

OOSTERHOUT 

MAART 2020 [WWW.OOSTERHOUTBRUIST.NL](http://WWW.OOSTERHOUTBRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST

Ga jij voor  
*standaard?*

Hoera, het  
is bijna  
*lente!*



# VOOR HET ULTIEME BUITENGEVOEL



BOREK • MAX&LUUK • MINOTTI • B&B ITALIA • KETTAL



# Ervaar **het echte Ibiza** bij **HOTEL GARBI**

Hotel Garbi, het viersterrenhotel aan Playa d'en Bossa, het populaire strand van Ibiza. 'Garbi' betekent letterlijk 'zuiver'. Het hotel heeft dan ook een hippe, moderne en frisse uitstraling. Je hebt keuze uit standaardkamers, superior, suite en premium suite met bubbelbad en uitzicht op het strand. Met ons gezin verblijven wij er twee weken.

Je kunt kiezen voor half board. Dat wil zeggen inclusief ontbijt en diner. Ondanks dat het hotel volgeboekt is, merk je de drukte niet. Dit geeft een zeer relaxed gevoel en het personeel is overal supervriendelijk. Bij het zwembad zijn er genoeg bedden. Tevens zijn er tweepersoons Bali bedden te huur inclusief Cava Sangria.

Garbi Chill Out Lounge en tevens restaurant, ligt aan het strand en heeft een spectaculair uitzicht op zee. Tijdens de lunch genieten wij van geweldige gerechten. Een populair gerecht is de Poke Bowl. Daarnaast heeft dit restaurant een aparte bar voor

cocktails maar ook gezonde smoothies. In de avond is er live muziek of speelt er een DJ.

Het hotel heeft een Spa en gasten kunnen gratis gebruikmaken van het binnenzwembad en sauna. Daarnaast biedt het hotel ook diverse schoonheidsbehandelingen, yoga en massages. Hotel Garbi is verder de perfecte uitvalsbasis om de rest van het eiland te verkennen. Discotheken zoals Ushuaia en Hi Ibiza zijn op loopafstand te vinden.

Wij hebben ontzettend genoten van ons verblijf bij Hotel Garbi. Het is dus zeker een aanrader.

*Marcel, Lea, Tessa & Lidiano*



BRUISEND/BEZOEK

**KOMENDE ZOMER ZIJN  
WE WEER VAN DE PARTIJ!**



Kijk voor meer informatie op [www.hotelgarbi-ibiza.com](http://www.hotelgarbi-ibiza.com)

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



8



21



40

win



12



10



23

# COLOFON

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

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

f Like ons op Facebook.com/oosterhoutbruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl  
of bel Rogier Jongerden, 06-47885009

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Oosterhout 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.**



Foto: Ron Eskens soopictures.nl

Het is bijna zover... de winter gaat weer plaats maken voor de lente! En hoewel maart de buienmaand bij uitstek is, merk je aan alles dat we weer richting de warmere maanden van het jaar gaan. Heerlijk! Wat ons betreft kan dat voorjaar niet snel genoeg zijn intrede doen.

Voor veel mensen vormt het voorjaar dé aanleiding voor een grote schoonmaak in huis. Maar ook om het interieur eens goed onder de loep te nemen. Wordt het niet weer eens tijd voor wat nieuws?

## Bruisende lezer,

Voor iets anders dan anders? Dan kan maatwerk de oplossing zijn voor jou. Een kast of bijvoorbeeld deur op maat zorgt namelijk gegarandeerd voor een unieke en persoonlijke uitstraling. Daarover vertellen we je dan ook graag wat meer.

Zo blijven we je elke maand verrassen met de meest inspirerende verhalen. Met de lente in onze kop bruisen wij weer van de ideeën, net als alle ondernemers die ook deze maand weer hun verhalen met je delen. Zoek dus een heerlijk plekje in het (bijna) voorjaarszonnetje, sit back, relax en geniet van deze nieuwste editie van Bruist.

**Lea en Marcel Bossers**

**Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Reeshof Bruist en De Langstraat Bruist.**

# Inhoud

# 'Op maat gemaakt'

Deuren, je kunt ze in verschillende soorten en maten kopen. Standaardmaten welteverstaan. Maar wat nou als jouw huis geen standaard deurmaten kent? Of als je gewoon iets anders dan anders wilt? Maatwerk is het antwoord!

Vooral in oudere woningen willen de deurmaten nog weleens afwijken van wat tegenwoordig als standaard wordt beschouwd. Maar ook in modernere huizen met hoge plafonds is er allesbehalve sprake van standaardmaten. In dergelijke gevallen ontcom je er bijna niet aan om de hulp in te schakelen van een maatwerkspecialist die voor jou een deur op maat maakt.

## Uniek & persoonlijk

Groot voordeel daarvan is dat je de deur volledig af kunt stemmen op jouw wensen. Niet alleen de maat is immers aan te passen, maar ook het volledige uiterlijk van de deur. Het materiaal, de kleur, het deurbeslag, wel of geen glas (en wat voor glas). Je kunt het eigenlijk zo gek niet bedenken of er is vast wel iemand die het voor je kan maken. Maatwerk zorgt voor een unieke en persoonlijke uitstraling. Dat is dan ook meteen de reden waarom veel mensen toch voor deuren op maat kiezen terwijl ze gewoon een huis hebben met standaardmaten.

## Kasten op maat

En dat geldt niet alleen voor maatwerkdeuren, maar eigenlijk voor al het maatwerk in je woning. Zo kiezen ook steeds meer mensen voor maatwerkkasten die bijvoorbeeld perfect in die ene hoek in de woonkamer passen, of onder dat schuine dak in de slaapkamer, of in die nis in de gang, om maar wat voorbeelden te noemen. Helemaal nu kleiner wonen de trend lijkt te zijn, geven maatwerkkasten niet alleen een unieke touch aan je interieur, maar zorgen ze er ook nog eens voor dat je optimaal gebruik maakt van de beschikbare ruimte.

## Prijskaartje

Een belangrijke afweging is (tenzij maatwerk echt noodzakelijk is) of je er dat extra geld voor over hebt. Vaak hangt er namelijk wel een iets hoger prijskaartje aan een maatwerkdeur of -kast. Maar heb je dat er voor over, dan is maatwerk altijd een meerwaarde voor je interieur.

Ben jij ook op zoek naar maatwerk voor in jouw huis?  
Op [www.nederlandbruijst.nl](http://www.nederlandbruijst.nl) vind je altijd wel een maatwerkspecialist in jouw regio.

MAATWERK  
ZORGT VOOR EEN  
UNIEKE TOUCH

# Hét adres voor al je bestrating

Op zoek naar bestrating, nieuw of gebruikt? Dan ben je bij Van Kemenade Bestratingen gegarandeerd aan het juiste adres. “Wat je smaak, budget of kwaliteitseis ook is, wij hebben voor ieder wel wat wils”, aldus Harm van Kemenade.

VAN DE GOEDKOOPSTE KLINKER  
TOT DE DUURSTE TEGEL

## Het begin

“Mijn opa begon het familiebedrijf meer dan zestig jaar geleden”, vertelt Harm. “Hij begon met het vervoeren van melkbussen, maar de handelaar in hem zag overal werk in. Er was vraag naar fourage, dus ook dat ging hij bezorgen en aangezien de boeren waar hij kwam ook verharding van hun terrein nodig hadden, kwam daar gaandeweg bestrating bij.” Toen de vader van Harm het bedrijf in de jaren tachtig overnam, werd de handel in bestrating en het transport daarvan de core-business van Van Kemenade. “En inmiddels ben ik dus alweer de derde generatie binnen het bedrijf.”

## Nieuw en gebruikt

Hoewel Van Kemenade Bestratingen van oudsher bekend staat vanwege de handel in gebruikte bestrating, benadrukt Harm dat ze tegenwoordig ook dé specialist zijn in nieuwe bestrating en alle

directe toebehoren. “Het aanbod is dus zeer breed. Wat je kwaliteitseisen ook zijn, we kunnen eraan voldoen en vinden ook altijd wel iets dat past bij je smaak en budget. Van de goedkoopste klinkers tot de duurste tegels, je vindt ze bij ons. En of je nu komt voor één steentje of voor 1.000 m<sup>2</sup> bestrating, maakt voor ons niet uit. Iedereen is welkom!” Ook voor verlichting trouwens. “Want die hebben we met ingang van dit jaar toegevoegd aan het assortiment in onze vestiging in Bavel.”

## Service

“Het geven van goed advies en de best mogelijke service staat bij ons altijd voorop. We beschikken over twee vestigingen, in Son en Breugel en in Bavel, en verzorgen ons eigen transport waardoor wij bovendien zeer flexibel zijn. Alles om de klant de bestrating te bezorgen die hij zoekt.”

**HK**  
VAN KEMENADE  
BESTRATINGEN





### HAUTE COUTURE

Stolichnaya Vodka vormt de basis voor de heerlijkste cocktails voor alle seizoenen. De Haute Couture wordt gereserveerd met Stoli Cucumber, dry white vermouthe en komkommersliertjes op een spiesje. Voor wie het graag wat zoeter heeft, is de 'Strike A Pose' een aanrader. Dit is een lekkere mix van Stoli Vodka met vers limoensap, siroop en verse limoen. Enjoy! [www.stoli.com](http://www.stoli.com)



### LEKKER PITTIG

Al sinds 1994 brouwt de Scheldebrouwerij heerlijke karaktervolle biertjes. Probeer eens het heerlijke biertje Oosterstout. Dit pittige biertje kent een zoete smaak door karamel. Ideaal voor op een terrasje tijdens de eerste zonnestralen!

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

## BRUIST Deals

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

# Het voorjaar hangt in de lucht!

win

### LEZERSACTIE

Maak nu kans op luxeuze huidverzorgingsproducten van MGC Derma

Het merk is ontwikkeld door experts op het gebied van natuurlijke huidverzorging en ze hebben gebruik gemaakt van de meest hoogwaardige ingrediënten.



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. #MGC naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### KLAAR VOOR ROKJESDAG

Dit voorjaar introduceert Wilkinson een nieuw lid uit haar Intuition-familie: de Intuition Complete. Dit roze scheermes speciaal voor vrouwen heeft vijf Skin Perfect-mesjes en een slanke scheerkop, waardoor je nu nog makkelijker bij de lastig bereikbare plekjes komt. Zo zijn jouw benen, oksels en intieme delen in een handomdraai spring ready! [www.wilkinsonsword.nl](http://www.wilkinsonsword.nl)



### LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 10 Hop On Hop Off tickets van Dordrecht Tours.

Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier. Aangeboden door:



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. #DORDRECHTTOURS naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### LEZERSACTIE

Maak kans op een Wilkinson Intuition F.A.B. scheermesje.

Dit systeem scheert moeiteloos in beide richtingen - f(orwards) a(nd) b(ackwards). Je had nog nooit zo snel een gladde huid.



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. #FAB naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**



### MANNEN MET BAARDEN

Het Britse mannenmerk Bulldog biedt een ruim assortiment aan mannelijke verzorgingsproducten. Mannen met baarden vinden het wel zo fijn om hun baard goed te verzorgen. Bulldog heeft een 2 in 1 shampoo die aloë vera, kamille olie en groene thee extracten bevat. Zo kun jij met een frisse en verzorgde baard de deur uit. [www.bulldogskincare.com](http://www.bulldogskincare.com)

# MAANDAG 2=1 SPECIAL

Uw bezoek aan Holland Casino Breda krijgt nog meer cachet met een smaakvolle beleving in ons restaurant. In maart en april kunt u elke maandag genieten van de **Maandag Special**, 2x een hoofdgerecht voor de prijs van 1.

## DE VOLGENDE MAANDAG SPECIALS WORDEN GESERVEERD TUSSEN 17.00 & 21.00 UUR:

Elke 1<sup>e</sup> maandag schnitzel

Elke 2<sup>e</sup> maandag sliptong

Elke 3<sup>e</sup> maandag spareribs

Elke 4<sup>e</sup> maandag kreeft

De 5<sup>e</sup> maandag in maart mosselen

Kom smaakvol dineren in Holland Casino Breda.

**Vooraf reserveren is gewenst via 0031 - 765 251 100. Eet smakelijk!**

Niet geldig in combinatie met andere acties. Zolang de voorraad strekt.

Speel bewust 18+  
Hollandcasino.nl

# SMAAKVOL GENIETEN

2=1 ELKE MAANDAG EEN  
ANDER HOOFDGERECHT



MAART & APRIL  
BREDA

HOLLAND  
CASINO

NIEUW



# Jouw haar is onze zorg!

HAIR ON THE FLOOR/HAARTIPS

DITJES/DATJES



Zin in een relax momentje? Maak dan een afspraak voor een heerlijke treatment. Verwen jezelf met een van onze luxe salonbehandelingen, speciaal samengesteld om jouw haar en hoofdhuid van de beste verzorging te voorzien.



## My name is bond matrix

Een verjongende herstelbehandeling voor een gezonde look & feel van het haar. De BOND Ultim8 helpt afbreken van het haar te voorkomen en te herstellen van binnenuit.

**bondultim8 | wasmassage | conditioner inclusief bondultim8 nr. 3 product voor thuis - € 23,45**

## Morph Me Matrix

Onze intensieve Total Results behandeling op basis van Ceramide, Proteïne of Lipiden geeft het haar een boost.

**wasmassage | morpher shot | conditioner - € 6,45**

Hair on the FLOOR staat voor een unieke totaalbeleving op kappersgebied, in een ongedwongen en vrolijke sfeer. Met passie voor ons vak staan we je bij met deskundig advies en doorgedreven perfectie om jou de look van je dromen te bezorgen, aangepast aan jouw persoonlijkheid en wensen.



**Afspraak maken?** Dit kan ook heel makkelijk online via

[www.haironthefloor.nl](http://www.haironthefloor.nl) of via de boekingsknop op de Facebookpagina van Hair on the FLOOR. Bellen kan natuurlijk ook!



## 1 maart is in Nederland nationale complimentendag.

Mensen die in maart geboren zijn, zijn volgens antropoloog Gerhard Weber over het algemeen **langer** dan gemiddeld.

Oudere huizen kennen vaak geen standaardmaten, **maatwerk** is daarvoor de oplossing.

Internationale **Vrouwendag** wordt elk jaar gevierd op 8 maart. Op deze dag vragen vrouwen wereldwijd aandacht voor onder andere gelijkheid en economische zelfstandigheid.

Maart is de buienmaand bij uitstek. Vandaar ook de uitspraak 'maartse buien en aprilse grillen'.

21 maart is het weer zover: het is **lente!**

Met een maatwerkkast kun je invulling geven aan loze ruimtes waardoor je de beschikbare ruimte **optimaal benut**.

In het laatste weekend van maart wordt in de nacht van zaterdag op zondag **de klok** een uur vooruitgezet.

**Lammetjesmaand** is een van de vele bijnamen van de maand maart.

# Die mooie oude stoel weer als nieuw



Bij herstoffering van een zitmeubel spelen vakmanschap en kwaliteit een cruciale rol. Als je nagaat hoeveel uren de gemiddelde Nederlander per jaar op z'n stoel of bank doorbrengt, is het niet zo verwonderlijk dat aan een goed zitmeubel eisen moeten worden gesteld. Aan deze eisen, vaak in combinatie met specifieke wensen, moet elke goede meubelstoffeerder zich houden. Zo wil de één stevig zitten, de ander juist weer zacht en comfortabel. Ook de keuze uit de veelal honderden meubelstoffen draagt niet bij aan één bepaalde standaardoplossing voor elke klant. Herstoffering leent zich met name voor die mensen die waarde hechten aan hun vertrouwde zitmeubel dat overigens meestal van goede kwaliteit is. De romp en vederkernen kunnen in principe tientallen jaren mee en zijn onverslijtbaar. Vulmaterialen worden veelal vervangen, zodat het eindresultaat perfect en geheel naar wens is.



Boekholt is een bedrijf waar nog tijd gemaakt wordt voor zorg en afwerking. Bovendien staan ambacht, kwaliteit en zorg voor detail centraal in onze filosofie. Voor al onze diensten, van onze schapenleren zitmeubels tot en met het opnieuw bekleden van zitmeubels, maken wij gebruik van de beste materialen.

Wil je meer informatie?  
Kijk op onze website of kom een kijkje nemen in onze werkplaats

**Reparatie**  
**(Her-)stofferen**  
**Ouderwets vakmanschap**

**Wij leveren uitsluitend kwalitatief goed werk.**



Snoekweg 2, Raamsdonksveer | 0162-512119  
info@meubelstoffeerderij-boekholt.nl | [www.meubelstoffeerderij-boekholt.nl](http://www.meubelstoffeerderij-boekholt.nl)





# GET FIT THIS SPRING

Heb je energie te veel? Wil je je conditie verbeteren?  
Werken aan je figuur? Sporten in groepsverband?  
De persoonlijke aandacht krijgen die je verdient?

Kom dan  
snel voor  
een gratis  
proefles!



Indoor/Outdoor Bootcamp - Funboksen - Circuit Training - Cardio Boksen - Kick/Thai Boksen  
Boxing Bootcamp - Kabouters Kickboksen - Boksak Training - Personal Training - Pads Training  
Mixed Martial Arts - Ladies Only Kickboxing

TEAM ELITE  
INSTITUTE OF SPORT

Ericssonstraat 2E, Rijen | Industrierrein Aeroparc | 06-14720412 | info@elitegym.nl | www.facebook.com/eliterijen  
www.elitegym.nl

# Ik ben dankbaar

Zeg vaker 'dank je wel', al is het in stilte. Drie kleine woordjes met een grote betekenis. Wees dankbaar voor wat je hebt. Wees niet ongelukkig over wat je niet hebt. Dankbaarheid geeft een gevoel van verlichting en geluk.

Je kunt je staat van bewustzijn en je energieniveau verhogen door dankbaarheid te tonen. Wanneer je oprecht dankbaar bent, is dat een blijk van waardering en een uiting van vriendelijkheid.

Dankbaarheid kun je elke dag beoefenen. Bijvoorbeeld 's avonds. Neem voordat je gaat slapen tien minuten tijd en rust voor jezelf. Sluit je ogen en adem een paar keer ontspannen diep in en uit. Voel wat er in je lichaam gebeurt. Vervolgens vraag je aan jezelf: waar ben ik vandaag dankbaar voor? Stel die vraag vanuit je hart. Waar ben ik vandaag dankbaar voor? Elke dag zijn er dingen om dankbaar voor te zijn.

Met een positieve gedachte je dag afsluiten beïnvloedt je onderbewustzijn positief. Als je dat elke avond doet, zul je ontdekken dat je met een prettig gevoel gaat slapen. Wees dankbaar en je zult je gelukkiger voelen.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

**Gordijncentrum** Ruim 45 jaar specialist in  
*by Jan & Claudia*

## RAAMDECORATIE & VLOERKLEDEN

**Jouw specialzaak voor elk budget**

Looiersplein 46, Dongen | 0162 313 876 | [www.gordijncentrum.nl](http://www.gordijncentrum.nl)



Ik ben Claudia Hooijmaaijers, interieurstylist en samen met Jan trotse eigenaresse van Gordijncentrum in Dongen. Mijn visie is dat je interieur een weerspiegeling van je karakter moet zijn. Laat mij je foto's en/of tekening van jouw woning zien, nieuwbouw of bestaand, en ik ga er een supermooi geheel van maken voor een budget dat bij je past. Graag tot ziens!



## Help ons Samen Varen

Donaties zijn meer dan welkom op onze rekening:  
IBAN NL90 INGB 0007716011

**Stichting Samen Varen** organiseert jaarlijks een geheel verzorgde vaarverwenweek voor vrouwen met of herstellend van borstkanker en in een financieel moeilijke situatie. Een week lang je zorgen opzij, ontspannen en verwend worden. Genieten van lekker eten, schoonheidsbehandelingen, zanglessen en diverse creatieve workshops, samen met lotgenoten en omringd door een team van deskundige vrijwilligers, waaronder ook verpleegkundigen en een arts. Niks moet, alles mag. **De Samen Varen-reis is uniek!**

[info@samen-varen.nl](mailto:info@samen-varen.nl) | 06-43956812  
[www.samen-varen.nl](http://www.samen-varen.nl) | Volg ons op FB



# DAGJE UIT

## HISWA BOAT SHOW 2020



De HISWA Amsterdam Boat Show is het grootste evenement van Nederland op het gebied van watersport, lifestyle en recreatie. Of je nu op zoek bent naar een nieuwe boot (tot circa 10 meter), onderdelen of accessoires, informatie zoekt voor een bootvakantie, alles wilt weten over de mooiste recreatiegebieden, liefhebber bent van klassieke schepen of zelf een aantal watersporten wilt uitproberen, de HISWA Amsterdam Boat Show is the place to be voor iedere (potentiële) watersportliefhebber! Van 11 tot en met 15 maart vormt de RAI in Amsterdam weer het podium voor 50.000 m² aan watersportplezier.

**Kijk voor meer informatie en het bestellen van kaarten op [www.hiswarai.nl](http://www.hiswarai.nl).**

## FILMPJE KIJKEN

### ESCAPE FROM PRETORIA

In hun strijd tegen de apartheid verspreiden Tim Jenkin (Daniel Radcliff) en Stephan Lee (Daniel Webber) illegale ANC-pamfletten onder de Zuid-Afrikaanse bevolking. Ze worden op heterdaad betrap en veroordeeld tot een jarenlange gevangenisstraf. Eenmaal onder de vleugels van politiek activist Denis Goldberg besluiten ze samen met medegevangene Alex Moumbaris om een ingenieus plan te bedenken om te ontsnappen. Al snel blijkt de uitvoering een stuk ingewikkelder dan gedacht en moeten er nog vele hindernissen genomen worden...

**ESCAPE FROM PRETORIA draait vanaf 19 maart in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN DE NOBELE AUTIST



Zittend aan het ziekenhuisbed van haar autistische zoon overdenkt een moeder het leven van haar kind. Hij ligt in coma en het is onzeker of hij weer bij bewustzijn zal komen. Ze denkt aan zijn geboorte, zijn jongste jaren en herinnert zich het geluk van het fietsen op de tandem en de ontbijtjes in bed, maar ook de wanhoop, het onbegrip en de angst voor escalaties. Hij dwong haar te focussen, hij liet haar de wereld zien door zijn ogen, zonder zich te laten misleiden door sekse, status, huidskleur of handicap.

**DE NOBELE AUTIST van Romana Vrede is vanaf 3 maart verkrijgbaar in de boekhandel.**

## Behandeling Reumatische voet

Voetverzorging van reumapatiënten vragen extra zorg omdat hun voeten meer kwetsbaar en gevoeliger zijn dan de voeten van gezonde mensen. Pijn staat voorop en is de meest belangrijke klacht.



MP

Medisch  
Pedicure  
DEN HOUT

Kirsten Goverde  
06-28343484  
[www.mpdenhout.nl](http://www.mpdenhout.nl)

BRUIST

Lekker  
*niksen*  
heet tegenwoordig  
*opladen*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

Geef voor nieuwe  
doorbraken in  
kankeronderzoek.

Ga naar  
[kwf.nl/doneer](http://kwf.nl/doneer)

Samen komen we steeds dichterbij



# DE BESTE KEUZE IN PVC VLOEREN

Kom langs en  
neem een kijkje  
in onze  
showroom



Goodflooring staat voor de  
allerbeste pvc vloeren.

Op zoek naar een pvc vloer?  
Kom eens langs in onze  
showroom!

Prachtige vloeren, met  
oog voor detail, kleuren  
die u zoekt en de sfeer die  
u wenst (zakelijk, intiem,  
warm, creatief, gastvrij,  
uitnodigend).

Allemaal gebaseerd op  
natuurlijke materialen zoals  
diverse soorten hout, steen  
en metaal.

 **goodflooring**  
DE BESTE KEUZE IN VLOEREN

De Boedingen 3, Oosterhout  
Spoorweide 1, Riel  
0162-406370  
[www.goodflooring.nl](http://www.goodflooring.nl)

# 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)



# Lentekriebels

Kun je ook niet wachten tot het voorjaar komt en heb je nu al lentekriebels? Met deze producten laat je de lente gewoon lekker eerder beginnen en stap je straks helemaal voorbereid dit heerlijke seizoen in.

1. Clay And Glow Mask, € 26,50 [www.clayandglow.com](http://www.clayandglow.com)  
 2. Hydrate & Recharge Shampoo van JOHN FRIEDA®, € 10,99 [www.etos.nl](http://www.etos.nl)  
 3. Classique Pin-up Eau De Parfum Limited Edition van Jean Paul Gaultier, € 107,05 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)  
 4. ROUGE G Lipstick van Guerlain, Shade € 34,- en Case, € 22,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)  
 5. MutinyTM Squalane-Based Alternative Lip Balm van Medik8, € 34,95 [www.medik8.nl](http://www.medik8.nl)  
 6. kissed by mist front van essie, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)  
 7. Foamie Conditioner Bar, € 4,95 [www.etos.nl](http://www.etos.nl)  
 8. Cleve Clay Bag van Cowboysbag, € 149,95 [www.cowboysbag.com/nl](http://www.cowboysbag.com/nl)  
 9. La Vie est Belle Intesément van Lancôme, vanaf € 80,14 [www.lancome.nl](http://www.lancome.nl)  
 10. Roselif Collagène Jour van Payot, € 79,- [www.payot.com](http://www.payot.com)  
 11. Sea Horse Plankton Gel Cleanser van Beauty Kitchen, € 17,49 [www.hollandandbarrett.nl](http://www.hollandandbarrett.nl)  
 12. CHOOSE YOUR Glow! highlighter palette van essence, € 4,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)

# 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!*





# KWALITEIT EN VAKMANSCHAP

Zitten de treden vol met lijmresten en is glad schuren echt geen optie meer?



Bel 076-5040722  
voor een gratis  
adviesgesprek  
aan huis!



## Vrijblijvende offerte

Uw wensen en eisen zijn belangrijk voor ons! Daarom komen wij altijd eerst vrijblijvend bij u langs om alles door te spreken en uit te leggen. Uiteraard wordt er ter plekke een vrijblijvende offerte uitgegeven. Zo komt u niet voor vervelende verrassingen te staan!

## Perfectie

Christan staat voor kwaliteit boven kwantiteit. Wij streven naar perfectie en leveren alleen vakmanschap; lange werkdagen nemen we hierdoor voor lief.

## Familiebedrijf

Christan is in 1995 opgericht door Christ Schuling. Later kwam dochter Ellie erbij om haar vader te ondersteunen. Inmiddels is Christan Traprenovatie een betrouwbaar, professioneel en kleinschalig familiebedrijf waarbij service, kwaliteit en vakmanschap voorop staan!



- ✓ Vakmanschap
- ✓ Ruime ervaring
- ✓ Familiebedrijf
- ✓ 15 jaar garantie

- ✓ Gratis adviesgesprek
- ✓ Vele kleuren
- ✓ Topkwaliteit
- ✓ CBW erkend

Hoge Bremberg 23, Etten-Leur  
076 50 40 722 | sales@christan-timmerwerk.nl

## MATERIAAL EN ACCESSOIRES

Wij werken met verschillende soorten materialen, zoals eikenhout en HPL/CPL, om uw trap weer veilig, mooi en slijtvast te maken. Naast ledverlichting voor de trap hebben we ook rvs trapleuningen en bijpassend laminaat.



HPL / CPL



Eikenhout



PVC



Accessoires

[www.christan-traprenovatie.nl](http://www.christan-traprenovatie.nl)



DO IT  
YOURSELF!

# Nieuwe kleren? *Maak ze gewoon zelf!*

‘Do it yourself’, oftewel DIY, is hipper dan ooit. Steeds meer mensen kiezen ervoor om zelf dingen te maken. Zo ook kleding. Want waarom kleding kopen als je ook zelf unieke kleding kunt maken?

Misschien zie je bij het zelf maken van kleding meteen het beeld van je moeder of oma achter de naaimachine voor je. Vroeger was het namelijk veel normaler om zelf je garderobe te maken. Een trend die nu weer een ware opmars beleeft, mede doordat duurzaamheid steeds belangrijker wordt.

## Oefening baart kunst

Zelf kleding maken is daarnaast ook gewoon ontzettend leuk. En helemaal niet zo moeilijk als je misschien denkt. Als je met een simpel patroon begint en de lat in eerste instantie niet te hoog legt, zul je zien dat je het naaien al snel onder de knie krijgt. Oefening baart kunst! Mits je goede patronen hebt natuurlijk, maar die zijn tegenwoordig heel eenvoudig online te vinden, in speciale tijdschriften en natuurlijk bij handwerk winkels. Keuze genoeg, dus er zit vast wel een patroon naar jouw wens bij. En het leuke is: je kunt dit nog helemaal eigen maken door de stof (en

de furnituren) die je kiest. In één kleur of met een vrolijk printje, maar net wat jij mooi vindt.

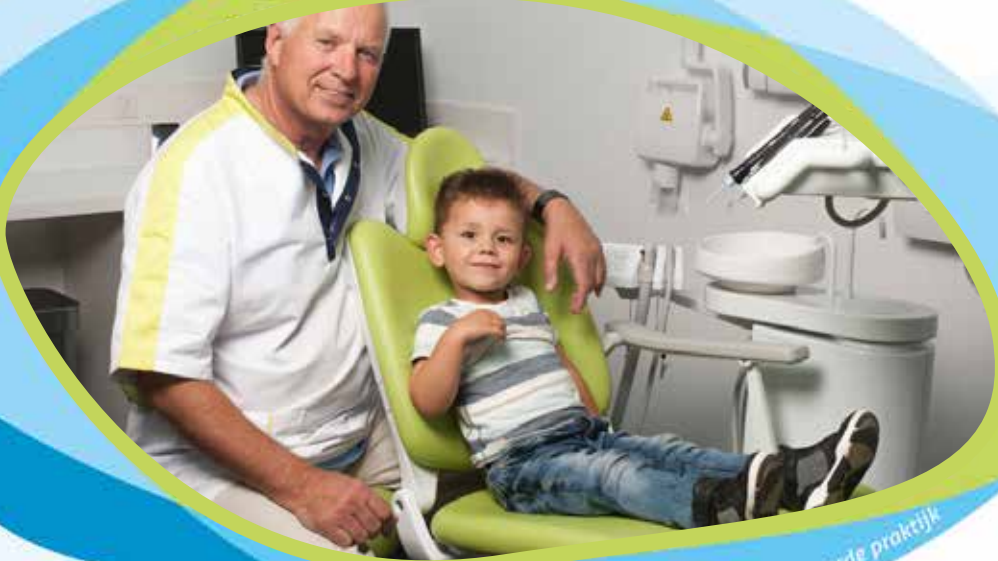
## Unieke kleding op maat

Het lijstje benodigdheden om voor de eerste keer aan de slag te gaan, is gelukkig ook niet heel uitgebreid. Natuurlijk heb je het patroon en geschikte stof nodig en ook een naaimachine is handig, tenzij je alles met de hand wilt doen. Daarnaast is het zeker ook aan te raden om een goede stofschaar aan te schaffen, eventueel een klein schaar, patroonpapier, garen, spelden en naalden, kleermakerskrijt en een meetlint. En dan ben je er eigenlijk al wel. Natuurlijk heb je nog tal van andere gadgets, maar die kun je wellicht beter in een later stadium aanschaffen. Eerst maar eens zien of dat zelf kleding maken ook echt iets voor jou is. Is het antwoord daarop ‘ja’? Dan loop jij binnenkort in unieke kleding, geheel op jouw maat gemaakt.

Wil jij ook zelf kleding (leren) maken? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je ongetwijfeld een ondernemer in jouw regio die je hierbij kan helpen.

Welkom bij Mondzorg Baliëndijk!

# Met tandprotheticus Cor van der Wal als dé specialist voor uw kunstgebit



Mondzorg Baliëndijk is een ISO 9001 gecertificeerde praktijk

## Complete gebitszorg op één plek

**Mondzorg Baliëndijk is meer dan alleen een moderne tandartspraktijk. Naast algemene tandheelkunde zijn wij ook gespecialiseerd in implantologie en protheseoplossingen. Als allround tandheelkundig centrum - met een in pandig tandtechnisch laboratorium - kunnen wij elk gebit in huis behandelen, van kindergebit tot kunstgebit.**

## Een mooie en gezonde lach op elke leeftijd

Onze eerste zorg is uw gebit zo lang mogelijk in goede conditie houden. Mocht er toch een tand of kies verloren gaan, dan is implantologie een duurzame en comfortabele oplossing. Een implantaat is een kunstworteltje van lichaamsvriendelijk materiaal dat in de kaak wordt vastgezet. Een kroon op een implantaat voelt en functioneert als een natuurlijke tand. Implantaten kunnen ook een uitkomst zijn voor mensen die last hebben van een loszittend of pijnlijk kunstgebit. Bij een tandeloze mond worden doorgaans twee implantaten in de onderkaak geplaatst waarop een kunstgebit vastgeklikt kan worden. Zo'n klikgebit zit stevig vast, maar kan ook worden uitgenomen voor reiniging.



## Aandacht voor tanden en mensen

Mondzorg Baliëndijk vindt het belangrijk dat goede (prothetische) mondzorg voor iedereen toegankelijk is. Als laagdrempelige praktijk bieden wij kwaliteit tegen betaalbare tarieven. Mensen kunnen altijd bij ons binnenvallen voor vragen of advies, ook over kosten, vergoedingen en financieel haalbare oplossingen. Persoonlijke aandacht en toewijding gaan verder dan de tandartsstoel.

  
**Mondzorg**  
Baliëndijk

**Praktijk Breda**  
Baliëndijk 10 • T: 076 - 572 98 00

**Praktijk Oosterhout**  
Leijzenhoek 46 • T: 0162- 46 66 61

info@mondzorgbaliendijk.nl  
www.mondzorgbaliendijk.nl

# BRUIST

Oosterhout Bruist ligt iedere maand op minimaal 200 locaties. Het magazine wordt ook wisselend in verschillende wijken huis-aan-huis verspreid. Natuurlijk kun je het magazine ophalen bij een van onze adverteerders of online lezen op [www.oosterhoutbruist.nl](http://www.oosterhoutbruist.nl). Op onderstaande distributieadressen is het magazine elke maand in grotere aantallen af te halen.

## OOSTERHOUT

Bibliotheek Theek 5  
Broeders Gezondheidswinkel  
Cleyo  
De Warande  
Docars automobielbedrijf  
Fit 20 Oosterhout  
Hair on the Floor  
Hotel by Sheetz Oosterhout  
Katjeskelder  
Krijnen Hoorvisie  
Mad-Hat

## Modehuis Welten

Mago Leerhulp  
On Your Beauty  
Pedicure Adinda  
Stalendeurinhuis  
Team Elite  
Tim's Montage  
Trimsalon Dog Service Trust  
VVV Oosterhout  
Yoga & You



## OOK OP JOUW LOCATIE?

Heb je een locatie met een balie, wachtruimte of leestafel, neem dan contact met ons op via [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl). Dan kan het gratis magazine Oosterhout Bruist ook via jouw locatie worden verspreid.

Ga naar [www.oosterhoutbruist.nl](http://www.oosterhoutbruist.nl), meld je aan voor **onze nieuwsbrief** en lees het magazine online.

# Goed afscheid nemen?

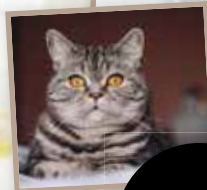
## Dat kan bij Dierencrematorium Memoria

Dat er grote behoefte in de omgeving is 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 honderd procent 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 kunt 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)



# Leerproblemen?

## Dan kun je wel wat maatwerk gebruiken!

Wij bieden hulp bij (vak)specifieke leerproblemen en/of leervragen

- huiswerk- en/of studiebegeleiding
- RT (Remedial Teaching)
- NT2
- plannen en 'leren leren'
- examentraining
- coaching
- avondcursus Duits of Spaans
- bijles

Wij geloven dat iemand veel uit zichzelf kan halen, mits diegene de juiste begeleiding krijgt. Daarom zijn wij twee jaar geleden Mago Leerhulp gestart waarmee wij werken met kleine groepen zodat er genoeg tijd is om te werken aan ieders aandachtspunten.

Kijk voor ons complete aanbod op [www.magoleerhulp.nl](http://www.magoleerhulp.nl)



Molenstraat 13, Oosterhout  
Charles Petitweg 7 A8, Breda  
06 - 18 23 46 16  
[www.magoleerhulp.nl](http://www.magoleerhulp.nl)



MAN/CAVE



# HELLUP...

## ik word vader!



Stress! Dat is voor veel mannen de eerste fase als ze horen dat ze voor het eerst vader gaan worden. Want HELLUP, hoe doe je dat, een goede vader zijn? En hoe help je de moeder van je kind door die negen maanden heen?



Wees gerust, je bent niet de eerste die in paniek raakt en zeker ook niet de laatste. Er komt ook heel wat op je af, maar gelukkig heb je (in de meeste gevallen) een paar maanden om aan het idee te wennen en om je voor te bereiden op de grote dag.

### Babykamer

Be prepared! Wacht dus niet tot het allerlaatste moment met het afmaken van de babykamer, maar zorg dat die ruimschoots op tijd klaar is. Een kindje kan nu eenmaal wat eerder komen dan gepland en als die kleine er eenmaal is en je druk bent met luiers verschonen, dan heb je echt geen tijd (en zin) meer om nog al die klussen te moeten doen.

### De zakelijke kant

Wat ook belangrijk is, is de 'zakelijke kant' van het krijgen van een baby. Het regelen van kraamverlof en ouderschapsverlof, maar zeker ook het erkennen van het kind, mochten jullie niet getrouwd zijn. Zorg dat je ook dat soort dingen op tijd geregeld hebt. Maar het allerbelangrijkste is nog: geniet! Je wordt immers maar één keer voor het eerst vader.

# Last van je voeten?

Je blijft er mee rondlopen

**Pedicure Adinda zorgt ervoor dat jouw voeten de aandacht krijgen die ze verdienen.**

Een goede regelmatige verzorging van je voeten voorkomt problemen en daarvoor ben je bij ons aan het juiste adres.

Tijdens een pedicurebehandeling krijg je tips en adviezen voor een goede verzorging van jouw voeten, zodat jouw voeten ook lang na de behandeling gezond zijn en blijven stralen.



## Pedicure

### Voetreflexmassage

- IPL - Definitief ontharen
- Huidverjonging
- Acne
- Couperose
- Pigment



Bel me voor een afspraak, ik neem graag de tijd voor je

### Pedicure Adinda

Catharinastraat 42 (1e verdieping), Oosterhout  
06-15388484 | [www.pedicureadinda.nl](http://www.pedicureadinda.nl)

Patrick  
nierpatiënt sinds zijn 17e

Hij houdt vol



Net als wij

Help mee.  
Doneer op  
[nierstichting.nl](http://nierstichting.nl)

# Hoofd- of nekpijn?

Daan Bredewout, gespecialiseerd manueel therapeut



Afspraken ook 's avonds of in het weekend mogelijk  
[www.praktijkbredewout.nl](http://www.praktijkbredewout.nl)

Bel nu voor  
een afspraak:  
06 30705262



Bij Praktijk Bredewout kunt u terecht voor:

- Kaakpijn
- Hoofdpijn
- Nekpijn
- Gezichtspijn
- Tinnitus
- Zenuwpijn
- Slikklachten
- Stemklachten
- Duizeligheid
- Echografie

# De strijd tegen *ongewenste haren*

Veel mensen hebben last van ongewenste haargroei, oftewel haargroei op plekken waar ze dat liever niet zouden hebben. Iets waardoor sommige mensen zich onzeker kunnen voelen. Maar gelukkig ook iets waarvoor diverse oplossingen zijn.

De ernst van het probleem verschilt van persoon tot persoon. De een heeft slechts enkele ongewenste donshaartjes terwijl de ander last heeft van opvallende, dikkere en donkere haren. En of het haar dan ook daadwerkelijk ongewenst is, hangt ook weer van de persoon af. De een kan er prima mee leven, de ander schaamt zich erdoor.

## Scheren

Is de haargroei echt extreem en wil je ervan af, dan is het aan te raden om een afspraak te maken bij je huisarts die je vervolgens kan doorverwijzen naar een specialist. In de wat minder extreme gevallen kun je vaak zelf de strijd tegen de haren aangaan. Daarvoor bestaan verschillende methodes waarvan scheren nog wel de bekendste (en meest gebruikte) is. Nadeel hiervan is echter dat de haren snel terug groeien en dan meestal hard en stug aanvoelen. Niet de meest geschikte methode dus voor alle plekken op je lichaam...

## Waxen

Als alternatief kiezen veel mensen voor waxen. Voordelen hiervan zijn dat het haar langer wegblijft, dunner terugkomt en je ook geen last hebt van scheerbultjes. Bovendien hoeft je het niet per se zelf te doen, maar kun je ook naar een salon gaan om je professioneel te laten waxen. Nadelen zijn dat waxen niet geheel pijnloos is en dat je ook een iets grotere kans hebt op ingegroeide haren dan bij scheren.

## Laseren

Andere 'oplossingen' zijn bijvoorbeeld het gebruik van ontharingscrèmes, epileren, bleken en harsen. En natuurlijk het permanente alternatief: laseren, waarvoor tegenwoordig steeds meer mensen kiezen. Bij het laseren worden de cellen van de haarwortel zo beschadigd dat er geen haar meer kan groeien, oftewel: het resultaat is meestal blijvend. Laseren werkt echter niet altijd even goed bij mensen met blond of rood haar. Zij kunnen dus beter voor een van de andere oplossingen kiezen.

Heb jij ook last van ongewenste haargroei? Kijk dan eens op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl). Hier vind je vast wel een specialist in jouw regio die je van je probleem af kan helpen.

LASEREN IS  
MEESTAL PERMANENT,  
MAAR WERKT NIET  
BIJ IEDEREEN



Geisha

BINDI

BIANCO  
JEANS

Smashed Lemon

ANGELS  
JEANS WEAR

HART  
by Helena Florit

ENJOY  
WINTERWEAR

Red  
Buttons

yes

caswear

for fashion  
**INEZ**



www.inezforfashion.nl  
zuiderhout 75  
oosterhout  
0162-456732

## Echte ontspanning kan alleen optreden als je de geest uitschakelt

### Ben jij een onrustige of slechte slaper?

Stress, piekeren, overmatig schermgebruik, cafeïne en alcohol kunnen er voor zorgen dat je moeilijk dat je moeilijk in slaap komt of onrustig slaapt.



Foto: Lahelji Fotografie

“Slaapyoga is als een powernap waarbij je wakker blijft, een simpele manier om bij te tanken!”

Yoga Nidra is een diepte-ontspanning en Nidra betekent slaap. Yoga Nidra is een Yogische slaap, waarbij het lichaam en geest heen en weer pendelen tussen ontspanning en halfslaap. Het is een staat van bewuste diepe ontspanning en bij regelmatige beoefening staat 1 uur Yoga Nidra gelijk aan 4 uur slaap.

Yoga Nidra brengt veel voordelen met zich mee. Met name dus voor mensen met slaapproblemen, veel stress en burn-out klachten.



Maar iedereen kan Yoga Nidra volgen. Ook wanneer je goed in je vel zit zul je merken dat Yoga Nidra een fijne toevoeging is op je leven.

### Wat zijn de voordelen van Yoga Nidra:

- Diepe ontspanning bereiken
- Loslaten van stress
- Beter in slaap komen
- Leren luisteren naar wat voor jou belangrijk is
- Werken met een “sankalpa” (een wens of intentie) om beter je doelen te bereiken

### Gun jezelf deze vorm van totale ontspanning!

**Donderdag 16 april**  
19.30 tot 20.30 uur. De kosten bedragen € 10,- p.p.

Reserveer een plaats via [info@yogaandyou.nl](mailto:info@yogaandyou.nl) of What's app 06-23249909 (Maximaal 16 personen).





# Grote *garnalen* met ras el hanout en groenten

2 PERSONEN - 20 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

300 g biologische garnalenstaarten  
(diepvries)  
olijfolie  
2 koffielepels ras el hanout  
4 grote tomaten  
200 g spinazie  
1 dl room  
peper en zout

Houd de diepgevroren garnalen onder stromend water en maak ze los van elkaar. De garnalen mogen nog bevroren zijn, maar ze mogen niet meer aan elkaar kleven. Zet een pan op het vuur met een scheut olijfolie. Bak de (nog diepgevroren) garnalen gedurende ongeveer 2 minuten. Strooi er twee koffielepels ras el hanout over en bak nog eens 2 minuten.

Snijdt intussen de tomaten in plakjes. Haal de garnalen uit de pan, ook al zijn ze nog niet helemaal gaar, en leg ze op een bord. Leg de tomatenplakjes in de pan met het aanbaksel; dat geeft een lekkere smaak. Zet een deksel op de pan en laat 6 tot 8 minuten stoven.

Roer de tomaten om en leg er de spinazie op. Giet de room erbij, zet het deksel opnieuw op de pan en laat ongeveer 3 minuten stoven. Roer de groenten door elkaar en kruid met peper en zout.

Leg de garnalen op de groenten en laat nog even doorkoken zodat alle smaken, maar ook de gele kleur van de ras el hanout, zich vermengen. Serveer in een mooie pan.



**Manuela**, media adviseur bij Bruist

Ook een groot fan van garnalen? Dan is dit gerecht echt jouw ding. Heerlijke garnalen om van te smullen, op smaak gebracht met ras el hanout. Dit gezonde recept maak ik zelf vaak klaar. En het fijne is dat je er maar een minimum aan ingrediënten voor nodig hebt en het is weinig werk. **Snel, gemakkelijk en superlekker!**



Blox is de eerste en enige leverancier die met eenheid en luxe materialen uit voorraad een woning of bedrijf kan voorzien van een architectonisch verantwoorde tijdloze high-end uitstraling.

# **.BLOX**<sup>®</sup>

## Handmade Luxury Furniture

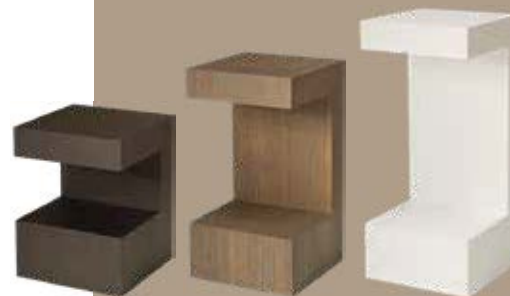
Uw woning, bedrijf, kantoor of hotel in een stijl exclusief voor u geleverd. Blox biedt u een eigen architectonische eenheid, in uw eigen stijl en in uw eigen kleur gespoten. Honderden high-end mogelijkheden van natuurlijke en hoogwaardige materialen tegen middensegment prijzen.

Blox: architectonische eenheid in stijl en kleur, desgewenst gecombineerd met luxe hardsteen en stoffering. Laat u vrijblijvend en professioneel informeren door een van onze dealers. **Ervaar nu zelf de vele mogelijkheden van dit unieke Blox concept op [www.blox.sale](http://www.blox.sale).**



## Blox zoekt professionele samenwerkingen door geheel Nederland

Wij staan open voor een samenwerking met stylisten, architecten en luxe meubelwinkels. Graag willen wij samen met u dit unieke modulaire Blox concept op de kaart zetten.



Maak geheel vrijblijvend een afspraak in ons Blox innovation office. Wij komen ook graag bij u langs om de mogelijkheden van dit unieke Blox dealerconcept vrijblijvend toe te lichten. **Neem daarvoor contact op met:**  
**Pierre de Wit** +31 (0)6 580 61 339  
**René van de Pol** +31 (0)6 580 61 319



# **.BLOX**<sup>®</sup>

Blox Luxury Furniture | Raadhuisstraat 19, 5066 AP Moergestel | +31 (0)85 020 59 53  
[info@blox.sale](mailto:info@blox.sale) | [www.blox.sale](http://www.blox.sale)

# OPEL ASTRA EDITION 2020

Lease nú vanaf

**€ 329 P/M**

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



**Van Mossel**