.nl)

# Spiegeltje, spiegeltje...

Wist u dat dieren mensen vaak spiegelen? En wist u dat het heel heilzaam kan werken om onszelf voor een spiegel te zetten? Marion heeft dat met overtuiging gedaan en kwam er zo achter wie ze nu eigenlijk is. Daardoor kon ze helen en in haar kracht komen te staan.

Onze dieren spiegelen ons ook vaak. Zo komen hier met regelmaat mensen met problemen met hun hond. Door onze holistische benadering komen we regelmatig uit bij een onderliggend probleem, iets bij de eigenaar zelf. In dat geval zullen wij altijd zowel hond als baas behandelen. Als voorbeeld kunnen we problemen met de spijsvertering noemen, waar een dierenarts ook niet altijd een duidelijke oorzaak voor kan vinden. Onze ervaring leert dat er dan een nog onbewuste stressfactor aanwezig kan zijn bij de baas. Na ook die te behandelen wordt er een duidelijke verbetering gezien bij de hond en bij de baas.

Bij de behandelingen kunnen we onder andere gebruikmaken van Reiki, Edelsteentherapie, Bloesemremedies en Mediation. Indien gewenst sturen we altijd door naar een andere discipline, zowel regulier als alternatief.

**Loopt u tegen een probleem aan waar u via de reguliere geneeskunde niet uitkomt?**  
**Wellicht past onze spiegel u?**

# DAAR BRANDT NOG LICHT

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



**MEIJS**WONEN  
— TILBURG —







## 50-jarige Roué Verveer:

# 'Ik benader alles vanuit het positieve'

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

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

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

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

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

**Bekijk de speellijst van Gewoon Roué op Theater.nl.**

**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

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

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



## *De horeca Bruist*

Op de volgende pagina's vind je een aantal leuke en gezellige horecazaken waar je lekker kunt eten of gezellig een drankje kunt drinken. Met meer dan 56 restaurants en bijna vijftig andere horecazaken, kun je Oosterwijk met recht een 'bourgondisch walhalla' noemen. Iedere maand lichten we de horeca in Oosterwijk uit. Dat weten niet alleen wij, maar alle culinaire ondernemers in ons mooie Oosterwijk.

Heb je ook interesse om in dit bruisende magazine te staan en heb je nog een leuke tip voor de redactie?

Mail ons dan op [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl).



# EET & DRINK

EEN HEERLIJKE BELEVENIS

PROEFLOKAAL  
*'t Gelagh*

SCAN DE QR-CODE EN BEKIJK  
ONLINE ALLE MOGELIJKHEDEN

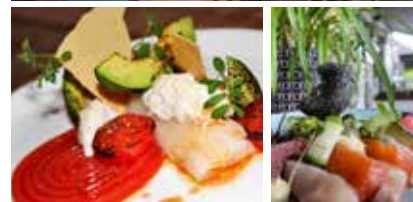


SCAN EN BEKIJK ONLINE  
ALLE LEUKE HORECA

**LITTLE ASIA CUISINE** In het trendy restaurant gelegen aan het Lindeplein van Oisterwijk presenteert Little Asia Cuisine modern Asian cooking. Je kunt onbeperkt genieten van sushi teppan- en wokgerechten, zonder tijdslimiet.



**PROEFLOKAAL 'T GELAGH** Met 't Gelagh is een wens uitgekomen. Een zaak in de sfeer van een traditioneel bruin café waar mensen graag na het werk een afzakkertje gaan pakken, in de wetenschap dat ze er wel mensen tegen zullen komen waarmee ze gezellig kunnen kletsen. Het aanbod van bieren, whisky's, en Nederlands gedistilleerd zal ongetwijfeld een grote groep genietters aanspreken. Ook vinden er regelmatig optredens en andere activiteiten plaatsvinden.



**SEC** Restaurant SEC eten & drinken ligt op het nieuwe Lindeplein in het centrum van Oisterwijk. De aanwezige bar nodigt uit om een borrel te komen drinken, een glas wijn of een cocktail, maar er kan ook gegeten worden aan de bar. In het restaurantgedeelte kan rustig worden gedineerd. SEC staat voor zuiver en eenvoudig. Niks wat het niet nodig heeft en alles wat het beter maakt. Een moderne Franse basis met wereldse twist en Brabantse (s)maaksels. Ongecompliceerd, ongekunsteld en toch onverwacht. Nieuwerwets, eigen en toch amicaal. Zo smaakt SEC. In de zomer kan gegeten en geborrel worden op het grote, rustige terras in de zon.

**RESTAURANT THE GEORGE** Dit is het restaurant van Hotel De Leijhof in Oisterwijk. Laat je culinair verrassen door chef-kok Dylan van Hirtum en zijn keukenbrigade. Restaurant The George is dagelijks geopend van 12.00 tot 22.00 uur. Geniet van hun passie voor culinair koken. Het menu van Restaurant The George is geïnspireerd door de seizoenen. De signature van chef-kok Dylan van Hirtum is het koken met biologische groenten en kruiden uit eigen kas. Daarnaast biedt het restaurant voor de echte vleesliefhebber dry-aged Herefords rund dat wordt bereid op de Big Green Egg. Houd je meer van vis, dan staat kreeft ook op het menu. Voor reserveringen vanaf zeven personen stellen ze met plezier een passend menu voor je samen.



**MOOR: WINING EN DINING** Wilt je in het kloppend hart van Oisterwijk zitten? En dan ook nog aan De Lind? Strijk dan neer op het terras van restaurant mooR. mooR neemt je mee op een culinaire reis met heerlijke gerechten en unieke wijnen uit haar wijnkelder. Absolute must to do, start met de lekkerste bytes, zoals de Koreaan popcorn of de mooiste oesters en laat je meenemen in de gezelligheid van de avond.



**BOSHUY'S HERMITAGE** is een sfeervol restaurant, drinkgelegenheid en feestlocatie, prachtig gelegen in de Oisterwijkse bossen. Het adres voor koffie, borrel, lunch en diner... om even tot rust te komen.



**sec**  
eten & drinken

FEESTJAAR TER ERE VAN  
12,5-JARIG BESTAAN



Reserveer nu online:  
[www.secetendrinken.nl](http://www.secetendrinken.nl)  
of direct via de QR-code!

Tot straks!



# Genieten van pure smaken

SEC eten en drinken bestaat in 2023 twaalfenhalf jaar. Dat laat het restaurant niet ongemerkt voorbijgaan. “We gaan komend jaar heel veel leuke dingen doen voor onze gasten om dit bijzondere momentum te vieren”, vertelt eigenaar Niels Janse. “Denk aan borrels, livemuziek, mooie spaaracties en een loterij. En natuurlijk laten ook oude bekenden hun gezicht nog een keer zien.”

“Toen we startten, was het Lindeplein helemaal nieuw. Daarmee was het een uitdaging om mensen te overtuigen dat ze hier moesten zijn. Inmiddels hebben we een vaste schare gasten die hier regelmatig komen. Ons team bestaat uit circa veertig medewerkers, allemaal enthousiaste, jonge mensen. Zij vormen het hart van onze zaak. Doordat we veel tijd en aandacht aan hen besteden, weten we hen ook aan ons te binden. Dat is voor ons fijn, maar natuurlijk ook voor onze gasten.”

## Volwaardige wijnkaart

De keuken is Frans georiënteerd, met een Aziatische twist. “Onze Surf en Turf, een heerlijke combinatie van gebakken ossenhaas en gegrilde kreeftenstaart, is heel populair. Maar we hebben ook volop keuze voor vegetariërs en veganisten. We bieden voor ieder wat wils. En natuurlijk horen daar ook bijpassende wijnen bij voor een optimale smaaksensatie.”

## SEC bruist

De grote foodbar vormt het bruisende middelpunt van SEC. “Daar wordt veel aan gegeten. Je kunt er ook lekker borrelen en genieten van een plankje.” Sowieso valt er bij SEC altijd wel iets te beleven. “Laatst hadden we een cocktailparty met livemuziek, hartstikke tof. Ja, het gaat gelukkig goed met ons, we groeien nog steeds. We gaan er met z'n allen voor om dat vast te houden!”

## Dus kom ook genieten!

## Puur en ongecompliceerd

SEC staat voor zuiver en eenvoudig. “Geen poespas, gewoon ambachtelijke, ongecompliceerde gerechten. We gebruiken eerlijke, verantwoorde producten die zoveel mogelijk afkomstig zijn uit de regio. Onze kaart beweegt dan ook mee met de seizoenen; we maken gebruik van datgene wat op dat moment beschikbaar is. Sowieso wisselt onze kaart regelmatig, dat houdt het spannend voor onze gasten.”



'HET IS MOOI OM  
LEVENSERVARINGEN  
TE VERTOLKEN'



# Verbinden in geluk én in verdriet

Sinds 2006 voltrekt Trudy van Doeveren huwelijken als buitengewoon ambtenaar burgerlijke stand bij de gemeente Oosterwijk. Toen ze werd gevraagd om ook een keer een uitvaart te verzorgen, ontdekte ze dat ook dit werk haar na aan het hart lag. Onder de noemer 'In Vertrouwen' is ze inmiddels in te huren als trouwambtenaar én ritueel begeleider. "De rode draad is dat ik het mooi vind om levensverhalen te vertolken en een verbinding te leggen met familie en vrienden. Het geeft mij veel voldoening om zo iets voor mensen te kunnen betekenen op blij en kwetsbare momenten in hun leven."

## Iedere uitvaart is uniek

Trudy wordt als ritueel begeleider meestal ingeschakeld door een uitvaartorganisatie. "Ik heb de verantwoordelijkheid om zorg te dragen voor een persoonlijk afscheid dat past bij de overledene. In een uitgebreid gesprek haal ik uitgebreid herinneringen op, samen met de familie en doe ik mijn best om verbindingen te leggen. Onder andere door te laten zien dat er niets mis mee is om je kwetsbaarheid te tonen tegenover je geliefden en door begrip voor elkaar te kweken. Daarbij is het belangrijk om goed te luisteren en stil te staan bij wat is. Gezamenlijk komen we uiteindelijk tot een geheel van teksten, muziek en rituelen. Vervolgens is het aan mij om daar een mooi en waardevol samenzijn van te maken."

## Houvast voor de toekomst

"Het hoeft allemaal niet perfect te zijn. Uiteindelijk is het toch het gevoel dat blijft. De kunst is mensen mee te nemen in het persoonlijke verhaal van de overledene. Als de aanwezigen na afloop van de uitvaart zeggen dat ze geraakt zijn en dat ze hun dierbare beter hebben leren kennen, dan is dat het mooiste compliment wat ik kan krijgen. Daarnaast hoop ik dat mensen er iets uit meenemen voor zichzelf, zodat ze hierna weer verder kunnen. De achterkant van rouw is liefde. En die liefde blijft altijd, die wil ik ze dan ook graag meegeven."



**In Vertrouwen**  
afscheidsbegeleiding

Meer weten over wat ik  
voor u kan betekenen?  
Scan dan de QR-code.



GROOT AANBOD!

180 verschillende bieren...

230 verschillende whisky's...



WELKOM BIJ

PROEFLOKAAL  
*'t Gelagh*

**De gezelligste ontmoetingsplaats  
op 't Oosterwijkse Lindeplein!**

Met 't Gelagh hebben we een wens uit laten komen. Een zaak in de sfeer van een traditioneel bruin café, waar mensen graag na het werk een afzakkertje gaan pakken in de wetenschap dat ze er wel mensen tegen zullen komen waarmee ze gezellig kunnen kletsen.

Het aanbod aan bieren, whisky's en Nederlands gedistilleerd zal ongetwijfeld een grote groep genietters aanspreken. Ook vinden er regelmatig optredens en andere activiteiten plaats.

Lindeplein 3, Oosterwijk | 013-5220127 | E-mail: [info@proeflokaaltgelagh.nl](mailto:info@proeflokaaltgelagh.nl)



SCHILDERSBEDRIJF  
**Swaans**

SCHILDERBEDRIJFSWAANS.NL

013 720 02 32



regelt alles voor de ondernemer  
op administratief gebied.

- Administratie
- Advies
- Belasting
- Jaarrekening
- Salaris
- Ook voor particulieren

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

Sprendlingenstraat 16, Oosterwijk | 013 5215925  
[info@pareladvies.nl](mailto:info@pareladvies.nl)

# mooR: Wining en Dining

Mariëtte Gerris is vinoloog en werkt als sommelier bij mooR Wining& Dining en The Dining Room Oosterwijk. Vanaf deze maand gaan daar ook haar wijncursussen van start. Zie [www.toujoursvin.nl](http://www.toujoursvin.nl) voor cursusdata. Mariëtte schrijft bovendien graag over wijn.



Champagne, een bruisende wijn die geassocieerd werd met rijkdom, puur genot en overwinning en nog steeds vaak alleen bij overwinning of grote feestelijkheden ontkurkt wordt. Zo ook met oud en nieuw.

afsluiting met een speciale kurk met ijzerdraad ervoor zorgde dat de druk in de fles bleef

Het bruisende goud van Dom Pérignon bereikte al snel het hof van Lodewijk de XIV in Versailles. De zonnekoning was liefhebber van mode, sieraden, meubels én champagne, wat het symbool werd van 'art de vivre', levenskunst. De kroning van de Franse koningen kent een lange traditie die plaatsvindt in de kathedraal van Reims, de hoofdstad van de Champagnestreek. De champagne als koningsdrank vloeide rijkelijk tijdens de uitbundige festiviteiten die op de kroning volgden.

Onder het bewind van Napoleon won champagne aan populariteit. Napoleon was een kleine man, maar groot champagne liefhebber. Voordat hij met zijn leger op veldtocht ging, moest er eerst champagne worden ingeslagen om de komende overwinningen mee te vieren.

Kom vanaf 6 januari weer bij The Dining Room sterren proeven met Boizel Champagne, in hemelse combinatie met de Gouden bitterbal van kreeft die Monsieur Salpicon, oftewel chef de cuisine Dirk Zwerts, exclusief voor The Dining Room als amuse heeft ontworpen.

Dom Pérignon is een sleutelfiguur geweest in de geschiedenis van champagne. Hij werd in 1668 keldermeester bij de abdij van Hautvillers, ten zuiden van Reims en besloot zijn leven niet alleen aan God te wijden, maar ook aan een godendrank: champagne. "Kom snel, ik proef sterren", schreeuwde hij enthousiast tegen zijn broeders toen hij voor het eerst de mousserende wijn proefde. Vaak wordt zijn naam genoemd als dé ontdekker van de champagne, maar dat is niet waar. Schuimwijn bestond al langer. Wél heeft hij veel betekend voor het verbeteren van het productieproces. Toen de tweede gisting op fles met toevoeging van suiker bekend was, kreeg niemand dat proces onder controle. De flessen bleven exploderen onder de enorme druk van de bubbels; er werd in die tijd zelfs met metalen gezichtsmaskers in de kelders gewerkt. Dom Pérignon slaagde erin de drukkracht in de fles te verlagen, zorgde voor stevigere flessen en ontdekte dat de



# Direct uit voorraad



## WAAROM AXI VLOER:

- Grootste keuze in laminaat en PVC vloeren
- Zo'n 100 vloeren direct uit voorraad leverbaar
- Laagste prijsgarantie
- Ook A-merken
- Deskundig en eerlijk advies
- GRATIS parkeren voor de deur
- GRATIS vervoer van uw AxiVloer
- GRATIS gebruik professioneel leggereedschap
- GRATIS gebruik bouwdroger
- Zelf leggen of laten leggen

## DAAROM AXI VLOER!



Al vloeren vanaf:

**8,99** p/m<sup>2</sup>



# Altijd goed(koper)!

Ringbaan Zuid 372

(achter Hamers naast Gamma), Tilburg  
T 013-5811633 [www.axivloer.nl](http://www.axivloer.nl)



Huidzorg Unique is een praktijk voor huid- en oedeemtherapie waar je terecht kunt voor de behandeling van verschillende huidproblemen.

Wij geven je graag advies en stellen samen met jou een behandelplan op bij onder andere de volgende huidproblemen:

ACNE EN ACNELITTEKENS

LYMFOEDEEM

PIJNLIJKE OF STORENDE  
LITTEKENS

LIPOEDEEM

ONGEWENSTE  
LICHAAMSBEHARING

FIBROMEN

MILIA

PIGMENTVLEKKEN



Renée van Berkel

### TIP

Huidzorg Unique is aangesloten bij alle zorgverzekeraars.

COLUMN/HUIDZORG UNIQUE

# Huidverbetering met micro-needling

Bij micro-needling gebruikt de huidtherapeut zeer fijne naaldjes om de lederhuid licht te beschadigen. Dit stimuleert de celdeling en de aanmaak van collageen en elastine, waardoor de huid sterker, soepeler en egaler van kleur wordt. Voor een nog mooier resultaat wordt de behandeling gecombineerd met een van de serums die past bij uw indicatie.



## Resultaten micro-needling:

- een gladdere en frissere huid
- fijnere poriën
- minder rimpels en fijne lijntjes
- verbetering van de huidstructuur
- vermindering van pigmentvlekken
- opvulling van (acne)littekens en vervagen acne littekens
- Verbetering van operatie- of traumatische littekens
- Verbeteren van striae

Wilt u graag meer informatie en weten of deze behandeling geschikt is voor u?

Neem dan contact op voor een gratis intake bij ons op de praktijk in Oosterwijk!



Moergestelsweg 22, Oosterwijk  
06-19336915  
info@huidzorgunique.nl  
[www.huidzorgunique.nl](http://www.huidzorgunique.nl)



# Het nieuwe jaar in *met conditie*

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



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

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

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

## Weldadige Thaise massages in high-end setting

Kom eens langs voor een heerlijke Thaise massage... wie geniet daar nou niet van?! Helemaal als deze door een professional wordt gegeven in een luxueuze high-end setting waarin alles tot in de puntjes klopt, zoals bij Thai Sanctuary in Oisterwijk.

“Wij staan voor kwaliteit, weldaad en de best mogelijke service”, aldus eigenaresse Koy Juti. “Dit is dan ook niet zomaar een Thaise massagesalon, maar een zeer moderne salon die qua uitstraling en niveau perfect past in het mooie Oisterwijk.”



Reserveer nu  
uw afspraak



Thai Sanctuary  
Luxury Thai Massages Oisterwijk  
Lindeplein 2A, Oisterwijk  
06-21973434

[www.thai-sanctuary-oisterwijk.nl](http://www.thai-sanctuary-oisterwijk.nl)



# Met een goede weerstand *de winter door*

DEZE WINTER  
ZONDER GESNOTTER  
DOORKOMEN? LEES DE  
BRUISENDE TIPS!

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

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

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

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

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

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

**Wil jij ook een betere weerstand?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



Midden Brabant Consultancy

## Accountants en Adviseurs

| Administraties | Financieel advies | BTW |

| Belastingzaken voor Particulieren en Ondernemers |

| Inkomstenbelasting | Vennootschapsbelasting |

Spoorakkerweg 11 | 5071 NC Udenhout | 06 - 31 26 33 39  
info@mbc-udenhout.nl | www.mbc-udenhout.nl

Lid van: NBA, VAB en Becon-regeling



De beste  
wensen  
voor 2023

ing. René Schapendonk AA



## Dierencrematorium MEMORIA Tilburg

Voor een waardig en respectvol afscheid

U als eigenaar neemt zelf de beslissing bij welk dierencrematorium u uw huisdier laat cremen, ook als uw dierenarts een samenwerking heeft met een ander crematorium.

U kunt bij ons ook terecht voor een begeleiding naar de oven nadat u afscheid van uw geliefde huisdier heeft genomen.

Neem gerust contact met ons op. Wij zullen zorgen dat u en uw geliefde overleden huisdier met veel liefde en persoonlijke aandacht ontvangen worden.



Ook bij uw  
dierenarts

EIGEN  
OPHAALDIENST

Wielevenweg 22, Tilburg | 013-5907716 | welkom@dierencrematorium-memoria.nl | www.dierencrematorium-memoria.nl

# Ambachtelijk handwerk VAN TOPKWALITEIT!



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 van 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.



## MAATWERK EN SERVICE

Xylo Wood Design komt graag bij u thuis om uw idee door te spreken en samen te komen tot een mooi ontwerp. We leveren echt maatwerk en bieden nog die hoogwaardige, ouderwetse service. Voor ambachtelijk handwerk van topkwaliteit moet u dus bij Xylo Wood Design zijn!



## NIEUWSGIERIG GEWORDEN?

Breng eens een bezoekje aan de showroom! Xylo Wood Design werkt zowel voor particulieren als bedrijven.

## ALLEEN OP AFSpraak GEOPEND

Tongerlose Hoefstraat 102, Tilburg  
06 - 365 378 76 | deanbigley@icloud.com  
@xylowooddesign | www.xylo-wood.nl





Een écht houten Bourgonje is er voor elke smaak:

Bij Bourgonje geen fineer, maar écht hout. Karakteristiek, tijdloos en passend in uiteenlopende interieurs. Door het gebruik van 'levendig' hout en een unieke behandeling krijgt jouw keuken de natuurlijke uitstraling die je zoekt. In onze showroom kunt *je* zelf zien en voelen hoe de kleur, textuur en afwerking is. En mocht je tijdens onze openingstijden niet of lastig kunnen, dan kun je altijd bellen voor een afspraak in de avonduren.



van massief eiken, tot expressief donker notenhout.



**BOURGONJE**  
**KEUKENS**

LINDEPLEIN 4, 5061 HN OISTERWIJK

T. 013 - 850 83 27

OPENINGSTIJDEN SHOWROOM:

DI. T/M ZA. 10.00 - 17.00

[WWW.BOURGONJEKEUKENS.NL](http://WWW.BOURGONJEKEUKENS.NL)

In Spanje zijn de wetten en regels net even wat anders dan we in Nederland gewend zijn. Nu kun je daar natuurlijk zelf induiken, maar veel makkelijker (en verstandiger) is het om de hulp in te schakelen van iemand met verstand van lokale zaken. “Bij Fides Legal Services kunnen we je in je eigen taal bijstaan bij diverse administratieve juridische procedures”, aldus eigenaresse Jasmin Spin.

# Juridische oplossingen voor expats in Spanje

De van oorsprong Nederlandse Jasmin bracht een groot deel van haar jeugd door in Marbella en keerde na haar studie Engels recht met Spaans recht in Engeland weer terug naar de Costa del Sol. “Na eerst acht jaar bij een prestigieus juridisch kantoor in Puerto Banus te hebben gewerkt, vond ik het tijd voor de volgende stap: mijn eigen kantoor. Er zijn hier in de regio immers zoveel expats die juridische hulp kunnen gebruiken – bijvoorbeeld bij het kopen of verkopen van een huis – dat ik een kans zag om mijn expertise aan te kunnen bieden op mijn eigen, persoonlijke wijze.”

## Customer service

Sindsdien doet ze er met Fides Legal Services alles aan om haar cliënten zoveel mogelijk te ontzorgen. “Als het nodig is van a tot z”, vertelt Jasmin enthousiast. “Niet alleen de taal is voor veel mensen een obstakel, ook de afstand kan lastig zijn. Vandaar dat wij op basis van een volmacht bijvoorbeeld ook voor onze cliënten voor een nieuwe woning kunnen tekenen bij de notaris, de sleutel in ontvangst kunnen nemen en er vervolgens voor kunnen zorgen dat alles geregeld en aangesloten is als zij eenmaal bij hun nieuwe (tweede) thuis aankomen.” Daarnaast kan Fides Legal Services je helpen bij zaken als niet-residenten belastingen, successieplanning en handelsrecht. “Ik help mijn cliënten om hun Spaanse droom waar te maken, met de focus op persoonlijk contact, snel schakelen en het leveren van de best mogelijke customer service. En dat allemaal in de eigen taal.”



Wilt u meer weten?

Scan de QR-code en ga naar de website.



## RECTIFICATIE

Abusievelijk heeft Nederland Bruist zowel online als op print uit naam van Fides Legal Services S.L. gecommuniceerd over de vermogensbelasting voor niet-ingezetenen. Deze informatie is niet relevant daar de vermogensbelasting afgeschaft is in Andalucia, beschouw deze informatie hierom a.u.b. als niet kloppend.

Mocht u als expat in Spanje vragen hebben over juridische oplossingen bekijk dan de website: [www.fideslegalservices.com](http://www.fideslegalservices.com) of neem contact op met Fides Legal Services op nummer: 0034-951 552 220.



# Een gelukkig begin in januari



**Steenbok**  
Wees niet bang voor veranderingen

## Ram 21-03/20-04

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

## Stier 21-04/20-05

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

## Tweelingen 21-05/20-06

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

## Kreeft 21-06/22-07

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

## Leeuw 23-07/22-08

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

## Maagd 23-08/22-09

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

## Weegschaal 23-09/22-10

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

## Schorpioen 23-10/22-11

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

## Boogschutter 23-11/21-12

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

## Steenbok 22-12/20-01

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

## Waterman 21-01/19-02

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

## Vissen 20-02/20-03

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



**INGRID LUCASSEN**  
KGI

**Rijcoach A, Am en B**  
**Docente instructeursopleidingen**  
**A en B**

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



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

# Ben jij al EXAMENRIJP

Na drie ingrepen: Wanneer vraag je mijn examen aan? Ik moet vóór... mijn rijbewijs hebben.

Als deze rit jouw examen was, zou je dan geslaagd zijn?

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

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

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

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

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

## Meer informatie?

Bel **06-48712472** of ga naar [www.ingridlucassenrijopleidingen.nl](http://www.ingridlucassenrijopleidingen.nl)



# embrace

MASSAGE • SKIN • WELLNESS



## Embrace Oosterwijk

Massage, wellness en huidverzorging komen bij Embrace op een unieke wijze samen. Klachten verhelpen en ontspanning? Huidverbetering of sportmassage? Embrace is breed georiënteerd en biedt een breed scala aan gespecialiseerde behandelingen voor vrouwen en mannen. We kunnen alle behandelingen combineren en afstemmen op ieders behoefte. En zo hoort het ook, want we zijn allemaal anders!

## Wie verras jij met een cadeaubon?

Bestellen kan telefonisch, per e-mail of WhatsApp.

Wil je niks missen? Volg ons!   **EMBRACEOISTERWIJK**

Voor meer informatie kijk op onze website!

[www.embrace-oosterwijk.nl](http://www.embrace-oosterwijk.nl)

Moergestelseweg 20A, Oosterwijk | 013-5903573 | 06-24218283 | [info@embrace-oosterwijk.nl](mailto:info@embrace-oosterwijk.nl)

# In een lijstje...

Je kunt het zo gek niet bedenken of het kan ingelijst worden. Dat bewijzen ze telkens weer bij lijstenmakerij Van Erp-Broekhans, een familiebedrijf dat het ware ambacht in ere houdt.

## Wat bieden jullie?

"Alles wat de mensen maar ingelijst willen hebben, lijsten wij voor ze in. Van klein tot groot, van kindertekeningen tot ansichtkaarten en van trouwjurken tot grafieken, overal maken wij een lijst op maat voor. De keuze in materialen, stijlen en kleuren is hiervoor bijna eindeloos. Daarnaast verzorgen wij ook de restauratie en het schoonmaken van oude schilderstukken. Heel uitdagend werk waarbij het resultaat onze klanten telkens weer blijft verrassen."

## Doen jullie nog meer?

"Ja, we verkopen ook nog een selectie beelden, porselein, schilderstukken, fotolijstjes en dergelijke."

## Nieuwsgierig geworden?

"Loop gewoon eens binnen in onze winkel aan Het Heikesspoor 6 in Heukelom om zelf te zien wat wij allemaal voor bijzonders te bieden hebben."



 **LIJSTENMAKERIJ** SINDS 1863  
**VANERP-BROEKHANS**

EIGENARESSE: ILSE VAN ERP  
HET HEIKESPOOR 6, HEUKELOM  
013-5424736 | [WWW.ERP-BROEKHANS.NL](http://WWW.ERP-BROEKHANS.NL)





De betere badkamer  
begint bij Sanidrôme

*Geniet en laat je inspireren*

Scan de QR-code  
en bezoek de website



## Alles in huis voor jouw droombadkamer

Jouw droombadkamer is jouw domein. Daar valt niets op af te dingen. Geen ruimte in huis is zo persoonlijk. Begrijpelijk dus dat jouw badkamer naadloos op jouw persoonlijke wensen en levensstijl moet aansluiten. De betere badkamer van Sanidrôme past gegarandeerd bij al jouw verlangens. Naast de vereiste vakkundige installatie, is deze vanzelfsprekend afgestemd op jouw behoefte aan sfeer, design, functionaliteit en comfort.

## Waarom kiezen voor Sanidrôme Lindom?

Sanidrôme Lindom is uw badkamer-specialist die u van A tot Z kan ontzorgen wanneer u besluit om uw badkamer te verbouwen of nieuw te bouwen. Wij vertellen u graag waarom.

Wij helpen u graag van A tot Z om uw droombadkamer te realiseren. Van persoonlijk advies met een 3D badkamer ontwerp tot aan de vakkundige installatie door onze eigen vakmensen. Wij begeleiden het hele traject en u ervaart het gemak van één aanspreekpunt. Laat u uitgebreid inspireren op onze website of kom langs in onze showroom en ontdek de betere badkamer.



Ringbaan Zuid 374, Tilburg | 013-5361355  
lindom@sanidrome.nl | [www.sanidrome.nl](http://www.sanidrome.nl)



Kwaliteitsmerken  
sanitair & tegels



Inspirerende  
showrooms



Ontzorgen van  
A t/m Z



Vakkundige  
installatie door  
eigen vakmensen



Betrouwbare  
service & garantie



Één  
aanspreekpunt



**JONGE HELDEN**  
NIERSTICHTING

Geef voor een toekomst  
waarin we nierziekten  
kunnen genezen.

nierstichting.nl

**NIERSTICHTING**  
Je nieren zijn je leven.

**Computer problemen?**

Computer Service Oosterwijk helpt je weer op weg!



**COMPUTER-  
HULP NODIG?**  
BEL  
013-4700711

Computerservice Oosterwijk helpt u graag bij al uw problemen op het gebied van ICT. Flexibele service tegen scherpe tarieven. Wij zijn beschikbaar voor zowel bedrijven als particulieren.

013 470 0711  
[www.computerserviceoosterwijk.nl](http://www.computerserviceoosterwijk.nl)



**24  
UURS  
service**  
Bij ruitbreuk

**ISOLATIEGLAS BESTELLEN?**  
Speciaal op maat gemaakt!

Online glas bestellen tegen een betaalbare prijs en van de hoogste kwaliteit is voor ons geen probleem.

**de Glascentrale**  
—helder in glas—

Centaurusweg 146 D, Tilburg | 013-5442926 | [post@deglascentrale.nl](mailto:post@deglascentrale.nl)  
**WWW.DEGLASCENTRALE.NL**



# StudioJacq

Interieuradvies & ontwerp

StudioJacq is een ontwerpstudio waar u naartoe kunt voor al uw woonwensen. Van kleine aanpassingen aan uw interieur tot de complete (ver)bouw van uw (nieuwbouw)woning.

*StudioJacq heeft alle expertise in huis!*

U kunt ook bij ons terecht voor bouwbegeleiding van uw project. Naast het ontwerp verzorgen wij tevens de styling van uw nieuwe interieur.

Persoonlijke aandacht staat bij ons centraal en wij vertalen uw wensen naar een ontwerp waarin uw verwachtingen, stijl en gedachten samenkomen.

**StudioJacq verzorgt:**

- Advies aan huis
- Kleuradvies
- Styling
- 3D ontwerp
- Bouwbegeleiding

Meer informatie over onze diensten vindt u op [www.studiojacq.nl](http://www.studiojacq.nl) of scan de QR-code.



+31 6 51 51 28 38 | [info@studiojacq.nl](mailto:info@studiojacq.nl)  
[www.studiojacq.nl](http://www.studiojacq.nl) | [f](#) [@](#) studiojacq



**BEGIN HET JAAR GROEN  
MET EEN NIEUWE  
KAMERPLANT**

# Kerstboom eruit, *kamerplant* erin

Daar zit je dan. De kerstboom is de deur uit en in je woonkamer zit je tegen een leeg gat aan te kijken. Een hele maand, en misschien zelfs langer, was de kamer gevuld met knipperende lichtjes en de heerlijke geur van dennen.

Maar aan alles komt een eind, dus ook aan kerst. En nu?

Er zijn verschillende manieren om de leegte van je kerstboom op te vullen. Je kunt er een mand of stoel neerzetten, maar wat te denken van een mooie, nieuwe kamerplant? Bovendien kan een nieuwe plant symbool staan voor een nieuw begin. Het is tenslotte 2023 en dus tijd voor verandering!

**STRESSREMMERS** Er zijn heel wat kamerplanten die een geschikte vervanger zijn voor de kerstboom. Omdat ze bijvoorbeeld een stressverlagende werking hebben, wat niet verkeerd is na de drukke decembermaand. Neem de aglaonema, deze kamerplant is een veel gebruikte plant in de feng shui, omdat hij positieve energie en rust brengt. Of de yucca. Deze van oorsprong Mexicaanse plant is wel wat droogte gewend, dus mocht je hem een keer vergeten water te geven, dan is dat niet meteen een ramp. De luchtzuiverende monstera brengt niet alleen volop groen in jouw kamer, maar verbetert ook het leefklimaat in huis.

## **WEG DENNENBOOM, HALLO KAMERBOOM**

Was je heel erg gehecht aan je kerstboom, probeer dan eens een kamerboom. Het voordeel is dat je meteen heel veel groen in huis haalt. Bijvoorbeeld met de polyscias, een struikachtige boom die net als de kerstpiek recht omhoog groeit. De beaucarnea doet het binnen iets minder goed dan buiten, maar is dankzij zijn grote zwarte knol - van waaruit krullende bladeren groeien - wel een mooie blikvanger in je kamer. Nog zo'n imposante plant is de alocasia, deze valt vooral op dankzij de grote bladeren die vanuit het midden van de plant groeien. Elk nieuw blad is hoger dan het vorige.

**TOPPER** En dan heb je natuurlijk nog de ficus. Deze plant is populair door de vele soorten en maten die er zijn en doet het uitstekend in onze huiskamers. Ideaal voor iemand die de leegte wil opvullen, maar geen groene vingers heeft.

**Ook op zoek naar kamerplant?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Wie eenmaal de naam Ruzie&Ruzie heeft gehoord, zal deze waarschijnlijk niet snel meer vergeten. En ook de projecten van deze ambachtelijke interieurmakers laten een blijvende indruk achter. "Wij maken interieurs in de breedste zin van het woord", aldus eigenaar Ton Schuurmans. "Geen uitdaging is ons hierbij te gek."

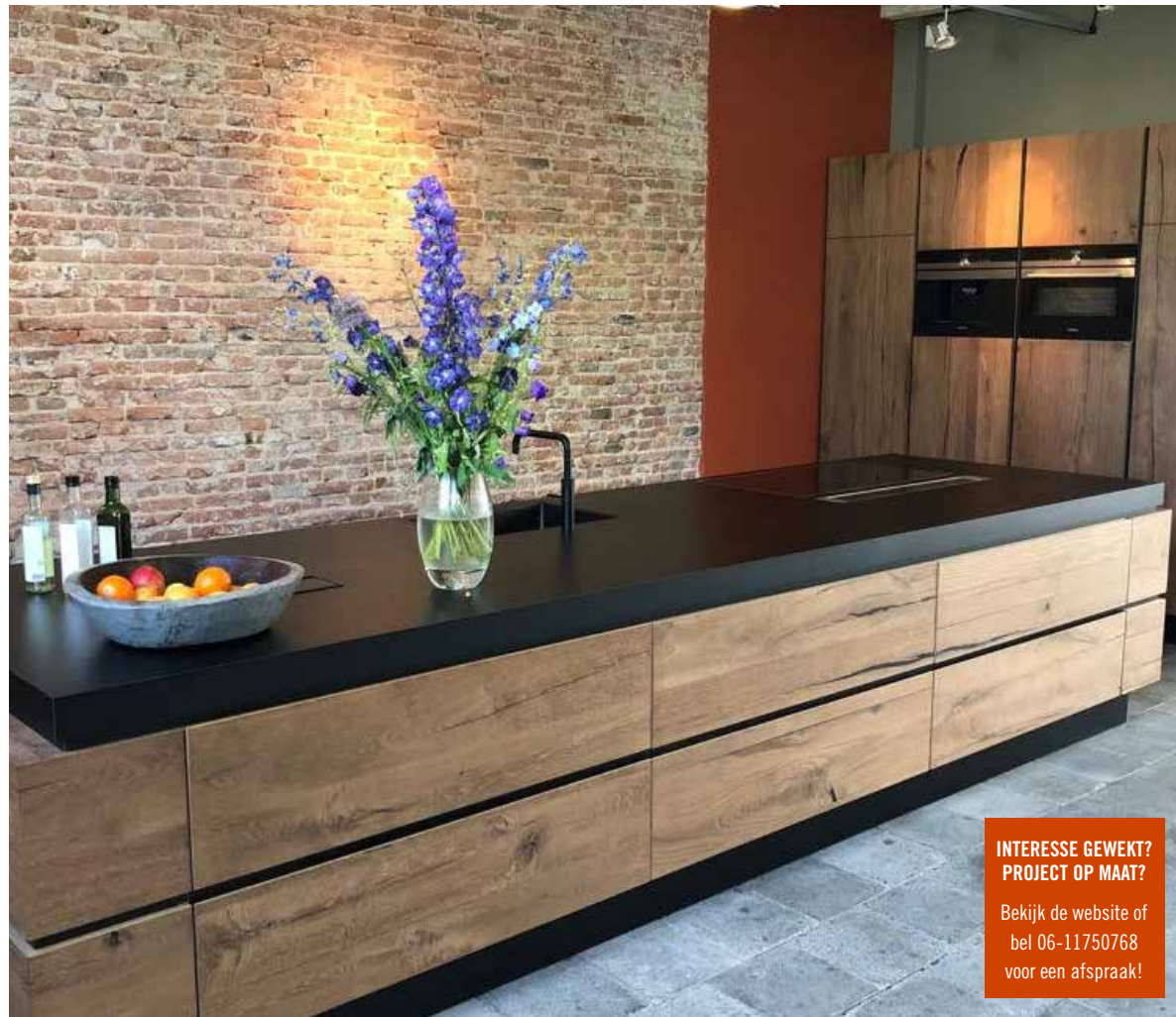
Ton wordt meteen enthousiast als hij het over zijn werk heeft. "Nou ja, werk, het voelt voor mij eigenlijk nog steeds als een hobby. Dat maakt dat ik ook geen dag met tegenzin naar mijn werk ga." Diezelfde passie voor het werken met hout komt tot uiting in alle projecten van Ruzie&Ruzie. "We gaan net zo lang door tot de klant tevreden is, want pas dan zijn wijzelf ook tevreden."

Sinds enige tijd wordt Ton in zijn werk bijgestaan door zijn zoon die bij hem in dienst is getreden. "Die heeft het vak hier in de praktijk geleerd. Ik vind het niet alleen mooi om zo met mijn zoon samen te kunnen werken, de snelle ontwikkeling in het vakgebied die hij doormaakt is ook heel bijzonder om te zien. De passie voor het creëren zit dus duidelijk in de familie."

Of je nu bij Ruzie&Ruzie aanklopt voor het laten maken van een maatwerk keuken, een tafel op maat of een compleet interieur, iedereen is hier welkom. **"Ben je op zoek naar een uniek interieur? Denk dan eens aan ons, we maken het graag!"**



## DE AMBACHTELIJKE INTERIEURMAKERS UIT OISTERWIJK



**INTERESSE GEWEKT?  
PROJECT OP MAAT?**

Bekijk de website of  
bel 06-11750768  
voor een afspraak!



# Uitwaaien en genieten aan de Zeeuwse kust



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

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



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



*Gewoon er even  
helemaal uit!*

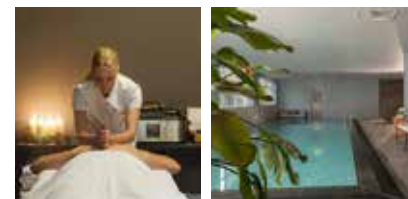
## Optimaal genieten!

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

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



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



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



# HÉT HOTEL★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

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



**SCAN DE QR-CODE**  
en laat jouw  
vakantie beginnen!

**HOTEL GARBI**  
**IBIZA SPA★★★★**

Calle de La murtra 5, 07817 San Jordi, Ibiza | [info@garbi-hotel.com](mailto:info@garbi-hotel.com) | +34 971 300007 | [www.hotelgarbi-ibiza.com](http://www.hotelgarbi-ibiza.com)



# Slimme, tijdelijke woonoplossingen



Unit 4 Sale is de specialist in slimme woonoplossingen voor tijdelijke huisvesting!

Unit 4 Sale produceert en levert tijdelijke huisvesting voor recreatie, vakantie, (arbeids) migranten, invulling van VAB-locaties, zorgwoningen, studentenwoningen en als extra ruimte in de tuin of bij het huis.

De woonoplossingen worden in eigen fabriek geproduceerd met kwaliteit en geleverd en geplaatst binnen drie maanden.



Meer informatie?  
Neem vrijblijvend contact op of scan de QR-code.



06-25040305



Mail  
info@unit4sale.nl



Ma - Vr: 09.00 - 17.00  
Uitsluitend op afspraak

## BRUIST

Ga niet op zoek naar **geluk**, maar ontdek het **in jezelf**



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

Gebruikt u bloedverdunners?  
Vraag dan de gratis Antistollingspas aan.

Antistollingspas  
Vraag gratis aan

www.antistollingspas.nl

TRAMBOSESTICHTING NEDERLAND

# GRATIS BODY & MIND GUIDE

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

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

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

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



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

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



**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION

# Het Uitpunt

OISTERWIJK **NIEUWS**.nl

**6 JANUARI**

**Rondleiding**

Iedere eerste dinsdag van de maand om 16.00 uur op de KVL, de voormalige leerfabriek aan de Almystraat in Oisterwijk, minder geschikt voor mensen die slecht ter been zijn.

**6 JANUARI**

**Bingo**

Doe mee, voor de gezelligheid, in Wijkcentrum Waterhoef, aanvang 20.00 uur.

**8 JANUARI**

**Rommelmarkt**

Lekker snuffelen en een bakkie doen in Wijkcentrum Pannenschuur, van 09.30 tot 14.30 uur.

**8 JANUARI**

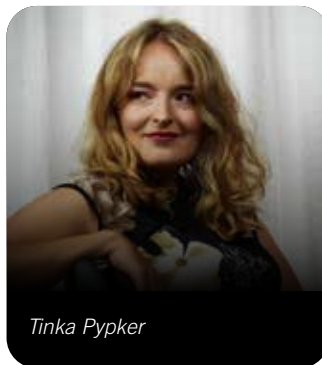
**Tinka Pypker**

Klassiek concert met lezing, entree € 10,-, aanvang 11.00 uur in Tiliander Oisterwijk.

**15 JANUARI**

**Yoga + Piano**

Combinatie van yoga met een pianoconcert, aanvang 14.30 in de Protestantse Kerk aan de Kerkstraat 64 in Oisterwijk.



Tinka Pypker



Rommelmarkt

*Wij wensen u en de uwen een mooi en gezond 2023!*



Sauwel

**19 JANUARI**

**Soof 3**

De film begint om 20:00 uur, in de theaterzaal van Tiliander, entree € 7.50.

**21 JANUARI**

**Sauwel**

Kaartverkoop voor het sauwel- en galaweekend van 27 en 28 januari is op 21 januari om 14.00 uur in Tiliander.

**21 JANUARI**

**Janneke de Bijl**

Cabaretvoorstelling 'Dit is het nou' die u mag bezoeken voor € 17,50. Zwartgallig en doorspekt met onderkoelde humor.

**22 JANUARI**

**Blowzabella**

Muziek van GUO om 15.00 uur in Tiliander Oisterwijk, voor kaartverkoop kijk op Groetenuitoisterwijk.nl.

**DONDERDAG EN VRIJDAG**

**Weekmarkten**

Iedere week op donderdag om 8.30 uur is er een weekmarkt in Haaren, om 13.00 uur in Oisterwijk en vrijdags om 13.30 uur in Moergestel.

Het actuele Uitpunt van Oisterwijk is dagelijks te bewonderen via [www.oisterwijknieuws.nl/agenda](http://www.oisterwijknieuws.nl/agenda)



# Winterse salade met rode bietjes

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

4 PERSONEN - 10 MIN.

## INGREDIËNTEN

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

## BEREIDING

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

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

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

Smakelijk eten!



# PUZZELPAGINA

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

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

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

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

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

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

Maak kans op

## Cheeky Sauvignon

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

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

NIX18



🌍-az+d+🐜-mi+e

🔒t=k 🐵k=d+t

v+🍷-it+🐍s=r+🏠-y

n+🐵p=r 🏠-ur

v+🐮-s+🐣o=l+🏠-ur

Wil jij kans maken op deze leuke prijs?

Los de rebus op en vul voor 1 februari de oplossing in op onze site: [www.oisterwijkbruist.nl](http://www.oisterwijkbruist.nl).

Maak kans op

## Pizzolato Spumante

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

NIX18



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

fles	genieten
rosé	wijn
zacht	lekker
mousse	pizzolato

Streek 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 februari de oplossing in op onze site: [www.oisterwijkbruist.nl](http://www.oisterwijkbruist.nl).



Recharge yourself



[www.vanmossel.nl/mg](http://www.vanmossel.nl/mg)

MG4 Electric

**SETTLE FOR MORE**

The electric car without the compromise

**Van Mossel**