

PRINSENBEEK



JANUARI 2019 WWW.PRINSENBEEKBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Een
Gelukkig
2019

**Bruisende
stad** Rotterdam



TIJD

Behandelingen

“In mijn salon bied ik diverse behandelingen aan, zoals ontspannende en huidverbeterende gezichtsbehandelingen, epileren, harsen, ontharen met bodysugaring, massages en gellak van Young Nails. Inmiddels ben ik net gestart met make-up van Blèzi Cosmetics.”

Ik Skin Perfection

Claudia selecteert voor haar salon namelijk heel bewust de merken waar ze mee werkt. “Zo werk ik voor de gezichtsbehandelingen met IK Skin Perfection; fantastische producten, zonder chemische toevoegingen, die de huid weer mooi en gezond maken. In vier fasen reset, herstel en stimuleer ik hiermee de huid, met een maximale huidverbetering als resultaat. Tot nu toe is iedereen bijzonder enthousiast, inclusief ikzelf. Wil je meer over dit merk

VOOR EEN MOOIE EN GEZONDE HUID

Eigenlijk wist Claudia het altijd al: ooit wilde ze werken als schoonheidsspecialiste. Een droom die ze werkelijkheid heeft gemaakt door in 2015 te starten met een opleiding en een jaar later de deuren te openen van haar eigen salon. “Een keuze waar ik nog geen moment spijt van heb gehad.”





VOOR JEZELF



te weten komen? Neem dan zeker eens een kijkje op mijn website: www.claudia4beauty.nl."

Zichtbaar resultaat

"Iedereen wil er goed en verzorgd uitzien en ik weet precies hoe ik daaraan bij kan dragen. Daarnaast is geen vraag mij te gek. Ik wil juist iedereen helpen aangezien ik iedereen een mooie en gezonde huid gun die alles kan hebben." Dat ze ook daadwerkelijk resultaat boekt, blijkt wel uit de foto's die ze voor elk behandeltraject maakt. "Voor aanvang van de eerste behandeling maak ik altijd een foto van de huid zodat mensen na verloop van tijd met eigen ogen het verschil kunnen zien."

Blèzi Cosmetics

Blèzi is een Nederlands merk van topkwaliteit wat mij enorm aanspreekt. De producten zijn geweldig en ze doen wat ze beloven: kwaliteit, makkelijk in gebruik

en ze blijven heel lang zitten. Blèzi staat voor: "Blèft zitten". Onlangs heb ik de opleiding gevolgd. Hier heb ik alles geleerd over de producten en hoe je daarmee een prachtige make-over kunt geven, helemaal naar de wens van de klant. Een workshop geven is ontzettend leuk. In ca. 1,5 uur tijd vertel ik de gasten over de producten en laat ik zien hoe je ermee kunt werken, door de gastvrouw of één van de gasten op te maken. De reacties zijn enorm enthousiast. Tijdens elke workshop is het mijn doel om anderen te leren hoe ze zichzelf mooi kunnen maken en om naast verkoop ook afspraken te maken voor nieuwe workshops. Uiteraard is het ook mogelijk om in de salon de producten uit te proberen of een touch up, dag, avond of bruids make-up te laten verzorgen.

Benieuwd of ik ook jouw huid weer in topconditie kan brengen? Informeer dan eens naar de mogelijkheden of maak meteen een afspraak bij Claudia4Beauty. Tot snel!



6



win

10

32

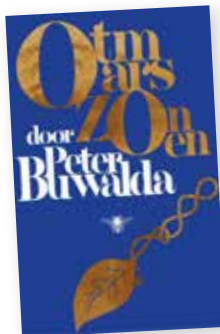


Inhoud

29



15



23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.

MANAGER Marcel Bossers

OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers

TRAFFIC Nederland Bruist

VORMGEVING Nederland Bruist - Ron Schouwenaar

THEMA'S Nederland Bruist - Annemiek Jansen

TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist

FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist

EINDREDACTIE Asja Vossen

ACQUISITIE Marcel Bossers, 06-34590975

CONTACT PRINSENBEEK BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340

nl@nederlandbruist.nl

[f](#) Like ons op Facebook.com/prinsenbeekbruist

CONTACT HOOFDKANTOOR

Nederland Bruist B.V.

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl

www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be

[f](#) Like ons op Facebook.com/nederlandbruist

ABONNEMENT Ontvang de Bruist uit jouw regio(s) iedere maand in je brievenbus voor € 1,49 p.m. **Meer weten?** Stuur een e-mail naar abonnement@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2019 Nederland Bruist B.V. Merksnaam Prinsenbeek Bruist is een merksnaam 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 brengt magazines uit in: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Ibiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsenbeek, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildepolder, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

ADVERTEREN?

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



Gelukkig nieuwjaar! Met twee andere woorden kunnen we dit voorwoord eigenlijk niet beginnen. Want dat is toch wat we iedereen wensen? Geluk, voorspoed, gezondheid en dat het maar een bruisend 2019 mag worden!

Bruisende lezer,

Hier op de redactie van Bruist zijn we allemaal volledig klaar voor een mooi nieuw jaar. Een jaar dat we traditiegetrouw starten met tal van goede voornemens. De een wil wat kilo's kwijt, de ander wil vaker op bezoek bij zijn oma, stoppen met roken of nu echt zijn dromen waar gaan maken... Elk jaar is het weer de vraag hoeveel van deze goede voornemens standhouden. Maar alleen de poging verdient wat ons betreft al een complimentje!

Een goed voornemen dat zeker stand gaat houden, is ons voornemen om je ook in 2019 weer te blijven inspireren en verrassen met ons bruisende magazine. Een nieuw thema dit jaar is de Bruisende Stad. Deze eerste editie nemen we hiervoor een kijkje in Rotterdam. En ook in 2019 hebben we uiteraard weer ondernemers die staan te trappelen om zichzelf aan jou te presenteren. Met deze maand in dit magazine Claudia4Beauty en Stijlvol-Stoer.

Succes met jouw eigen goede voornemens en maak er een ontzettend mooi jaar van!

Lea en Marcel Bossers

Jonge, dynamische wereldstad

Rotterdam is hip en happening. De Maasstad werd al door reisgids Lonely Planet bekroond met een vijfde plek in de top tien van 'topsteden' ter wereld. En terecht: in Rotterdam vind je fonkelende wolkenkrabbers, gerenommeerde musea, hippe restaurants en bars, een indrukwekkende haven en bruisende festivals.

Rotter

SHOPPEN

MAHO-KWARTIER

Aan de rand van het Rotterdamse winkelhart vind je het gezellige MaHo-kwartier: een knus gebied vol inspirerende boetieks en talloze nieuwe horecaconcepten. Het 'Soho van Rotterdam' is dé plek voor liefhebbers van lekker eten, unieke vintage, bijzondere labels en inspirerend design. Fan van vintage? Dan kun je terecht bij Very Cherry voor draagbare klassiekers of bij Vintage & Labels by Hendrikus voor hand picked vintage kleding.

Helemaal verknocht aan Rotterdam?

Galerie urban photos verkoopt de mooiste Rotterdamfoto's van 1849 tot nu, op elk formaat en afgedrukt op fotopapier van museale kwaliteit. *Nieuwemarkt, Botersloot en Pannekoekstraat*



NOW THE MOODSTORE Gaay van der Linde realiseerde haar droom door de grote, houten deuren te openen van NOW The Moodstore in Hillegersberg Rotterdam. Hier vind je bijzondere producten op het gebied van Fashion, Living en Giving. Laat je verrassen door een wereld van emoties, geuren, weldaad en oogstrelende creaties.

EEN RELAXED DAGJE ROTTERDAM DOEN?

INTERCITY'S UIT
HET HELE LAND STOPPEN
OP **ROTTERDAM**
CENTRAAL STATION

CULTUUR

Rotterdam heeft een **RIJK CULTUREEL LEVEN** met musea, kunstinstellingen en galleries. Maar op straat loop je ook zo tegen de mooiste kunstwerken en graffiti aan. Wanneer je meer van theater, dans en muziek houdt, zijn er genoeg Rotterdamse theaters en concertzalen.

dam



SLAPEN

BILDERBERG PARKHOTEL is klassieke grandeur én hedendaagse hotspot middenin bruisend Rotterdam. Een rustig hotel met comfortabele kamers om helemaal op te laden.

SPARKS HOSTEL In een statig, vooroorlogs pand vind je op steenworp afstand van het centraal station de ideale verblijfplek voor de budgetreiziger die een persoonlijke thuishaven zoekt. Het gloednieuwe hostel Sparks heeft een luxueuze, maar vooral warme uitstraling.



NATUUR

WIL JE DE DRUKTE VAN

DE STAD EVEN ONTVLUCHTEN?

Daar hoef je in Rotterdam de stad niet voor uit. Ga bijvoorbeeld naar de Kralingse Plas of het naastgelegen Kralingse Bos waar je goed kunt fietsen, hardlopen of skaten. Ook in het Vroesepark heb je alle ruimte op de grote grasvelden.

AAN TAFEL

STADSBRASSERIE

DUDOK is een begrip in de Maasstad en ver daarbuiten. Men komt hier voor ontbijt, lunch, borrel of diner. Of natuurlijk voor de beroemde appeltaart.

Gevestigd in een voormalig bankgebouw ontworpen door architect Willem Marinus Dudok is het een ontmoetingsplek voor de hele wereld.



PIET LAP HERENMODE is een winkelketen met vijf winkels in en om Rotterdam. Meer dan honderd jaar modetraditie en nog steeds actueel. Piet Lap richt zich vooral op de man die graag kleding draagt van een goede kwaliteit tegen een acceptabele prijs.

Inge van der Gaag zorgt voor de klik

Zit uw kunstgebit (te) los, veroorzaakt het regelmatig pijn of heeft u last van geïrriteerd tandvlees en belemmert dit u in uw dagelijks functioneren? Dan bent u bij Tandprothetische praktijk Inge van der Gaag in Breda aan het juiste adres.

Bijna een derde van alle Nederlanders met een kunstgebit loopt wel eens tegen problemen aan. Een veelvoorkomende klacht is dat het kunstgebit los gaat zitten. Dat komt doordat kaken zonder tanden en kiezen slinken bij het ouder worden, terwijl het kunstgebit zijn vorm en grootte behoudt. Een loszittend kunstgebit bemoeilijkt niet alleen het kauwen en praten, maar kan ook tot andere irritaties leiden.

Als klachten blijven aanhouden, kunnen implantaten uitkomst bieden. Een implantaat moet u zien als een kunstwortel die als een schroefje in de kaak wordt geplaatst. Door het plaatsen van implantaten kan een constructie worden gemaakt waarop het kunstgebit vastgeklikt wordt. Voor reiniging kan het gebit uit de mond gehaald worden, waarna het weer makkelijk vastgeklikt kan worden.



Bent u benieuwd naar wat Tandprothetische praktijk Inge van der Gaag voor u kan betekenen? Maak dan snel een afspraak.



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

Mensen kunnen bij mij ook terecht voor controles en reparaties.

Wij zijn dagelijks telefonisch bereikbaar.

Snelle service bij reparatie. U krijgt een advies op maat met een kosten en vergoedingen begroting.

Een eerste consult is bij ons altijd gratis!

Alard Duhamelstraat 78, Breda
(076) 587 70 20

www.tppvdgaag.nl





COLUMN Yvonne Jorissen

De beste wensen

Het is september wanneer ik bij de familie aan tafel zit. Mevrouw is ongeneeslijk ziek en wil zich samen met haar man en twee zonen voorbereiden op het naderende afscheid. Mevrouw vindt het belangrijk om haar eigen wensen vast te leggen, ook voor haar geliefde gezin, zodat zij niet voor moeilijke beslissingen komen te staan in deze toch al zo verdrietige periode. Volgende maand zijn ze 50 jaar getrouwd. Deze mijlpaal wil ze graag nog meemaken. Waar een wil is, is een weg..... en dat is gebleken. Dan ook nog graag de kerstdagen samen doorbrengen. Erg verzwakt sprak ze de laatste week van het jaar uit: "Het is goed zo, probeer mij los te laten, ik ben er klaar voor".

Op 1 januari is ze in het bijzijn van haar geliefden rustig overleden. En zo zat ik drie maanden na onze eerste kennismaking weer bij de familie aan tafel. "Fijn dat u er bent, het voelt zo vertrouwd", zei haar familie. Uiteraard gaan we

voor uw vrouw, jullie (schoon)moeder en oma een mooi afscheid voorbereiden, want dat heeft ze zeker verdiend. Haar laatste-wensen-lijstje werd erbij gepakt zodat we zeker wisten op welke manier zij zelf haar afscheid vorm wilde geven. Ze was dol op haar kleindochter die er altijd voor zorgde dat mevrouw er tot in de puntjes verzorgd uit zag. Toen ik vroeg aan de kleindochter of zij bij de laatste verzorging van oma mee wilde helpen, was de spanning van haar gezicht af te lezen. Ze heeft er nog een nachtje over geslapen en uiteindelijk heeft ze de nagels van oma gelakt en haar haren netjes gestyled. Oh, wat was ze achteraf blij en dankbaar dat ze dit nog een laatste keer voor oma heeft kunnen doen.

Ze begonnen aan een nieuw jaar zonder echtgenote, (schoon) moeder en oma, maar met een herinnering aan een warm afscheid en al het moois dat ze heeft achtergelaten. Meer kun je je dan niet wensen.

Monuta Patricia van Vliet

T 06 - 50 63 01 07

E pvanvliet@monuta.nl

I www.monutavanvliet.nl



Monuta 
Patricia van Vliet

De steun bij ieder afscheid.



DOOR WEER EN WIND

Speciaal voor deze winter heeft het oer-Hollandse fietsmerk Union (sinds 1904) een aantal van haar modellen een nieuw kleurtje gegeven. Union biedt comfortabele fietsen die elk stadsmens op het lijf zijn geschreven.

Met prachtig design en hoogwaardige kwaliteit.

Vanaf € 399,- te koop via www.union.nl



KRUIDIGE SPECERIJEN

De Kraken rum is een donkere premium spiced rum uit het Caribisch gebied. Een heerlijke drank met een geheime receptuur vol exotische specerijen, waarvan kaneel, gember en natuurlijk kruidnagel een belangrijk onderdeel vormen. Een drank met een krachtige, intense smaak en een lange, zachte en zoete afdrank.

Te koop via verschillende slijters
€ 26,99 www.krakenrum.com

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Maak kans op een fles Amarula, een zachte, frisse cream likeur uit Zuid-Afrika.

Amarula is een veelzijdige drank die puur of in winterse koffierecepten kan worden gedronken.

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie!

Of stuur je gegevens

o.v.v. 'Lezersactie#1 januari' naar prijsvraag@nederlandbruist.nl



Winte must

LIMITED SAMENWERKING

Secrid en FREITAG slaan de handen ineen voor een bijzondere limited edition wallet, geheel gemaakt van hergebruikte materialen: de geupcycled, afgekeurde Cardprotectors van Secrid, gecombineerd met flink bereide truckzeilen van FREITAG. Perfect voor in iedere broekzak. **Te koop via verschillende verkooppunten zoals de FREITAG store in Rotterdam € 85,-**



**WINTERGLAM**

Fashionable het nieuwe jaar in? De tutu's van The Tutu Shop zorgen voor de glamoureuze twist aan je winterse outfit. De rokken bestaan uit twee of drie laagjes zijdezachte tule, waardoor ze flatteus rondom het lichaam vallen. www.tutu-shop.com vanaf € 39,99 (kids) en € 55,99 (volwassenen)

rise
haves

**LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#2**

**Maak kans op
1 doos/6 zakjes
ALOE DRINK
ENERGY BOOST**



VOEDINGSSUPPLEMENT

Aangeboden door www.foxlifestyle.nl

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! Of stuur je gegevens o.v.v. 'Lezersactie#2 januari' naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

**WINTERSE WANDELING**

Deze winter presenteert Xsensible een stijlvolle collectie damesschoenen die bestaat uit sneakers, veterschoenen en booties, in stoere winterkleuren, zachte materialen en dierenprints. Daarnaast zorgen de schoenen voor een goede ondersteuning en natuurlijk lichaamshouding.

Te koop via verschillende verkooppunten vanaf € 179,- www.xsensible.com

WELKOM BIJ JUMBO

MAAK KENNIS MET ONS TEAM...

De komende edities gaan we u kennis laten maken met onze verschillende teams die er dagelijks alles aan doen om u het boodschappen doen zo prettig mogelijk te maken.

WE GAAN ELKE
DAG VOOR **100%**
TEVREDENHEID



Met deze keer...

Home Delivery en Pick up Point

Buiten het grote assortiment dat we in de winkel aan onze klanten bieden, hebben we ook nog onze online service. Ofwel de Home Delivery en Pick up Point. Klanten kunnen online via www.jumbo.com hun boodschappen bestellen en daarna de boodschappen bij onze winkel ophalen (Pick up Point) of we bezorgen het aan huis tot in de keuken (Home Delivery).

Online boodschappen doen wordt steeds populairder. En daar spelen wij als Jumbo natuurlijk graag op in. Zo volgen onze medewerkers een online cursus hoe dat zij om moeten gaan met de tablets en krijgen zij les in onze bestelwagens.



Hoe komt de bestelling dan bij Jumbo Miegelsen Prinsenbeek? Alle online bestellingen worden verzameld bij ons distributiecentrum in Den Bosch. Daar worden de kratten gevuld met de bestelde producten. Voor de koel- en diepvriesproducten wordt er gewerkt met droog ijs om de producten op de juiste temperatuur te houden. Op iedere krat staat de naam van de klant met zijn of haar bestelnummer, zodat het voor onze collega's op de winkelvloer makkelijk verzamelen is.

Business to Business Ook bedrijven beleveren wij met boodschappen van Jumbo. Zo hoeft u als bedrijf zich ook daar geen zorgen meer over te maken. Dit kan gewoon op factuur. Voor meer informatie, kijk dan ook even op www.jumbo.com/content/jumbo-zakelijk. We bezorgen van maandagochtend tot en met zaterdagavond.



Heeft u nog vragen over het bovenstaande? Neem dan met mij contact op via toine.kleemans@jumbo.com of bel even met 076-5438160

Toine Kleemans

JUMBO

Miegelsen

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

[f](#) MiegelsenPrinsenbeek | [ig](#) jumbomiegelsenprinsenbeek | [in](#) jumbo-miegelsen-prinsenbeek

Wisseltijd

Banden



**Nederlands grootste
in gebruikte banden
en velgen**

- ✓ Gegarandeerde profieldiepte
- ✓ Alle merken en maten
- ✓ Al onze banden worden gekeurd & getest
- ✓ Ruim 2.000 originele velgensets op voorraad
- ✓ 75.000 nieuwe en gebruikte banden

tegen scherpe prijzen op voorraad

Wissel nu voordelig van zomer- naar winterbanden

Met een voorraad van ruim 75.000 gebruikte banden bieden wij meer keuze dan ooit. Wij leveren en monteren gebruikte en nieuwe banden, daarmee zijn wij uw nieuwe bandenspecialist in de regio.

Velgensets op voorraad

Met meer dan 2.000 gebruikte velgensets op voorraad in onze vestigingen in Breda en Dordrecht vindt u gegarandeerd wat u zoekt. Wij hebben veelal gebruikte, originele, lichtmetalen velgen voor de premium merken, zoals Audi, BMW & Mercedes. Maar natuurlijk kunt u ook voor alle andere merken bij ons terecht. Ons assortiment nieuwe velgen waar u uit kunt kiezen is van de hoogste kwaliteit en voldoet aan strenge eisen.

Kijk op
bandenxl.nl
voor alle
informatie!

Banden XL | Vierlinghstraat 56 Dordrecht | 078 6177022 | info@bandenxl.nl | www.bandenxl.nl

Banden XL De Baronie | Bredaseweg 47 Terheijden | 076 5938055 | info@bandenxldebaronie.nl | www.bandenxl.nl

Waarom Powerslim?

PowerSlim is geen dieet, maar een verandering van je leefstijl. Het is een programma waarbij je niet minder gaat eten, maar anders leert eten. Het programma is zo ontwikkeld dat het heel eenvoudig in te passen is in je dagelijkse leven.



Mijn naam is Mirella Franken

Sinds oktober 2010 run ik met veel plezier mijn bewegingsstudio waar je op diverse manieren aan jouw figuur en gezondheid kunt werken. In onze gezellige en compacte studio begeleiden wij onze klanten intensief door goede kennis, eerlijk advies en persoonlijke betrokkenheid te bieden. Dát is waar wij bij Fit & Welzijn voor staan. Als dat is wat jij zoekt, dan zijn wij samen een heel goed team!

Kies wat bij je past; het voedingsprogramma van PowerSlim, sporten in infrarood warmtecabinen of een cryolipolyse behandeling (vet bevroren) omdat je last hebt van bepaalde probleemzones die met diëten of sporten niet verdwijnen.

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

Fit & Welzijn
Bewegingsstudio

Groenstraat 4, Prinsenbeek
076-5423800 | www.bijmirella.nl

- Een behandelplan afgestemd op jouw persoonlijke situatie
- Lekkere producten
- Verantwoord voedingspatroon
- Makkelijk vol te houden
- Makkelijk te combineren met je gezin
- Eiwitrijke voeding met verlaagd gehalte koolhydraten
- Behoud van je spiermassa

Het PowerSlim assortiment bestaat uit zo'n 140 lekkere producten geschikt voor ontbijt, lunch, diner en tussendoor.

Je kunt dus zo gewoon mogelijk blijven eten!

Bijvoorbeeld een heerlijke pasta samen met het gezin of 's avonds op de bank genieten van een lekkere snack. Kortom, volop variatie!

ACTIE: Meld je voor 9 februari aan bij Bewegingsstudio Fit & Welzijn om het PowerSlim-voedingsprogramma te gaan volgen en jij krijgt GRATIS 1 maand small group training bij Fitness Prinsenbeek@angela. Informeer naar de mogelijkheden! VOL= VOL

PowerSlim proefdagen in Prinsenbeek

Zaterdagochtend 19 januari 10.30 - 12.00 u en
dinsdagavond 22 januari 19.30 - 21.00 u.

Proefavond Breda, woensdag 16 januari 19.30 - 21.00 u.

Voor meer info: www.bijmirella.nl



Optometrisch onderzoek

BIELARS
Optiek & Optometrie



Optometrisch onderzoek

Wanneer er aanleiding voor is of wanneer u er op prijs stelt, kunnen onze optometristen ook een verdergaand optometrisch onderzoek doen. Zij beoordelen daarbij de gezondheid van uw ogen. Dankzij hun opleiding zijn zij in staat en bevoegd al in een zeer vroeg stadium eventuele afwijkingen of beginnende problemen te herkennen.



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

De 3e maandag van januari is het **Blue Monday**, dé dag van het jaar waarop we ons het ellendigst voelen.

4 januari klinkt in het Chinees als:

‘Ik zal heel mijn leven van je houden’.

Zie het leven als **een cadeautje** dat je iedere dag weer opnieuw mag uitpakken.

Ga in het nieuwe jaar wat vaker de **natuur** in! Een korte wandeling helpt je bij het ordenen van je gedachten.

Op 24 januari 1972 werd **Loeki de Leeuw** geboren.

Wie zijn **goede voornemen** 3 maanden weet vol te houden, slaagt er meestal ook in om dat de rest van het jaar te doen.

Tot 6 januari (Driekoningen) mag je iedereen een **gelukkig nieuwjaar** wensen.

Januari is vernoemd naar Janus, de Romeinse god van het begin en het einde.

De **100 rijkste miljardairs** op aarde hebben maar één gemeenschappelijke deler: ze zijn eigen baas.

Vitamine D

Allereerst willen wij, het team van Brocks Homeopathie, u het allerbeste wensen voor het nieuwe jaar in goede gezondheid.

Januari is de tijd dat er weer meer mensen gaan 'kwakkelen' met hun gezondheid. Een reden hiervoor kan zijn dat het vitamine D-gehalte in het lichaam weer op een laag peil is gekomen (voor de mensen die geen extra vitamine D slikken). Een optimale vitamine D-status is goed voor de weerstand. Onze huid kan onder invloed van zonlicht vitamine D aanmaken.

Echter op onze breedtegraad en met de huidige luchtverontreiniging is aanmaak van vitamine D, zeker in de winter, zeer beperkt!

De maximale veilige dagdosering is vastgesteld op 25 microgram voor baby's tot 1 jaar, 50 microgram voor kinderen t/m 10 jaar en 100 microgram voor volwassenen, ook bij borstvoeding en zwangerschap.

Vitamine D is verkrijgbaar in verschillende sterktes en vormen, sinds kort is er ook een Vegan vitamine D.



BROCKS
HOMEOPATHIE

Ginnekenweg 28 Breda
076-5219313
www.brockshomeopathie.nl

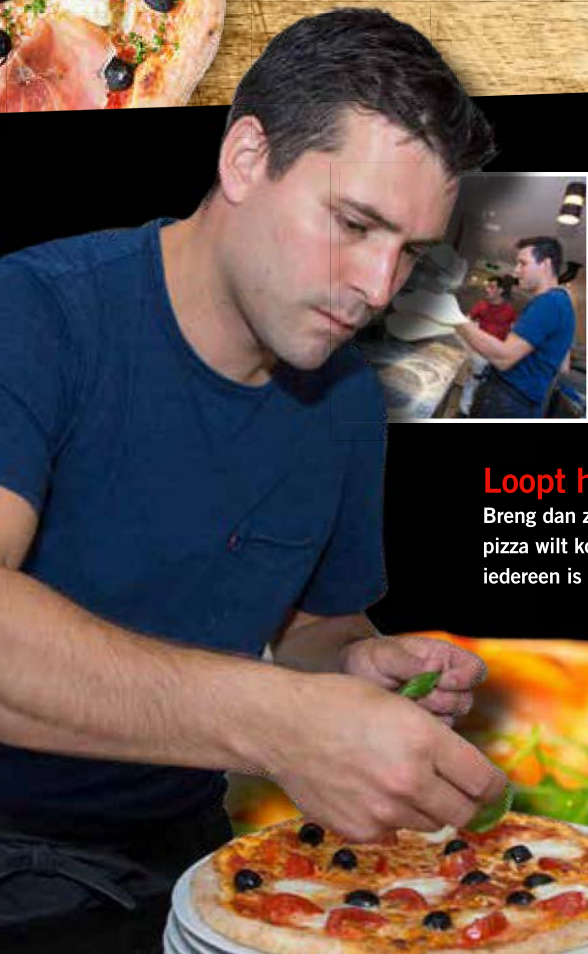
WIL JIJ JE EIGEN
EVENT
PROMOTEN?
PLAATS HET
GRATIS IN
BRUIST!

Stuur alle gegevens en een foto
naar events@nederlandbruist.nl

Indien mogelijk plaatsen wij jouw evenement dan
in onze magazines en/of op de Facebookpagina's.

De lekkerste pizza's van Breda

Als we Bram vragen waarom hij drie jaar geleden de deuren van zijn eigen pizzeria opende, heeft hij zijn antwoord meteen paraat: "Ik ben gek op pizza's!"



Loopt het water je al in de mond?

Breng dan zeker eens een bezoekje aan Pizza Cantina. "Of je hier van je pizza wilt komen genieten of deze toch liever afhaalt om thuis op te eten, iedereen is meer dan welkom!"

KOM GENIETEN!
Grote groepen
zijn ook welkom!

Pizza Cantina | Oranjeboomstraat 156 Breda
076-5620816 | www.pizzacantina.nl

Dé tweewielerspecialist van Prinsenbeek

voor al uw tweewielers
verkoop, reparatie & onderhoud



Beeksestraat 32, Prinsenbeek

www.bossers-tweewielers.nl

Tel. (0)76 888 13 41



Lekker logeren dichtbij Amsterdam?

Bij B&B Open Doors in Almere kun je heerlijk rustig slapen. Comfortabele suite voor max. 3 personen op de begane grond met gratis Wifi voor maar € 69,-.

Boek dit jaar met de kortingscode BRUIST2019 en ontvang nu 10% korting op alle overnachtingen!

Neem deze Bruist gratis mee naar huis of sla deze gegevens even op in je mobiel. Boeken kan via bb.opendooors@gmail.com of SMS/WhatsApp code en datum naar +31 6 13 76 66 52
(via [Booking.com](https://www.booking.com) geen korting)

**Bed & Breakfast
Open Doors**

J.B. Schuilstraat 17 | Literatuurwijk | Almere | www.opendooorsbb.nl



Guest Review
Awards 2017

8,9

BESPAREN OP JE SANITAIR?

SPRING EENS BINNEN

BADMEUBELSET

Ideal Standard Tempo

Badmeubelset 180 cm
Inclusief spiegel met verlichting
In de kleur die u wilt kiezen

ACTIE **WANAF**
€499



WIN PLAN PROJECTS

ACTIE **WANAF**
€229

INLOOPDOUCHE

Van RijnSTON Serie
Inloopdouche 170 cm x 100 cm
8 mm veiligheidsglas, inclusief glazenhandvat
In de kleur die u wilt kiezen



RADIATOR
Alterna Apollo

12 Rellen
In de kleur die u wilt kiezen
In de kleur die u wilt kiezen

ACTIE **WANAF**
€129

Alterna



RAINSHOWER

Solid Jade 2.0

Opbouw douchesysteem
Diameter boord 150 x 150 x 200 mm x 4

SOLID
ELEGANT

ACTIE **NU SLECHTS**
€189



ACTIE **WANAF**
€449

BADMEUBELSET

Riho Ports

Badmeubelset 180 cm
Inclusief spiegel met verlichting
In de kleur die u wilt kiezen

RIHO
Pure Integrity



TOILET ACTIE SET

- Villeroy & Boch wandbaar
- Compleet met zitting
- Gehele inbouwversie
- Grote afmeting

GROHE **Villeroy & Boch**
1718

ACTIE **NU SLECHTS**
€269



SANI-DUMP

A- merken sanitair & tegels tegen bodemprijzen

Huifakkerstraat 10, Breda | 076-5937100 | service@sanidumpbreda.nl

www.sanidumpbreda.nl

Weer volledig ontspannen?

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

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

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



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

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

Thai Thala 

DAGJE UIT

NATIONALE TULPENDAG



Kom op de Nationale Tulpendag ook naar de opening van het tulpenseizoen. Op de Dam in Amsterdam vindt de officiële aftrap van het tulpenseizoen plaats, georganiseerd door Nederlandse tulpenkwekers. In een speciaal aangelegde pluktuin op de Dam kan iedereen gratis tulpen plukken. Met deze feestelijke actie barst het tulpenseizoen los. Naast de pluktuin zijn er talloze verrassingen en acties. Er zijn meer dan duizend tulpen in alle kleuren van de regenboog die vanuit Nederlandse veilingen wereldwijd de weg naar de vaas vinden. De tulp is daarom een echt visitekaartje van Holland.

19 januari 2019
www.tulpentijd.nl

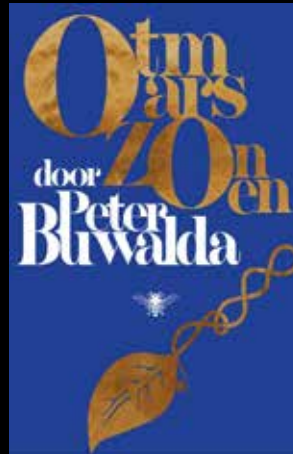
FILMPJE KIJKEN SECOND ACT

Maya (Jennifer Lopez) is zeer succesvol als assistent-manager bij een lokale supermarkt. Wanneer haar een positie als filiaalmanager wordt geweigerd omdat zij geen diploma heeft, zakt de moed haar in haar schoenen. Als ze door een vergissing mag solliciteren voor een topfunctie bij een multinational van verzorgingsproducten, weet zij de CEO te overtuigen dat zij de geschikte kandidaat is. Met torenhoge verwachtingen en een levensstijl waar ze altijd al van droomde, moet Maya bewijzen dat ervaring evenveel waard kan zijn als een diploma in de zakenwereld.

SECOND ACT draait nu in de bioscoop.



BOEKJE LEZEN PETER BUWALDA



OTMARS ZONEN VAN PETER BUWALDA. De jonge Shell-employé Ludwig Smit kruipt steeds dichterbij op de huid van zijn vader, Johan Tromp, die tweeëndertig jaar lang de grote onbekende in zijn leven is geweest. Meester en knecht raken tot elkaar veroordeeld op Sakhalin Island, waar Johan Tromps daverende carrière in de oliebusiness wankelt als journaliste Isabelle Orthel zich aandient. Ludwig en zij delen een kortstondig maar pijnlijk verleden in Twente. En ook Tromp is op zijn hoede voor deze vrouw die hij onder beroerd gesternte leerde kennen in de Nigerdelta.

OTMARS ZONEN van PETER BUWALDA
 is nu te koop voor € 25,-

Afgelopen december was de grootste en de meest prestigieuze premium lifestyle beurs van Europa in de RAI Amsterdam. Tijdens deze Genius Edition kon je je verbazen over alle noviteiten en primeurs die de deelnemers toonden aan het publiek.

Masters of LXR**Y** breekt alle records

Je kon genieten van het beste uit de wereld van kunst, interieur, fotografie, fashion, gadgets, gastronomie, juwelen, horloges, boten, auto's en travel. Met een beursoppervlakte van maar liefst 42.500 m² en 450 deelnemende exposanten was het de grootste editie ooit. "Meer dan duizend mensen zijn een week lang bezig geweest met het opbouwen van het geheel", vertelt **Yves Gijrath, oprichter van LXR**Y** Media Group** die onder andere Masters of LXR**Y** organiseert. In de loop der tijd is Masters of LXR**Y** uitgegroeid tot een indrukwekkend event. Dit jaar kwamen er maar liefst 57.850 bezoekers.

Internationaal publiek

De aantrekkingskracht van Masters of LXR**Y** is ongekend. Mensen van over de hele wereld komen er speciaal voor naar Amsterdam. "Mede vanwege de unieke ambiance en het overweldigende aanbod."

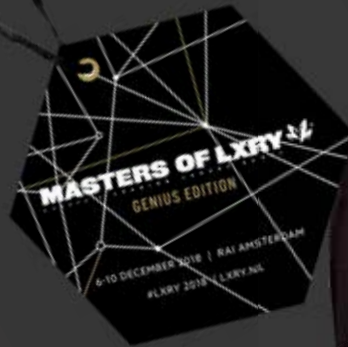
Highlights

"Bijna alle grote premium automerken zijn vertegenwoordigd. Verder liet GASSAN de allergrootste horlogecollectie van Europa zien, met bijzondere stukken van wereldmerken als Rolex, Audemars Piguet, Jaeger-LeCoultre, Tudor en OMEGA. Voor de culinaire beleving was er het pop-uprestaurant M34. Onder deze noemer kookten negentien topkoks - met samen maar liefst 34 Michelin-sterren - gedurende vier avonden voor het publiek."



2018

“De sfeer was
on-Nederlands
leuk”





Door weer en

1. Extra Soothing Balm van bobbi brown, € 68,- www.bobbibrown.nl
2. Lash Queen Feline Elegance van Helena Rubinstein, € 35,- www.helenarubinstein.nl
3. Bee Venom Mask, € 7,95 www.livingnature.nl
4. C25 Super Booster van Paula's Choise, € 60,- www.paulaschoice.nl
5. Earl Grey van Newby Teas, € 11,10 www.newbyteas.nl
6. Face & eye palette van essence, € 9,89 www.essence.eu



winter

Januari is echt zo'n maand dat je jezelf eventjes moet oppeppen om de winter door te komen. Moeilijk? Welnee, met deze producten zit je zo in de volgende maand!

7. Physalis Echinacea forte, € 14,90 www.hollandandbarrett.nl
 8. Berry Blossom Hand Lotion van Eos, € 4,99 www.douglas.nl
 9. Lipstick Mat Prune van Sothys, € 29,50 www.sothys.nl
 10. Revive & Hydrate Shea Butter Hair Mask van Maui Moisture, € 12,99 www.maui moisture.com
 11. Geurkaars Cosy Moment van Kneipp, € 7,99 www.kneipp.nl
 12. Prep & Hydrate Primer van Lancôme, € 36,30 www.lancome.nl

The logo consists of the letters 'H' and 'K' in a bold, sans-serif font. The 'H' is white and the 'K' is yellow, both set against a red rectangular background.

VAN KEMENADE
BESTRATINGEN



Bent u op zoek naar
bestrating voor uw terras,
oprit of bedrijfsterrein?



Ekkersrijt 1509
5692 AN Son
0499 - 37 15 45

Maximaal tuinplezier met de juiste bestrating

Bij Van Kemenade kiest u uit een
compleet assortiment uw kwaliteits
bestrating waarvan u gegarandeerd
jarenlang gaat genieten.



Gilzeweg 36
4859 AB Bavel
0161 - 43 39 59

www.vankemenadebest.nl

Stijlvol
STOER

www.stijlvol-stoer.nl

**Kleding en accessoires
voor
dames & heren**

Dames

Chabo Bags - Fabbles
Geisha - Knit Factory
Red Button
Secrid - Soyaconcept
en Zoso

Heren


A Fish Named Fred
Knit Factory - No Excess
Secrid en Slater

**Bekijk het uitgebreide
assortiment in onze
winkel!**

Stijlvol-Stoer

Groenstraat 14 Prinsenbeek
06-48423000

www.stijlvol-stoer.nl

 [stijlvolstoer](https://www.facebook.com/stijlvolstoer)



soyaconcept

VALT DIT OP?

DAN WERKT DEZE ADVERTENTIE

BRUIST

Ook opvallend adverteren?

Bel **076-7115340** of mail naar **nl@nederlandbruist.nl**



De beste plek voor al je creatieve uitpattingen!

We hebben een uitgebreid assortiment naaimachines, lockmachines, borduurmachines en coverstitch machines.

Heb je al een goede machine? Vergeet dan niet dat onderhoud belangrijk is! Of heeft je machine kuren? Wij hebben een eigen technische dienst.

Daarnaast hebben we natuurlijk veel fournituren, verschillende soorten naai- en lockgaren en een goede collectie naaipatronen (Burda en Simplicity).

Ook voor breien en haken ben je bij ons aan het juiste adres. Er is een prachtige collectie wol van o.a. LangYarns, Phildar, Borgo de Pazzi en Scheepjes. Brei- en haaknaalden en mooie patroonboeken.

vanvliet
naaimachines

Spinveld 13a-2, Breda
076-5216827
www.vanvlietnaaimachines.nl

Vind jij het ook zo heerlijk om creatief bezig te zijn?

Kom dan eens naar een van onze workshops! Iets moois maken, nieuwe vaardigheden leren of gewoon gezellig met andere creatieve geesten aan je eigen creatie werken.

Naailles met Harriëtte Leren omgaan met de naaimachine, kleding maken of liever tassen en accessoires naaien? Je leert wat jij wil tijdens deze naailessen. Doordat we werken in kleine groepen (max. 6 pers.). Tijden: wo. en do. van 10 tot 12.00 uur. Kosten: € 60,- p.mnd

Hobby Borduur Dagen met Bea Demmers Dit jaar verzorgt Bea Demmers (Stitch at Home) drie verschillende Hobby Borduur Dagen! Doe mee en ontdek (nieuwe) mogelijkheden met je borduurmachine en maak een prachtig werkstuk. Een Hobby Borduur Dag is inclusief lekkere lunch! Kosten: € 80,- per dag

Brei & Haak Club Hou jij ook zo van breien, haken, punniken en fröbelen? En vind je het gezellig om dit samen met andere creatieve geesten te doen? Kom dan bij de Brei & Haak Club! Ontmoet creatieve vrienden, kom op nieuwe ideeën en leer van elkaar. Kosten: € 5,- per middag.

Sokken breien De nieuwste trend: zelfgebreide sokken! Ze zien er leuk uit en zitten heerlijk. Denk jij: dat is toch veel te moeilijk? Doe dan mee met de driedelige workshop Sokken breien. Voor iedereen, van beginner tot doorgewinterde breier (je moet wel kunnen breien!), van simpele sok tot ingebreide kniekous. Kosten: € 25,- voor drie lessen.

LET OP: Voor actuele data zie website of nieuwsbrief

Om je in te schrijven voor een les / workshop, stuur je een mail naar vanvlietnaaimachines@gmail.com. Data onder voorbehoud, houd de site en facebook in de gaten.

DILÉ

De fles waarin deze wijn komt is een waar kunstwerkje met de karakteristieke uitgespaarde hand. Dilé betekent dan ook vingers.

Kom genieten van de heerlijke wijnen

D-Bianco (droge witte)

D-Rosso (rode)

D-Rosa (rose)

Ons doel is u te laten genieten van ons verrassende aanbod.

Elke maand iets bijzonders!



Slijterij Prinsenbeek



Schoolstraat 15a, Prinsenbeek
076-8508514

info@slijterijprinsenbeek.nl
www.slijterijprinsenbeek.nl



HEERLIJK
Proef het zelf!

Voor slechts
€10,95

NIX18
Geen alcohol onder 18 jaar



VV BREDA TIPS

JAN
2019

WHATSAPPEND BREDA ONTDEKKEN

De hele dag vliegen de WhatsApp-berichtjes rond je oren. Daarom nu... de WhatsApp Experience, een groepsspel in Breda, dat je speelt met je eigen telefoon, via WhatsApp!



Je speelt het spel in groepjes van vier tot zes personen. Van tevoren krijg je per mail een kaart van de stad en speluitleg. Van ieder groepje is er één contactpersoon. Die krijgt alle opdrachten op zijn/haar smartphone. De bedoeling is dat je tijdens het spel een bepaalde locatie in de stad opzoekt. Als bewijs maak je een foto van die plek waarna je de volgende opdracht ontvangt. Zo kom je op de meest verrassende plekjes van Breda. Je kunt het spel gemakkelijk onderbreken voor een lunch of koffiestop. Dan duurt de WhatsApp Experience gemiddeld drie uur.



BREDA
BRENGT HET SAMEN




TIP: De Grote Kerk is de trots van iedere Bredanaar. Door het kopen van deze kaars draag je bij aan het onderhoud. Maar liefst 90 branduren! Prijs: € 12,50.

MEER INFO (OOK OVER ALLE GROEPSARRANGEMENTEN) VIND JE VIA:

 www.welkominbreda.nl

 Welkom in Breda

 Welkom in Breda
Gek op Breda

 0900-5222444
(€ 0,25 per minuut)

 info@vvbreda.nl

De Kogelvanger
eten & drinken



- Actiefmenu -

€22,50

Gerookte zalmbonbon gevuld met roomkaas, appel en
bieslook op een spiegeltje van gezoete remouladesaus
of

Soepje naar keuze (keuze uit drie wisselende dagsorten)

&

Krokant gebakken schnitzel met jager saus van champignons, sjalotjes
en bacon in kalfsjus afgemonteerd in kruidenboter
of

Visspies van zalm, zwaardvis, botervis en scampi's
met een kerrie/ginger mayonaise

of

Ierse biefstuk met een rode wijn-sjalottensaus (meerprijs € 2,50)

&

Espuma van panna cotta gen licor 43 geserveerd
met een bolletje cappucino roomijs

of

Chocolat heaven van chocolade mousse, chocolade roomijs,
chocolade brownie, witte chocoladesaus en chocolade garnituur

-Vriendinnenlunch 8,75 euro p.p-

Deze speciale prijs is voor de eerste drie maanden van 2019

Klein soepje, vers afgebakken meergranenbroodje
en een kleine salade naar keuze

Dagelijks vanaf 9.00 uur geopend!

GALDERSEWEG 55 BREDA | 076-5653338 | WWW.DEKOGELVANGER.NL



BRUIST

Wat stiekem
eigenlijk niet kan,
daar *wens*
ik jou het
meeste van!



Volg ons op social media @NederlandBruist

AMSTEL HOUSING
UW HUUR- EN
VERHUURMAKELAAR

WONING
(VER)HUREN?
NEEM DAN
CONTACT OP!



Van Coothplein 41A, Breda | 076-889 03 08 | 06-1868 8967
breda@amstelhousing.nl | www.amstelhousing.nl/breda

BRUIST Like ons op **facebook**
www.facebook.com/PrinsenbeekBruist

DE LEUKSTE
TWEEDEHANDS
(MERK)KLEDING
WINKEL VAN BREDA

Tolbrugstraat 13 Breda - appelenei.nl



appel & ei

TWEEDEHANDS EN NIEUW
KLEDING EN VERRASSEND VEEL MEER

JEEP COMPASS NIGHT EAGLE

RIJKLAAR: € 34.950



O.A.: • 140 PK (103KW) TURBOMOTOR
• FORWARD COLLISION WARNING SYSTEM

• LANE ASSIST
• 18" LICHTMETALEN VELGEN

Jeep[®]