

DE PEELHORST



DECEMBER 2023 GRATIS MEENEMEN!
WWW.DEMAASHORSTBRUIST.NL

BRUIST



Fijne
feestdagen!

Lees het interview
met *Sieneke*

Het belang van uw
huisdier staat bij ons
altijd voorop, want wij
luisteren echt naar de
mensen die in onze
kliniek komen, aldus
onze klanten. Met dat
vertrouwen gaan we dan
ook heel zorgvuldig om.

Obrechtstraat 2, Oss
0412-656767 | oss@anicura.nl

www.anicura.nl/oss



Feestmaand december

De feestdagen kunnen best een uitdaging zijn als je huisdieren hebt. De kerstboom wordt door katten vaak als een krabpaal te zien en de hond eet het liefst mee met het kerstdiner. Daarnaast zien we regelmatig dat gezette schoentjes voor de goedheiligman worden leeggesnoept door huisdieren. We hebben wat handige informatie verzameld om de feestdagen met je huisdier veilig door te komen.

Vermijd giftig voedsel

De meeste diereigenaren weten dat chocolade giftig is voor honden, maar ook de kerstster, amaryllis, hyacint, en naalden en/of takken van de kerstboom zijn giftig voor je huisdier. Wanneer je een gezaagde kerstboom hebt, zorg dan dat uw huisdier het water niet kan drinken, dit is giftig.

Let op feestversiering

Een kattenstaart die vlam vat, een haakje van de kerstbal dat een gaatje prikt in de maag van je hond. Zorg dat de feestversiering stevig vastzit of dat het ergens staat waar je huisdier niet bij kan. Kijk uit met glazen kerstballen. Wanneer glitterslingers of lintjes gegeten worden kan dit vast komen te zitten in maag en/of darmen!

Vuurwerk

Harde knallen, lichtflitsen en sterke geuren kunnen huisdieren angstig maken. Het is verstandig om op tijd te trainen met uw huisdier. Wanneer dit niet voldoende werkt zijn er voedingssupplementen en is er

medicatie beschikbaar. Houd er rekening mee dat voedingssupplementen en medicatie vaak al een tijd gegeven moeten worden voordat deze goed werken. Neem hiervoor dus tijdig contact op met uw dierenarts.

Tips rond de jaarwisseling:

- Laat honden aangeliend uit en laat katten niet naar buiten.
- Geef ze een rustig plekje waar ze kunnen schuilen. Het helpt ook om de gordijnen dicht te houden.
- Houd ramen deuren en het kattenluikje dicht.
- Laat uw dier niet alleen thuis.
- Blijf zelf kalm wanneer uw dier reageert op vuurwerk.

Lees alle tips over vuurwerk op:
[www.anicura.nl/over-huisdieren/
hond/kennisbank/huisdieren-en-vuurwerk/](http://www.anicura.nl/over-huisdieren/hond/kennisbank/huisdieren-en-vuurwerk/)

Wij wensen jullie
hele fijne feestdagen!



Het aller-
belangrijkste
vinden we de zorg
voor uw huisdier
én voor u.

Supervriendelijke
medewerkers met
een groot
inlevingsgevoel.

Theo

Top mensen met
hart voor dieren.

Jos

Ze zijn heel
bekwaam, erg lief
voor dieren en
stellen de baasjes
ook gerust. Wetten
heel goed waarover
ze praten, erg
professioneel.

Merlijn

Goede medische
hulp voor onze
dierbaarste
huisgenoten.

Martijn



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

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

NUEVO Motinova Plus Disc



FONGERS
Distributed by Matrabike

Nuevo FM

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



Vanaf:

€ 1499,-



Fongers Basic LCD

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



Vanaf:

€ 999,-



Fongers RTR

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



Vanaf:

€ 1699,-



★ Trustpilot



TrustScore 4.7
4.480 reviews

Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

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

Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

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

Matrabike Rumst (BE)

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



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

matrabike
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

Heeft u vragen of wilt u meer informatie?
Stuur dan een email naar:
klantenservice@matrabike.nl

Kijk voor uw FONGERS fiets op:
www.matrabike.nl



12

Inhoud

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
CUSTOMER CARE Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist – Frans Pijnenburg
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook.com/ettenleurbruist
Like ons op Facebook.com/demaashorstbruist

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. De Maashorst Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 35 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



December, de feestmaand bij uitstek. Een periode om warme herinneringen te maken, maar is het voor heel wat mensen ook een stressvol gebeuren. Persoonlijk begrijpen wij dat maar al te goed, vandaar dat we je in deze nieuwste editie van Bruist een aantal tips geven om deze stress te verminderen en van de magie van het seizoen te genieten.

Bruisende lezer,

Iemand die deze maand zeker geniet, is zangeres Sieneke. Zij staat in december samen met Frans Bauer in het theater voor hun gezamenlijke muziektheatervoorstelling: 'n Avond met jou. Dat daarmee voor haar een droom is uitgekomen, lees je in het bruisende interview dat we met haar hadden.

Genieten en stress, dat zijn waarschijnlijk ook twee emoties die onze bruisende ondernemers deze maand afwisselend ervaren. December is voor de meesten van hen immers een zeer hectische maand, maar tegelijkertijd genieten ze er ook van om extra veel mensen te kunnen helpen en ze met een goed gevoel weer naar huis te laten gaan. In hun inspirerende verhalen lees je hoe ze dat ook deze maand weer doen.

Fijne feestdagen zonder stress!
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 Rosmalen Bruist en Rijk van Nijmegen/Land van Cuijk Bruist.

Feestdagen zonder stress

Geniet van dit magische seizoen

Tijdens de feestdagen maken we warme herinneringen, maar het kan ook stressvol zijn. Hier zijn enkele tips om stress te verminderen en van de magie van het seizoen te genieten.

PLAN VOORUIT Een van de meest stress verminderende dingen die je kunt doen, is vroeg beginnen. Maak een lijst van wat je moet doen - cadeau-inkopen, versieringen, maaltijdvoorbereidingen - en maak een planning. Door vroeg te beginnen, voorkom je last-minute paniek.

STEL PRIORITEITEN Er zijn altijd meer dingen die je wilt doen tijdens de feestdagen dan je eigenlijk kunt. Stel prioriteiten en concentreer je op wat echt belangrijk voor je is. Het is oké om sommige tradities over te slaan als ze te veel druk veroorzaken.

WEES REALISTISCH MET JE BUDGET Financiële stress is een veelvoorkomend probleem tijdens de feestdagen. Bepaal een budget voor cadeaus en houd je eraan. Herinner jezelf eraan dat de waarde van een geschenk niet altijd afhangt van de prijs, maar van de betekenis erachter.

DEEL DE TAKEN Je hoeft niet alles alleen te doen. Betrek je familie en vrienden bij de voorbereidingen. Samen koken, versieren en cadeaus inpakken kan niet alleen de stress verminderen, maar ook zorgen voor waardevolle momenten samen.

LAAT PERFECTIONISME LOS Onthoud dat perfectie niet het doel hoeft te zijn. Fouten maken is menselijk en kleine onvolkomenheden kunnen een feestelijk tintje toevoegen. Lach om de gebroken kerstballen en de iets te doorbakken koekjes.

De feestdagen zijn bedoeld om te genieten van het gezelschap van geliefden en om te vieren wat echt belangrijk is in het leven. Dus ontspan, adem in en geniet van de magie van het seizoen zonder jezelf te laten verstrikken in stress. Herinner jezelf eraan dat het draait om liefde, dankbaarheid en vreugde en je zult merken dat stress tijdens de feestdagen tot een minimum wordt beperkt.

Wil jij meer tips voor stressloze feestdagen? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Raamdecoratie die past bij jouw smaak en interieur

Raambekleding is het visitekaartje van jouw woonstijl van buitenaf, en eenmaal binnen is niets zo bepalend voor de eenheid van jouw interieur. Het is daarom zeker geen gek idee om eens te kijken naar nieuwe trends voor het raam. Tien tegen één dat je nieuwe mogelijkheden ziet.

Smaak bepaalt wat jij koopt. Maar functie bepaalt hoe gelukkig je ervan wordt... Wat zoek jij? Hier vind je wat alternatieve opties voor jouw raamwensen. Combineren mag!

Raambekleding tegen inkijk

Vitrage heeft plaatsgemaakt voor moderne inbetweens. Ook een blijvertje zijn plissés of dupligordijnen, die je gedeeltelijk kunt openen of sluiten. Het duo rolgordijn is een praktische alles-in-één oplossing.

Verduisterend of zonwerend

Vroeger moest je aan de dikke, donkere of gevoerde gordijnen voor verduistering. Dat kan nog steeds, maar tegenwoordig zijn er ook lichte (in het raam vallende) opties die verduisteren.

Stoffen met wat extra's

Van stof kun je alle soorten gordijnen laten maken. Er zijn tegenwoordig ook warmte en/of koude werende stoffen.

Met Decokay Mari Frunt op weg naar je droomhuis!

Standaard stylingadvies GRATIS:

- Kleuradvies en productadvies over raamdecoratie, gordijnen en vloeren in de winkel
- Voorlopige prijsopgave
- Meetservice

Laat je inspireren of maak online een afspraak



Decokay
MARI FRUNT

Graafsebaan 7, Rosmalen
073-5213980
winkel@marifrunt.n
marifrunt
www.decokaymarifrunt.nl

GORDIJNEN

VLOEREN

RAAMBEKLEDING

HORREN

BUITENZONWERING

CREËER SFEER EN
PRIVACY MET OP MAAT
GEMAAKTE RAAMDECORATIE

KERSTBOEKET VAN TOPBLOEMEN

De kerstboeketten van Topbloemen.nl wakkeren het knusse kerstgevoel extra aan. Een mooi cadeau voor jezelf of een leuke verrassing voor iemand die je dierbaar is. En de finishing touch op de kerstversiering in huis. Maak je verrassing compleet en laat het boeket afleveren met een fles wijn of bubbels. www.topbloemen.nl/kerstboeketten



CHRISTMAS KIT VAN TOSKANI

Dit jaar lanceert Toskani een limited edition Christmas Kit voor de feestdagen. De luxe kit bevat een masker/nachtcrème uit de Night Reverse-lijn en een heerlijke geurkaars. Deze producten worden gemakkelijk opgenomen door de huid en werken terwijl je slaapt om schade te herstellen en te zorgen voor een gladder en frisser gezicht bij het ontwaken. www.toskani.nl



VEILIG JOUW MUZIEK BELEVEN?

Speel je in een bandje? Ga je graag naar concerten en muziek evenementen? Wil je blijven genieten van je favoriete muziek zonder kans op gehoorschade?

Dan zijn onze op maat gemaakte oordoppen met ingebouwd geluïdfilter de oplossing! Het harde geluid wordt gedempt om gehoorschade tegen te gaan. Er zijn verschillende filters leverbaar waarmee de oordoppen precies kunnen worden afgestemd op jouw voorkeur van luisteren.



Gehoorschermers op maat? Bestel ze nu! www.bureauata.nl



PLISSÉ GLAZEN VAN ROYAL LEERDAM

Tijdens de kerstdagen pakken we graag uit met een mooi gedekte tafel. De Plissé glazen van Royal Leerdam geven het kerstdiner een feestelijk tintje. Deze complete serie bestaat uit een roedwijn glas, een wittewijn glas, een flûte en een en een waterglas. Optische lijnen in het glas maken de glazen bijzonder elegant. Ze fleuren elke dinertafel op, ook na de kerstdagen. www.royalleerdam.com



Scan de QR-code

BRUIST Deals

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



PEPER- EN ZOUTMOLENS VAN PEUGEOT SAVEURS

Peugeot Saveurs brengt sinds 1987 de populaire Paris molens op de markt. In het nieuwe assortiment vind je de ParisRama, geïnspireerd op de klassieke editie, verkrijgbaar in vrolijke kleuren en 18 cm groot. Deze molens zijn een mooie toevoeging aan elke keuken en een geweldig cadeau voor de feestdagen. Met een robuust stalen maalwerk en levenslange garantie zijn ze het ideale cadeau voor jezelf of een ander. be.peugeot-saveurs.com/nl

Geniet van de feestdagen

JOLLY JINGLES

De prachtige kerstballen van Jolly Jingles personaliseren je kerstboom en maken hem uniek. Kies uit verschillende miniatuurversies van dieren, eten en drinken, reizen, sporten, zoete lekkernijen en andere hobby's. Deze kerstballen geven je boom een persoonlijk tintje of dienen als een origineel en persoonlijk cadeau. www.jollyjingles.nl



Doe mee en win

LEZERSACTIE* Doe mee en win een overheerlijke fles Cheeky Sauvignon

Deze (h)eerlijke Cheeky Sauvignon is tropisch, verfrissend en zit tjokvol citrus. Bovendien is de wijn 100% biologisch en vegan! Per verkochte fles wijn wordt 750 liter schoon drinkwater gedoneerd aan gemeenschappen in Afrika!

www.thegoodwine.nl TAG #WIJN



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

Voor een mooie glimlach!



VOOR MEER INFO!

De tandarts waar ik me
op mijn gemak voel!

Tandarts
STEENBERGEN

Tandartspraktijk Oss Medicijnstraat 120, Oss | 0412 - 639 722 | oss@tandarts-steenbergen.nl
Tandartspraktijk Tilburg Kruisvaardersstraat 157, Tilburg | 013 - 535 25 35 | tilburg@tandarts-steenbergen.nl

www.tandarts-steenbergen.nl | tandartssteenbergen



COLUMN SPATADEREN
& AAMBEIEN

Spataderen & aambeien, er is altijd wat aan te doen

Flebologisch Centrum Grave

Patiënten uit heel Nederland komen naar het Flebologisch Centrum Grave om spataderen en aambeien te laten behandelen. De specialisten van het Flebologisch Centrum maken gebruik van de modernste behandeltechnieken.

Vaatchirurg Wijnand van Gent, eigenaar van Flebologisch Centrum Grave, legt uit: "Spataderen en aambeien kunnen bijzonder vervelende klachten veroorzaken. Mensen hebben vaak een lange weg nodig om naar ons toe te komen. Zo'n vijftig tot zeventig procent van de mensen krijgt spataderen. Zwangerschappen en staande beroepen hebben een negatief effect op spataderen. Het is niet te voorkomen, maar we kunnen het wel altijd oplossen!"

'De behandeling is vrijwel pijnloos en wordt vaak binnen 15 minuten uitgevoerd'

Tachtig procent van de spataderbehandelingen valt onder de verzekerde zorg. Alle medisch noodzakelijke ingrepen behoren tot de verzekerde zorg. Cosmetische behandelingen komen voor rekening van de patiënt zelf.

"Mensen praten gelukkig openlijk over spataderen, zeker wanneer het probleem verholpen is. Dat is bij aambeien natuurlijk wel even anders. Aambeien komen vrij veel voor, maar helaas lopen mensen er nogal eens lang mee rond. Er rust een taboe op.

Mensen schamen zich voor een aandoening bij de anus, daar stappen ze niet zo snel mee naar een arts. Dat is spijtig, want wij kunnen patiënten met een eenvoudige ingreep van hun klachten afhelpen. De behandeling is vrijwel pijnloos en is vaak binnen vijftien minuten klaar."

Wijnand van Gent: "Daarom zeg ik: spataderen, blijf er niet mee rondlopen. Aambeien, blijf er niet mee zitten. De specialisten van het Flebologisch Centrum Grave bieden zorg van topniveau. Maak daar gebruik van!"

Flebologisch Centrum Grave | Klinkerstraat 8-10, Grave | 0486 – 420096 | info@spataderen-fcg.nl | www.spataderen-fcg.nl

Uw persoonlijke reisadviseur uit Someren

Papagayo Beach Resort ★★★★★

Utieme combinatie van comfort en service

Het resort vormt de ultieme combinatie van het comfort van een vrijstaande villa met de service van een 5-sterrenhotel. Je verblijft in één van de luxe, karakteristieke en kindvriendelijke villa's, omringd door een verzorgde exotische tuin.

Geniet van luxe en uitstekende service.

- Hip & stijlvol ingericht
- Vrijstaande bungalows en villa's
- Jan Thiel Beach op 100 meter
- Volle koelkast bij aankomst
- Toegang tot Papagayo Beach Club

Faciliteiten

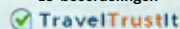
- Bar
- Fitnessruimte
- Kinderzwembad
- Restaurant
- Speeltui
- Sport en spel
- Wellness centre
- Gratis WiFi
- Zwembad

Jan Thiel - Curaçao



8.5

8,5 / 10
19 beoordelingen



Uw vakantie beleeft u maar één keer!

Uw voordelen

- De luxe van uw eigen persoonlijke reisbureau
- Optimale bestemming en productkennis
- Van standaard pakketreizen tot reizen op maat
- Reisadvies per mail, telefoon of op afspraak bij u thuis
- Prijs- en reisvergelijkingen
- Volledig onafhankelijk en objectief

Wil je meer info of meteen boeken?
Bezoek de website!



www.thetravelclub.nl/jane
06-13881888
jane@thetravelclub.nl

Aangesloten bij:



Fam

SKIN & CONCEPT

POSTELSTRAAT 25, SOMEREN CENTRUM

volg ons



0651062495



foaming shower gel €8,50



diffuser €24,95 & kaars €19,95



set totaal €24,95



diffuser €24,95

Van cosmetische behandeling tot complete gebitsrenovatie

Wil jij weer een gebit waar je trots op kunt zijn? Bij CDC Complete Tandzorg helpen ze je graag verder. Hier werken specialisten op verschillende gebieden, waaronder cosmetische tandheelkunde, gebitsrenovatie en narcosebehandelingen.

Cosmetische behandelingen zijn ingrepen zoals tanden bleken, facings en kronen en bruggen. De specialist kan adviseren over de beste ingreep of combinatie van ingrepen en maakt gebruik van kwalitatief hoogwaardige materialen. De specialist op het gebied van gebitsrenovatie denkt met je mee om ook zeer beschadigde gebitten weer gezond en mooi te maken, onder andere met protheses, klikprotheses en compleet vaste brugconstructies.

Daarnaast zijn er narcosebehandelingen waarbij de tandarts samenwerkt met het anesthesieteam. Bij CDC Complete Tandzorg vind je alles onder één dak. Zij luisteren naar je wensen en denken graag mee over een passende oplossing. Samen met jou doorlopen ze het behandeltraject en begeleiden ze je bij elke stap, zodat je niet voor onverwachte verrassingen komt te staan. Wil je je als reguliere patiënt inschrijven voor je normale check-ups, dan kan dat ook bij CDC.



*Hoe gezond is
jouw tandvlees?
Test het hier*

Jouw lach, onze passie

18

CDC Complete Tandzorg is dé tandheelkundige kliniek van Nederland waar men naartoe gaat als men ECHT vindt dat er iets aan het gebit moet gebeuren. Dat kan functioneel van aard zijn of cosmetisch. Bij CDC gaan ze voor een compleet GEZOND én MOOI gebit.

Zet dé stap in 2024... Ga voor een gezond én mooi gebit!

Al sinds 2002 komen mensen van heinde en verre naar gemeente Best. Velen zijn jaren niet naar de tandarts geweest. In de meeste gevallen komt dat door angst voor de tandarts. Anderen komen speciaal naar CDC vanwege de ervaring in cosmetische, esthetische behandelingen. Ze hebben wel een gezond gebit, maar vinden het niet (meer) mooi. Daar weet CDC wel raad mee.

Niet alleen zijn de tandartsen zeer deskundig en ervaren in esthetiek, maar ook de tandtechnici in het eigen laboratorium zijn echte vakmensen. Zij maken zeer mooi maatwerk. Ieder gebit is daardoor uniek en komt er natuurlijk mooi uit te zien. Dit kan ook doordat de specialisten onder één dak plezierig kunnen samenwerken. Extra voordeel is dat het scheelt in aantal behandeldagen.

Een gezond en gelukkig leven begint bij je gebit. Tandvleesontstekingen zijn bijvoorbeeld veroorzakers van andere ziektes, zoals hart- en vaatziekten en beroertes. En lachen is heel gezond. Dat doet niemand graag als je schaamt voor je gebit.

Wil je in 2024 eindelijk weer die gezonde, mooie lach? Investeer dan in een gebitsbehandeling bij CDC Complete Tandzorg.

Plan nu alvast een intake, dan ben je in het nieuwe jaar al snel aan de beurt.

CDC is gespecialiseerd in:

- ✓ Complete gebitsrestoraties
- ✓ Cosmetische tandheelkunde
- ✓ Angst- en narcosebehandelingen
- ✓ Tandvleesbehandelingen
- ✓ Reguliere tandzorg

Wist je dat...

CDC op Feedback Company meer dan 5.000 reviews heeft met een score van 8.8!



Wie zou jij zijn zonder je angst?



Wat als je je angstig voelt in bepaalde situaties waarbij angst eigenlijk niet nodig is? De angst kan een eigen leven gaan leiden en gaat je in de weg staan, waardoor jij probelemen ervaart in je dagelijkse leven. Het kan ook zijn dat je juist door de angst bepaalde dingen gaat vermijden om de angst zo niet te voelen.

Angst kan jou op verschillende manieren belemmeren in het leven. Bijvoorbeeld wanneer je het eng vindt om met mensen of in een groep te praten, naar openbare plaatsen te gaan, te telefoneren, auto te rijden of überhaupt in een auto te stappen. De angst speelt zich vooral af in je hoofd. Je hoofd zegt dat er allerlei gevaren dreigen wanneer je dit doet. Hierdoor word je belemmerd en kun je je passie niet volgen.

Wil jij je passie gaan volgen en je angst overwinnen?

Door ervaringen met je ouders, docenten, klasgenootjes, vrienden en vriendinnen. Die kunnen jou (onbewust) allerlei overtuigingen mee

hebben gegeven, misschien heb je de overtuiging "ik ben niet goed genoeg" of "ik kan dat toch niet". Deze overtuigingen gaan hun eigen weg bewandelen waardoor je in gevecht bent met jezelf en je angst. Deze overtuigingen zorgen ervoor dat je eerder stopt of zelfs dingen gaat vermijden. Als iets niet lukt of niet direct wil lukken, dan zie je dit als een bevestiging van je overtuigingen.

Wat als... je dit soort gedachten kunt loslaten en de overtuigingen verdwijnen als sneeuw voor de zon! Dan gaat er een nieuwe wereld voor jou open!

Ben jij klaar voor een leven zonder angst?

In drie sessies je angst overwinnen met hypnotherapie!

Maak vrijblijvend een afspraak om te kijken wat ik voor jou kan betekenen.



**IN 3 SESSIES VAN
JE PROBLEEM AF!**

CALTABELLOTTA

INTERIEUR



Caltabellotta is een winkel voor je complete interieur

VERF - BEHANG - WOONSFEER - VLOERKLEDEN -
GORDIJNEN - MEUBELS - RAAMDECORATIE - VERLICHTING

POSTELSTRAAT 1 - SOMEREN - 0493-496670



DAGJE UIT KERSTMARKT MAASTRICHT



Ook dit jaar staat de kerstmarkt in Maastricht weer in het teken van Magisch Maastricht. Zoals ieder jaar verwachten ze ook deze keer weer een kleine miljoen bezoekers. Wat zij mogen verwachten op deze markt die plaatsvindt rondom het Vrijthof: houten kraampjes met lekkernijen als oliebollen en glühwein, de leukste (kerst) cadeautjes, warme wintermutsen, een schaatsbaan, een reuzenrad en een overdekte reuzenglijbaan voor de kinderen, om maar wat voorbeelden te noemen. De markt staat er nog tot en met 31 december, dus tijd genoeg om zelf een kijkje te gaan nemen.

Kijk voor meer info op
www.kerstmarktinmaastricht.nl.

FILMPJE KIJKEN NEEM ME MEE

Zes 70-plussers, allemaal onbekenden van elkaar, gaan samen op vakantie naar Zuid-Frankrijk. Nog voor hun busje de landsgrens passeert, is er al onenigheid; met elkaar, maar ook met de jonge reisleader Thijs die de organisatie zwaar onderschat heeft. Als de reis vordert en het gezelschap elkaar beter leert kennen, ontstaat er toch een onverwachte vriendschap tussen de reisgenoten. Ze genieten, delen geheimen en onzekerheden met elkaar, mijmeren, steunen elkaar en stappen zelfs buiten hun comfortzone. Je bent immers nooit te oud voor nieuwe ervaringen. **NEEM ME MEE is vanaf 21 december te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN DE GOUDEN DUIVEN



De Amerikaanse Josie en Franse Arlette zijn actief in het Franse verzet. Ze worden samen met hun geliefden gearresteerd en overgebracht naar Ravensbrück. Daar voert een kamparts experimenten uit op de moeder van Josie en wordt Arlettes zoon bij haar weggehaald. Tien jaar later komen Josie en Arlette weer voor een gevaarlijke uitdaging te staan. Josie werkt voor het Amerikaanse leger en maakt jacht op de nazi-arts uit Ravensbrück. Arlette krijgt te horen dat haar zoon misschien gevonden is. Samen moeten ze tot het uiterste gaan om gerechtigheid te krijgen voor hun geliefden.

DE GOUDEN DUIVEN van Martha Hall Kelly is nu verkrijgbaar.



Wie zijn wij?

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk, dat is Kliniek Heyendael. Al sinds 2011 zijn we een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie. Onze privékliniek bevindt zich in Nijmegen. Bij Kliniek Heyendael staan jouw wensen centraal. Deze worden tijdens een uitgebreid consult met de plastisch chirurg besproken om zo een realistisch beeld te krijgen van de mogelijkheden.

Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Oorcorrectie
- Liposuctie
- Facelift (MACS-lift)
- Lipofilling
- Schaamlipcorrectie
- Ooglidcorrectie
- Injectables
- Neuscorrectie
- Buikwandcorrectie

Volg ons op Facebook en Instagram!

-  @kliniekheyendael
-  Kliniek Heyendael

Parklaan 70, Groesbeek (nabij Nijmegen)
info@kliniekheyendael.nl
+31 (0) 24 - 845 05 06
www.kliniekheyendael.nl

Nooit meer onzeker

Overweeg jij een borstvergroting?

Een borstvergroting behoort tot één van de meest uitgevoerde behandelingen bij Kliniek Heyendael. Frans Straten is met meer dan twintig jaar ervaring gespecialiseerd in deze ingreep.

Wanneer een borstvergroting?

Veel vrouwen kiezen voor een borstvergroting na zwangerschap of gewichtsverlies. Deze maken de borsten vaak slapper of doen ze (gedeeltelijk) verdwijnen. Ook wordt deze operatie vaak uitgevoerd bij vrouwen die geen of nauwelijks borstweefsel hebben. Heb je hier last van of voel je je er onzeker door? Dan kun je een borstvergroting of borstlift overwegen. Een borstvergroting is mogelijk vanaf een leeftijd van achttien jaar.

De operatie

Bij een borstvergroting wordt het volume van de borst door de plastisch chirurg vergroot. Het is belangrijk dat de verhoudingen met de vorm van je borstkas en de rest van je lichaam wel kloppen. De chirurg meet daarom de borst en het borstweefsel goed op om het juiste implantaat te selecteren.

Ongelijkvormigheid van de borstwand of van de tepels is bepalend voor de keuze van het implantaat.



Zijn je linker- en rechterborst niet even groot? Dan kan de plastische chirurg ervoor kiezen links en rechts andere implantaten te plaatsen. Daarmee wordt het verschil kleiner. De vulling van het implantaat bestaat uit een cohesieve siliconengel. Deze voelt prettig en natuurlijk aan. Er wordt individueel en afhankelijk van de wensen, de verwachtingen en de fysieke mogelijkheden geadviseerd of ronde of druppelvormige en medium of hoog profiel implantaten het beste resultaat gaan opleveren.

**Betrouwbare
en betaalbare
plastische chirurgie.**

Voor meer info
+31 24 - 845 05 06

Daarom Kliniek Heyendael

-  Behandelingen én consulten op 1 locatie
-  Persoonlijke zorg met aandacht
-  Ruim 20 jaar ervaring

'We luisteren naar jou en houden rekening met jouw wensen'

★ Nieuw jaar

★ nieuwe goals

★ nieuwe start

★ nieuwe manier

★ niet wachten

★ tijd vliegt voorbij!



TRAINING

Basis klassiek 1:1

Basis volume lashes

Aanmelding:

 [salon_cleopatra_oss](https://www.instagram.com/salon_cleopatra_oss)
 mattheijsm@gmail.com
 +31 682357891


www.saloncleopatra.eu

EYELASH EXTENSIONS

CBL
CLEOPATRA BEAUTY LASHES

OSS

VOEL JIJ JE NIET HERKEND IN JOUW BEROEP?

- Wilt u uw dag en tijd zelf inplannen volgens uw eigen wensen?
- Naast uw huidige baan een extra centje bij verdienen?!
- Bent u al een schoonheidsspecialiste en wilt u een behandeling in uw salon meer aan gaan bieden?



BOEK NU JOUW TRAINING EN WORD DE WIMPERARTIEST IN JOUW STAD!

- Basistraining Klassiek techniek One - One
- Basistraining Volume techniek 2D - 3D

DAG CURSUS INTENSIEF:

Elke deelnemer krijgt:

- Intensieve 1 daagse cursus
- Starterspakket
- Trainingshandleiding
- Lunch inbegrepen
- Live-demo op mannequinpop
- Live-demo model
- Waardevolle tips en tricks om je ontwikkeling te verbeteren
- Certificaat
- Lifelong mentorship

Wat leer je:

- Starterspakket uitleg
- Wimperanatomie
- Hygiëne en veiligheid
- Groeicyclus
- Oogvormen en -styli
- Lashmapping
- Separeren

- Waaiers maken
- Oefenen op pop
- Plaatsen op model
- Refill behandeling
- Nazorg behandeling
- Classic sets/volume sets
- Klantintake
- Marketingtips

Kosten Basistraining One-One Techniek	€ 585,- excl. btw
Boek nu earlybird entree (geldig t/m 31 december)	Nu € 485,- excl. btw
Incl. starterspakket, theorieboek, lunch en certificaat	
Kosten Basistraining volume wimperextensions 2D-3D	€ 435,- excl. btw
Boek nu earlybird entree (geldig t/m 31 december)	€ 335,- excl. btw.

Start uw eigen beautycarrière in de beauty-business, dit is de kans die de schoonheids-industrie je geeft. Ik zal u daarbij met alle liefde willen begeleiden!

Hierbij hoop ik jullie te mogen verwelkomen in mijn salon en mijn kennis met jullie te mogen delen!

Veel liefs, Manja Mattheijs

Voor vragen of aanmelden voor training:

Salon Cleopatra Oss

Erkend Lash Trainer By Lash Inc.

(+31) 682357891 | mattheijsm@gmail.com

www.saloncleopatra.eu



Sieneke over theatertour met Frans Bauer: ‘Mijn band met Frans is alleen maar sterker geworden’

Sieneke Peeters, bij velen bekend door haar deelname aan het Eurovisie Songfestival, trekt dit najaar samen met Frans Bauer langs de zalen met de muziektheatervoorstelling *'n Avond met jou*. “Sinds mijn optreden als gastartiest in Frans’ vorige show is onze band alleen maar sterker geworden.”

“Over een theatertour in volle zalen met alleen maar enthousiaste mensen kon ik vanaf het begin van mijn zangcarrière alleen maar dromen. Dat dit nu werkelijkheid is geworden én ik dat samen met Frans mag doen, is heel mooi”, vindt Sieneke.

De zangeres benadrukt dat een gastoptreden heel anders is dan een avond aan elkaar praten en zingen in een theater. “Een gastoptreden vergelijk ik met een avond in een feesttent. Dan sta je hooguit tien minuten op het podium en is het alweer voorbij. Nu vertel ik bij elk liedje een verhaal. Ik kan daardoor heel intiem zijn met mijn fans. Frans en ik brengen eigen liedjes ten gehore, maar er komen ook mooie duetten voorbij.”

SONGFESTIVAL Sieneke vertegenwoordigde Nederland in 2010 op het Eurovisie Songfestival met het nummer *Shalalie*. Ze kreeg na haar optreden veel kritiek te verwerken. “Ik was een broekie van achttien jaar en stond aan het begin van mijn carrière. Ik wist niet wat ik kon verwachten. Achteraf was dat maar goed ook, want als ik het nu zou moeten doen met de wetenschap dat er tweehonderd miljoen mensen kijken, dan zou ik er toch anders instaan.”

AMBITIE En hoewel ze al op jonge leeftijd op het grootste mondiale podium heeft gestaan, blijft Sieneke onverminderd ambitieus. “Ik hoop ooit nog een solotour te doen. Ik ben daar druk mee bezig, dus houd mijn sociale media kanalen goed in de gaten.”

'n Avond met jou is tot en met eind december in het theater te zien. Kijk voor de speellijst op Theater.nl.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist



www.malouwijnen.nl

We staan voor kwaliteit, aandacht en detail. Belangrijke onderdelen zoals een strak lijnenspel, verlichting, materiaal en architectuur staan centraal binnen onze ontwerpen. Wij ontwerpen elke woonruimte geheel op maat, perfect afgestemd op de wensen van de eindgebruiker.

Wil je gaan verbouwen of het maximale woonplezier uit jouw woning halen? We helpen je graag met een passend ontwerp afgestemd op jouw wensen.

De comfortabele stadsfiets

Even doortrappen, net dat groene verkeerslicht halen, even later weer moeten remmen voor voetgangers, door een plas heen omdat je niet kon uitwijken, een plekje vinden tussen honderden andere fietsen en hopen dat je je eigen fiets nog terugvindt straks. Voor de gemiddelde stedeling bekende taferelen. Je fiets moet in de stad tegen een stootje kunnen.

Als je zoveel te kiezen hebt, is het moeilijk om te bepalen wat jouw nieuwe fiets moet worden.

Kijk daarom vooral naar wat je met je fiets van plan bent. Ga je vaak boodschappen doen op de fiets? Dan is een voordrager misschien praktisch. Heb je snel stramme benen als het wat kouder is? Wellicht is een fiets met lage instap wel iets voor jou.



De FietsenWinkel Zijtaart

Ceciliastraat 1, Zijtaart (Veghel)
0413-352203 | info@defietsenwinkelzijtaart.nl
www.defietsenwinkelzijtaart.nl



Tevens hebben we altijd genoeg gebruikte fietsen op voorraad.

E-BIKES

STADS- & TOURFIETSEN

KINDERFIETSEN

GEBRUIKTE FIETSEN

VERHUURFIETSEN

REPARATIE



HOTEL **GARBI**
IBIZA SPA ****

HÉT HOTEL****

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

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



SCAN DE QR-CODE
En laat jouw
vakantie beginnen!

Nieuw bij Lente Mare Massage

De Holistische Voetreflexmassage

Wat houdt deze in? De voet weerspiegelt ons gehele lichaam. Bij de Holistische Voetreflexmassage van Lente Mare worden de zones op je voeten die corresponderen met de delen van je lichaam gemasseerd. Buiten dat dit heel ontspannend is, kun je na de massage ook meer balans ervaren tussen lichaam, hart, gevoel en hoofd. Bij een holistische benadering bekijken we de mens namelijk niet alleen vanuit het fysieke aspect.

Ook mentale, sociale, emotionele en spirituele beleving heeft effect op je welzijn. Is daar disbalans, dan zal ons lichaam ons een seintje geven. De kunst is om naar het lichaam te luisteren. Bij deze holistische voetreflexmassage word je daarom ook uitgenodigd naar de thema's per zone te kijken.

Meer weten? Ga naar de website of stuur een persoonlijk bericht.

Judith van Lent



TIP!
Maak online
een afspraak!



Holistische Praktijk Lente Mare | Abraham Kuijperstraat 7, Oss | 06 - 81667518 | lentemare@icloud.com | www.lentemare.nl

'Als ik later groot ben... werk ik als verpleegkundige'

Anne - 12 jaar

Ieder kind droomt. Heeft ambities. Net als Anne.

Maar dromen waarmaken is niet vanzelfsprekend.

Eerst moet zij beter worden.



Meer leren over
kinderkanker
of een gratis gastles
aanvragen?

Ga naar

kika.nl/voorlichting

Jezelf mogen zijn!

Als je jezelf continu aanpast aan anderen, dan verlies je jezelf. Het is heel normaal om je iets anders te gedragen in verschillende situaties, maar je mag daarbij niet jezelf verliezen. Je mag trots zijn op wie je bent, want jij bent uniek en puur.

Wat zeg je tegen jezelf als je in de spiegel kijkt? Iets positiefs of juist iets negatiefs? Welke woorden blijven zich in je hoofd herhalen? Zijn het negatieve woorden, dan is het tijd om in te grijpen en het heft in eigen handen te nemen.

Zorg voor jezelf, want je bent het waard. Ik ben er voor jou en jij bent de expert over jezelf. Jij bent degene die bepaalt op welke manier we aan de slag gaan. Mijn specialisaties zijn autisme, ontspanning, burn-out en het aanbrengen van structuren in het dagelijks leven of in je administratie. Samen kijken we naar de uitdagingen en samen maken we een plan van aanpak. Als coach help ik je om weer in jezelf te geloven. Je wordt je weer bewust van je kwaliteiten en talenten. Elk traject is op maat gemaakt.



Praktijk Brigitte

Hét adres voor *een mooie, nieuwe outfit!*

Met een zeer uitgebreide collectie damesmode en de daarbij behorende accessoires zijn wij altijd enthousiast om jou van top tot teen te kleden.

Postelstraat 38c Someren
0493 - 472441
www.inverno.nl
@inverno_damesmode

**IETS MOOIS
GEZIEN?**
Wij sturen het
naar je op!

INVERNO
By Colonna



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 voorzien van alle gemakken. Doordat de kamers over drie panden zijn verdeeld, voelt het hier bovendien toch aan als een kleinschalig hotel waar je als gast alle aandacht krijgt die je verdient. De medewerkers van het hotel hebben dan ook vooral oog voor het welzijn van de gasten.



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



*Gewoon er even
helemaal uit!*

Optimaal genieten!

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

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

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



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



LE POIRIER

Je tuin is je visitekaartje

Alex Ulijn maakt er iets moois van!

Al 25 jaar legt Alex Ulijn tuinen aan in Uden en de verre omgeving. **Van het allereerste ontwerp tot het reguliere onderhoud**, Alex Ulijn en zijn team nemen desgewenst alles uit handen.

- ◆ Tuinaanleg
- ◆ Tuinonderhoud
- ◆ Erfafscheidingen
- ◆ Bestratingen



Alex Ulijn Tuinaanleg
Luitstraat 30, Uden
06-23033390
info@alexulijn.nl
www.alexulijn.nl



PRIMEUR

Naast een Pancha Karma Kuur in India
NU OOK in Nederland.

**Van 11 t/m 21 maart 2024 organiseren
wij een fantastische Detoxkuur.**

Wil jij ook gezond en fit door het leven gaan?
Boek dan meteen.
Veel gezondheidsklachten worden opgelost.
Met hernieuwd enthousiasme maak jij na deze reset
weer gezonde keuzes qua eten en leefwijze.

Mis het niet! Je zult er geen spijt van hebben.

www.audesapere.nl/pancha-karma



AUDE SAPERE | NISTELRODESEWEG 9A, UDEN | 06 10 75 95 34 | JOSEPHINEBROEDERS@GMAIL.COM

VRIJBLIJVEND ADVIES VAN
ONZE COSMETISCH ARTS?
BOEK DAN NU EEN GRATIS
AFSPRAAK.

www.silkbeautynails.nl - info@silkbeautynails.nl -
06 37 23 05 87
Nachtgaallaan 2C Beek en Donk

Silk!
BEAUTY & NAILS

Waarom zou dit boek belangrijk kunnen zijn voor je?

Blijvend anders Veranderen doe je zo...

NIEUW!

In dit leerboek maak je stap voor stap kennis
met de logische samenhang en logische
samenwerking tussen alle aspecten
die jouw houding en gedrag bepalen.
Deze aspecten zijn je denken, voelen,
emoties, verleden, lichaam, omstandigheden,
individueel bewustzijn, de individuele bewustzijnslijn
en de Bron waar alles uit is ontstaan.

Het bewust worden van deze samenhang en
samenwerking veroorzaakt een helder inzicht in
wie en wat je bent en waarom je denkt, voelt en
handelt zoals je dat doet. Dit inzicht is absoluut
noodzakelijk als je iets duurzaam wil veranderen
in houding en gedrag. Als je bijvoorbeeld oude trauma's wil
oplossen, wil stoppen met een verslaving, niet meer wil pleasen
of perfectionistisch wil zijn, niet meer zo in de weer wil zijn met
je denken, niet meer wil vastslaan of in verwarring schieten als
het lastig of moeilijk wordt.

**In dit leerboek wordt gebruikgemaakt van wetenschappelijke,
non-wetenschappelijke én mystieke kennis en inzichten. De nadruk
in dit leerboek wordt gelegd op kennis van de werking van het
individuele bewustzijn, dat is namelijk de sleutel tot succesvolle
veranderingen in houding en gedrag.**



Herken je jezelf en
wil je hier meer over
lezen? Scan de
QR-code en bestel!



Voor als je wil weten hoe het
werkt in jezelf en als je zonder
therapie, zonder trucjes en
vooral zonder terugval verder
wil. Voor als je op zoek bent
naar kennis en inzicht over
jezelf en/of veranderingen aan
wilt brengen in jezelf. Voor
als je meer samenhang en
efficiency wil halen uit
je team of afdeling.

Blijvend anders

Blijvend anders

Snavelbiesstraat 12, Landhorst | 06-24110827 | www.blijvendanders.nl

Op zoek naar transport van en naar **Spanje?**

Wij regelen het graag voor u!

Transport van inboedel, auto, motor, boot of caravan van en naar Spanje?

Ook voor de horeca leveren wij goederen van Makro, Sligro, et cetera!

Ook voor kleinere zendingen zoals huisraad, kleding of koffers en dergelijke bent u bij ons aan het juiste adres.

Wij rijden naar Spanje (zowel binnenland als de Costa's), Frankrijk, België, Duitsland en Nederland.



COSTA SPRINTER

Transport van en naar Spanje

Vraag naar de mogelijkheden en onze tarieven, bel of whatsapp (+31) 6 27 23 27 26

In de maand december hoge kortingen op de feestcollectie van Morgan!

Neem een kijkje op onze site www.boetiek24.nl

Christmastime!

Boetiek24
wenst je fijne
feestdagen en een
modieus 2024!

Schoonstraat 24, Heesch
0412-450440
www.boetiek24.nl



boetiek24



HELMOND

The Best ABBA Tribute
9 december

Ga terug in de tijd met The Best Abba Tribute en zing mee met hits zoals 'Dancing Queen' en 'Waterloo'.
www.fletcherevents.nl

Pietje Bell en de bende van de zwarte hand
16 december

Laat je verwonderen door een musical vol vriendschap, avontuur, leuke liedjes en het volgen van je hart.
www.theaterspeelhuis.nl



Dickensnight Brandevoort
17 december

Een sfeervolle kerstmarkt in de stijl van Charles Dickens binnen de prachtige Victoriaanse uitstraling van het centrum van Brandevoort.
www.dickensnight.nl

Last Christmas 80's Party
26 december

Ga mee op een duizelingwekkende reis door de 80s met de leukste hits van die tijd.
www.muziekcafeheland.nl

ASTEN

Indoor Rommelmarkt
10 december

Een gezellige indoor rommelmarkt. Entree is €1,00.
www.evenementenheusden.nl

Jan Paagman Sterrenwacht Kerstlezing
22 december

Lezing over de Ster van Bethlehem.
www.sterrenwachtasten.nl

Museum Klok & Peel in Wintersfeer

23 december t/m 7 januari
Er zijn winterse taferelen voor jong en oud, zoals kinderactiviteiten, rondleidingen en optredens, LEGO Experience en nog veel meer.
www.museumklokenpeel.nl

Kerstconcoers Manege Heijligers
27 t/m 30 december

Een vierdaags indoor evenement

met springwedstrijden in diverse klassen. www.manege-heijligers.nl

DEURNE

Gerrit en Michiel van Bakel in De Wieg

Hele maand december

Werken uit Gerrit van Bakels 'machine periode' en Michiel van Bakel neemt je mee op een tijdreis door landschappen in 'Utopia tot Peel' www.dewieg.nl

Kerstshow Natasja & Edwin
9 december

Kerstshow met een lach en een traan vol mooie verhalen, eigen nummers en prachtige evergreens. www.ccdeurne.nl

Wandeltocht 'De Hort Op'
27 december

Wandeltocht voor het goede doel, op en door bijzondere locaties en met amusement onderweg.
www.landvandepeel.nl

Cross Duathlon De Peel
29 december

Strijd individueel of als team door het Zandbos op je mountainbike en loopschoenen tijdens deze duathlon door de Peel.
www.crosstriathlonasten.nl

Van Mossel

PAKT
UIT!

kijk op www.vanmossel.nl

Van Mossel

48



Land van de Peel

Activiteiten in het Land van de Peel

GEMERT-BAKEL

Handels Tonpraotfestijn
9 december

Handels tonpraotfestijn met diverse kletsers in Dorpshuis de Bron in Handel.

www.debergkneuters.nl

25 jaar Reünie Time Out
15 december

Vier 25 jaar Time Out tijdens de grote reünie met diverse artiesten en dj's. www.time-out.nl

Winterpleinfestijn
16 december t/m 7 januari

Schaatsen op het dorpsplein van het Boerenbondsmuseum in Gemert. www.winterpleinfestijn.nl

Kapellekes wandeltocht in de griebelgrauw
30 december

Wandeltocht in de schemering die is verlicht met kaarsjes en voert langs kapelletjes in Gemert. www.boerenbondsmuseum.nl

SOMEREN

Dorpsquiz Someren 2023
9 december

De 7de editie van DorpsQuiz Someren barst weer als vanouds los in De Ruchte.

www.deruchte.nl

Scummy Men in OJC Nirwana
9 december

Het vijftal laat de oude indierock hits en de gelaagde nieuwere sound op gedetailleerde en energieke wijze samensmelten op het podium. www.nirwana.nl

Nirwana Brrrltuin
16 december

De hele dag winters genieten van de lekkerste (speciaal)biertjes en de beste bands. www.nirwana.nl

Animal Farm door Crescendo
29 & 30 december

Een toneelstuk voor het hele gezin, gebaseerd op het beroemde boek van George Orwell. www.deruchte.nl

LAARBEEK

Cabaret van Christel de Laat
4 november

In haar voorstelling En door! vertelt ze hilarische verhalen, intieme ontboezemingen, schuimbekkende frustraties en verstilde momenten. www.dorpshuizenlaarbeek.nl/ons-tejater

Ladiesnight in het Bavaria Brouwerijcafé
7 & 8 december

Samen borrelen, een spelletje spelen en genieten van verschillende kleine gerechten in het Bavaria Brouwerijcafé. www.bavariabrouwerijcafe.nl

Kerstmarkt Beek en Donk
10 december

Kom alvast in de kerstferen met de Kerstmarkt op het Jan van Thielplein in Beek en Donk. www.landvandepeel.nl

SCHENK Speciaalbierfestival
16 december

Geniet van de gezelligste kerstborrel van Aarle-Rixtel. www.schenkbiervestival.nl



Kalender onder voorbehoud.

Ga voor een volledig overzicht van alle activiteiten naar www.landvandepeel.nl of scan de QR-code.

Bruist wenst alle lezers warme *feestdagen*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

Met acupunctuur terug in balans

AD HARTMAN praktiseert met zijn
praktijk MediQi in Gezondheidscentrum
Heel de Mens in Uden. Hij is
acupuncturist, masseur en leefstijlcoach.



Hooikoorts

In Nederland hebben zo'n drie miljoen mensen last van hooikoorts. Hooikoorts is een overgevoeligheidsreactie van het afweersysteem op pollen. De meest bekende symptomen zijn: loopneus, niesaanvallen, benauwdheid, tranen en een koortsig gevoel. De klachten ontstaan wanneer grassen, bomen en onkruidachtige gaan bloeien en stuifmeel gaan produceren. Met acupunctuur is hooikoorts zeer goed te behandelen. In het voorjaar behandelen we de symptomen. Juist dan nemen we de meeste klachten weg of verzachten deze. De behandeling bestaat vooral uit het zetten van naaldjes, soms ondersteund door kruiden.



Afspraak maken?

Gezondheidscentrum Heel de Mens, praktijk MediQi
kamer 102, Nistelrodeseweg 9a 5406 PT Uden.
Tel. 088-2350353.



Afspraak maken kan ook
per mail: ad@mediqi.nl
of via de website
www.mediqi.nl



Op zoek naar vrijwilligerswerk met inhoud?

Word mentor!

Als mentor behartig je de persoonlijke belangen van een volwassene die hier zelf niet toe in staat is. Je ondersteunt jouw cliënt bij het nemen van beslissingen over zorg en welzijn.

Als mentor heb je regelmatig contact met je cliënt en bouw je een vertrouwensband op. Je kijkt kritisch mee naar de inhoud en uitvoering van het zorgplan. Je bewaakt samen met je cliënt de kwaliteit van zorg. Als mentor ga je op vrijwillige basis aan de slag bij de Stichting Mentorschap Zuidoost Brabant, die door de kantonrechter is benoemd tot mentor. Je voert het mentorschap uit met mandaat van de stichting. Samen met de stichting ben jij verantwoordelijk voor het uitvoeren van goed mentorschap: een combinatie van professionele kwaliteit en persoonlijke aandacht.

*"Veel mensen hebben geen familieleden of naasten die zich voor hen kunnen of willen inzetten. Het is verantwoordelijk werk, maar het geeft veel voldoening als je voor een kwetsbaar medemens het verschil kunt maken."
(Els, mentor)*



Stichting Mentorschap
Zuidoost Brabant

info@mentorschapzobrabant.nl
06-10945367
www.mentorschapzobrabant.nl

 *Met recht betrokken*



**ONBEZORGD
EN VEILIG DE
WEG OP!**

De Silence S01 Scooter **Een bescheiden krachtpatser**



De Silence S01 trek supersnel op, rijdt maar liefst 147 kilometer op een volle batterij én geniet van een gestroomlijnd, luxe design. Een elektrische scooter die er qua kwaliteit en technische eigenschappen met kop en schouders bovenuit steekt!

*Kom eens kijken bij ons in de showroom!
Wij willen u graag alles vertellen over de Silence S01
en u adviseren voor een verantwoorde keuze.*

*Scan de QR code hiernaast en bekijk
het overzicht van onze beschikbare velgen,
die u ook online kunt bestellen.*



VAKGARAGE VAN LIMPT

De Witstraat 23, Veldhoven 040-2539861
www.vakgaragevanlimpt.nl

Beoordeling door onze klanten:

