

TILBURG 

APRIL 2024 WWW.TILBURGBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST



**KONINGS
DAG**
27 APRIL

Ontdek de voordelen
van het voorjaar!

Lees het interview met
Silvana Rocha



STALEN DEUREN EN KOZIJNEN

CREATIEF STAAL DESIGN OP MAAT

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

BEN JE GEÏNTERESSEERD?



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

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

Wij ontwerpen en realiseren onder andere:

STALEN DEUREN & KOZIJNEN

TRAPLEUNINGEN & BALUSTRADES

MEUBELS OP MAAT

STALEN TRAPPEN

Alles geheel op maat en daarmee uniek.



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



Damien Rietvink
Eigenaar



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

Wij regelen het graag voor u!

Transport van boedel, auto, motor of boot van en naar Spanje. Ook voor kleinere zendingen zoals huisraad, kleding of koffers en dergelijke bent u bij ons aan het juiste adres. Tevens bieden wij opslagmogelijkheden aan in zowel Nederland als Spanje.

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

Ook voor opslagmogelijkheden!



COSTA SPRINTER

Transport van en naar Spanje

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



8

COLOFON



10

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

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

Like ons op Facebook.com/tilburgbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2024. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Tilburg 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 33 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



12



14



23



28

Fotografie: Roy Beusker

Inhoud



Foto: Ron Eskens soowpictures.nl

Bruisende lezer,

Wat heerlijk... de lente is weer begonnen. Voor veel mensen de favoriete tijd van het jaar. En dat is niet zo vreemd, want de lente brengt behalve warmte ook een overvloed aan voordelen voor je lichaam en je geest. Over een aantal van deze voordelen kun je meer lezen in deze nieuwste editie van Bruist.

Hoewel je in de lente natuurlijk het liefst zoveel mogelijk buiten bent en geniet van alle zonnestralen die je maar kunt vangen, valt er ook deze maand binnen nog genoeg te beleven. Een tip voor op je must-visit lijstje: de musical *Je, Anne*. We spraken met hoofdrolspeelster Silvana Rocha en zij vertelde ons maar al te graag meer over deze bijzondere musical die nog tot en met 31 mei te zien is.

Wij hebben de lente in onze bol! Jullie ook? Onze bruisende ondernemers in ieder geval wel. Ook zij halen de lentezon binnen, zetten de deuren open en delen vol enthousiasme hun verhaal met je. Blader dus snel verder en laat je inspireren door alles wat we ook deze maand weer voor je op papier hebben gezet.

Veel leesplezier toegewenst!

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 De Reeshof Bruist en Oisterwijk Bruist.

GENIET VAN
HET ZONLICHT
OP JE HUID



Ontdek hoe goed het *voorjaar voor je is*

Stap uit je winterdip en omarm de verfrissende bries van het voorjaar! Met de eerste zonnestrallen die doorbreken, komt een golf van vernieuwing en energie ons tegemoet. Laat je betoveren door de lentekriebels en ontdek hoe goed het voorjaar voor je is.

Het voorjaar brengt niet alleen warmte, maar ook een overvloed aan voordelen voor lichaam en geest. Laat de zon je humeur oplichten en je energieniveaus verhogen terwijl je geniet van de frisse lucht en de prachtige natuur die tot leven komt. De lente is een tijd van bloei, waarin we worden aangemoedigd om naar buiten te gaan, te bewegen en te genieten van het moment.

Voed jezelf met de levendige kleuren en smaken van het seizoen. Vers seizoensgebonden fruit en groenten bieden niet alleen voedzame brandstof voor je lichaam, maar ook een culinair feest voor je zintuigen. Laat je inspireren door de overvloed aan mogelijkheden die de lente te bieden heeft. Denk aan knapperige salades met verse groenten, sappige aardbeien in yoghurt en verfrissende smoothies met tropisch fruit.

Naast het fysieke welzijn, biedt het voorjaar ook een kans voor innerlijke groei en reflectie. Neem de tijd om te ontspannen, te mediteren en verbinding te maken met jezelf en de natuur om je heen. De rust en sereniteit van het voorjaar kunnen een bron van inspiratie zijn voor persoonlijke ontwikkeling en welzijn.

Bovendien is de lente een uitstekende tijd om nieuwe hobby's en activiteiten te ontdekken. Ga wandelen in de natuur, picknicken in het park, fietsen langs bloeiende velden of begin een moestuin. Laat je creativiteit de vrije loop en verken nieuwe mogelijkheden om van het seizoen te genieten.

Dus waar wacht je nog op? Stap naar buiten, adem de lentelucht in en dompel jezelf onder in het bruisende leven om je heen.

Wil jij meer tips voor de lente?

Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Om deze redenen kiest u voor AniCura Dierenziekenhuis Tilburg

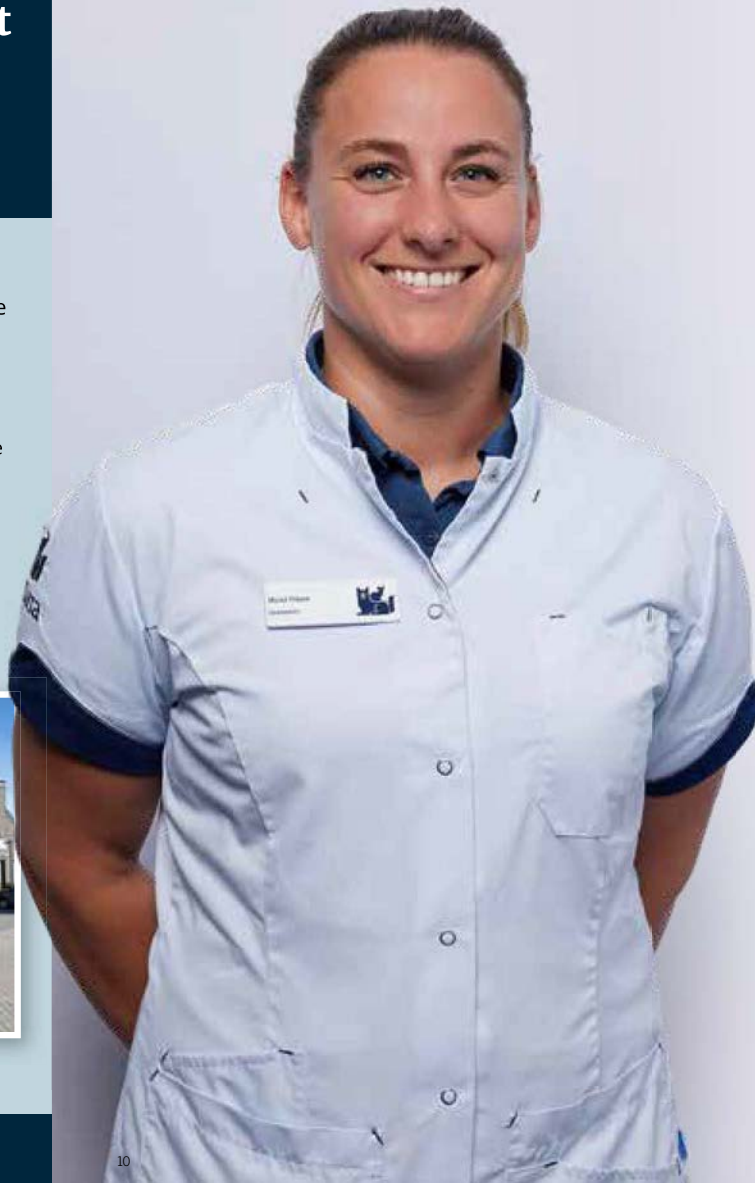
Het belang van uw huisdier staat bij ons altijd voorop, want wij luisteren echt naar de mensen die in onze kliniek komen, aldus onze klanten. Met dat vertrouwen gaan we dan ook heel zorgvuldig om.

Bij ons werken onder andere een tandheelkundig dierenarts en meerdere dierenartsen met expertise op het gebied van orthopedie, chirurgie en echografie. Zo krijgt ieder dier de zorg die het nodig heeft.



Koningsoordlaan 2, Berkel-Enschot
013-5400215 | dzt@anicura.nl

www.anicura.nl/tilburg



Help, mijn dier heeft een hartruis!

Nietsvermoedend ga je met je hond of kat naar de dierenarts voor een check-up. Na een grondig lichamelijk onderzoek vertelt de arts dat hij een hartruis hoort. Wat raar, je had helemaal niets gemerkt aan je beste vriend! Is dit nu meteen een ernstige situatie of stelt het niets voor?

Als ik een eigenaar spreek over hun dier met een hartruis, leg ik het als volgt uit: het hart is eigenlijk de motor van het dier, met als functie het dier in leven te houden en te kloppen. Een dier kan leven met één nier, een halve lever en zonder milt, maar zonder hart komt het niet ver. Als er iets kapotgaat aan de motor, dan heeft het hart gelukkig nog veel mogelijkheden om dit kloppen door te laten gaan. Dan heeft het hart onze hulp nog niet nodig. Maar op een gegeven moment wordt de motor moe of is versleten en dan zullen we deze moeten helpen met bijvoorbeeld een medicijn.

Vaak zie je aan de buitenkant niet dat er iets met het hart van uw dier aan de hand is. Het is daarom belangrijk om een echo te maken als uw dier een hartruis heeft.

Lees alle tips over de verzorging van uw huisdier:
www.anicura.nl/tilburg



Hoe weet u of de hartruis echt problemen geeft aan de gezondheid van uw dier? Gelukkig kunnen we met een echo het hart perfect beoordelen: hoe het klopt, waar de gebreken zijn en hoe de status is van de functionaliteit. Daarnaast is dit de enige manier om te bepalen of het nodig is om hartmedicatie toe te dienen. Na een echo onderzoek kunnen we u als eigenaar vertellen of uw dier een ziekte heeft aan het hart en wat u dan kunt verwachten in de toekomst en of er een narcose-risico aanwezig is.

Wat houdt een hartecho onderzoek in? Ten eerste hoeft uw dier hiervoor niet onder narcose en u mag er te allen tijden bij zijn! Tijdens het echo onderzoek ligt uw dier op een zachte tafel op de zij. Met drie klemmetjes registreren we. We scheren achter de oksel een klein stukje vacht weg. Vervolgens starten we met het echo onderzoek.

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. Weten heel goed waarover ze praten, erg professioneel.

Merlin

Goede medische hulp voor onze dierbaarste huisgenoten.

Martijn



DE SLIMME REISTAS* voor trendy vrouwen

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



BodabagsFashion | @bodaszilvia

www.bodabagsfashion.myshopify.com



EERLIJKE BIJEN

Zoem, zoem, zoem. Bijen zijn cruciaal voor de ecologie, zelfs de VN heeft een Wereldbijendag uitgeroepen. Sinds 2000 produceert Gry & Sif in Nepal volvlitproducten in typisch Deense stijl, ontworpen door Gry Staunstrup. Gemaakt door Nepalese vrouwen met traditioneel handwerk, zijn ze nu Fair Trade gecertificeerd met eerlijke lonen, milieubewuste productie en gebruik van zuivere scheerwol uit Nieuw-Zeeland.

www.manufactum.nl



SNOEPDOOSJE BLOEMETJE VOOR JOU

Verras met onze Bloemen Door De Brievenbus; een kleurrijke explosie van bloemige lekkernijen in gerecycled plastic. Elk doosje bevat ongeveer 300 gram aan heerlijkheden, inclusief bloemsnoepjes, jellybeans en sprinkels. Bezorging is eenvoudig; rechtstreeks in de brievenbus, zonder gedoe. Verstuur vandaag nog een pakketje vol geluk en tover een glimlach op het gezicht van de ontvanger. www.topgeschenken.nl/snoepdoosje-bloemetje-voor-jou



De lente staat in bloei

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.

ONLINE TE BESTELLEN DE FLEURIGSTE KUNSTTULPEN BOEKETTEN

Een kunsttulpboeket van Seta Fiori is tijdloos. Met vakmanschap vervaardigd straalt het boeket een blijvende pracht uit, zonder te verwelken.

www.setafiori.nl



EEN GOEDKOPE ZONNEBRIL SCOREN?

Cheapass Zonnebrillen is de specialist in goedkope zonnebrillen. Of je ze nu nodig hebt voor vakantie, een feestje, expeditie, concert van de Toppers of om naar jezelf in de spiegel te kijken... we've got you covered!



013-7620422

info@cheapasszonnebrillen.nl

www.cheapasszonnebrillen.nl



LEZERSACTIE* Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash

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

www.ouright.ca TAG #BODYWASH



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

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 beauty-concept biedt dan ook resultaatgerichte behandelingen in een ontspannen sfeer, waarbij je kunt rekenen op persoonlijke aandacht en deskundig advies.

NAGELSALON
&
SCHOONHEIDSSALON
&
PEDICURESALON



Wendy van Strien

Heerlijk genieten

van een gezichtsbehandeling!



Trakteer jezelf op ultieme verwennerij met een gezichtsbehandeling bij ArtiNails & Beauty!

Stap binnen in een oase van ontspanning en laat onze ervaren schoonheidsspecialisten jouw huid verwennen met zorgvuldig geselecteerde producten en professionele technieken. Geniet van een diepe reiniging, hydratatie en verjonging terwijl stress en zorgen van je afglijden. Laat je huid stralen met een behandeling die is afgestemd op jouw unieke behoeften en wensen. Van een verfrissende oppepper tot een luxueuze anti-aging ervaring, bij ArtiNails & Beauty ben je in goede handen.

Ontsnap aan de drukte van het dagelijks leven en gun jezelf een moment van pure luxe en rust. Voel je herboren en zelfverzekerd met een gezichtsbehandeling die jouw natuurlijke schoonheid accentueert.

Maak vandaag nog een afspraak en geef jouw huid de liefdevolle verzorging die het verdient!

Artinails & Beauty

Bredaseweg 94A, Tilburg | 013-5439028 | info@artinails-beauty.nl |   Artinails-Beauty | www.artinails-beauty.nl



APK STATION TILBURG

Keurig neutraal

RDW erkend

WIJ KEUREN OOK VOERTUIGEN met extra lange wielbasis tot 5,80 meter.

Wij zijn een steunpunt van www.topspace.nl

Je auto onafhankelijk laten keuren?

Dat doe je bij APK Station Tilburg. Maak nu een afspraak!

De keurmeesters van APK Station Tilburg zijn al meer dan 26 jaar gespecialiseerd in het uitvoeren van APK keuringen. Wij zijn een **neutraal keurstation**. Omdat wij geen reparaties doen en geen onderhoud uitvoeren, keuren wij **altijd eerlijk en onafhankelijk**. Wij hebben er geen belang bij om jouw auto af te keuren. En wij keuren jouw auto volgens de wettelijke keuringseisen welke door de RDW zijn vastgesteld.

Waarom moet je een airco servicebeurt uit laten voeren één keer in de drie jaar? Per jaar neemt de koelcapaciteit van de airco af met 15%. Hierdoor zul je in de warme zomers een minder goed werkende airco hebben. Maak een afspraak en geniet weer van je airco!

Direct een afspraak maken?
scan dan de QR-code of kijk op:
www.apkstationtilburg.nl/reserveren



Het begin van de lente wordt gemarkeerd door de **equinox**, meestal op 20 of 21 maart, als de zon recht boven **de evenaar** staat.

In de lente worden de dagen **langer** door de schuine stand van de aardas, wat de **groei** van flora stimuleert.

Bomen zoals kersbloesems en **appelbloesems** komen tot leven, waardoor prachtige landschappen ontstaan.

Veel dieren migreren tijdens de lente, terwijl andere **ontwaken** uit hun winterslaap.

Ook mensen ontwaken: tijdens de lente vinden veel culturele festivals en **evenementen** plaats over de hele **wereld**, zoals muziekfestivals, kunsttentoonstellingen en sporttoernooien.



GENIET

GASTRONOMISCH GENIETEN



Koningsdag

Op 27 april is het weer Koningsdag en dan vieren we de verjaardag van koning Willem-Alexander. Het is een feestelijke dag waarop heel Nederland oranje kleurt en er overal festiviteiten plaatsvinden. Mensen komen samen om te genieten van muziek, dans, markten en andere activiteiten.

Traditioneel begint Koningsdag met de zogenaamde 'vrijmarkt', waarop iedereen zijn of haar spullen mag verkopen op straat. Kinderen verkopen speelgoed, kleding en zelfgemaakte knutsels, terwijl volwassenen vaak tweedehands spullen aanbieden. Het is een gezellige en levendige sfeer waarin mensen op zoek gaan naar koopjes en genieten van het samenzijn.

Naast de vrijmarkt zijn er ook tal van andere activiteiten te beleven op Koningsdag. Er zijn optredens van bands en artiesten, er worden spelletjes georganiseerd voor kinderen en er zijn vaak speciale Koningsdagfestivals in verschillende steden. Ook worden er vaak traditionele Nederlandse lekkernijen zoals oranje tompoucen en bitterballen gegeten.

Koningsdag is ook een dag waarop de Nederlandse cultuur en geschiedenis centraal staan. Er zijn vaak historische optochten en demonstraties en veel

mensen dragen traditionele klederdracht of oranje kleding om hun liefde voor het koningshuis en het land te tonen. Koningsnacht is de avond voor Koningsdag en wordt in heel Nederland uitbundig gevierd. Het is een feestelijke avond waarop mensen samenkomen om alvast in de feeststemming te komen voor de viering van de verjaardag van koning Willem-Alexander.

Op Koningsnacht vinden er door het hele land feesten en evenementen plaats. Naast de officiële feesten zijn er ook veel spontane feestjes die ontstaan op straat of in huiskamers. Mensen nodigen vrienden en familie uit om samen te genieten van hapjes, drankjes en muziek. Het is een avond waarop de hele stad bruist van energie en plezier. En het is een traditie die door veel Nederlanders gekoesterd wordt en die elk jaar weer zorgt voor een onvergetelijke avond vol plezier en verbroedering.



Wil je meer weten over de vele festivals op Koningsdag scan dan de QR-code of kijk op: WWW.FESTIVALFANS.NL



IBIZA TILBURG Ibiza Tilburg brengt de sfeer van het eiland dichterbij huis. Je kan er dineren en borrelen onder het genot van een heerlijke Ibiza-sound, ondersteund door Ibicenso sfeerbeelden op de diverse schermen. Ondertussen geniet je van de cocktailbartenders die hun kunsten staan te vertonen. Online reserveren is mogelijk voor binnen en buiten voor het diner. Dit kan in de vorm van een driegangenmenu of à la carte. Voor de borrel kunt u reserveren vanaf 6 personen, mocht u met minder zijn dan kunt u zo binnenlopen. **Heuvelring 220, Tilburg**
www.ibizatilburg.nl | +31 6 222 80 481



RESTAURANT 1397 In het historische centrum van Bergen op Zoom ligt Restaurant 1397, onderdeel van Grand Hotel De Draak. In dit restaurant staat de beleving en culinair genieten hoog in het vaandel. Men treft hier een innovatieve kookstijl aan met wereldse invloeden, maar de Nederlandse keuken vormt de basis. **Grote Markt 36-38, Bergen op Zoom** | +31 16 425 2050
www.hoteldedraak.nl/restaurant-1397/

DE JONGENS VAN ZAND & KLEI De jongens van Zand & Klei zijn horecaondernemers Tako Hoefsloot, Miranda Brouwers en drie "aardappelb(ro)eren" uit Tilburg. Zij zijn samen de bedenkers van het project. Hun doel: De ordinaire knol in een sexy jasje stoppen. **Veemarktstraat 76, Breda** | 076 – 886 23 72 | www.zandenklei.nl



RESTAURANT O&O Een bezoek aan O&O staat garant voor een avond genieten van bijzondere, Oriëntaalse gerechten die hun oorsprong vinden in Maleisië, Singapore, Thailand, Hong Kong en Japan, met hier en daar een knipoog naar de Franse keuken. **Dorpsstraat 138, Sint Willebrord**
+31 (0) 165 383 249
www.restaurantoen.nl



ZOUT & CITROEN Welkom bij het sterrenrestaurant van Oosterhout, uw adres voor een culinaire beleving! Wij nodigen u graag uit om de creaties van Bram Helleman en zijn team te proeven begeleidt door de wijn-, en bierpairings van Sjoerd Bergmans. Ons bedieningsteam onder leiding van Patricia zorgt voor een heerlijke gastvrije ervaring. **Ridderstraat 86, Oosterhout**
0162 - 45 08 06
www.zoentcitroen.nl



RESTAURANT HET WOLTHUIS We nodigen u uit om bij Restaurant Het Wolthuis gastronomisch verrast te worden in een informele setting: onze culinaire huiskamer. Chef-kok Marco Wolthuis kookt vanuit een Franse basis met invloeden uit heel de wereld. Samen met zijn partner Judith Verdult & het team laat hij u genieten van een avondvullend diner in een interieur met warme sfeer, waarin iedereen zich thuis kan voelen. Kom genieten van een heerlijke lunch op ons vernieuwde terras! Tijdens de lunch is het mogelijk om van de gehele (diner) kaart te bestellen. Bij mooi weer is het terras natuurlijk ook 's avonds open, zodat u buiten een aperitief kunt drinken! **Wouwestraatweg 146, Bergen op Zoom** | +31(0)164 785273
www.restauranthetwolthuis.nl



Direct uit voorraad



WAAROM AXI VLOER:

- De grootste keuze in laminaat en pvc-vloeren
- Mensen met écht verstand van vloeren
- Zelf leggen of laten leggen
- Meedenken & ontzorgen
- Ruim 98% tevreden klanten



Teamleider Corné van Dijk,
enthousiaste deskundige



Laminaat-
vloeren

vanaf

6,95
p/m²

Altijd goed(koper)!

(achter Hamers naast Gamma), Tilburg
T 013-5811633 www.axivloer.nl

Ringbaan Zuid 372



DAGJE UIT REBIRTH FESTIVAL



Op 12, 13 en 14 april 2024 is het eindelijk weer tijd voor REBIRTH Festival. Het perfecte feest om jouw festivalseizoen mee te beginnen. Wat dit festival zo bijzonder maakt zijn de verschillende stages die allemaal een uniek karakter hebben. Elke stage staat bovendien voor een andere harde stijl. Dit maakt de ervaring een stuk persoonlijker, omdat je omringd bent door mensen waarmee je dezelfde passie en liefde deelt voor een bepaalde stijl. Koop nu een kaartje en bereid je voor op een weekendje vol hakken en stampen. **Kijk voor meer info op www.rebirth-festival.nl.**

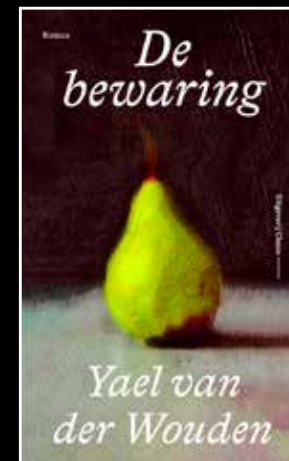
FILMPJE KIJKEN LOVE LIES BLEEDING

BINNEN/BUITEN

In een afgelegen dorp in New Mexico wordt het leven van sportschoolmanager Lou volledig op zijn kop gezet wanneer bodybuilder Jackie in haar sportschool verschijnt. Jackie zet alles op alles om te trainen voor de belangrijkste bodybuildwedstrijd in Las Vegas, iets waar Lou haar graag bij helpt. Het prille, intense liefdesgeluk krijgt echter een onverwachte wending wanneer Lou's zus op brute wijze mishandeld wordt en in het ziekenhuis belandt. Al snel loopt alles uit de hand en moet Lou het duistere verleden van haar vader en zichzelf onder ogen komen. **LOVE LIES BLEEDING is vanaf 11 april te zien in de bioscoop.**



BOEKJE LEZEN DE BEWARING



Isabel woont alleen in het huis van haar overleden moeder, waar alles rustig voortkabbelt tot plotseling haar broer Louis met zijn nieuwe vriendin Eva voor de deur staat om bij haar de zomer door te brengen. Eva is in alles het tegenovergestelde van Isabel. Maar dan beginnen er kleine dingen uit het huis te verdwijnen. Heeft Eva er iets mee te maken? Dat idee laat Isabel niet los. Koortsachtig houdt ze de nieuwe vrouw in de gaten, totdat ze een mysterieuze ontdekking doet waardoor netjes afgedekte geheimen haar plotseling keihard in het gezicht slaan. **DE BEWARING van Yael van der Wouden is vanaf 5 april verkrijgbaar.**

MIX & MATCH

Mijn Thuis heeft een uitgebreide collectie badkamermeubelen in diverse stijlen en prijsklassen. Met de collectie van Mijn Thuis heb je alle mogelijkheden om een badkamer samen te stellen binnen jouw budget en smaak.

Onze showroom is een smaakvolle omgeving waarin de eigentijdse badkamers en onze tegelshowroom mooi tot hun recht komen.

Zeker in de tegels is het overzichtelijk en heerlijk rondneuzen in het ruime assortiment, variërend van mooie mozaïeken tot grote trendy beton- of houtlook tegels. En direct te combineren met de badkamerproducten die je hebt uitgezocht.

Mixen en matchen dus en daar bieden wij als sanitairspecialist alle gelegenheid voor.

Kijk voor openingstijden en het maken van een afspraak op onze website:
www.mijnthuis.nl/jacklijn/contact
of scan de QR-code



Mijn Thuis **BOUW PARTNER** **JAC KLIJN BOUWMATERIALEN**

Mijn Thuis BouwPartner Jac Klijn

Amerikastraat 18
5171 PL Kaatsheuvel

0416-280055
info@jac-klijn.nl



Hamers@Home Kastenbouwers heeft naast diverse mogelijkheden voor inloopkasten ook een groot aanbod aan kledingkasten. Deze kasten zijn verkrijgbaar in alle soorten en maten, waardoor wij altijd de geschikte kast voor jouw kamer hebben. Of het nu gaat om een grote kast met schuifdeuren of om een meer traditionele kledingkast met drie deuren en drie laden. Het resultaat is een kast waar wij trots op zijn en waar jij straks jarenlang plezier van hebt, elke dag weer.

Chris Wiermans



De kasten- en industriële deurspecialist van Midden-Brabant



Silvana Rocha als Anne Frank:

‘Dit verhaal mag nooit vergeten worden’

Het tijdloze verhaal van Anne Frank keert terug naar de theaters met de musical *Je, Anne*. De pas afgestudeerde Silvana Rocha heeft de eer om de rol van de jonge Anne te vertolken. “We willen het verhaal zo goed mogelijk overbrengen,” aldus Silvana.

Toen de 22-jarige Silvana aan het eind van haar opleiding een musicalworkshop volgde, wist ze nog niet dat deze workshop haar een bijzondere kickstart van haar carrière zou geven. Gastdocent van de workshop, regisseur Frank van Laecke, belde haar later op met de vraag of ze geïnteresseerd was in de rol van Anne Frank. “Ik geloofde het eerst niet,” vertelt Silvana. “Maar ik hing al snel aan de telefoon met de producent. Daarna heb ik af en toe gedacht: ga ik dit écht doen? Ja! Ik ga dit doen!”

GEDETAILLEERD BEELD *Je, Anne* vertelt aan de hand van de dagboeken van Anne Frank het feitelijke verhaal van de onderduikers in het Achterhuis, zonder dat het gewijzigd, aangevuld of gedramatiseerd is. Silvana heeft zich tot in de puntjes voorbereid op haar rol: “Anne Frank schreef natuurlijk uitgebreid

over wat ze voelde en wat ze dacht. Dus ik heb zoveel mogelijk informatie bij elkaar gezocht om een zeer gedetailleerd beeld van haar te krijgen.”

MUSICAL ALS MEDIUM De historie van Anne Frank blijft een beladen onderwerp. Kan een musical werkelijk recht doen aan zo’n belangrijk verhaal? “We zijn ons erg bewust van de impact en het belang van deze geschiedenis en nemen die verantwoordelijkheid ook. We gebruiken musical als een versterking voor het vertellen ervan. Het is een middel om het verhaal van de onderduikers opnieuw bij een grote groep mensen te brengen, omdat deze gebeurtenis nooit vergeten mag worden,” besluit Silvana.

Je, Anne is nog tot en met 31 mei te zien. Kijk voor tickets op Theater.nl.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist

Dé huur- en shortlease specialist van Tilburg

Wil je een auto huren of short-term leasen: bij Ad Melissant in Tilburg moet je zijn. "Wij hebben altijd een ruim assortiment aan auto's voor je klaarstaan, in alle soorten en maten, en leveren daarbij gegarandeerd een topservice", aldus eigenaar Valerie Silvin. "En dat al meer dan vijftig jaar."

Als je een auto langer dan een maand wil huren maar ook niet jaren aan een contract wil vastzitten is shortlease een uitstekende oplossing, INQAR heeft bijna 30 vestigingen in Nederland die allemaal de mogelijkheid geven voor shortlease.



Huurklasse Klein Promo
Citroën C1 Promo-auto

5 deuren 4 zitplaatsen
Benzine



€ 29,00
per dag, incl. BTW

Huurklasse Klein
Citroën C1 of gelijkwaardig

5 deuren 4 zitplaatsen
Benzine



€ 39,50
per dag, incl. BTW

Huurklasse Compact
Peugeot 208 of gelijkwaardig

5 deuren 5 zitplaatsen
Benzine



€ 50,00
per dag, incl. BTW

INQAR Shortlease, wij bestaan om jou zorgeloos te laten rijden. Daarbij is er de keuze uit autoverhuur, 1 tot 30 dagen, en shortlease, 1 tot 24 maanden. We geven uitstekende service en denken graag met je mee.

Ons gezamenlijke wagenpark omvat meer dan 3.500 jonge, schone en moderne voertuigen. Er zit dus altijd een passende mobiliteitsoplossing voor jou bij.

Shortlease bij INQAR betekent:
Mobiliteit op maat van een dag tot een jaar;
Flexibel op te zeggen na een maand;
De vertrouwde service van INQAR.



Kijk online voor meerdere modellen of scan de QR-code

Uw woonstijl, uw droomstijl

CLOAK Sky
Design: Hans Daalder



Cloak is een opmerkelijke serie banken, strak vormgegeven en perfect uitgevoerd. Kenmerkend voor de ontwerpen is het woord 'puur'. Puur in comfort, puur in eenvoud, puur in kwaliteit, volledig gericht op stijlvolle eenvoud en comfort.

De meubelen ogen ingetogen en blijken in de praktijk opmerkelijk rustgevend, zowel visueel als ook in het feitelijke gebruik. De Cloak meubelen zien er volkomen logisch uit, alsof ze er altijd al geweest zijn en toch zien ze er ook volstrekt eigentijds uit. Ze stralen een tijdloos enthousiasme uit. Wie gaat vergelijken en naar technische details kijkt, komt onvermijdelijk tot de conclusie dat de kwaliteit optimaal is.

De meubelen kunnen naar wens worden bekleed. Het zijn typische kenmerken van Havee meubelen, ze vormen de basis van het succes van dit familiebedrijf.

EERLIJK & PERSOONLIJK



CLOAK Stone
Design: Hans Daalder

De combinatie Havee en Hans Daalder heeft een opmerkelijke serie hoogwaardige zitmeubelen opgeleverd. Mooie, pure ontwerpen, volledig gericht op stijlvolle eenvoud en comfort.



CLOAK Sky
Design: Hans Daalder

CLOAK
Hans Daalder



Koos Kluytmans

Maar liefst één op de vijf Nederlanders heeft last van chronische pijn; van hoofd- en aangezichtspijn tot lage rugpijn en pijn na een operatie. Je zou denken dat de zorg dan ook goed geregeld is, maar dat is helaas niet altijd het geval. Chronische pijnzorg is in ons land behoorlijk gefragmenteerd. Behandelingen van de huisarts, medisch specialist en fysio- of manueel therapeut zijn vaak onvoldoende op elkaar afgestemd en de wachttijden zijn lang. Vanuit de overtuiging dat dit beter kan, is Melius Klinieken opgericht, een centrum voor geïntegreerde pijnzorg met inmiddels drie vestigingen in Brabant en Zeeland.

Chronische pijnzorg, *met persoonlijke aandacht!*

“Wij werken met een uniek totaalconcept”, vertelt Hans van Nordennen, anesthesioloog-pijnspecialist bij Melius Klinieken.

Allesomvattende zorg

Melius Klinieken richt zich op de behandeling van patiënten met (chronische) pijn. Fysiotherapeuten, ergotherapeuten, gespecialiseerde verpleegkundigen en medisch specialisten werken samen vanuit één gebouw en zijn als team verantwoordelijk voor de beoordeling en de behandeling. Daarnaast is er een revalidatiearts aanwezig en worden alle patiënten gezamenlijk besproken.

Geen tijdverlies

Het begint allemaal bij een verwijzing door (over het algemeen) de huisarts. “Als mensen bij ons aankloppen, krijgen ze eerst een gesprek met één van onze pijnconsulenten en vervolgens een gesprek met een medisch specialist, vaak aangevuld met een analyse van de lichamelijke pijnklachten door een fysiotherapeut of manueel therapeut. Na eventueel aanvullend onderzoek wordt een behandelplan op maat opgesteld. Vaak kan aansluitend al de eerste stap van de behandeling worden gezet.” Deze eerste stap is in veel gevallen

een behandeling door één van de pijnspecialisten. Meteen daarna start de fysiotherapeut en worden de paramedische behandelmogelijkheden besproken. “Deze combinatie is uniek en uiterst effectief”, aldus Freek Weijers, manueel therapeut bij Melius Pijnzorg.

Persoonlijke benadering

Ook de persoonlijke benadering van Melius Klinieken maakt het verschil. “We hebben alle tijd en aandacht voor onze patiënten, zodat ze echt hun verhaal kwijt kunnen. Alles bij elkaar resulteert dit in een aanzienlijk betere kwaliteit van zorg, en daar gaat het uiteindelijk om!”

Goed om te weten: alle pijnzorg bij Melius Klinieken wordt vergoed door de zorgverzekering.



Voor meer info
scan de QR code



admin@meliusklinieken.nl | www.meliusklinieken.nl
Beatrix de Rijkweg 8, 5657 EG Eindhoven | 040 - 820 07 77
Nijverheidssingel 91, 4811 ZV Breda | 076 - 204 32 32
Borgvlietsedreef 151, 4615 EC Bergen op Zoom | 0164-20 30 60



NU OOK IN
BERGEN
OP ZOOM

GEEN WACHTTIJDEN
EN BETERE KWALITEIT
VAN ZORG



Al ruim 55 jaar kwaliteit occasions



Het vertrouwde adres voor al uw autowensen en meer...

Bij ons kunt u rekenen op een uitgebreid aanbod van jonge occasions en splinternieuwe modellen van alle merken. Met onze ruime ervaring en passie voor auto's streven wij ernaar om al uw wensen op autogebied te vervullen. Naast het verkopen van auto's, bieden wij ook onderhoud en reparaties aan. Onze vakkundige monteurs zorgen ervoor dat uw auto altijd in topconditie is.

**MET EEN ALTIJD WISSELEND AANBOD
SLAGEN WIJ ER KEER OP KEER IN OM
UW PERFECTE AUTO SNEL TE VINDEN.**

**UW FULL-SERVICE
MOBILITEITSPARTNER**

ACTUELE AANBOD

scan de QR-code of



maak een afspraak
013-5341659

Heeft u nog vragen?
Wij staan voor u klaar



Dorpsstraat 72, Goirle
013-5341659
www.autobedrijf-roks.nl



**ROKS
AUTOBEDRIJF**
waar kwaliteit en service
hand in hand gaan

Groot formaat tegels voor ieder interieur

Ontdek ons zeer uitgebreide assortiment XL tegels. Of je nu op zoek bent naar strakke, moderne betonlooktegels, natuurlijke houtlook of prachtig natuursteen, wij hebben het allemaal. Met zoveel kleuren en formaten is er voor ieder wat wils.

Wat ons onderscheidt van de rest is niet alleen de diversiteit van ons assortiment, maar ook de hoge kwaliteit en het prachtige design van onze tegels. We werken samen met verschillende merken, zodat we altijd de perfecte tegel kunnen leveren die voldoet aan jouw wensen en verwachtingen.

Van A tot Z zorgen wij voor een naadloze service en begeleiding. Met onze 35 jaar ervaring als tegelzetter ben je verzekerd van vakmanschap en expertise.

Wil je onze tegels in het echt bewonderen? Geen probleem! Onze showroom staat dagelijks tot je beschikking, op afspraak. Hier kun je de verschillende tegels zien en voelen, zodat je een weloverwogen keuze kunt maken voor jouw project.



XLTEGELS.COM

Trees Kinstraat 7, Rijen | 06 28 88 87 47
info@xltegels.com

Eigenaar Jeroen van den Broek

CREËER EEN LUXE,
RUIMTELIJKE UITSTRALING



RoZa Kappers

jouw haar, jouw stijl, onze passie



Ga nooit slapen *met make-up*

Slapen met je make-up op is echt not done. Toch kan het een keer voorkomen dat je na het stappen of een lange werkdag vergeet om je make-up eraf te halen. Je denkt misschien dat die ene keer niet veel kwaad kan...



Als je je make-up niet verwijdert, kan deze dode huidcellen tegenhouden om de huid te verlaten en daardoor zorgen voor puistjes, mee-eters en allerlei andere vlekken. De werkbare stoffen van een crème of serum kunnen niet door het 'vuile laagje' op je huid doordringen. Ook als je geen make-up gebruikt, is reinigen noodzakelijk. De eerste tekenen van ouderdom zijn niet rimpels, maar een gebrek aan uitstraling en glans.

TWEE KEER PER DAG

Reinig 's avonds om alle sporen van make-up, vuil en transpiratie te verwijderen en 's ochtends om dode huidcellen, talg en restjes nachtcrème weg te halen. Kies voor een reinigingsproduct dat bij jouw huidtype past. Als je water gebruikt om het reinigingsproduct te verwijderen, moet je daarna altijd een lotion gebruiken. Die zorgt ervoor dat de pH-waarde van de huid wordt geneutraliseerd.


Nieuw en geschikt voor elk huidtype, ook de meest gevoelige, zijn de elektrische reinigingsborstels. Door de unieke bewegingen van het borsteltje wordt de huid op een uiterst zachte manier gereinigd waarbij er geen millimeter weefsel wordt verplaatst. Je gebruikt de borstels in combinatie met een reinigende gel. Die breng je aan op je vochtige huid of op de vochtige reinigingsborstel.



"Persoonlijk, kwaliteit, uniek en voor iedereen"

Yara's Verhuizing

Yara's gaat verhuizen... Maar niet getreurd, we gaan niet ver weg. We gaan naar de overkant van de weg!

 **Korvelplein 211
5025 JX Tilburg**



Vanaf 2 april 2024 ben je welkom in onze nieuwe winkel.


Ma:	12:30 - 17:30 uur
Di, Wo, Vr:	10:00 - 17:30 uur
Do:	10:00 - 20:00 uur
Za:	10:00 - 17:00 uur
Zo:	Gesloten


Korvelplein 211, Tilburg

013-8893507

info@yaras.nl

www.yaras.nl

 **/yaras.official**

 **/yaras.official**

Ben je geïnteresseerd in meer info of de webshop? Scan de QR-code!



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!



FONGERS
Distributed by Matrabike

Nuevo Motinova Disc

Nuevo FM

- Hydraulische schijfremmen
- Maximaal 180 km actieradius
- 7 Shimano Nexus naafversnellingen

150-180
KM
ACTIERADIUS

Vanaf:

€ 1499,-



Fongers Basic LCD

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

120-150
KM
ACTIERADIUS

Vanaf:

€ 999,-



Fongers Nuevo Plus

- Motinova Volans Plus middenmotor
- Hydraulische schijfremmen
- Maximaal 180 km actieradius

150-180
KM
ACTIERADIUS

Vanaf:

€ 1999,-



★ Trustpilot



TrustScore 4.7
4.628 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 e-mail naar:
klantenservice@matrabike.nl

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

Een culinaire ontdekking in een legendarisch onderkomen

In de voormalige gevangenis Schutterswei in Alkmaar vind je nu **The Fallon Hotel**. Een luxe hotel met 102 kamers, vele vergaderzalen, een fitnessruimte en een in-house restaurant: D'arrêt.



In het restaurant kun je genieten van een heerlijk diner of een goede lunch. Dit unieke hotel heeft een prachtige bar waar je een heel speciaal biertje kunt proberen! Het hotel heeft namelijk zijn eigen Boevenbier, gebaseerd op een succesvolle ontsnappingspoging in de gevangentijd.

Ben jij meer van de cocktails of de sterke drank? Dan is er nog het gloednieuwe Jail Gin die je kunt proberen. Bereid met lokale ingrediënten!

Een onvergetelijke ervaring



Een ontspannen verblijf!

Dankzij de uitstekende bereikbaarheid, een voortreffelijke verbinding en voorzieningen zoals een fitnessruimte, een uitgebreid ontbijtbuffet en de mogelijkheid tot fietsverhuur, garandeert The Fallon Hotel Alkmaar een ontspannen verblijf.

Ontdek deze mysterieuze plek zelf en laat je door ons vakkundige team adviseren over de beste drankjes, gerechten en bezienswaardigheden!



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



The Fallon Hotel | Prins Bernardlaan 16, Alkmaar | Tel. 072 762 0752 | www.sheetz.nl/thefallonalkmaar

HOTELS BY SHEETZ

TRANSFORMEER
JOUW TUIN IN
EEN PARADIJS



Beleef je favoriete vakantie in je eigen tuin

Met de komst van de lente verlangen mensen naar buiten. En wat is nou een betere manier om te genieten dan in de ambiance van je favoriete vakantiebestemming, maar dan gewoon in je eigen achtertuin? Het wordt steeds populairder om je tuin te transformeren naar een specifiek thema. De mogelijkheden zijn eindeloos.

ITALIAANSE ROMANTIEK

Breng de zonovergoten sfeer van Toscane naar je tuin met een mix van olijfbomen, buxuslanen en een vleugje Toscaanse kleuren op je tuinmuur. Voeg een vijver en fontein toe voor die authentieke Toscaanse charme en vergeet niet een tuinschilderij buiten voor de finishing touch.

BLOEMENPRACHT

Laat je tuin bloeien met kleurrijke bloemen en subtiele lampjes voor een speelse sfeer. Een grasveldje brengt rust, terwijl een vijver met waterlelies en bloemen een prachtig accent vormt.

OOSTERSE SERENITEIT

Verlies jezelf in de rustgevende en evenwichtige atmosfeer van een oosterse tuin. Strakke waterbakken gevuld met kalm stromend water, omringd door weelderige bamboe en sierlijke varens,

roepen een gevoel van vredige harmonie op. Een kleine waterval voegt een rustgevend geluid toe aan deze rustgevende omgeving, terwijl een zorgvuldig geplaatste loungehoek met een Boeddhabeeld je uitnodigt om te mediteren en tot rust te komen.

DUURZAME INRICHTING

Als je waarde hecht aan duurzaamheid, kun je je tuin omtoveren tot een groen paradijs met behulp van milieuvriendelijke materialen en praktische oplossingen. Kies voor energiezuinige verlichting en maak gebruik van duurzaam hout en andere ecologisch verantwoorde materialen. Een moestuin voegt niet alleen een decoratief element toe, maar biedt ook de mogelijkheid om zelf voedsel te verbouwen op een milieuvriendelijke manier.

Met deze eenvoudige tips transformeer je je tuin in een vakantieparadijs, recht voor je eigen deur.

Ga jij je tuin inrichten? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

BRUIST HAARUITVAL TIPS

BY JOHN BEERENS



Een gezond persoon verliest per dag zo'n 50 à 100 haren. Dat lijkt veel, maar is heel normaal. Wanneer je echter vaststelt dat je opeens meer haren verliest dan anders en je bij het borstelen of haren wassen merkt dat je borstel of doucheputje vol haren zit, is het tijd om daar iets aan te veranderen. Haaruitval kan verschillende oorzaken hebben: hormonale schommelingen, stress, stoornissen van het immuunsysteem of voedingstekorten. De belangrijkste vraag is: hoe krijg ik mijn volle bos haar weer terug? **Hairmax** helpt je hier graag bij!

JOHNBEERENS
.COM



TIP
VAN
JOHN



De **Hairmax Lasercap 272** bevordert haargroei en haaruitval zal worden verminderd. Je kunt de Lasercap opzetten als een pet waardoor het gebruik er van erg gemakkelijk is. Bereik klinisch bewezen resultaten binnen **3 tot 6 maanden** met slechts 3 behandelingen per week van 7 minuten per keer.

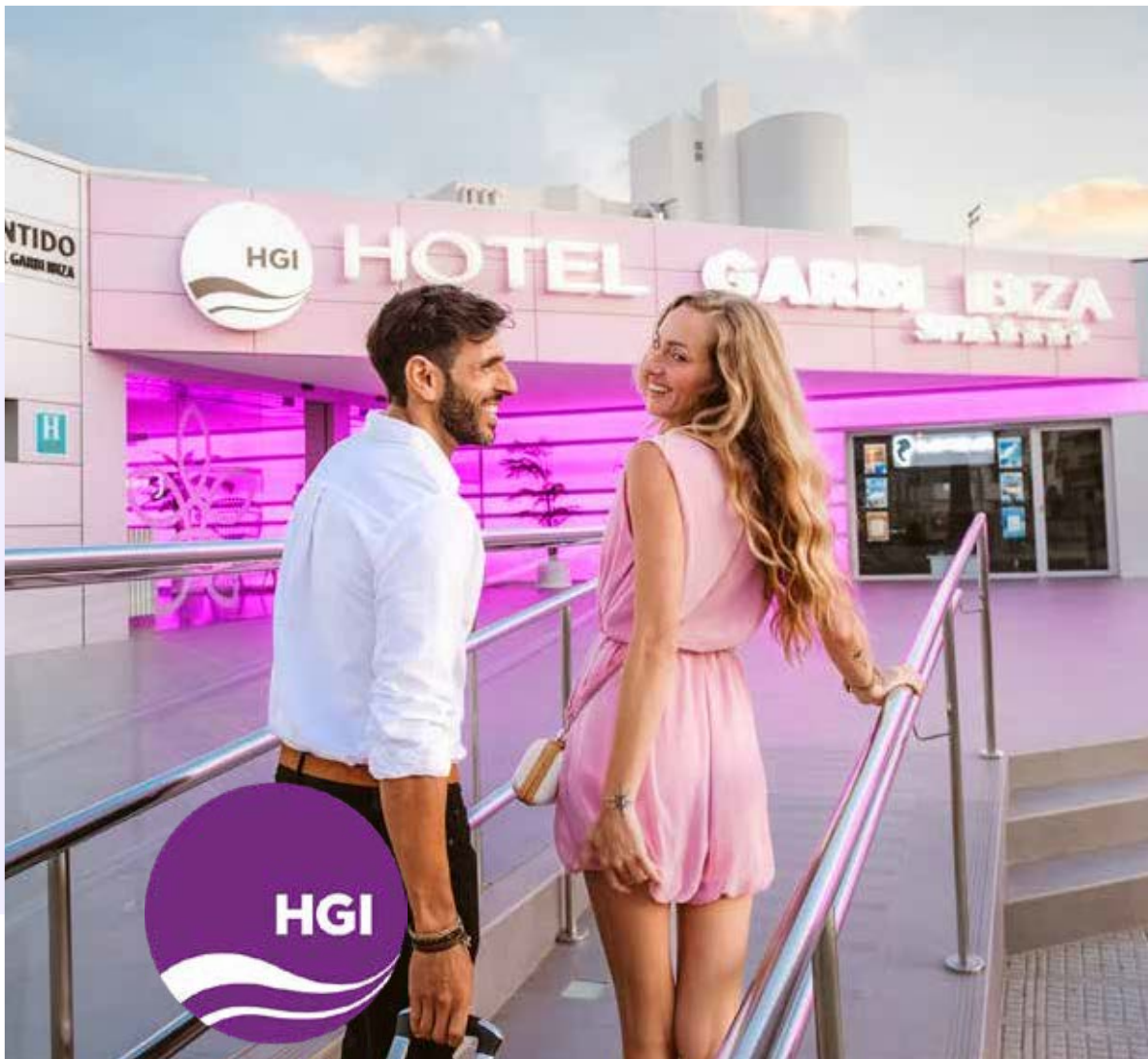
Hairmax® is gespecialiseerd in de behandeling van haaruitval met technologie en speciaal samengestelde producten.

Low-Level Laser Therapy (LLLT) is een chemicaliënvrije manier om uw haar te laten groeien, de haardichtheid te verhogen, uitval te verminderen en uw algemene gezondheid van haar en hoofdhuid te verbeteren.



Ervaar de producten van Hairmax met de **Hairmax Starter Kit**, wetenschappelijk ontwikkeld voor dunner wordend haar. Deze set bevat de shampoo, conditioner en ACCELER8 Hair Booster die dankzij hun unieke **liposoomtechnologie** optimale absorptie van de actieve ingrediënten mogelijk maken.

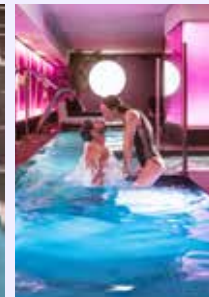
hairmax®



HÉT HOTEL★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

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



SCAN DE QR-CODE
En laat jouw
vakantie beginnen!

HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

Calle de La murtra 5, 07817 San Jordi, Ibiza | info@garbi-hotel.com | +34 971 300007 | www.hotelgarbi-ibiza.com

Een ode aan de vrouwelijke cyclus

Wij vrouwen hebben een haat-liefde verhouding met onze cyclus. Vanaf onze jeugd tot onze rijpere jaren zien we het liever gaan dan komen. Zeker door de ongemakken die beide periodes met zich mee kunnen brengen.

Naar onze mening kan dit ook anders, met uitzondering van medische aspecten die een rol kunnen spelen.

Het begint in onze jeugd met de menstruatiecyclus. Deze cyclus bestaat uit vier fases:

- **Menstruatiefase** → deze fase staat in het teken van rust en opladen. Het lichaam is bezig met een reinigingsproces.
- **Preovulatoire fase** → dit is een dynamische fase. Het lichaam is zich aan het klaarmaken voor een nieuwe eicel. Je voelt een nieuwe energie die je meer zelfvertrouwen geeft.
- **Ovulatiefase** → deze periode staat voor vruchtbaarheid. Deze fase is om contacten te maken, naar buiten te treden.
- **Premenstruele fase** → deze fase is om te vertragen en ruimte te geven aan emoties, intuïtie en evalueren wat we willen. Dynamiek maakt plaats voor rust.

Aan het einde van de vruchtbare periode komt de overgang. Deze periode is bedoeld om naar binnen te keren en de wijsheid die we hebben te omarmen.

De vrouwelijke cyclus is veel meer dan alleen menstruatie en menopauze. Het is een bron van kracht, wijsheid en verbinding.



Voor meer informatie scan de qr-code of ga naar www.almaforsa.nl

06-12934835 (Lisette) 06-18894487 (Marleen) | info@almaforsa.nl

April brengt fijne momenten



Ram
Je zal sprankelen dankzij nieuwe energie

Ram 21-03/20-04

Ram zal sprankelen dankzij nieuwe energie. Je zal veel motivatie hebben om te bewegen en grote veranderingen voelen.

Stier 21-04/20-05

Deze lentemaand zal vooral gericht zijn op relaties. Diepe overpeinzingen en reflectie over zaken zullen niet op de agenda staan.

Tweelingen 21-05/20-06

Stemmingen zullen veranderen en de behoefte om altijd het laatste woord te hebben zal toenemen.

Kreeft 21-06/22-07

April wekt sterke emoties op in Kreeft, die ze in het begin niet zal kunnen beheersen. Je kunt een ongecontroleerde uitbarsting van emoties verwachten.

Leeuw 23-07/22-08

April wekt in Leeuw seksuele energie en ongebreidelde eetlust op. Jullie zullen nieuwe gebieden van seksualiteit gaan ontdekken.

Maagd 23-08/22-09

In april zal Maagd de behoefte hebben aan tederheid en liefde. Je zal hunkeren naar een knuffel van iemand dichtbij, maar niet genoeg lichamelijk contact kunnen krijgen.

Weegschaal 23-09/22-10

April zal een aanzienlijke verbetering in communicatievaardigheden brengen. Je zal deze het meest gebruiken voor je werk.

Schorpioen 23-10/22-11

April zal wat emotionele instabiliteit en een overmaat aan energie brengen. Je stemming zal veranderen en zelfs kleine dingen kunnen je uit balans brengen.

Boogschutter 23-11/21-12

In april zal je in harmonie zijn met je ouderlijke instincten. Dus als je kinderen hebt, neem ze dan mee op een dagje uit.

Steenbok 22-12/20-01

Je zal een sterke motivatie om te werken en een verlangen naar hoge verdiensten voelen en in staat zijn om een maximum van je energie aan het werk te zetten.

Waterman 21-01/19-02

Watermannen zullen niet stoppen, maar zeer vastberaden en zelfs hardvochtig zijn bij het volgen van hun doelen.

Vissen 20-02/20-03

Vissen zullen een verlangen naar kennis en studie voelen. Je geheugen zal in staat zijn om een ongelooflijke hoeveelheid informatie op te nemen.





Trimsalon De VachtWacht

De trimsalon voor alle huisdieren

Uw huisdier wordt behandeld door Jeannette Moes, gediplomeerd trimster sinds 2002 en dierenartsassistent. Behandelingen zijn alleen op afspraak mogelijk. Hierdoor wordt er tijd gereserveerd, waarin alle aandacht naar uw maatje gaat. Uw huisdier krijgt de behandeling die bij de vachtsoort past.



Voor meer informatie kijkt u op www.trimsalondevachtwacht.nl of volgt u ons op Facebook en Instagram

Deze maand

In de spotlight Pup Loetje



Tilburgseweg 169 Goirle | 06-22 656 432

INZICHT IN JE GEZONDHEID

EMB Bloedtest

Loop je al lange tijd met klachten maar weet je niet waar deze vandaan komen? Ben je moe, futloos, slaap je slecht, vergeet je vanalles en/of heb je last van je darmen? Heeft je huisarts nog niks kunnen vinden? Of wil je gewoon eens weten hoe jouw gezondheid ervoor staat?

Met een test die heel veel verschillende processen in je lichaam in kaart brengt? Dan kan een Energetische Morfologische Bloedtest (EMB bloedtest) de oplossing zijn! Mogelijk geeft deze test je eindelijk inzicht in de oorzaak van je klachten, en handvatten om daarmee om te gaan!

Meer weten
over een
Je gezondheid
www.tilianatura.nl



Jasmijnstraat 32, Tilburg | 06 141 024 48 | info@tilianatura.nl | www.tilianatura.nl

Welkom

Wij zijn open voor afhalen en bezorgen.
Bij voorkeur online bestellen en via iDeal betalen.



WIJ STAAN AL 40 JAAR
VOOR U KLAAR MET DE
LEKKERSTE CHINESE EN
INDISCHE GERECHTEN.

LIKE ONS OP
FACEBOOK

 AFHAALCENTRUM
WELKOM



Paletplein 11, Tilburg
013 - 467 37 07

www.afhaalcentrumwelkom.nl

Zamen Genieten

bij Walhout — WE HETEN JE AL 1 JAAR WELKOM —



Walhout, een moderne zaak, maar toch lekker huiselijk. Wij serveren een heerlijke lunch. Tegen de avond schuif je er aan voor een goede borrel of een heerlijk diner én natuurlijk voor onze eigenzinnige cocktails!

Reserveer en kom genieten van de heerlijke sfeer! Wij willen iedereen welkom heten. Mocht er nou geen plaats vrij zijn, niet getreurd! Neem vast een lekker bakje koffie, een mooi glas bier of een van onze heerlijke wijnen aan de bar. Zo kunt u vast lekker mee genieten van de heerlijke sfeer bij ons in de zaak!

**Reserveren kan op het
telefoonnummer: 013-7855095 of via
e-mail: info@walhoutgoirle.nl**

**Kom genieten van onze nieuwe menukaart
met een ruim aanbod aan verschillende soorten bites.**

Kloosterstraat 4, Goirle
013-7855095 | info@walhoutgoirle.nl
www.walhoutgoirle.nl



Tandarts nodig?

Tandarts
STEENBERGEN



VOOR MEER INFO!

De tandarts waar ik me
op mijn gemak voel!

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](https://www.facebook.com/tandartssteenbergen)

Je meubels en auto weer als nieuw

Ben jij uitgekeken op je bank? Of heb je een erfstuk waar je geen afstand van kunt doen en dat je een tweede leven gunt? Klop dan eens aan bij John's meubel- en autostoffering. Met ruim 25 jaar ervaring in het vak heeft het stofferen van meubels én auto's voor hem geen geheimen.

JOHN'S
meubel- en autostoffeerderij

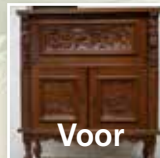


REGELT HET!



De Sonman 8a, Moergestel | 013-5132136 / 06-41856316 | info@johnsstoffering.nl | www.johnsstoffering.nl

Als je écht vakwerk aflevert, is er maar weinig concurrentie!



Voor



Na

**VOOR AL UW INDUSTRIËLE SPUITWERK,
OOK VOOR PARTICULIEREN**

Vollerstraat 5 - 5051 JV Goirle
T. 013 - 534 32 00
info@spuiterijmikabv.nl
www.spuiterijmikabv.nl

Een *onvergetelijke* culinaire wereldreis

Ontdek de culinaire magie van Tilburg in het sprankelende Restaurant Myzo, dé nieuwe hotspot voor onvergetelijke culinaire ervaringen! Of je nu smacht naar een romantisch avondje uit, een gezellig samenzijn met vrienden of een heerlijke familielunch of -diner, bij Myzo worden al je culinaire dromen werkelijkheid.

Bij Myzo draait alles om het creëren van bijzondere momenten aan tafel. Daisy leidt, samen met haar man, oom en tante, dit gastronomische avontuur met passie en toewijding. Hier wordt het concept van 'shared dining' tot in perfectie uitgevoerd, waardoor de gezelligheid aan tafel wordt versterkt en het samenzijn met dierbaren een extra dimensie krijgt.

Of je nu kiest voor een intieme date night, een gezellig samenzijn met vrienden of een heerlijke familiemaaltijd, Restaurant Myzo in Tilburg biedt de perfecte setting voor elke gelegenheid. Dompel je onder in de warme sfeer, geniet van de voortreffelijke gerechten en beleef onvergetelijke momenten bij Myzo - waar smaak en gezelligheid samenkomen!

Geniet van een diversiteit aan heerlijke, met liefde bereide gerechten bij Myzo. Elk gerecht is een meesterwerk van unieke smaken en texturen, waardoor je zintuigen worden betoverd tijdens een culinaire reis vol verrassingen.



Scan de QR-code
en reserveer online

NS Plein 38, Tilburg | 013-369 92 18
www.restaurantmyzo.nl



B U D O S H O P
TEEJOOS
VECHTSPOORTARTIKELEN & SPORTVOEDING

WWW.BUDOSHOPTEEJOOS.NL

Paletplein 13 | 5044 JB Tilburg | 013-5470878



STICHTING
DierenLot

DierenLot.nl



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

www.pareladvies.nl

Moergestelweg 16a, Oisterwijk | 013 5215925
info@pareladvies.nl



Luxe

hoeft niet duur te zijn

ONTDEK DE EINDELOZE
MOGELIJKHEDEN VAN
LEER!

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

Hoera een puppy! Maar wat nu?!



Maak nu gebruik van onze bezorgdienst!

Wij helpen je graag met de juiste keuzes!

DÉ DIERENSPECIAALZAAK VAN TILBURG **DISCUS** Animo

Gasthuisring 36-38, Tilburg | 013-5424921 | www.animodierenspecialzaak.nl

'Ieder mens verdient medische zorg. In oorlogsgebied, tijdens een epidemie, na een natuurramp. Wie je ook bent. Daarom zet ik Artsen zonder Grenzen in mijn testament. U kunt dat ook doen. Met uw bijdrage blijven we mensen in crisissituaties helpen. Nu en in de toekomst.'

Jacques de Milliano
Mede-oprichter Artsen zonder Grenzen
Huisarts in Haarlem

'Uw erfgenaam kan iemand zijn die u nog niet kent'



Scan de QR Code en ontvang vrijblijvend de gratis eenmalige uitgave **Lifeline**. Of ga naar artsenzondergrenzen.nl/lifeline



Conflicten zijn lastig, maar bieden ook een uitdaging. Elke scheiding, familierechtelijk geschil of nalatenschapskwestie is anders en vraagt om een eigen benadering.

Onze drijfveer is om mensen in een conflictsituatie te begeleiden naar een passende oplossing met respect voor ieders belangen én, in het bijzonder, ook die van de kinderen. Een gezamenlijk gedragen oplossing is een duurzame oplossing.



dlb advocaten & mediators

familierecht - erfrecht - mediation

Heuvelring 41, Tilburg
013 - 207 07 40
info@dlb-advocaten.nl

www.dlb-advocaten.nl

Overlegscheiden: samen scheiden in teamverband

COLUMN/DLBADVOCATEN

Wanneer de beslissing is genomen om te gaan scheiden, zul je vervolgens moeten kijken welke werkwijze bij jullie past. Iedereen kent tegenwoordig wel mediation als alternatief voor een procedure bij de rechtbank waarbij je echt tegenover elkaar staat. Maar er is nog een andere optie: de overlegscheiding.

Overlegscheiding is een wijze van conflictoplossing tussen mediation en procederen in. Alle voordelen die voor mediation kunnen worden genoemd, gelden ook voor de overlegscheiding. Het grote verschil met mediation is dat iedere partner wordt bijgestaan door een eigen advocaat. Vooral als er geen evenwicht bestaat tussen de partners in kennis en/of emoties, is de overlegscheiding de aangewezen weg om toch gezamenlijk tot afspraken te komen en een procedure te vermijden.

In een overlegscheiding worden de partners ieder bijgestaan door hun eigen advocaat om zo toch de mogelijkheid te hebben om advies te krijgen en terug te kunnen vallen op een eigen vertrouwenspersoon. De partners met hun advocaten vormen het basisteam. Een coach maakt ook onderdeel uit van het team. De coach kanaliseert de emoties en begeleidt het scheidingsproces. Indien nodig kunnen er nog andere deskundigen aan het team worden toegevoegd, zoals een accountant, een fiscalist of een pensioendeskundige.

Alle betrokkenen, de partners én teamleden, spannen zich in om de scheiding tot een goed einde te brengen. De scheiding verloopt hierdoor op een respectvolle en integere wijze. Het proces is open en transparant en de partners leggen alle essentiële informatie op tafel. Overlegscheidingsadvocaten werken met elkaar in plaats van tegen elkaar om de beste regeling voor de partners te treffen.



MEER WETEN?
Bel 013 207 07 40
of mail
info@dlb-advocaten.nl



De HuurHal
BESTAAT 10 JAAR

Opslag



Archief

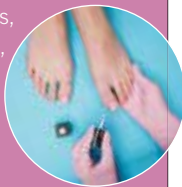


Voorraad

www.HuurHal.nl

Aandacht voor je voeten

Heb je last van likdoorns, eelt, ingroeiende nagels, kloven of kalknagels? Dan kun je terecht bij Sylvia Vermaas. Daarnaast verzorgt ze spabehandelingen en pedicure en manicure met gellak.



Het Lopertje 11, Hilvarenbeek
06-44979810
www.sylfeet-pedicure.nl



Wil jij aan je celgezondheid werken?

Doe dan deze maand een gratis balancetest ter waarde van €178,-.

Doe deze maand een gratis droogbloedtest die 11 vetzuren meet, inclusief essentiële Omega-3 niveaus en 6 gezondheidsmarkers op basis van uw Omega-6:3 meting. Omega 3-suppletie is essentieel en heeft bevorderlijke effecten op o.a. ogen, hersenen, huid, botten en gewrichten. *Vraag naar de voorwaarden



Benieuwd?
Scan de QR-code

ZEN BY LIQUE
LOFT TREATMENTS

Ringbaan Noord 29, Tilburg info@zenbylique.nl
013-5323767 www.zenbylique.nl



“Ik weet niet waar het vandaan komt, maar ik heb me altijd aangetrokken gevoeld tot het schilderen van Aziatische vrouwen in hun kimono's en los van hun context. Het onderwerp verveelt me nooit. Integendeel, ik ontdek steeds weer nieuwe elementen die me helpen om de schoonheid en sereniteit waar zij voor staan en waarnaar ik op zoek ben te onthullen.”

De Aziatische vrouwen van Grace Spiegel

Het zat er altijd al in, de wens om te tekenen en te schilderen, te experimenteren met technieken, materialen en stijlen. Ze volgde masterclasses en een deeltijd opleiding aan de kunstacademie, maar niet eerder voelde Grace Spiegel het verlangen om zelf kunst te maken zo sterk als de afgelopen paar jaar.

In haar sfeervolle atelier schildert ze en ontvangt ze bezoekers. Aziatische kimono's en kleden, Chinese muiltjes, Japanse kwasten en aardenwerk servies tonen in één opslag waar ze haar inspiratie vandaan haalt. In de etalage prijken schilderijen van Aziatische vrouwen die de gratie en gereserveerdheid uitstralen die we kennen uit hun cultuur.

De portretten van Grace kunnen zowel expressief als introvert, trots als melancholiek zijn, maar nooit onderdanig. Ze tonen zowel jongere als oudere vrouwen die zich bewust zijn van zichzelf, ongeacht hun leeftijd of achtergrond.

Dankzij haar talent en geheel eigen signatuur slaagt Grace erin het wezen van de Aziatische vrouw op overtuigende en eigentijdse wijze tot leven te brengen. Met respect en aandacht voor hun diepste wezen, dat tijdloos en universeel is.



Kunstenares Grace Spiegel | Galerie Grace Spiegel, Glijperweg 94, Heemstede (op afspraak)
gracevanderspiegel@ziggo.nl | www.gracespiegel.com | [Instagram grace_spiegel](https://www.instagram.com/grace_spiegel)



Cheap City Cars



Kwalitatief onderhoud hoeft niet duur te zijn!

U wordt bij ons volledig ontzorgd als het gaat om:

- APK
- Kleine en grote beurten
- Airco service
- Reparaties
- Vervangen van banden
- Opslag van uw banden



Ga voor meer acties naar www.cheapcitycars.nl

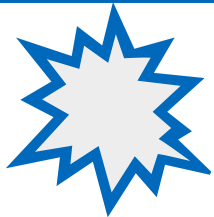


Openingstijden:

Maandag t/m vrijdag	9.00 tot 17.00
Zaterdag	gesloten
Zondag	gesloten

📍 Brucknerlaan 14A, Tilburg
 📞 013 8228551
 ✉ info@cheapcitycars.nl
 📱 whatsapp: 0627846124

CHEAP CITY CARS IS HET GOEDKOOPST VOOR ONDERHOUD IN EN ROND TILBURG!



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

WWW.DEGLASCENTRALE.NL

Jouw beste nagels bij Sharon



**Nu ook
BLAB**

Nautilusstraat 157, Tilburg | 06-10018946

Volg mij op Facebook en Instagram

👤 Sharonails | 📷 sharonails_beauty



LEONAILS

Door een uitgebreid assortiment is er een ruime keuze met voor elk wat wils.

De nagelsalon voor iedereen.

Na een onstuimige periode heb ik (Leora) besloten om een nieuwe weg in te slaan. Zolang als ik me kan herinneren heb ik bewondering gehad voor kunstnagels en alle nailart. Na een aantal tegenslagen heb ik besloten om mezelf uit te dagen. Het beginnen van een eigen nagelsalon. 'LeoNails.' Door veel oefenen, leren en trainen heb ik mijn opleiding kunnen afronden en ben ik gekomen tot waar ik nu ben. Vanaf nu wil ik u met alle plezier bij mij ontvangen in de salon.

Het streven is u te laten vertrekken met een ontspannen gevoel en natuurlijk mooie verzorgde nagels!

Denekampstraat 21, Tilburg | Info@leonails.nl
06-39240618 | www.leonails.nl

Maak nu een afspraak om je nagels te laten verzorgen



FAIRYTALE FESTIVAL

10 & 11 mei 2024
KAATSHEUVEL



Vrijdagmiddag bedrijvenborrel Fairytale Festival!

De Fairytale Festival vrijdagmiddag-bedrijvenborrel komt op 10 mei terug naar Kaatsheuvel! Na een geweldige tweede editie met meer dan 1.000 borrelaars van meer dan 60 bedrijven wordt de komende editie er ook weer één om niet te vergeten. Fairytale Festival nodigt je wederom uit om met alle personeelsleden te komen genieten op ons festival!

- Gratis entree voor jou en je personeel tussen 14u en 16u, in combinatie met een muntenpakket.
- Gezellig samenzijn met diverse andere bedrijven uit de regio!
- Drankjes drinken terwijl onze dj's de muziek verzorgen. Voor een bitterbal zorgen wij.
- De middag gaat over in onze echte festivalavond, met zowel Nederlandse artiesten als de beste feest en house dj's. Je hebt daarbij geen aparte entree meer nodig.
- Darkraver, René Schuurmans, Henk Dissel, Jeffrey Heesen, Robert Pater, Rob Grijsbach, Lampegastuh en vele anderen... Een top line-up!
- Diverse promotie- en muntenpakketten beschikbaar.



BEN JIJ ERBIJ? Mail je gegevens naar stephan@blueoceanevents.nl of ga naar degrootstevrijmibovannederland.nl!

LINE UP 10 MEI



Muffins van zoete aardappel en wortel

Zoete aardappel en wortel, verweven in een verrukkelijk mengsel van kruiden en suiker, vormen de basis van deze betoverende lekkernij. Bereid je voor op een smaakexplosie terwijl je deze heerlijke mini-muffins met een vleugje kaneel en nootmuskaat ontdekt. Perfect voor elke gelegenheid. Deze smakvolle traktatie zal zeker een favoriet worden bij familie en vrienden.

30 STUKS • 20 MIN.

INGREDIËNTEN

- 2 eetlepels boter
- 1 kopje plus 3 theelepels suiker
- 1 ½ theelepel kaneel
- 2 kopjes bloem
- 1 theelepel bakpoeder
- 1 kopje lichtbruine suiker
- 1/2 theelepel nootmuskaat
- een snufje zout
- 1 kopje puree van zoete aardappel
- 1 kopje fijngeraspte wortel
- 2 grote eieren

BEREIDING

Verwarm de oven voor op 190°C. Vet mini-muffinvormpjes in met boter en zet opzij.

Doe 3 theelepels suiker samen met 1 theelepel kaneel in een kom en zet opzij. Meng bloem voor alle doeleinden, bakpoeder, bruine suiker, nootmuskaat, de overgebleven suiker en kaneel en een snufje zout in een kom. Meng de zoete aardappelen, wortels en eieren in een andere kom.

Meng de natte en droge ingrediënten tot ze gecombineerd zijn (meng niet te veel; het mengsel moet klontig zijn). Giet het beslag in de muffinvormpjes tot ze voor ongeveer $\frac{3}{4}$ vol zijn. Bestrooi de bovenkanten met het kaneel-suikermengsel.

Bak in de voorverwarmde oven tot ze gaar zijn, ongeveer 12 tot 15 minuten, of totdat een tandenstoker die in het midden wordt gestoken er schoon uitkomt. Garneer de bovenkant eventueel met geraspte wortels. Serveer warm.



De lente is eindelijk hier! Verlangend naar de eerste zonnestrallen die stilletjes onze zomerse dromen wakker schudden. Laat het mooie weer je omarmen terwijl je naar buiten trekt, geniet van de bruisende energie en maak kans op fantastische prijzen door deel te nemen aan onze prijspuzzels.

PUZZELPAGINA

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

Los de sudoku op

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was 1-2-9.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

Zoek de zes verborgen letters

Vind de letters en maak er een woord van. Wordthema deze maand is 'Lente'. De oplossing van vorige maand was **Tulpen**.

Maak kans op het boek

Beertje het is bedtijd!

Winnaar leukste kinderboek bij The Indie Awards! Help Beertje met tandenpoetsen, zijn pyjama vinden en meer. Dit interactieve boek betreft jonge kinderen actief bij het verhaal en stimuleert hun creativiteit. Perfect voor dromesen, peuters en kleuters.



Maak kans op een fles

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 communities in Afrika geschonken. Bovendien is de wijn 100% biologisch, vegan en super lekker.

www.thegoodwine.nl



Los de rebus op.

k h v b v f h j i p c	alcohol
f p o o m l v c n i r	vegan
n s r w v e g a n x q	fles
g q r w l s y f a d g	afrika
d r u i v e n r p f l	lekker
t h v j w q k i c v u	druiven
s i f n o t e k f i p	biologisch
c i b n h v m a e z a	wijn
q c h q w o m m v r o	
c a l c o h o l i k i	
d b p n x f u e g r k	

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

Wil jij kans maken op deze leuke prijzen? Vul de oplossing in voor 1 mei 2024 via www.nederlandbruist.nl/tilburg/puzzelen of scan de QR-code.



De nieuwe Tiguan

Nu in de showroom



www.vanmossel.nl/volkswagen

Van Mossel