

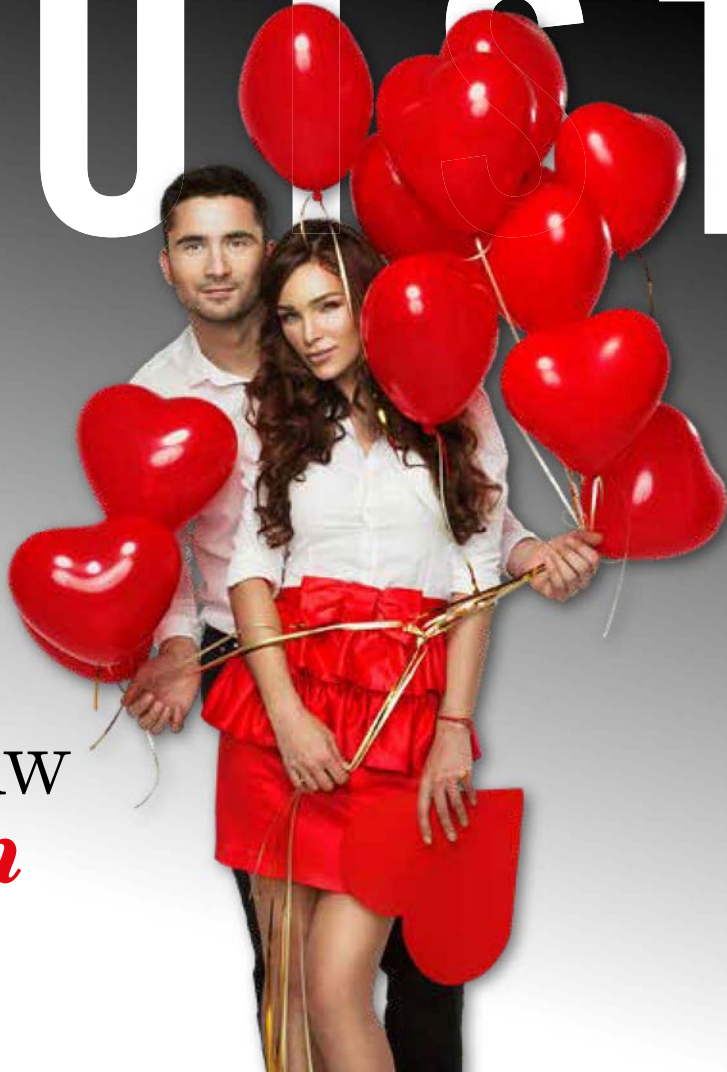
BEST-OIRSCHOT 

FEBRUARI 2020 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.BEST-OIRSCHOTBRUIST.NL

# BRUIST

*Planten en  
bloemen,*  
het mooiste cadeau!

Mag ik jouw  
*valentijn*  
zijn?



# Gebitsprothese Best staat voor u klaar!

Toen Tom van den Brand ging werken bij Gebitsprothese Gemert was er meteen een klik met eigenaar Nick... Hij leerde van hem het vak, waarna ze samen een nieuwe uitdaging in Someren zochten. Sinds een half jaar kunt u ook terecht in Best voor uw kunstgebit.



## GEMOEDELIJKE SFEER

“We hebben in Best een kleine, intieme praktijk”, vertelt Tom enthousiast. “Mensen voelen zich hier al snel helemaal thuis. We nemen alle tijd voor een praatje onder het genot van een kopje - overigens echt lekkere! - koffie. Hoe beter we onze patiënten leren kennen, hoe makkelijker ze durven te zeggen wat ze precies willen als het gaat om hun kunstgebit. Kennelijk werkt het, mensen weten ons inmiddels al goed te vinden en lopen hier gewoon binnen. Dat zien we graag.”

## ALLES IN EIGEN HAND

Van het vervaardigen van een nieuwe (volledige of partiele) gebitsprothese (al dan niet op implantaten) tot het repareren van uw huidige kunstgebit; het is allemaal mogelijk. “Wij meten niet alleen de prothese aan, we maken ook alles zelf. Daardoor weten we exact wat er bij onze patiënten in de mond gaat en is het makkelijker om te weten wat er moet gebeuren als er problemen zijn. Dat zien we terug in de tevredenheid van onze patiënten.”

## EEN EERLIJK ADVIES

“We zoeken altijd naar de beste oplossing en geven een eerlijk advies zodat u weet waar u aan toe bent. Bovendien werken we samen met o.a. een tandarts-implantoloog om u de beste zorg te kunnen bieden.” Ook fijn: Voor kleine reparaties kunt u gewoon even binnenlopen bij Gebitsprothese Best. Over het algemeen kunnen deze worden verricht terwijl u wacht. “Als mensen hier voor een oplossing binnen komen, en vervolgens met een grote glimlach op het gezicht weer vertrekken, dan weten we waar we het voor doen!”



“WE ZETTEN  
ONS VOOR  
**100% IN**  
VOOR **ONZE**  
**PATIËNTEN**”



Gebitsprothese  
Best

# HOME SLEEP HOME



Uni-Bridge 22 lattenbodem

SF Hybrid 26 Wool wash matras

SF Hybrid 26 Pure wash matras

Uni-Bridge 22\_95 RF lattenbodem

Elegant ontwerp ontmoet de onverslaanbare en bekoonde Swissflex Bridge®-technologie met de unieke, zelfinstellende lichaams-aanpassing. De zonerings in de Swissflex Bridge® veersuspensie is in lijn met de matras en het bed past zich als een schaduw aan uw lichaam aan.

## INTERACTIEF OPHANGCOMFORT

De gepatenteerde Swissflex-lattenbodemtechnologie bridge® volgt de menselijke wervelkolom dankzij de ergonomische vorm en past zich geheel automatisch en individueel aan het lichaam aan, ongeacht postuur, gewicht en slaaphouding. De zones zijn afgestemd op de matras.

## FLEXIBILITEIT TOT AAN DE RAND

De bridge®-moduleketen ligt dankzij de binnenframe-constructie aan de uiteinden van de latten en garandeert een ongeëvenaard hoge vering over het hele ligvlak.



## DE REVOLUTIE BEGINT BIJ DE BASIS

Je vindt het comfort van Swissflex bij:

**swissflex**  
Finest sleep technology.

  
**Koos Kluytmans**



12



*Inhoud*



23

# COLOFON

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

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Annemiek Jansen  
**THEMATEKSTEN** Maaike van Helmond  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Astrid Berkhout  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Ron van Kuijk

f Like ons op Facebook/Best-OirschotBruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl of  
bel Michael Thörig 06-11087563 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Alkmaar Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



All you need is love! De Beatles zongen het ooit al en nog steeds 'predikt' Mister Love Robert ten Brink dit met grote regelmaat op de Nederlandse televisie. En geef ze eens ongelijk... liefde is toch ook een van de belangrijkste dingen in het leven?! De liefde mag wat ons betreft dan ook zo vaak als mogelijk gevierd worden. Gelukkig doen we dat deze maand wereldwijd weer massaal op Valentijnsdag. En wij vieren die liefde met jullie mee!

## *Bruisende lezer,*

Natuurlijk draait deze nieuwste editie van Bruist niet alleen om de liefde. Zoals elke maand hebben we je ook nu weer heel wat te vertellen over tal van bruisende onderwerpen. Vertelden we vorige maand bijvoorbeeld nog dat 'groen wonen' – in de zin van duurzaam wonen – de trend was, deze maand vertellen we je meer over het letterlijk wonen tussen het groen. Want ook dat is dit jaar dé trend. Op naar het tuincentrum dus en tover jouw huis om tot je eigen private jungle. Verderop in dit magazine geven we je hiervoor maar al te graag wat inspirerende tips.

Vier het leven en vier de liefde!  
**Michael Thörig**

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



WONEN  
TUSSEN HET  
GROEN

# Verander je huis in een trendy *jungle*

In de vorige editie van Bruist vertelden we het al: groen wonen is de trend. Vorige maand doelden we daarmee specifiek op duurzaam wonen, dit keer willen we het echter hebben over letterlijk wonen tussen het groen.

En dan bedoelen we wonen in een huis vol groene planten, want ook dat is een van de trends voor 2020. Om precies te zijn: groene (niet bloeiende) planten met grote bladeren die jouw huis het hele jaar door de uitstraling geven van jouw eigen 'private jungle'. Kies bijvoorbeeld voor een Monstera (gatenplant), palm, Alocasia (olifantoor) of Pilea (pannenkoekenplant). En ook cactussen en vetplantjes doen het bijzonder goed binnen deze trend, klein of groot, alleen of meerdere bij elkaar, maar net wat jij het mooist vindt.

## De juiste verzorging

Als je dan kiest voor al dat groen in je huis, is het natuurlijk wel belangrijk dat het ook echt groen blijft. Sommige planten hebben voldoende aan alleen wat water op zijn tijd, anderen hebben meer verzorging nodig. Internet kan hiervoor natuurlijk een eenvoudige bron van informatie zijn, maar bij een goed tuincentrum kunnen ook de medewerkers

je meer vertellen over de verzorging van jouw aankoop, zodat je zo lang mogelijk van je groene huis kunt genieten.

## Nooit uit de mode: rozen

Ook op het gebied van bloemen kent 2020 natuurlijk weer de nodige trends. Je bloemist kan je hier ongetwijfeld meer over vertellen. Maar het belangrijkste blijft dat je kiest voor een boeket dat jij echt mooi vindt en dat bij jou of degene voor wie je het koopt past. Maar als we je dan toch een tip mogen geven: het is natuurlijk februari, de maand van Valentijnsdag en bij deze dag van de liefde horen... rozen! Wat ons betreft een trend die nóóit uit de mode zal raken. Verras je geliefde met één enkele roos of een prachtige bos rozen (eventueel aangevuld met wat groen) en diens dag kan zeker niet meer stuk. De liefde mag immers gevierd worden!

Wil jij meer weten over de planten- en bloementrends voor 2020? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je altijd wel een specialist in jouw regio die je hier uitgebreid over kan informeren.

# Weer terug in balans

Marleen Bertens werkt al 23 jaar met plezier als groepsleerkracht in het basisonderwijs. “Ruim tweeënhalf jaar geleden ben ik onder de naam Hartjevol gestart als coach”, vertelt ze enthousiast. “In die hoedanigheid kan ik, gesterkt door de kennis en ervaring die ik in het onderwijs heb opgedaan, nog meer voor kinderen en hun ouders betekenen.”

Hartjevol helpt kinderen én volwassenen die om uiteenlopende redenen niet lekker in hun vel zitten. “In onze huidige maatschappij worden hoge eisen gesteld aan zowel kinderen als volwassenen”, vervolgt Marleen. “Kinderen zijn bovendien een stuk mondiger en gevoeliger dan vroeger. Ze spiegelen veel, wat best confronterend kan zijn voor ouders. Al met al vraagt dat om een andere manier van opvoeden dan we gewend zijn.”

## Spelenderwijs

“Bij kinderen ga ik spelenderwijs met de hulpvraag aan de slag. We kleien, tekenen en spelen, we doen ontspanningsoefeningen - vanuit mijn ervaring als kinderyogadocent - of we gaan buiten wandelen, terwijl we ondertussen met elkaar praten. Zo probeer ik er achter te komen wat er aan de hand is en hoe we tot een oplossing kunnen komen. Een luisterkind afstemming is ook mogelijk. Hierbij maak ik aan de hand van een foto contact met een kind op zielsniveau. Dit kan al veel inzicht bieden.”

## Betrokkenheid ouders

“Ook de ouders betrek ik er bij. Vaak twijfelen zij of ze het wel goed doen, ze hebben behoefte aan praktische handvatten waar ze mee verder kunnen. De kunst is ouder en kind in het begeleidingstraject nader tot elkaar te brengen, er voor te zorgen dat ze elkaar weer zien en begrijpen.”

## Intuïtief

“Ik ga intuïtief te werk, zonder vooropgezet behandelplan. Ik voel al snel aan wat degene die ik voor me heb, nodig heeft en stem het traject daar op af. Het is vooral belangrijk om goed te luisteren. Alle antwoorden zitten uiteindelijk in jezelf. Alleen zijn we vaak zo bezig met de buitenwereld dat we onze binnenwereld vergeten. Het geeft voldoening mensen te kunnen helpen om weer hun eigen pad naar geluk te vinden!”

“WE DOEN  
HET VOORAL  
SAMEN”



**SUSTOILABLE: NATUURLIJK PUUR!**

Goede huidverzorging kan ook met pure, natuurlijke producten. Geen gedoe met toevoegingen, kleuren en geuren. De producten van sustOILable bieden uitstekende verzorging voor het hele lichaam: Verzorgende huid- en haarolie (in navulbare pipet flesjes), handgemaakte stukken zeep, heerlijke geurolie en natuurlijk wasmiddel (wasnoten).

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



**50% KORTING MET DEZE  
BRUIST**



**Deal**  
SHOP JOUW  
GAASTRA  
MODE MET  
PROMOCODE  
BRUIST

Ga naar [www.nederlandbruist.nl/lezersacties](http://www.nederlandbruist.nl/lezersacties)

**WHERE STYLE MEETS  
COMFORT!**

Deze eetkamerstoel doet je hart sneller kloppen. Het zwart metalen frame is gecombineerd met een comfortabele zitting bekleed met een velours stof in diverse trendy kleuren. Om urenlang samen met jouw valentijn te genieten van een romantische avond.

[www.livinroom121.be](http://www.livinroom121.be)

**LEZERSACTIE**

**Maak kans op een  
mooie, sterke rugzak  
t.w.v € 49,99**

Maak de blits met deze rugzak gemaakt van soepel canvas, stijlvol met subtiel details. En... hij is waterafstotend!



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #RUGZAK naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

# Verwen jouw valentijn!

*win*

**LEZERSACTIE**

**Maak nu kans op een  
Paradise PINK kussen  
t.w.v. € 32,-**

Zacht velours kussen met aan beide zijden een mooie Paradise-print erop. 60 cm x 40 cm. Aangeboden door Liv'in Room 121 in Antwerpen. [www.livinroom121.be](http://www.livinroom121.be)



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #PINK KUSSEN naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

**BEAUTY AWARD WINNER**

MGC Derma staat voor pure en luxe huidverzorgingsproducten. Het merk is ontwikkeld door experts op het gebied van natuurlijke huidverzorging en ze hebben gebruikgemaakt van de meest hoogwaardige ingrediënten.

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

**LEZERSACTIE**

**Maak kans op een  
Peach Blossom Smoothing  
Body Wash.**

Verras jouw valentijn met deze heerlijke body wash op basis van perzikbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met deze Body Wash van O'right.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #PEACH BLOSSOM naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**



## BRUIST

Deal

Neem jouw valentijn mee naar Gran Canaria

Verblijf in een prachtig complex met een zwembad en een geweldig uitzicht.

1-slaapkamerappartement € 85,- per nacht\*  
2-slaapkamerappartement € 105,- per nacht\*

€ 85,-  
p. nacht\*



**Ga naar [www.nederlandbruist.nl/lezersacties](http://www.nederlandbruist.nl/lezersacties) en reserveer met promocode BRUIST**

# Gaastra

Shop nu  
online  
met 50%  
korting

Met de kleding van Gaastra komt u altijd sportief voor de dag! Gaastra maakt een mooie collectie casual kleding en is sterk in jassen, fleecvesten en softshells in mooie kwaliteiten en frisse kleuren. De kleding van Gaastra is sportief, comfortabel en ideaal om prettig in te bewegen.

Bekijk onze Gaastra collectie online en ontvang korting met promocode BRUIST!



BRUIST  
*Deal*

**50% korting**  
PROMOCODE: BRUIST  
SHOP NU OP  
NAUTIC FASHION.ONLINE

NAUTIC FASHION.ONLINE is een Nederlandse online outlet van het maritieme en nautisch georiënteerde outdoor modemerkt GAASTRA.

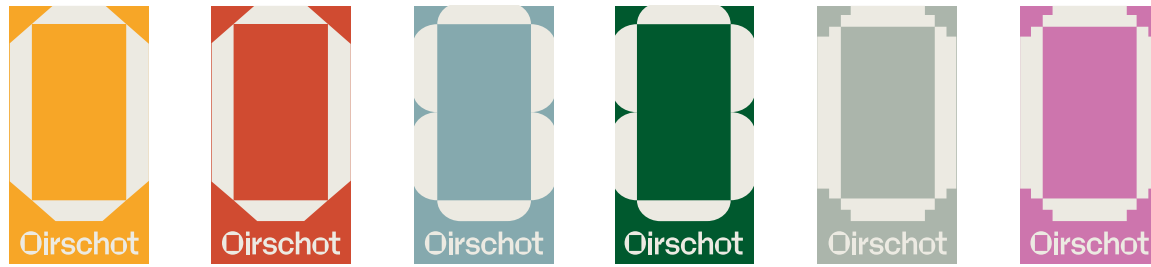
We richten ons op het aanbieden en leveren van stijlvolle producten voor outdooractiviteiten tegen geweldige prijzen.

NAUTIC FASHION  
ONLINE

hello@nauticfashion.online  
NAUTIC FASHION.ONLINE







## Oirschot heeft een nieuwe huisstijl

De gemeente Oirschot is samen met verschillende partijen haar identiteit gaan onderzoeken. Want wij willen ons dorp levendig en interessant houden voor inwoners, ondernemers en toeristen. De belangrijkste vraag was: wat maakt ons dorp onderscheidend ten opzichte van de omliggende gemeenten? Het antwoord is: onze vele monumentale bezienswaardigheden.

Het is belangrijk om uit te dragen waar we goed in zijn en wat Oirschot zo bijzonder maakt. Zo tellen Oirschot, Spoordonk en de Beerzen meer dan 300 rijks- en gemeentelijke monumenten. Gezien de grootte van Oirschot hebben wij hiermee de hoogste 'monument dichtheid' van heel Nederland. Dat willen we laten zien én beleven. Daarom hebben wij ervoor gekozen om Oirschot op de kaart te gaan zetten als levende erfgoed gemeente. We geven onze gemeente hiermee een krachtige, toekomstbestendige impuls voor huidige inwoners én (nieuwe) bezoekers.

### Nieuwe huisstijl en logo

Bij deze identiteit hoort een nieuwe passende huisstijl en een logo. De nieuwe huisstijl en het logo is van en voor iedereen. Dat wil zeggen dat wij het als gemeente gaan gebruiken maar ook onze ondernemers, verenigingen en organisaties zodat wij samen Oirschot promoten!

### Samenwerken is verbinden

De nieuwe huisstijl moet inwoners, ondernemers en andere organisaties of mensen stimuleren om echte ambassadeurs van Oirschot te worden. De huisstijl biedt diverse mogelijkheden om specifieke boodschappen of thema's te communiceren, altijd duidelijk onder de gezamenlijke paraplu van het merk Oirschot.



Karien Hoeks  
manager Visit Oirschot

TOT ZIENS IN OIRSCHOT...  
MONUMENT IN HET GROEN!

Dit jaar telt februari niet 28 maar 29 dagen. Deze **schrikveldag** is ooit ingevoerd omdat anders de lente steeds vroeger zou beginnen.

14 februari vieren we wereldwijd **de liefde**, het is Valentijnsdag.

In een kamer met planten werkt je **geheugen** maar liefst 20% beter.

De geboortesteen voor februaribaby's is **de amethyst**, deze steen symboliseert moed en klasse.

**Rode rozen** staan voor romantiek, gepassioneerde liefde en verleiding. Geef je je geliefde 1 rode roos, dan wil dat zeggen: ik houd nog steeds **alleen van jou!**

Mensen die in februari (of januari) geboren zijn, hebben volgens een onderzoek meer kans om **beroemd** te worden.

Het verzorgen van planten blijkt een perfecte manier te zijn om **stress te verminderen**.

4 februari is het Wereldkankerdag. Op deze dag wordt wereldwijd stilgestaan bij **de impact van kanker**.

# Wij bouwen de kast die bij je past!



## Dé kastenspecialist van Midden-Brabant

Bij Hamers@Home hebben wij voor elke ruimte (en budget) een kastoplossing, of het nu gaat om een eenvoudige vrijstaande kast, een luxe inloopkast of een TV-meubel. In onze ruime showroom zie je talloze voorbeelden van woon- en slaapkamerkasten, industriële schuif- en taatsdeuren en nog veel meer. Met ons eigen team regelen wij alles voor je, van ontwerp tot plaatsen. Het resultaat is een kast waar wij trots op zijn en jij straks jarenlang plezier van hebt, elke dag weer.

*Leon Hamers*



RINGBAAN-ZUID 372 | TILBURG | T 013 4627420 | [WWW.HAMERSTILBURG.NL](http://WWW.HAMERSTILBURG.NL)

# Een passie voor mode



"Ik ben nog elke dag dankbaar dat ik van mijn droom en passie mijn werk heb mogen maken", aldus Marieke Klein.

Met een mix van verschillende merken heeft Pure Femme voor iedereen wat leuks. Het is enkel nog aan jou om een keuze te maken tussen alle stukken die je mooi vindt. En dat is nog niet alles. Ook voor een cadeaubon, accessoires en prachtige sieraden ben je bij Pure Femme aan het juiste adres. Het maakt jouw outfit compleet en is ook leuk om als cadeautje weg te geven.

Het assortiment bij Pure Femme wordt elke week aangevuld. Het is dan ook erg leuk om vaker binnen te stappen. **Eén ding is zeker: Als vrouw verlaat je de winkel altijd met een glimlach van oor tot oor.**



## Pure Femme

Est. 2017

Hoofdstraat 32 R Best | 06-46954288  
info@purefemme.nl | www.purefemme.nl

## Boutiquefitnessclub Next Level Gym *viert haar 1-jarig bestaan*

### Sport jij al op niveau?

**Maak nu gebruik van onze JubileumActie 2020.**

**Deze actie is geldig t/m 29 februari.**

Inhoud actie:

- gratis intake door personal trainer
- 6 weken onbeperkte deelname aan eGym
- eGym polsbandje / Persoonlijke app
- koffie / thee / cappuccino
- persoonlijke begeleiding & programma op maat
- handdoekenservice
- vitaliteitscheck

**Je bent van harte welkom. Bel ons of stuur een e-mail voor een afspraak!**



**JUBILEUM  
PRIJS  
€ 79,99 P.P.**



NEXT LEVEL

# Gym

Bosseweg 7C Best

0499-785341

info@nextlevelgym.nl

www.nextlevelgym.nl

# Faalangst de Baas

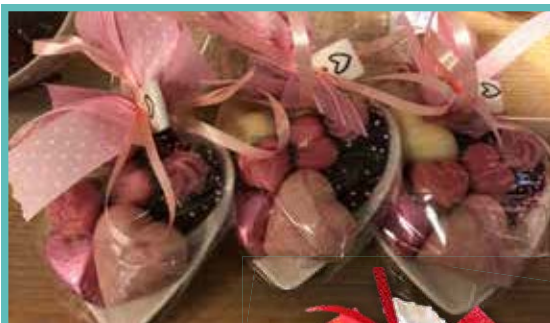
Al weken tegen de proefwerken opzien, slecht slapen voor een proefwerk, dichtklappen als je leerkracht een vraag stelt, vanwege vage lichamelijke klachten regelmatig van school verzuimen... Een algemeen gevoel van 'ik ben bang dat het niet lukt, dat ik het niet kan'. Kinderen presteren zoveel beter als ze vertrouwen hebben in zichzelf. Lukt dit nog niet helemaal dan is deze training een prettig steuntje in de rug.

**Ellen Saris helpt jouw kind graag!**

Aanmelden of graag meer info?  
Bel  
06 - 2399 3303



De Ronde 12-14 Best | 06-23 99 33 03  
ellen@praktijktalent-co.nl | [www.praktijktalent-co.nl](http://www.praktijktalent-co.nl)



Speciaal voor  
jouw Valentijn!



DE MOOISTE EN  
LEKKERSTE VALENTIJS-  
CHOCOLADE

Choco & Zoet

Wilhelminaplein 64a Best | 0626807465  
[www.choco-en-zoet.nl](http://www.choco-en-zoet.nl)

# DAGJE UIT BLUES FESTIVAL DELFT



14, 15 en 16 februari vindt in Delft weer het grootste indoor blues-festival van Nederland plaats. De programmeurs stellen ieder jaar een divers programma samen waarin verschillende bluesstijlen te beluisteren zijn. Bij de ruim dertig locaties hoor je onder andere delta blues, Chicago blues, Texas & Westcoast blues, jump'n'Jive, bluesrock, Americana, rock-a-billy en versterkte en akoestische livemuziek. Volop variatie dus! Naast alle gratis toegankelijke optredens, staan tijdens deze 22e editie eveneens bijzondere specials op het programma, waaronder een speciale filmvertoning in filmhuis Lumen, theatervoorstellingen in het Rietveld Theater, een gospel-optreden in de Maria van Jessekerk en een mondharmonica workshop.

Meer info op [www.delftblues.nl](http://www.delftblues.nl)

# FILMPJE KIJKEN THE CALL OF THE WILD

Deze film volgt Buck, een hond met een groot hart. Zijn normale huisdierenbestaan in Californië komt op z'n kop te staan wanneer hij tijdens de goldrush aan het einde van de negentiende eeuw naar de wildernis van de Alaskanse Yukon wordt gestuurd. Buck wordt de minst ervaren toevoeging aan een hondensleeteam dat post moet gaan bezorgen. Later groeit de heldhaftige hond uit tot de leider en beleeft hij het avontuur van z'n leven. Op deze manier vindt Buck zijn ware plek in de wereld en wordt hij eindelijk z'n eigen baas.

**THE CALL OF THE WILD is vanaf  
19 februari te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

# BOEKJE LEZEN THOMAS VERBOGT



De hoofdpersoon in de nieuwe roman van Thomas Verbogt wil graag een verbond vormen met Sander, zijn pleegbroer, maar dat lukt niet. Er staat iets in de weg, iets wat hij niet kan duiden, maar wat hem een leven lang achtervolgt. Wanneer hij afscheid neemt van zijn ouderlijk huis en daarmee ongewild ook zijn grote liefde uit het oog verliest, begint hij aan de zoektocht naar zijn eigen leven. Die zoektocht is onlosmakelijk verbonden met het geheim dat tussen Sander en hem in stond. Als je de stilte ziet is een diep ontroerende roman over verlangen, vluchtigheid en betekenis geven aan het leven. **Vanaf 24 februari verkrijgbaar bij de boekhandel.**

# NEDERLANDS DANS THEATER

## *Sometimes, I Wonder*

Nederlands Dans Theater (NDT) bestaat zestig jaar. Dit wordt gevierd met de prachtige dansvoorstelling *Sometimes, I Wonder*. Deze is volledig opgedragen aan Jiří Kylián, een van de meest diepzinnige, toonaangevende kunstenaars uit de geschiedenis van NDT. Zijn creatieve visies hebben het gezelschap naar ongekende hoogte gebracht.

De kostuums spelen een belangrijke rol in de voorstelling. “De dansers worden uitgedaagd om op topniveau te dansen. Wij mogen hen daar niet bij hinderen, wat betekent dat de kostuums perfect om het lichaam moeten, zitten zodat ze vrij kunnen bewegen”, vertelt *Yolanda Klompstra* gedreven. Samen met haar team is zij verantwoordelijk voor de kostuums van NDT. “Tegelijkertijd moet het er natuurlijk wel goed uitzien en recht doen aan het beeld dat de betreffende choreograaf én de ontwerper voor ogen hebben. Dat is en blijft een geweldige uitdaging.”

### **Creativiteit**

Ook voor *Sometimes, I Wonder*, dat in feite drie aparte voorstellingen van Kylián omvat, mogen de naaisters weer veel mooie dingen maken. “Denk aan korset jasjes en een grote, roze, zijden rok met meer lagen voor *Bella Figura*, stijlvolle,

Victoriaanse kostuums voor *Claude Pascal* en fijn geplisseerde, tweekleurige jurkjes voor *Vanishing Twin*. We kunnen er al onze creativiteit in kwijt en spelen met kleuren en materialen.”

### **Tot het allerlaatste moment**

“Als kostuummaker blijf je eigenlijk altijd bezig. Soms is een danser bijvoorbeeld afgevallen en moeten we de tailleband weer innemen. Vandaar dat we ook die laatste week, tot vlak voor de première, met onze naaimachine klaarzitten in het Zuiderstrandtheater om de laatste aanpassingen te kunnen doen. Het is keihard werken, maar ontzettend leuk om te doen. Je moet ook echt een passie hebben voor dit veeleisende vak, anders houd je het niet vol. We zijn allemaal superblij als het weer gelukt is. En tijdens de première is het ook voor ons genieten geblazen, dan zien we waar we het allemaal voor hebben gedaan!”

Op 6 februari 2020 gaat *Sometimes, I Wonder* in première in het Zuiderstrandtheater in Den Haag. Kaarten zijn te koop via [www.ndt.nl](http://www.ndt.nl).

DE KRACHT  
VAN PERFECTE  
KOSTUUMS



Joris Jan Bos Photography

# Huidtherapie Boxtel & Best

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

Met de modernste apparatuur, de best passende middelen en de expertise van Huidtherapie Boxtel & Best is de meest effectieve behandeling naar uw gezondere huid gegarandeerd. Een gezonde huid is veel meer dan alleen mooi. Ervaar het zelf; maak nu een afspraak of bekijk voorafgaand onze website of bel nu: 06 8126 4333

## Onze behandelingen

### • Pigment

- Overbehandeling
- Acne
- Oedeem
- Huidadvies
- Littekens
- Couperose/ vaatproblemen
- Nazorg kanker
- Huidverbeterende Behandelingen
- Lasertherapie
- Peelingtherapie



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

Huidtherapie  
Boxtel & Best



# Pigmentvlekken

**Pigmentvlekken zijn vlekjes die lichter of donkerder zijn dan de rest van de huid. De vlekken ontstaan veelal door blootstelling aan ultraviolette (UV) straling door de zon of door gebruik van zonnebank. Zwangere vrouwen hebben door hormonale schommelingen een groter risico op pigmentvlekken, ook wel zwangerschapsmasker genoemd.**

Pigmentvlekken kunnen bij de huidtherapeut met verschillende methodes worden behandeld. Niet alle behandelingen zijn mogelijk bij elke patiënt. De behandelingen kunnen ook gecombineerd worden uitgevoerd. De huidtherapeut bekijkt tijdens het intakegesprek en onderzoek welke behandeling het meest geschikt is voor de patiënt.

## Chemische peelings

Door een chemische peeling wordt de huid verdund. De peeling kan donkere pigmentvlekken behandelen en daarnaast ook littekens en ontstekingen bij acne verminderen. De huid voelt na de behandeling egalier en zachter aan en de huidconditie is verbeterd.

## IPL/Lasertherapie

Donkere pigmentvlekken kunnen behandeld worden met behulp van Intense Pulsed Light (IPL) of de Gentle Max Pro laser. Het pigment in de huid neemt door de lichtflits/laserpuls de lichtenergie en de warmte op waardoor het pigment wordt afgebroken.

## Camouflage

Door middel van speciale camouflageproducten kunnen pigmentvlekken worden bedekt waardoor ze niet meer zichtbaar zijn. Deze producten kunnen watervast worden gemaakt, hierdoor is de patiënt in staat om ermee te gaan zwemmen of nat te worden door regen. Deze methode dient echter wel dagelijks opnieuw te worden toegepast en is niet blijvend.

## Producten

Naast de behandeling is het belangrijk om de juiste verzorgingsproducten te gebruiken. Deze producten voorkomen verschillende stappen in het proces naar pigmentvorming en deze producten kunnen pigmentvlekken ook verminderen. Daarnaast is zonbescherming met minimaal SPF 30 erg belangrijk in de voorkoming van pigmentvlekken.



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



## Onze specialisten

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

**BEHANDELINGEN**  
kunnen worden vergoed  
door uw zorgverzekeraar

## Onze vestigingen

Boxtel  
Nieuwe Nieuwstraat 20  
5283 CD Boxtel

Best  
Oirschotseweg 28a  
5684 NJ Best

06 8126 4333



# All you need is... *love*

Februari is de maand van valentijn. Pak dus dit moment en laat je partner, familie en vrienden weten wat ze voor je betekenen. Een beetje extra liefde doet wonderen.

1. Amor Amor Eau de Toilette van Cacharel, vanaf € 42,- [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)

2. Body van Leg Avenue, € 40,95 [www.legavenue.eu](http://www.legavenue.eu)

3. Showergel van de Hema, € 4,- [www.hema.nl](http://www.hema.nl)

4. Kalan, € 210,- [www.parfumerie.nl](http://www.parfumerie.nl)

5. Scandal'Eyes Volume on Demand Mascara van Rimmel, € 15,99 [www.rimmellondon.nl](http://www.rimmellondon.nl)

6. essie limited valentine's day collection, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)

7. Rouge Pur Couture Collector van Yves Saint Laurent, € 38,70 [www.ysl.com](http://www.ysl.com)

8. Revitalift Red Cream van L'Oréal Paris, € 24,95 [www.loreal-paris.nl](http://www.loreal-paris.nl)

9. Tas Florian Fire van SMAAK Amsterdam, € 249,- [www.smaakamsterdam.nl](http://www.smaakamsterdam.nl)

10. Fruit kiss caring lip balm van essence, € 1,59 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)

11. Olympéa Onyx Eau de Parfum 80ml van Jean Paul Gaultier, € 109,25 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)

12. Sneakers van s'Oliver Women, € 89,95 [www.soliver.nl](http://www.soliver.nl)

# HÉT HOTEL ★★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI  
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit 4 sterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!  
Jouw vakantie  
begint hier!*







# Knit & Needle Café



**Afgelopen seizoen is Unique Beautique een nieuw concept in de winkel begonnen, Het Knit & Needle Café. Dinsdagavond om de twee weken krijgen fanatieke brei- en haaksters de gelegenheid om gezellig een avond bij elkaar te komen, ideeën uit te wisselen en lekker te genieten.**

Deze avond zijn er niet alleen garens en accessoires binnen handbereik, maar ook is er een ervaren begeleidster aanwezig mocht je vastlopen en hulp nodig hebben. De café-avond is geschikt voor gevorderden dames en heren van alle leeftijden. Mocht je heel graag mee willen doen, maar schikt deze avond je niet? Laat het weten, bij genoeg aanvraag kunnen we een extra avond of middag plannen!

**Bel gerust voor aanmelding, of kom gewoon gezellig binnenlopen op de volgende data:**

4 feb - 18 feb - 3 maart - 17 maart

**Tarief per avond € 7,50**

**5 rittenkaart € 30,-, 10 rittenkaart € 50,-**

Kom eens langs op dinsdagavond!



Mascha, Lotje & Greet

# Passie voor auto's is mijn drijfveer!

Auto's poetsen op een zeer hoog niveau, dat is wat Jeroen Bouman van TopEnd cardetailing vol passie en vakkennis doet. "Waar het standaard autopoetsen eindigt, daar begin ik met cardetailing."

**Wat is dat nu precies cardetailing?** "Het details van auto's is met passie en verstand van zaken auto's weer in nieuwstaat brengen, de hoogst mogelijke glans geven en het aanbrengen van de ultieme lakbescherming. Voor deze ultieme lakbescherming werk ik vooral met de moderne 'glascoatings' Modesta en C-quartz Finest reserve, twee merken in het topsegment. Ook het polijsten van de lak (lakcorrectie) is één van mijn specialismes. Daar waar reguliere poetsbedrijven problemen aan de lak verhullen, pak ik de problemen bij de bron aan. Bijvoorbeeld: bij een diepe kras in de lak gaat men er al snel van uit dat deze overgespoten moet worden, terwijl ik in tachtig procent van de gevallen zo'n kras weg kan halen met mijn polijsttechnieken. Kwaliteit tegen een veel aantrekkelijkere prijs dus."

**Kwaliteit** Ben je op zoek naar kwaliteit en wil je dat je auto er weer als nieuw uitziet, maak dan zeker een afspraak bij TopEnd cardetailing! "Ik durf wel te stellen dat ik erg goed ben in mijn werk, precies weet wat ik doe en altijd met passie aan het werk ga. Een compleet overzicht van alle werkzaamheden die ik uitvoer, is te vinden op [www.topend.nl](http://www.topend.nl).

**Ik zie je graag snel in Tilburg!"**



LAKBESCHERMING



LEDER/INTERIEUR BEHANDELING



LAK CORRECTIE/POLIJSTEN



VELGEN BEHANDELING



ALL YOU  
NEED IS  
LOVE!

# Laten we *de liefde* vieren!

14 februari, Valentijnsdag... de dag waarop wereldwijd in heel veel landen de liefde wordt gevierd. De een doet dit met een (anoniem) kaartje, de ander pakt groots uit. En weer een ander... die vindt het de grootste commerciële onzin die er is.

Zo mysterieus als het ontvangen van een anonieme valentijnskaart is, zo mysterieus lijkt de oorsprong van deze dag van de liefde. Vaak wordt gezegd dat deze teruggaat naar de derde eeuw na Christus toen er in Rome een priester woonde met de naam Valentinus. Hij stond bekend om de goede daden die hij verrichtte voor armen, ouderen en kwetsbaren. Deze Valentinus werd op 14 februari 270 echter onthoofd vanwege zijn geloof, maar later (in 496) werd hij door de kerk juist heilig verklaard. Sindsdien zou 14 februari een feestdag zijn, de dag van de Heilige Valentijn.

## Paringsdrang

Andere bronnen beweren echter dat Valentijnsdag is ontstaan vanuit het Romeinse Lupercalia feest (een vruchtbaarheidsfeest). En er zijn zelfs mensen die beweren dat het puur te maken heeft met het feit dat rond 14 februari de vogels beginnen met paren

en dat ook de mensen rond die tijd weer 'last' krijgen van paringsdrang.

## De liefde is mooi

Hoe het ook zij, feit is dat deze dag van de liefde pas in de jaren negentig echt goed vanuit Amerika naar Nederland is overgewaaid. Sindsdien verrassen ook wij massaal onze geliefde op 14 februari. Waar dat in de jaren negentig vooral nog gebeurde met dat anonieme, handgeschreven kaartje via de post, staan veel winkels in aanloop naar 14 februari tegenwoordig volledig in het teken van Valentijnsdag. Ook de meeste restaurants en wellnesscentra spelen hier volop op in, bijvoorbeeld door het aanbieden van speciale Valentijnsdagarrangementen. Commercieel? Ongetwijfeld, maar geef ze eens ongelijk. Elke kans om de liefde te vieren is er immers een die je met beide handen moet grijpen! De liefde is mooi, dus geniet ervan, óók op 14 februari...

Wil jij ook je geliefde verrassen op Valentijnsdag? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je altijd wel een ondernemer in jouw regio die je hier met liefde bij wil helpen.

# JUMP into a new Healthy Lifestyle FITCHALLENGE

Start je nieuwe jaar goed met de **Feel Best FITCHALLENGE** thuis in je woonkamer! Je eigen GYM thuis, sporten wanneer het jou uitkomt en ook nog eens fit blijven.

Doe om de dag 10 tot 15 minuten verschillende oefeningen voor je hele lichaam en ontvang iedere week een meditatie en tips voor een gezonde leefstijl!

Deze FITCHALLENGE is te volgen via een besloten groep op Facebook of via de mail.

Dit is het jaar om te investeren in jouw lichaam!

Deelname € 7,50 per maand

Doe je ook mee samen met een leuke groep enthousiaste Fitchallengers?

Meld je dan aan via [Info@feel-best.nl](mailto:Info@feel-best.nl)



## Feel Best

yoga & outdoor

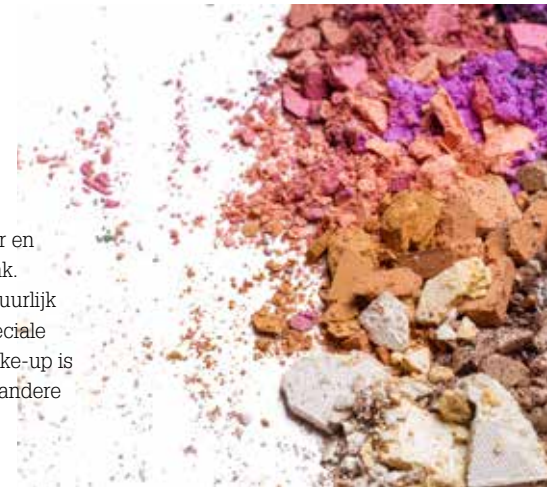
Lage Vleutweg 1 Best | 06 - 42064003  
[info@feel-best.nl](mailto:info@feel-best.nl) | [www.feel-best.nl](http://www.feel-best.nl)

# Perfekte Make-up!

Visagie in kleuren die perfect bij uw huid, ogen en haar passen? Make-up die schittert of als een natuurlijke onzichtbare laag, heel subtiel? Alles is mogelijk in schoonheidssalon Chapeau Rouge!

## VAN DAGMAKE-UP TOT BRUIDSMMAKE-UP

Van dagmake-up tot travestie, van avondmake-up tot glamour en van bruidsmake-up tot fantasiemake-up. Graag adviseren wij u in uw kleur en materiaalkeuze en houden natuurlijk ook rekening met uw eigen smaak. Een make-up is mogelijk na een gezichtsbehandeling maar u kunt natuurlijk ook een losse afspraak maken. Gaat u naar een feest of een andere speciale gelegenheid, dan mag de make-up iets opvallender zijn. Een avondmake-up is wat zwaarder dan een dagmake-up en er wordt gebruik gemaakt van andere technieken en materialen. De producten die gebruikt worden zijn ook verkrijgbaar voor thuisgebruik.



MAAK VANDAAG NOG EEN AFSpraak VOOR EEN PERFECTE MAKE-UP VOOR DIE SPECIALE GELEGENHEID!



Bel 0499 - 572795 en plan een gratis informatiegesprek met Nicky Beltz! Ze vertelt u graag meer over visagie!



Schoonheidssalon en nagelstudio

Chapeau Rouge | Leeuwerikstraat 9 Oirschot | 0499 572795  
[info@chapeaurouge.nl](mailto:info@chapeaurouge.nl) | [www.chapeaurouge.nl](http://www.chapeaurouge.nl)

# Mooi, gezond haar begint met een **gezonde hoofdhuid**



Dit is ook het motto en de kerngedachte achter de producten van **Mediceuticals**. Deze producten richten zich op hoofdhuidproblemen zoals bijvoorbeeld psoriasis, eczeem of roos. Daarnaast zijn er ook producten tegen haaruitval en tegen dunner wordend haar. Mediceuticals biedt zo een compleet assortiment aan producten aan dat geschikt is voor alle huid- en haartypes.

Om de hoofdhuidproblemen goed te kunnen behandelen is het van groot belang om vast te stellen wat het precieze hoofdhuidprobleem is. Om dat te kunnen onderzoeken maken wij gebruik van de **Mediscope**. Dit is een apparaat waarmee de hoofdhuid van dichtbij bekeken kan worden doordat de Mediscope het beeld 200x vergroot. Hierdoor kan goed in kaart gebracht worden wat het probleem precies is en kan er een passend advies worden gegeven. We stellen dan samen een passend en effectief behandelplan op.

Tevens zijn wij al jaren **gespecialiseerd in haarwerken**. Soms kan een subtiel klein haarstukje al voldoen om je meer zekerheid en zelfvertrouwen te geven. Wij zijn aangesloten bij alle zorgverzekeraars.



Vraag gerust naar de mogelijkheden via 0499 - 37 42 71, een intake met scope-consult in een aparte ruimte met privacy is kosteloos en vrijblijvend.

# SCISSORS

— HAIRDESIGN —

Rendierhei 23 Best | 0499 - 37 42 71 | info@scissors-hairdesign.nl  
www.scissors-hairdesign.nl

# GEKNIPT & geschoren

MAN/CAVE

Ging je voorheen 'gewoon' naar de kapper, tegenwoordig brengen weer steeds meer mannen een bezoekje aan de barbier. De laatste paar jaar schieten de 'old school' barbershops dan ook als paddenstoelen uit de grond en viert het beroep van barbier hoogtij.



Niet alleen omdat de man van nu waarde hecht aan een goede scheer- en/of knipbeurt, maar vanwege de gehele ervaring. Bij een barbier wip je namelijk meestal niet snel even binnen. Je neemt de tijd, laat je knippen en/of scheren en geniet ondertussen van een drankje en een praatje met de andere mannen in de shop. Oftewel: 'the barber experience'!

## Allrounders

Barbieren van nu zijn overigens veel meer allrounders dan de barbieren van vroeger. Destijds ging je hoofdzakelijk naar de barbier om je baard of snor te laten knippen, scheren en verzorgen. De naam barbier zegt het eigenlijk al, want die is afgeleid van het Latijnse woord barba dat baard betekent. Voor hun kapsel gingen mannen meestal naar een gewone (heren)kapper. Tegenwoordig beheersen veel barbiers beide disciplines en kun je er dus zowel je baard en snor als je kapsel onder handen laten nemen. Maar dan net even in een iets andere setting dan bij een traditionele kapperszaak, door vakspecialisten met ontzettend veel passie voor hun werk.

**Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk: dat is Kliniek Heyendael. Een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie.**

Bij Kliniek Heyendael houden we ons iedere dag bezig met professionele behandelingen om mensen hun zelfvertrouwen terug te geven.

#### Onze behandelingen

##### Borstvergroting ▶

- Neuscorrectie
- Liposculptuur/Lipofilling
- Spataderbehandeling
- Ooglidcorrectie
- Facelift (MACS-lift)
- Borstverkleining
- Rimpelbehandeling
- Armlift - Halslift
- Contourverbetering
- Oorcorrectie
- Labiacorrectie

**We hopen je binnenkort te mogen verwelkomen! Plastisch chirurg Frans Straten**



# Borstvergroting?

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

#### Wanneer een borstvergroting?

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

#### Overweeg je een borstvergroting?

Tijdens een persoonlijk consult met onze plastisch chirurg worden je wensen uitgebreid besproken en al je vragen beantwoord.

Neem gerust contact op met onze consulente voor het inplannen van een vrijblijvend en kosteloos consult via 024 - 845 05 06 of door middel van ons contactformulier op onze website.

**Betrouwbare en betaalbare plastische chirurgie.**  
Voor meer info  
024 - 845 05 06



## Els Uitvaartzorg Els Barnhoorn

Ik vind het een eerzame taak om nabestaanden te mogen bijstaan. Om hun dierbare overledene te gedenken en het middelpunt te laten zijn. En ook mensen die zelf de invulling van hun uitvaart in handen willen nemen, begeleid ik met hart en ziel. Bij een uitvaart gaat het immers om de weergave van een waardevol leven in één dag.

**Overlijden melden?  
Bel dag en nacht op  
088 - 21 40 400**

**info@elsuitvaartzorg.nl  
www.elsuitvaartzorg.nl**

## Hoop doet leven

“Tja, krijg ik straks nog een mogelijkheid?” Dit was de retorische vraag die ik direct na binnenkomst gesteld kreeg. 90 jaar en de lastig verkregen mogelijkheid tot euthanasie voorbij laten gaan.

De euthanasie stond gepland op de dag ervoor, om precies 20.19 uur, een mooie tijd volgens meneer, maar blijkbaar toch niet mooi genoeg.

Bij de eerste ontmoeting stelde hij zich lachend voor als Remi. De lach werd gevolgd door een lange bulderende hoest en een excuus. De naam was Johan, maar gezien het aantal overgebleven vrienden en familieleden, noemde hij zich gekscherend Remi. Zijn humor had hem nog niet in de steek gelaten, zijn organen echter wel, het ging, zoals hij direct aangaf “niet zo goed” met hem.

Wij hadden samen een eenvoudige uitvaart uitgezet, met mooie teksten en prachtige muziek. Het draaiboek lag klaar, de locaties waren geboekt en de broodjes besteld. Of ik boos op hem was? De vraag zei iets over zijn inborst. Een rustige, eerlijke man, die zich in de laatste jaren meer en meer had teruggetrokken, iets wat steeds vaker lijkt voor te komen.

“Speciaal vanuit Anchorage in Canada, voor mij! Een reistijd van meer dan 17 uur. Ik hoop haar nog één keer te kunnen zien.” Zijn enig overgebleven zus zou ineens toch overkomen voor de uitvaart. Dit had hem doen besluiten de euthanasie geen doorgang te laten vinden.

Enkele dagen later werd ik gebeld door een dame die gebrekkig Nederlands sprak, “U spreekt met Jolande, ik ben de zus van Johan.” Even was het stil, of ze woorden zocht, toen een diepe zucht en de reden van het telefoontje. “Johan is vanmorgen niet meer wakker geworden. Ik was gelukkig net op tijd om nog een dag met hem door te brengen. Wilt u please naar ons toekomen.”



# Zlim werkt echt!

## Duurzaam resultaat

Zlim Bodystyling is al meer dan 20 jaar een gerenommeerd instituut voor afslanken en figuurcorrectie. Onze methode is gebaseerd op verstandig eten en doelgericht bewegen onder deskundige individuele begeleiding. Ons motto: 'Afslanken met gezond verstand'. Geen poeders, pillen, proteïnen- of andere crashdiëten die slechts tijdelijk resultaat geven; wie kiest voor Zlim®, kiest voor duurzaam resultaat.



1

### Het 4 stappenplan van Zlim®

#### Gratis figuuranalyse

Iedereen is anders. Daarom analyseren we eerst je figuur en stellen we samen je persoonlijke afslankprogramma op.



2

#### Voedingsadvies

Je krijgt advies op maat van onze diëtisten. Geen streng dieet, wel een gezond eetpatroon dat bij je leven past.



3

#### Doelgericht bewegen

Je beweegt in een verwarmde cabine en krijgt individuele begeleiding om af te slanken waar jij dat wenst.



4

#### Ozontherapie

Met de ozonzuurstoftherapie behoud je een strakke en gladde huid, zelfs als je vele kilo's verliest.

**zlim**

voel je slank, voel je goed!

**Pak de telefoon en maak vandaag nog een afspraak.**

Zlim Best | De Waal 46, Best | 0499 37 79 00 | [www.zlim.nl](http://www.zlim.nl)



Alle onderzoeken wijzen uit, en echte deskundigen zijn het erover eens: een goede begeleiding biedt uiteindelijk de meeste kans op succes om blijvend af te slanken. En professionele begeleiding, dat is nu juist onze grote kracht. Ik wil mensen op basis van gezond verstand laten afvallen, dus met normale voeding en zonder pillen of supplementen. Het resultaat moet duurzaam zijn, dat is de kunst. Samen spreken we door wat je eet, hoeveel je eet en waarom je eet. Voldoende voedingsstoffen en variatie zijn daarbij belangrijk en je zult ervan versted staan wat je allemaal nog wel mag eten en in welke hoeveelheden. Uiteindelijk moet het leiden tot een veranderde gedragswijze en een gezond BMI. De één moet daarvoor 10 of 20 kilo afvallen, de ander maar een paar kilo.

Tot gauw.

*Amber*

diëtiste Zlim Best

# Leef vanuit liefde

Leef vanuit liefde en je zult je gelukkig voelen. Liefde heeft geen oordeel, liefde is. Liefde maakt je puur, vermindert pijn en problemen, liefde is alles en alles is liefde.

Als je je ogen sluit en je hart opent, dan verdwijnen je gedachten. Op dat moment ben je in je hart en dan zie je alleen liefde. We willen liefde zien met onze ogen, maar dat lukt niet. Alleen ons hart kan liefde zien. Laat je gedachten los, wees in dit moment en laat alles zijn zoals het is. Dat is liefde.

'Alleen met het hart kun je goed zien. Het wezenlijke is voor de ogen onzichtbaar', schreef Antoine de Saint-Exupéry in De kleine prins, een van mijn favoriete boeken. Zolang wij niet kijken met ons hart, maar de wereld om ons heen alleen aanschouwen door onze ogen, zullen we geen vrede vinden. Wees vandaag vriendelijk en verdraagzaam naar jezelf en naar anderen.

Leef vanuit liefde.

Hasta la proxima.

*Michael Pilarczyk*

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

# Bij de Tantes Best

De leukste kadowinkel in Best en omstreken!

Zomaar een greep wat je allemaal aantreft in de winkel: prachtige woonaccessoires, dames- en kinderkleding, sieraden, originele foodkadoproducten, tekstborden, (gepersonaliseerde) kraamkado's, beauty artikelen, leren tassen, verse bloemstukken en nog veel meer!  
DHL-servicepunt - Gratis parkeren voor de deur



Rendierhei 15 Best | [f](#) bijdetantesbest | [i](#) bijdetantesbest | 0499 325295 | [info@bijdetantesbest.nl](mailto:info@bijdetantesbest.nl)



# OPVALLLEN

## IN JOUW REGIO?

**ADVERTEER  
OOK IN  
BRUIST!**

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

## Ondersteuning bij de ontwikkeling van nieuw leven

# Reflexzonetherapie en zwangerschap

**Een nieuw en uniek leven dat groeit in je buik. Zwanger zijn vraagt veel van je, zowel lichamelijk als geestelijk. Reflexzonetherapie creëert momenten van rust en ontspanning voor jou en je ongeboren baby. Bovendien werkt reflexzonetherapie verlichtend en oplossend bij veelvoorkomende klachten die in deze periode niet met medicatie behandeld kunnen worden.**

### Verlichting bij zwangerschapsklachten

Reflexzonetherapie is er altijd op gericht om je totale lichamelijke en geestelijke gezondheid te optimaliseren. Juist in de periode van zwangerschap ontstaan soms klachten waar je nooit eerder last van had. De ervaring leert dat de volgende zwangerschapsklachten met reflexzonetherapie goed behandeld kunnen worden: ■ vermoeidheid ■ misselijkheid ■ plotseling opkomend maagzuur ■ pijn in het bekken ■ rugpijn ■ blaasontsteking ■ verstopping (obstipatie) ■ vocht vasthouden (oedeem) ■ (mild) verhoogde bloeddruk ■ beginnende zwangerschapsdiabetes ■ onrust en stress

Reflexzonetherapie kan ook ingezet worden bij het draaien van de baby bij een stuit- of dwarsligging en om een natuurlijke bevalling op gang te brengen na de uitgerekenende datum.

Na de geboorte van je baby breekt de tijd aan om weer op krachten te komen. In deze fase helpt reflexzonetherapie je om sneller te herstellen en je balans te hervinden.

*Reflexzonetherapie is een goede aanvulling op de reguliere zwangerschapszorg maar dient nooit ter vervanging van huisarts, verloskundige of gynaecoloog.*

Bel me gerust voor meer informatie of een kennismaking!



Sinds 2010 werkt Lieke van Lange met veel passie, liefde en plezier als reflexzonetherapeut in haar praktijk in Best. "Ik lever graag een bijdrage aan je weg naar gezondheid en balans, zodat de levensenergie weer onbelemmerd kan stromen.

Zowel fysiek als mentaal en emotioneel. Ik werk met voetreflex, Guasha, coaching en energetische therapie. Van harte welkom!"

Kijk voor meer informatie op [www.lilavoetreflex.nl](http://www.lilavoetreflex.nl)



Sint Annaweg 10, Best  
**06-28782613**  
[lilavoetreflex@home.nl](mailto:lilavoetreflex@home.nl)  
[www.lilavoetreflex.nl](http://www.lilavoetreflex.nl)



## Bloemen en planten voor iedereen

Verse bloemen en planten in alle soorten. Maar ook potten, glaswerk, geurkaarsen en nog veel meer leuke artikelen voor in huis. Tevens rouwwerken en bruidsboeketten.

Bestel via telefoon of e-mail en Dick komt het boeket persoonlijk brengen!



Bloemeshop Best | Dick Boekholt

Wilhelminaplein 19 Best | 0499 398679 | shop@bloemenbest.nl

Lig je te piekeren?  
Ik luister...

Bel  
**0900-0767**  
of chat via [deluisterlijn.nl](https://deluisterlijn.nl)

Praten lucht op!  
anoniem - dag en nacht

**de luisterlijn**  
wij geven gehoor

## Vergroot je herkenbaarheid!

Wil jij je herkenbaarheid vergroten? Dat kan op verschillende manieren. Sticker en Shirts denkt graag met je mee.

Bij Sticker en Shirts ben je aan het juiste adres voor het bedrukken en borduren van (bedrijfs-)kleding. Maar ook voor autobeletering, raambelettering, bewegwijzering, reclameborden, spandoeken, banners én drukwerk.

### Sticker en Shirts

Bedrukking - Borduren - Belettering -  
Stickers - Drukwerk

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

Wil je je evenement of open dag aankondigen?  
Huur een reclame-aanhanger bij ons.  
**BEL ONS VOOR MEER INFO!**

Heizenschedijk 5, Moergestel | 06-15453770 | [info@stickerenshirts.nl](mailto:info@stickerenshirts.nl) | [www.stickerenshirts.nl](http://www.stickerenshirts.nl)

# Goed afscheid nemen?

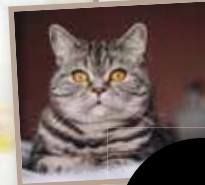
## Dat kan bij Dierencrematorium Memoria

Dat er grote behoefte in de omgeving was aan een dierencrematorium met een hoge servicegraad blijkt uit de reacties van onze klanten. Naast deze hoge servicegraad speelt onze prijsstelling een belangrijke rol, wij hanteren namelijk vaste lage prijzen.

Veel klanten maken gebruik van de mogelijkheid om zelf hun overleden huisdier te brengen en daarbij afscheid te nemen, zelfs in het weekend en de avonden. Inmiddels hebben we een fantastisch gemotiveerd team bestaande uit zes medewerkers die zich meer dan 100% inzetten voor onze klanten. Hierdoor kunnen we zeven dagen per week een goede service bieden. Een groot deel van de medewerkers is vanaf de opening betrokken, waardoor er inmiddels veel ervaring en kennis binnen Memoria aanwezig is.

Ondanks dat uw dierenarts wellicht een samenwerkingsverband heeft met een ander dierencrematorium is het mogelijk om Dierencrematorium Memoria het transport, het afscheid en de crematie te laten verzorgen.

Neem gerust contact met ons op en wij zullen zorgen dat u met veel liefde, persoonlijke aandacht en respect afscheid kan nemen van uw geliefde overleden huisdier.



EIGEN  
OPHAALDIENST

Ook bij uw  
dierenarts



Wielevenweg 22, Tilburg | 013-5907716 | [info@dierencrematorium-memoria.nl](mailto:info@dierencrematorium-memoria.nl) | [www.dierencrematorium-memoria.nl](http://www.dierencrematorium-memoria.nl)





# FEBRUARI 2020

DE  
ENCK  
SOCIAAL  
CULTUREEL  
CENTRUM  
DIRSCHOT

- ▶ **VRIJDAG 7 FEBRUARI | 20.15 UUR**  
**PATER MOESKROEN - RESERVEBELGEN**
- ▶ **ZATERDAG 8 FEBRUARI | 20.15 UUR**  
**KAI BODEWITZ - DOE FF GEWOON**
- ▶ **DONDERDAG 13 FEBRUARI | 20.30 UUR**  
**PUBQUIZ**
- ▶ **MAANDAG 17 FEBRUARI | 20.15 UUR**  
**FILMCLUB OIRSCHOT - SHOPLIFTERS**
- ▶ **DONDERDAG 5 MAART | 20.15 UUR**  
**GERARD VAN MAASAKKERS - IK LOOP**
- ▶ **ZONDAG 15 MAART | 14.30 UUR**  
**DE DWERG - FRATELLO FIASCO (FAMILIEVOORSTELLING)**

FILMCLUB OIRSCHOT: TIEN KEER PER SEIZOEN DE ALLERBESTE  
FILMHUIS FILMS! BEKIJK HET GEHELE FILMPROGRAMMA OP  
[WWW.DEENCK.NL/FILMCLUB](http://WWW.DEENCK.NL/FILMCLUB)

KIJK VOOR MEER INFO OP [WWW.DEENCK.NL](http://WWW.DEENCK.NL)

# Paddenstoelen *risotto* met portobello

2 PERSONEN - 30 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

300 gr gemengde paddenstoelen (oesterzwammen, cantharellen, kastanjechampignons)  
1 portobello  
60 gr walnoten  
1 ui  
2 eetl olijfolie  
peper en zout  
1 knoflook teentje  
80 gr volkoren risottorijst/  
zilverviesrijst (ongekookt)  
50 ml droge witte wijn  
300 ml tuinkruidenbouillon  
10 gr gehakte peterselie  
1 eetl Zwitserse strooikaas

Veeg de paddenstoelen en portobello schoon met een borsteltje en snijd in kleine stukjes. Hak de walnoten fijn en snipper de ui. Verhit de helft van de olie in een hapjespan en bak de paddenstoelen op hoog vuur bruin. Schep ze op een bord en bestrooi met peper en zout. Schenk de rest van de olie in een pan en bak de ui 3 minuten zachtjes. Pers de knoflook erboven uit en bak de risottorijst even mee, tot alle korrels glazig zijn. Voeg de wijn toe en laat verdampen. Roer een scheut bouillon door de rijst met een pollepel. Voeg de volgende scheut pas toe als de vorige is opgenomen door de rijst. Maak zo alle bouillon op en laat de risotto zachtjes doorkoken tot de rijstkorrels beetgaar zijn (totaal circa 20 minuten). Schep de paddenstoelen en noten door de risotto en warm de risotto nog even door. Breng op smaak met wat extra peper en zout. Schep de peterselie erdoor, verdeel de risotto over twee diepe borden en bestrooi met Zwitserse strooikaas.



### **Loes**, senior media adviseur bij Bruist

Deze heerlijke gerechten van New Fysic zijn mijn favoriete recepten. Ik ben 19 kg kwijtgeraakt met New Fysic. Ineke, mijn coach in Breda, heeft mij hier goed bij begeleid. Ik vind New Fysic geen straf om te volgen en ik heb me er altijd heerlijk bij gevoeld. Daarnaast sport ik bij Move 35 in Breda. Inmiddels ben ik al een half jaar op mijn streefgewicht, maar ik vind deze recepten nog steeds heerlijk om te maken ook al volg ik geen dieet meer. Mijn gezin kan ook mee-eten en deze recepten zijn erg lekker, gezond en makkelijk om te maken. **Geniet ervan en smakelijk eten**

# *Runderreepjes* met broccoli, ui en sesamzaadjes

2 PERSONEN - 30 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

2 kleine struikjes broccoli  
1 ui  
stukje verse gember, 2 cm  
1 teentje knoflook  
80 gr volkoren noedels  
Frylight bakspray  
250 gr runderreepjes  
1 dl kippenbouillon (tablet)  
1 eetl sojasaus  
1 theel sesamolie  
half Spaans pepertje  
peper en zout  
1 theel sesamzaadjes

Verdeel de broccoli in kleine roosjes. Schil de stelen en snijd deze in dunne plakjes. Blancheer de roosjes 2 minuten in kokend water en laat ze daarna kort onder de koude kraan 'schrikken', zo blijven ze mooi groen en garen ze niet verder. Snipper de ui, gember en de knoflook. Kook ondertussen de volkoren noedels volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar. Spray wat Frylight bakspray in een wok en bak de knoflook, ui en gember circa 2 minuten op middelhoog vuur. Zet dan het vuur hoog en voeg de runderreepjes toe. Bak circa 3 minuten. Zet het vuur weer wat lager en voeg de broccolistukjes toe. Bak 2 minuten en blus af met de bouillon. Laat het geheel nog 2 minuten pruttelen. Haal de wok van het vuur en voeg de sojasaus, sesamolie en Spaanse peper toe. Breng verder op smaak met peper en zout en bestrooi met de sesamzaadjes. Verdeel over 2 borden en serveer met de volkoren noedels.





# WOONPLAZA OIRSCHOT

Alles op het gebied van bouwen, verbouwen, inrichten en leven!

 FEEST & SPELEN

 [BIGPARTYSHOP.NL](http://BIGPARTYSHOP.NL)

KOM OOK EENS  
BINNEN HOSSEN  
IN ONZE

**CARNAVALSWINKEL!**

Je vind hier alles wat je nodig hebt voor een feestje denk aan verjaardagsfeest, themafeest, versieringen, (Grimas) schmink, make-up, lenzen, geboorte en nog veel meer in Oirschot. Het is al meteen feest als je de 1000m<sup>2</sup> Big Party Shop op de 1ste etage van Woonplaza Oirschot betreedt.