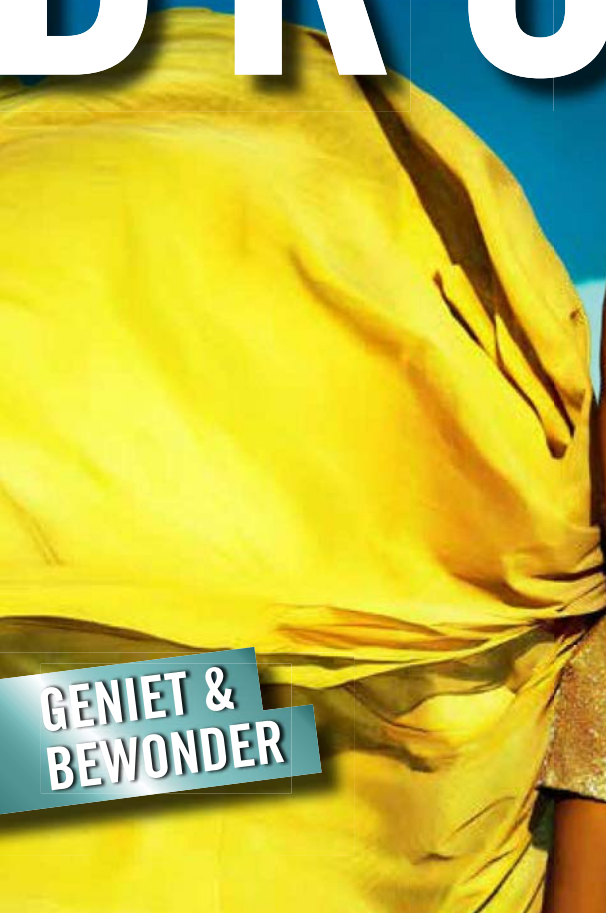


TILBURG 

SEPTEMBER 2024 WWW.TILBURGBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST



GENIET &
BEWONDER

Matrabike heeft al meer dan 30 jaar ervaring met het leveren van fietsen van fabrikant naar de klant. Het assortiment van Matrabike bestaat uit allerlei soorten fietsen van racefietsen, stadsfietsen, mountainbikes tot elektrische fietsen. Oftewel; Matrabike heeft voor elk wat wils!

HET IS WEER ZOMER!

Matrabike vindt het belangrijk dat de klant écht waarde krijgt voor haar geld. Dit ziet u ook terug in onze klantenreviews. Matrabike heeft de hoogste klantenwaardering in de fietsenbranche op Trustpilot.



STOKVIS E-Trento

- MXUS achterwielmotor
- 7 Shimano versnellingen
- V-brake remmen

Van €1499 voor

€ 899,- *Stokvis*



ROMET e-Modeco Urban 1.0

- Bafang G020 achterwielmotor
- 7 Shimano versnellingen
- Hydraulische schijfremmen

Van €1799 voor

€ 1299,-



FONGERS E-Transporter N7

- MXUS voorwielmotor
- 7 Shimano versnellingen
- Rollerbrake remmen

Van €2149 voor

€ 1399,-



FONGERS Nuevo Plus

- Motinova Volans Plus middenmotor
- 7 of 8 Shimano versnellingen
- Hydraulische schijfremmen

Van €2999 voor

€ 2199,-



★ Trustpilot



TrustScore 4.7
4.902 reviews

Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

Gompenstraat 21, 5145 RM Waalwijk,
Nederland. Tel. 0416 34 20 12

Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

Kortrijksesteenweg 70, 9830 Sint Martens
Latem, België. Tel. 03 888 09 90

Matrabike Rumst (BE)

Antwerpsestraat 83, 2840 Reet
(gemeente Rumst), België.
Tel. 03 888 09 90

LEKKER OP DE FIETS!



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

matrabike
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

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

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

Wij regelen het graag voor u!

Betrouwbaar transport

van en naar **Spanje!**

Bent u op zoek naar betrouwbaar transport voor uw inboedel, auto, motor of boot van en naar Spanje?

Costa Sprinter staat voor u klaar! Wij verzorgen met plezier ook kleinere zendingen zoals huisraad, kleding of koffers. Onze uitgebreide dienstverlening omvat tevens opslagmogelijkheden in zowel Nederland als Spanje. Of u nu verhuist naar de zonovergoten Costa's of naar het Spaanse binnenland, wij regelen het graag voor u!

Complete Transportservice voor Spanje en Europa

Costa Sprinter biedt meer dan alleen transport naar **Spanje**. Wij rijden regelmatig naar **Portugal, Frankrijk, België, Duitsland** en door heel **Nederland**. Onze service is ontworpen om aan al uw transportbehoeften te voldoen, of het nu gaat om een **enkele koffer** of een **complete inboedel**. Dankzij onze **ruime ervaring**

en **betrouwbare dienstverlening** bent u verzekerd van een **zorgeloze verhuizing**.

Opslagmogelijkheden in Nederland en Spanje

Heeft u tijdelijke opslag nodig tijdens uw verhuizing? Geen probleem! Costa Sprinter biedt **veilige** en **flexibele opslagmogelijkheden** aan in zowel Nederland als Spanje. Of het nu gaat om korte of langdurige opslag, uw bezittingen zijn bij ons in goede handen.

Wij zorgen ervoor dat uw goederen veilig en beschermd worden opgeslagen tot u ze weer nodig heeft.

Kies voor onze betrouwbare en flexibele service en onze jarenlange ervaring. Contacteer ons vandaag nog voor een vrijblijvende offerte!



COSTA SPRINTER

Transport van en naar Spanje

Vraag naar de mogelijkheden en onze tarieven, bel of whatsapp (+31) 6 27 27 27 72

COLOFON

UITGEVER

NL Bruist B.V.

DIRECTIE

Marcel en Lea Bossers

SALES SUPPORT

NL Bruist + 31 (0)76 711 5340

VORMGEVING

NL Bruist - Ramon Heeren

THEMATEKSTEN

NL Bruist

TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN

Maaikje van Helmond

FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN

Yvonne Wesling

EINDREDACTIE

Astrid Berkhout

CONTACT



NL Bruist B.V., Beneluxweg 45,
4904 SJ Oosterhout, +31 (0)76 711 5340
bereikbaar van 08.30 - 17.30 uur.



Copyright NL Bruist B.V. ©2024. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. De Reeshof Bruist is een merknaam en eigendom van NL Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. NL 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. **NL Bruist B.V. is een uitgeverij van glossy magazines die 33 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**

ADVERTEREN?

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

Like ons op
 [tilburgbruist](https://www.facebook.com/tilburgbruist)
 [nederlandbruist](https://www.instagram.com/nederlandbruist)

OPVALLEN? Adverteer in Bruist

Mail nl@nederlandbruist.nl of bel
Marcel Bossers 06 34590975
076 7115340



Scan de QR-code
voor een afspraak!

WEBSITE NODIG?

Mail nl@nederlandbruist.nl of bel
Lorenzo Bossers 06 42720554
076 7115340 of scan de QR-code.



**BRUIST
ONLINE**

Ja, dat kunnen we!



*Romantische
uitjes*

16



*Bekende
shopstraten*

62



*Een verrassende
agenda*

66



*Altijd wat
te winnen*

84

Bruisende lezer,

September biedt de ideale gelegenheid om samen met je partner quality-time door te brengen. Nu de drukte van augustus voorbij is, is de Nederlandse nazomer perfect om bruisende steden en charmante dorpjes te verkennen. Van gezellige terrasjes tot rustgevende wandelingen door groene parken, er zijn volop mogelijkheden om puur te genieten.

In deze editie van Bruist delen toonaangevende ondernemers hun beste tips voor een romantische nazomer. Ontdek sfeervolle plekjes voor een intiem diner, verborgen pareltjes voor een rustige dag samen en de nieuwste trends in mode en lifestyle. Laat je inspireren door hun inzichten en creëer onvergetelijke momenten samen.

September is het moment om samen nieuwe herinneringen te maken in een ontspannen sfeer. Nederland biedt alles wat je nodig hebt voor een perfecte afsluiting van de zomer.

Lea en Marcel Bossers



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

MIX & MATCH

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

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

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

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

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



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

Mijn Thuis BouwPartner Jac Klijn

Amerikastraat 18
5171 PL Kaatsheuvel

0416-280055
info@jac-klijn.nl

Helder in glas

Als vijftienjarige hielp Arno Spierings regelmatig mee in het glasbedrijf van zijn oudere broer. Daar werd het vuur aangewakkerd en sindsdien is het niet meer gedoofd. Inmiddels zit hij alweer 35 jaar in het vak. Sinds 1998 vormt hij de drijvende kracht achter De Glascentrale, daarbij bijgestaan door zijn team.

“Vroeger zetten schilders gewoon het glas erin”, vertelt Spierings. “In de loop der jaren is glaszetten uitgegroeid tot een apart specialisme. Het is echt een vak apart. De vakmensen die bij ons werken hebben hun opleiding veelal gevolgd via de brancheorganisatie GBO.”

Glas in alle soorten en maten

De Glascentrale levert alle soorten glas: van enkel, dubbel en triple glas tot figuurglas en gekleurd glas. “En dat dan ook nog in combinatie met onder meer brandvertragende, inbraakbeveiligde, letselbeperkende en zonwerende beglazing. Er is ontzettend veel mogelijk.” Gelukkig kan het team van De Glascentrale je voorzien van een deskundig advies. “Niet iedereen weet bijvoorbeeld dat met name in voor- en najaar condensvorming kan optreden bij triple glas. Ook gezien de dikte van het glas is het zeker in bestaande bebouwing niet altijd de beste keuze. En wil je optimaal profiteren van geluidwerende beglazing, dan zal je toch echt aanvullende maatregelen moeten treffen.”

24/7 glasservice

In noodgevallen kunnen zowel particulieren als bedrijven dag en nacht een beroep doen op de 24/7 glasservice van De Glascentrale. “Denk bijvoorbeeld aan stormschade of schade als gevolg van een inbraak of ramkraak. We brengen noodvoorzieningen aan en komen daarna zo snel mogelijk terug om de schade te herstellen. Indien mogelijk handelen wij de glasschade af met de verzekeraar, zodat je daar verder geen omkijken naar hebt.”



de Glascentrale
—helder in glas—

De Glascentrale is nog op zoek naar glaszetters. Ben je handig en wil je het vak leren in de praktijk, stuur dan vooral een bericht naar post@deglascentrale.nl of bel naar 013-5442926.

24
UURS
service
Bij ruitbreuk



BRUISENDE/ZAKEN



*Perfekte service en
100% kwaliteit tegen
scherpe prijzen!*



De Glascentrale

Centaurusweg 146 D, Tilburg
013-5442926

post@deglascentrale.nl

www.deglascentrale.nl

VOOR DE JUISTE SFEER IN HUIS...

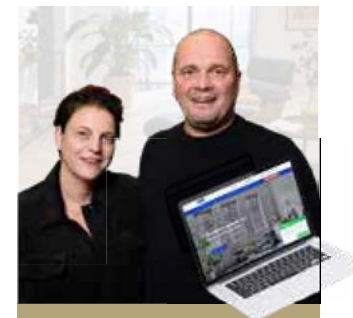
...voel je je bij Hado Textiel thuis!



RUIME KEUZE IN:

- GORDIJNEN
- RAAMDECORATIE
- TAPIJT
- VINYL
- PVC VLOEREN

MEER DAN 80 JAAR
ERVARING EN
PERSOONLIJKE
SERVICE



BEZOEK OOK ONZE
NIEUWE WEBSITE!

Hado TEXTIEL
TOTAAL IN WONEN



Romantische uitjes

Op zoek naar een romantisch uitje? Of je nu kiest voor een serene boottocht door Giethoorn, een sprookjesachtig weekend in Brugge, een zonsopgang aan de Costa del Sol of een diner onder de sterren op Ibiza, deze bestemmingen bieden onvergetelijke ervaringen.

Nederland: boottocht door Giethoorn
Giethoorn, vaak het 'Venetië van het Noorden' genoemd, is een ideale plek voor een romantisch uitje. Huur een elektrisch bootje en verken de schilderachtige grachten die omringd zijn door rietgedekte huizen en bloeiende tuinen. Stop onderweg voor een picknick aan het water of geniet van een diner in een van de sfeervolle restaurants met uitzicht op de grachten. De serene omgeving creëert een intieme sfeer die perfect is voor stellen.

België: romantisch weekend in Brugge
Brugge is een sprookjesachtige stad die bekendstaat om zijn middeleeuwse charme. Maak een romantische wandeling langs de grachten en bewonder de historische gebouwen. Een boottocht is ook een aanrader, waarbij je samen kunt genieten van de pittoreske uitzichten. Eindig de dag met een diner in een gezellig restaurant met traditionele Belgische gerechten en heerlijke chocolade als dessert.

Costa del Sol: zonsopgang op het strand
Aan de Costa del Sol kun je samen genieten van een romantische ochtend op het strand. Begin de dag vroeg en loop hand in hand naar het strand om de spectaculaire zonsopgang te bewonderen. Neem een deken en een ontbijtpakket mee voor een ontbijt met uitzicht op de zee. Na het ontbijt kunnen jullie een wandeling langs de kust maken of een verfrissende duik nemen in de oceaan.

Ibiza: diner onder de sterren
Ibiza biedt tal van unieke eetervaringen. Kies voor een restaurant met uitzicht op de zee en geniet van een romantisch diner onder de sterren. Veel restaurants bieden ook beachclubs waar je kunt dineren met het geluid van de golven op de achtergrond. Sluit de avond af met een bezoek aan een van de gezellige bars of lounges, waar je samen kunt genieten van een cocktail en de relaxte sfeer van het eiland.

Met deze ideeën creëer je onvergetelijke momenten samen, waar je ook bent.



SCAN DE QR-CODE EN BEKIJK
ONLINE ALLE MOGELIJKHEDEN



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

Heuvelring 220, Tilburg | www.ibizatilburg.nl
+31 6 222 80 481



SNOEPKONTJES Nicolle Vlemmix vervulde haar droom met Snoepkontjes in Berkel-Enschot. Hier vind je een uitgebreid assortiment snoep, chocolade, ijs en cadeaus. Nicolle creëert snoepboeketten en traktaties op maat. Haar passie en moderne inrichting maken Snoepkontjes tot een zoete bestemming voor jong en oud. Ook allerlei kleurrijke accessoires, van knuffels tot lampjes.

Koningsoord 89, Berkel-Enschot | www.snoepkontjes.nl | 013-7854109

RESTAURANT DE ZWAMMENBERG In De Moer biedt een culinaire beleving in een sfeervolle, landelijke omgeving. Geniet van ambachtelijke gerechten met verse, lokale ingrediënten, geserveerd met passie en gastvrijheid. Of je nu komt voor een intiem diner, een gezellig samenzijn of lekker te ravotten in de speeltuin, hier staat genieten centraal. **Zijstraat 20, De Moer | 013 - 515 6010 | www.dezwammenberg.nl**



THE BOUNDARY Uw ultieme culinaire bestemming in Baarle-Nassau. Wij bieden een unieke eetervaring waar smaken en culturen samenkomen. Ons restaurant staat bekend om de ambachtelijke bereiding op de Big Green Egg barbecue, een ongeëvenaarde smaakbeleving.

Bredaseweg 12, Baarle-Nassau | +31 13 785 9149 | theboundary.nl



'T KAASBOLLEKE Al meer dan 100 jaar staat 't Kaasbolleke in Tilburg bekend om ambachtelijke lekkernijen, vers bereid met een glimlach. Ontdek onze rijk belegde stokbroodjes, huisgemaakte salades, ambachtelijke vleeswaren en heerlijke Hollandse kazen. Perfect voor feestjes! Kom gezellig bij ons langs en geniet van versgemalen koffie en verse jus d'orange. We verwelkomen u graag! **Besterdring 155, Tilburg | 013-5423972 | www.kaasbolleke.nl**



KOFFIEBAKKERS Bij Koffiebakkers in Goirle geniet je van een knusse, huiselijke sfeer met de lekkerste koffie volgens de lokale klanten. Of je nu neerstrijkt op het ruime terras of binnen geniet, Koffiebakkers biedt huisgemaakte lekkernijen met lokale ingrediënten. Probeer het populaire Boerensmoske of een Club Sandwich van de lunchkaart, met vegetarische opties en dieetvriendelijke keuzes. Ontdek ook hun selectie aan cadeaus en ansichtkaarten. Met recente terrasverbeteringen en plannen voor nieuw interieurmeubilair blijft Koffiebakkers verrassen. Tip: Afhalen en bezorgen zijn ook mogelijk. Geniet van de gezelligheid en smaken van Koffiebakkers!
De Hovel 18, Goirle | 013-7370181 | www.koffiebakkers.nl

Cafeteria



Lunchroom



Catering



Vraag ons gerust naar de mogelijkheden want voor zowel bij u thuis als voor op de zaak is de keuze reuze!

We zien je binnenkort!

'Onze service is veel betaalbaarder dan je denkt!'

Kom genieten en proeven. Tot snel!



Welkom aan boord bij 't Schipperke!

Cafeteria, lunchroom, catering... 't Schipperke in Tilburg laat zich niet onder één noemer vangen. "Bewust!" aldus eigenaresse Colinda Rooijens. "Want we zijn nu eenmaal meer dan zomaar een cafeteria."

Dat was het ooit wel, een cafeteria, voordat Colinda de zaak ruim drie jaar geleden overnam. "Ik heb altijd in de horeca gewerkt en droomde al langer van een eigen zaak. Werken in een cafeteria is mij ook niet vreemd, maar doordat ik een koksdiploma heb, wil ik mijn gasten toch net iets meer kunnen bieden dan de standaard cafeteria gerechten. Vandaar dat ik het concept heb uitgebreid met een lunchroom en cateringservice."

Catering op maat

Bij alles wat Colinda doet, heeft ze oog voor het persoonlijke aspect. "Ook als het om catering gaat. Dat is bij ons altijd maatwerk, afgestemd op jouw wensen. Of het nu om de catering voor bijvoorbeeld een verjaardag gaat of om bedrijfscatering, ik geef er altijd een persoonlijke touch aan. Van lekkere hapjes (tapas)

tot een warm of koud buffet en van een koude schotel tot een zomerse barbecue zonder zorgen, bij ons ben je gegarandeerd aan het juiste adres. En alles kan gewoon thuis worden bezorgd. En dan heb ik het niet alleen over de catering, maar over ons hele assortiment. Hiervoor werken wij samen met Thuisbezorgd.nl. Dit bezorgen deden we altijd al, maar deze service heeft in de coronatijd een enorme groei doorgemaakt en ook nu maken hier nog steeds heel veel mensen gebruik van."



Kwaliteit en vers bereid

Wat Colinda ook bereidt, kwaliteit staat bij haar altijd voorop. "Net als het zoveel mogelijk werken met verse producten.

Bijna alles wordt door ons zelf bereid en dat proef je! De meeste gasten zien we dan ook regelmatig terug."

Alles tegen een leuk prijsje!

Mooie meubels hoeven helemaal niet zo duur te zijn. Dat blijkt wel als je een kijkje gaat nemen bij Ven-Liemde in Udenhout. “Wij bieden een mooie collectie, met de trends van nu, maar dan voor een leuk prijsje”, vertelt eigenaresse Naline van de Ven-van Liemde enthousiast. “Dat maakt het voor iedereen leuk om bij ons te komen shoppen.”

Naline opende de deuren van haar outletstore zo'n anderhalf jaar geleden. “We zitten helaas niet op de meest centrale plek, dus mensen moeten ons even weten te vinden, maar gelukkig wordt de aanloop steeds groter.” Niet zo vreemd ook, als je bedenkt dat je hier meubels van de bekendere meubelzaken koopt, maar dan tegen een outletprijs.” En heb je wat moois gezien in de collectie, maar heb je niet de mogelijkheid om de meubels zelf te vervoeren, dan regelen ze bij Ven-Liemde gewoon het transport voor je. “Onder de naam Ven-Liemde verzorgen we namelijk ook transport, dat is de afdeling van mijn man Harrie. Dus als iets bezorgd moet worden, is dat voor ons geen enkel probleem.”

Behalve voor meubels kun je bij Ven-Liemde ook terecht voor een leuk assortiment aan woonaccessoires, zoals

glasschilderijen en My Flame (biologische) kaarsen. “Een aanbod wat ik steeds verder hoop uit te breiden met nieuwe mooie spullen voor in en om het huis en leuke gifts die je ook aan anderen als mooi cadeau kunt geven.”

Ben je benieuwd naar de collectie van Ven-Liemde? Ze zijn op maandag, dinsdag en donderdag geopend van 9.00 tot 17.00 uur. Is het voor jou niet mogelijk om binnen deze openingstijden langs te komen, dan is het ook mogelijk om een afspraak te maken. Daarin zijn wij heel flexibel!” Overigens kun je de collectie ook gewoon online bekijken en meteen bestellen in de webshop. “Houd die vooral in de gaten, want onze collectie is altijd in beweging!”



Kreitenmolenstraat 55B, Udenhout
06-45959086
Eigenaar: Naline van de Ven-van Liemde
www.ven-liemde.com



BEKIJK ONZE
AANBIEDINGEN
SCAN DE QR



De goedkoopste van Tilburg en omgeving!

Is jouw auto aan de beurt voor een nieuwe apk? Moet er iets aan gerepareerd worden of is het weer tijd voor onderhoud? Maar wil je er niet meer dan noodzakelijk voor betalen? Maak dan een afspraak bij Cheap City Cars in Tilburg. “Want wij zijn niet alleen goed in wat we doen, in Tilburg en omgeving zijn we ook nog eens de goedkoopste”, aldus eigenaar Edwin Basters.

Onlangs vierde dit garagebedrijf zijn vijfjarige bestaan. Vijf jaar waarin Cheap City Cars is uitgegroeid van een eenmanszaak tot een zeer goedlopend bedrijf. “Als je eenmaal een keer bij ons bent geweest met je auto, dan weet je dat wij echt waar voor je geld bieden en kom je ook de volgende keer weer terug voor apk, onderhoud of reparatie.” Ze staan dan ook bijzonder goed aangeschreven op mijngarage.nl. “En ook volgens die site zijn wij eigenlijk altijd wel de goedkoopste. Zo betaal je bij ons voor een apk slechts € 40,- voor een benzineauto en € 65,- voor een dieselauto.”

De prijs is dus zeer goed en hetzelfde geldt voor de kwaliteit die ze leveren. “We hebben de nodige ervaring en weten precies wat we doen. Daarnaast zijn we allround qua merken, dus kun je met vrijwel elke auto wel bij ons terecht. Bovendien doen we ons best om

afspraken altijd zo snel mogelijk in te plannen, zodat je niet onnodig lang hoeft te wachten. Voor een apk kun je vaak zelfs al een dag later terecht.” Behalve voor apk, reparatie en onderhoud, kun je bij Cheap City Cars ook terecht voor de opslag van je (winter)banden. “En we starten binnenkort met nog iets nieuws. Onder de naam Cheap City Carparts gaan we ook auto-onderdelen verkopen vanuit onze garage, voor alle bekende automerken.”



Cheap City Cars

Brucknerlaan 14A, Tilburg | 013 8228551 | info@cheapcitycars.nl
Eigenaar: Edwin Basters | www.cheapcitycars.nl



MAAK JE INTERIEUR COMPLEET MET EEN KAST OP MAAT

BEZOEK DE
SHOWROOM
VOOR EEN
GRATIS
ONTWERP.



Bij Hamers@Home Kastenbouwers ontwerpen we **een kast op jouw maat**, afgestemd op je **persoonlijke wensen** en ruimte. Wij zorgen voor een vlekkeloze **levering aan huis** en een **vakkundige montage**. Zo garanderen wij dat je optimaal kunt genieten zonder zorgen.



CHRIS WIERMANS

Meer weten?
Scan de QR-code!



Ringbaan-Zuid 372, Tilburg
013 4627420
info@hamerstilburg.nl
www.hamerstilburg.nl



Hormonen in Balans Voel je goed, elke maand weer!

Is je cyclus twaalf keer per jaar een feest? Of heb je, net als 60 tot 80% van de vrouwen, last van pijn, vermoeidheid, of stemmingsklachten? De kans is groot dat er een aantoonbare onbalans in je hormonen is.

Onze leefstijl, stress, en hormoonverstorende (chemische) stoffen in onze omgeving zetten onze gezondheid onder druk. Ze kunnen daardoor je cyclus flink verstoren. Voor veel vrouwen betekent dit dat ze een aantal dagen per maand beduidend minder goed functioneren of zich zelfs ziek moeten melden. Ook grijpen veel vrouwen naar pijnstillers zoals paracetamol.

Kan dat niet anders? Jazeker! Ons westerse eetpatroon bevat veel omega-6 vetzuren. Te veel van deze vetzuren bevorderen ontstekingen in je lichaam, en helaas ook menstruatiepijn. Zet daarom meer vette vis, zaden, en pitten (zoals lijnzaad en hennepzaad) op het menu. Schrap bewerkte producten die veel omega-6 bevatten. Door toenemende milieuvervuiling staan we sterk bloot aan hormoonverstorende stoffen. Deze lijken soms op lichaamseigen hormonen, waardoor je lichaam in de war raakt. Ze belasten ook de lever, die onze hormonen moet ontgiften.

Hierdoor kan oestrogeendominantie ontstaan, wat vaak de oorzaak is van bovenstaande klachten. Daarom is het belangrijk om lief te zijn voor je lever, zodat hormonen beter worden ontgift.

Wil je de natuur een handje laten helpen? Vrouwenmantel kan bijvoorbeeld worden ingezet bij hevige menstruatiebloedingen, pijnlijke menstruatie en kramp, en overgangsklachten zoals slaapproblemen.

Wil je weten wat je kunt doen om je hormonen in balans te houden? Neem dan contact op!

Maartje Lindhout
orthomoleculair therapeut en leefstijl coach



Kijk voor meer informatie op de site





De keuken, het onbetwiste hart van onze leefruimte

KEUKENMEUBELEN EN -APPARATUUR VAN TOPMERKEN ALS SANTOS EN KAB-DESIGN



Bent u benieuwd wat Keukenarchitectuur Midden Brabant voor u kan betekenen? Maak een afspraak en breng een bezoek aan onze showroom.



Dennis en Bob leiden het familiebedrijf sinds 1978, opgericht door vader Wim Rietdijk. Ons motto is simpel:

“Onze klanten komen op de eerste plaats.”

We streven naar vertrouwen en klanttevredenheid, zodat elke keukenaankoop naadloos aansluit bij hun wensen en een thuisgevoel creëert.



Phantom 2, Gilze
0161-431422
info@kamb.nl
www.kamb.nl



ONZE
MERKEN

Alix the label
By Loffs
Circle of trust
Co'Couture
Comfort Club
Denham
Drykorn
DWRS
Elvine
Elvy
Genti
Gentiluomo
Homage
Ibana
Kaos
Lyle&Scott
Nümph
Twinset
Woodbird

MONOGRAM T-SHIRT BY GENTI

Til je dagelijkse garderobe naar een hoger niveau met het Monogram T-shirt Black van Genti. Dit veelzijdige, zwarte T-shirt biedt de perfecte balans tussen comfort en stijl. Ideaal voor zowel casual outfits als smart-casual looks. Combineer met jeans voor een ontspannen uitstraling of draag onder een blazer voor een moderne twist. Een must-have basisstuk voor elke modebewuste man.

GENTI



32



DE NIEUWE COLLECTIE IS BINNEN!

HAVE A LOOK

PASSIA METALLIC SILVER

Maak dit seizoen kennis met de Passia cargo broek in de kleur Metallic Silver. Deze mid-waist broek is stijlvol en veelzijdig met vier zakken: twee steekzakken aan de zijken en twee cargozakken. De broekspijpen hebben een elastische afwerking aan de onderkant, wat zorgt voor een volumineus en sportief effect. Gemaakt van hoogwaardig leer, biedt de Passia cargo broek zowel comfort als duurzaamheid. Combineer deze broek met een simpele top voor een casual look of met een blouse voor een meer geklede uitstraling.

IBANA



LOFFS

DIESENSEWEG 25 | HILVARENBEEK
013 591 4276 | LOFFHILVARENBEEK.NL

ALIX
THE LABEL

DENIM SPIJKERJURK BY ALIX THE LABEL

Deze grijze denim spijkerjurk van Alix the Label combineert stoere details met een vleugje glamour. Het opvallende logo en de strass steentjes zorgen voor een stijlvolle uitstraling. Met een klassieke kraag, lange mouwen en praktische drukknopsluiting biedt deze jurk een perfecte mix van casual en chic. Ideaal voor wie een gedurfde en trendy look zoekt.

KOM NU LANGS!
Er zit vast wat
voor jou bij!



33

Uw woonstijl, uw droomstijl



Leolux Flint
Design: Beck Design, 2019

Leolux Bellice
Design: Beck Design, 2017



VOLMAAKT VEELZIJDIG

Bij Koos Kluytmans Interieurs ondersteunen we graag de veelzijdige Leolux collectie die je een brede keuze biedt in designmeubelen. In elke moderne stijl, van vertrouwd eigentijds tot avant-garde design.

Allemaal gemaakt op bestelling, zodat je Leolux designmeubel een heel persoonlijke invulling krijgt. Je ziet het aan de verfijnde afwerking, je voelt het als je gaat zitten. Dit is een echte Leolux!

We zijn er dan ook trots op dat we ons een Leolux Select Store mogen noemen.

Wij tonen een ruime collectie in een herkenbare Leolux studio. Je bent hier beland bij een specialist, met de nieuwste modellen en actuele kennis van zaken.



Leolux Rego
Design: Gino Carollo, 2020



Koos Kluytmans



ONTDEK ONZE NIEUWE COLLECTIE:

PERFECTE COMBINATIES voor elke gelegenheid

Bij ons draait alles om veelzijdigheid en stijl. We hebben recent een geweldige collectie binnengekregen met items die je perfect kunt combineren voor elke gelegenheid. Of je nu op zoek bent naar iets chics voor een avondje uit, iets casuals voor een dagje shoppen, of een elegante outfit voor een speciale gelegenheid – bij ons vind je het allemaal!

LADY'S NIGHT: EEN AVOND VOL MODE EN GEZELLIGHEID

Onze beroemde Lady's Night is terug, en het belooft weer een onvergetelijke avond te worden! Dit gezellige evenement is dé gelegenheid om samen met vriendinnen te genieten van een avond vol mode-inspiratie en plezier. Laat je betoveren door onze modeshow, waar onze twee prachtige modellen de nieuwste looks van dit seizoen presenteren. Mis het niet!

**NOTEER ALVAST DE DATA IN
JE AGENDA:**

Woensdag 25 September
Donderdag 31 oktober
Donderdag 28 november

Wil je erbij zijn? Reserveer dan snel je plekje, want vol=vol! Je kunt reserveren in de winkel, via de app of door te bellen. Mis het niet en maak je klaar voor een gezellige avond met je vriendinnen!

NEKTARIN

Tilburgseweg 57A, Goirle (NL) | ☎ +31 6 13774345
info@nektarin.nl | 📍 nektarin.goirle | 📘 nektarin.goirle



Cream

JANSEN

MAICAZZ
IMAGE OF SOUL

MARTVISSER



ZIZO

DÉ SPECIAALZAAK VOOR ALLES WAT
MET INTERIEUR TE MAKEN HEEFT

Living

HOME INTERIORS

Bij Living Home Interiors geloven we dat je huis een weerspiegeling moet zijn van wie je bent. Onze zorgvuldig samengestelde collecties combineren eigentijdse ontwerpen met tijdloze elegantie, waardoor elke ruimte een unieke persoonlijkheid krijgt. Van luxe meubels tot gordijnen, pvc-vloeren, raambekleding, verf, behang en verfijnde accessoires, wij bieden alles wat je nodig hebt om jouw droominterieur te realiseren.

Onze toegewijde ontwerpers staan klaar om je te helpen bij het creëren van een harmonieuze en stijlvolle omgeving die zowel comfort als schoonheid uitstraalt. Of je nu op zoek bent naar een volledige make-over of de finishing touch, bij Living Home Interiors vind je altijd datgene wat je zoekt.

Kom langs in onze showroom en laat je inspireren door onze veelzijdige collecties. Ontdek de perfecte balans tussen design en functionaliteit en transformeer je huis in een plek waar je elke dag van geniet. Bij Living Home Interiors maken we van jouw huis een écht thuis.



Boscheweg 37, Berkel - Enschoot
013 - 533 63 33



Vughterstraat 55, 's-Hertogenbosch
073 - 613 45 30

www.livinghomeinteriors.nl



Bezoek de website
of kom bij ons langs

Yara's biedt een
ruim en gevarieerd
assortiment.

Spiritueel Centrum

Edelstenen

Fossielen

Op- en ontladen

Wierook

Sieraden

Oliën en spray's

Lampen en theelichthouders

Boeken, kaarten en cadeautjes

Oliebranders en diffusers

Power plates

Pendels



Bij Yara's begrijpen we dat etherische oliën en spray's niet alleen je omgeving verrijken met heerlijke geuren, maar ook bijdragen aan het welzijn van jou en je gezin. Ons doel is om hoogwaardige oliën en spray's te leveren die qua werking perfect aansluiten bij jullie behoeften.

Tom Baizens



Goed in je vel

Etherische Oliën en Spray's

Etherische oliën zijn krachtige, natuurlijke extracten uit planten die al eeuwenlang worden gebruikt voor hun geneeskrachtige en aromatische eigenschappen. Deze oliën bieden een breed scala aan voordelen, van het verbeteren van de stemming tot het verlichten van stress en het bevorderen van een goede nachtrust.

Kwaliteit en innovatie

Wij leveren hoogwaardige etherische oliën en sprays van een toonaangevend merk. Met een passie voor natuur en welzijn, creëren wij producten die zowel effectief als duurzaam zijn. Ons assortiment is zorgvuldig samengesteld om aan de hoogste kwaliteitsnormen te voldoen, waardoor ze geliefd zijn bij zowel professionals als consumenten.



Unieke blends en spray's

Wat ons onderscheidt, is onze creativiteit in het ontwikkelen van unieke blends en sprays. Deze producten zijn ontworpen om specifieke effecten te bereiken, zoals ontspanning, focus of energie. De sprays zijn gemakkelijk in gebruik en perfect voor dagelijks gebruik in huis, op kantoor, of onderweg. Elke blend wordt met zorg samengesteld om de balans tussen geur en effectiviteit te waarborgen..









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



Kom langs in de winkel en
ontdek hoe Yara's jouw leven kan
verrijken met Etherische Oliën en
Spray's en zoveel meer.

Qualis biedt onafhankelijke en objectieve kwaliteitsmetingen voor de schoonmaakbranche. Met ons unieke meetsysteem en deskundige auditors krijgt u eerlijke en gedetailleerde rapporten, zonder commerciële belangen of vaste contracten.

Vertrouw op ons voor betrouwbare audits en directe verbeterinzichten.

-  Objectief
-  Onafhankelijk
-  Onpartijdig
-  Schoonmaakbedrijven
-  Opdrachtgevers
-  Intermediairs

Pieter Zeemanweg 47 B07, Dordrecht
0852 - 08 06 56
info@qualis-insight.com
www.qualis-insight.com



Qualis Insight betreft een nieuw kantoor

Na de overname van maart 2023 heeft Qualis Insight gewerkt vanuit het kantoor van Clear4Clean aan de Kamerlingh Onnesweg 14 in Dordrecht.

Neem contact
op voor
schoonmaakadvies
en kwaliteitsmetingen!

Door onze groei en door de toevoeging van Clear4Clean aan Qualis Insight vanaf eind 2024, is nu het moment om een nieuw kantoor te betrekken. Een kantoor waarin we onze activiteiten verder kunnen uitbreiden en verder aan onze groei kunnen werken. Of te wel een locatie die met ons mee kan groeien. **Per 1 augustus zijn wij verhuisd naar de Pieter Zeemanweg 47 - B07 te Dordrecht.**

We gaan vanuit onze nieuwe locatie onze activiteiten nog meer ontplooiën voor de keurmerken van LOSK-KVS, SIEV keurmerk, SIEV Glas & Gevel Keurmerk, SIEV MVO keurmerk en het Social Impact Label. (LOSK – Landelijk Orgaan Schoonmaak Kwaliteit, KVS – Keurmerk Verantwoord Schoon, SIEV – Schoonmaak Is Een Vak).

Naast deze mooie en relevante keurmerken kunt u natuurlijk ook bij ons terecht voor kwaliteitsmetingen van de schoonmaak, advies, trainingen en kennisondersteuning voor de schoonmaak.

Uw complete adres voor schoonmaak kwaliteitsbeoordelingen en schoonmaakvraagstukken. Wij staan met ons team vakspecialisten voor u klaar. Ons aanpak is praktisch en vakinhoudelijk. **U kunt ons altijd vrijblijvend contacteren via de bekende gegevens.**



Scan de QR-code
en ontdek onze
diensten!



WE FLOOR.YOU ADORE



HOUSE OF FLOORING

WOOD by Vorselaars is een familiebedrijf/
fabriekswinkel gespecialiseerd in het op
maat en kleur maken van
alle soorten eikenhouten vloeren.



CREATE YOUR COLOUR

Daarnaast beschikken we over een
groot assortiment pvc, fineerparket,
kurk en laminaatvloeren. Je kunt
bij ons terecht van fabrieksverkoop
tot complete inrichting van woning
of bedrijfspand, met het daarbij
behorende uitgebreide servicepakket.

**DUURZAME VLOEREN IN
JOUW PERSOONLIJKE STIJL!**



Michel Vorselaars

Bekend van



Nautilusstraat 167, Tilburg
013 - 206 11 00
www.woodbyvorselaars.nl

PAPER WONDER WENSKAART

Met een persoonlijk kaartje maak je iedereen blij. De nieuwe kaarten van Hallmark maken wenskaarten nog een tikkeltje specialer. Of het nu een knipoog naar een gedeeld geheimje is of een hartverwarmende boodschap, een Paper Wonder kaart van Hallmark maakt van elke gelegenheid een onvergetelijk moment. www.hallmark.nl



REINIGINGSKOGELTJES VOOR KARAFFEN

Karaffen zijn mooi, maar lastig schoon te maken. Met deze reinigingskogeltjes wordt het eenvoudig: rol ze met wat water door de karaf om kalk- en tannineaanslag te verwijderen. Na gebruik kun je de kogeltjes in het bijgeleverde flesje opbergen en reinigen. Klaar voor de volgende schoonmaakbeurt. be.peugeot-saveurs.com/nl



ROTTERDAM URBAN WINERY

Rotterdam Urban Winery introduceert wijn van geredde tafeldruiven. Dit innovatieve wijnhuis in hartje Rotterdam transformeert druiven die anders verloren zouden gaan tot hoogwaardige wijnen. Met een duurzame aanpak en stedelijke ambiance biedt de winery een unieke ervaring. Geniet van exclusieve wijnen en proef het vakmanschap van Rotterdamse bodem. Rotterdam Urban Winery is een pionier in duurzame wijnproductie en een must voor wijnliefhebbers. www.rotterdamurbanwinery.nl



KUNST BLOESEMBOMEN

Bij Seta Fiori vind je de meest uitgebreide collectie kunst bloesembomen. Van tafelmodel tot wel 10 meter hoog. Showroom in Bergen op Zoom.



www.setafiori.nl

BRUIST Deals

Scan de QR-code

Nazomeren in september

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

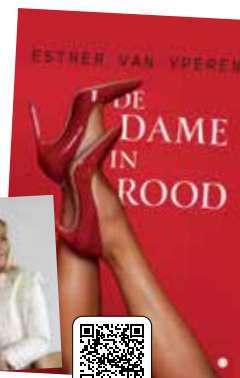
INTUITION 2-IN-1 SENSITIVE CARE

Hét scheersysteem voor vrouwen die vooral snel en gemakkelijk willen ontharen zonder veel gedoe. De Intuition 2-in-1 Sensitive Care biedt schuimende verzorging en scheert tegelijkertijd. Zo sla je twee vliegen in één klap en gaat dit systeem makkelijk mee in de handbagage of backpack voor een lange reis. Dat bespaart tijd, terwijl nauwkeurig ontharen nog steeds heel eenvoudig is. Makkelijker dan met dit systeem wordt ontharen niet. www.wilkinsonsword.com



IDEAAL VOOR OP VAKANTIE!

In je luie stoel, wijntje erbij en dan dit heerlijke boek om bij weg te dromen... Een fijn verhaal waarin doodgewoon realisme, humor en spanning elkaar afwisselen en de Portugese hitte als zinderend element fungeert. esthervanpyeren.com
VERKRIJGBAAR BIJ BOL.COM



LEZERSACTIE* Permsal Magnesium kuurpakket t.w.v. € 23,-

Een intensieve magnesiumkuur voor je gezondheid. Bij klachten zoals vermoeidheid, stress, burn-out, slaapproblemen of reumatische pijn heeft je lichaam extra magnesium nodig.



www.permsal.nl/producten



Doe mee en win

LEZERSACTIES*

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie!

Of stuur je gegevens o.v.v. de TAG bij de lezersactie naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

Genieten van het Zonovergoten Kreta

Een vakantie naar Kreta, met verblijf in het prachtige Lyttos Beach Resort in Chersonisos, is een ideale en veelzijdige keuze voor families die op zoek zijn naar een mix van ontspanning, avontuur en cultuur. Dit resort is perfect gelegen aan een prachtig zandstrand en biedt alles wat je nodig hebt voor een onvergetelijke gezinsvakantie.

Lyttos Beach Resort is een paradijs voor volwassenen en voor kinderen. Het resort beschikt over meerdere zwembaden, waterglijbanen en een uitgebreide kidsclub waar de kleintjes zich de hele dag kunnen vermaken. Terwijl de kinderen genieten van hun eigen avonturen in het geweldige waterpark, kunnen ouders ontspannen aan het strand of in de spa van het resort. Er zijn ook tal van sportfaciliteiten, zoals tennisbanen, een fitnesscentrum en zelfs een minigolfbaan, zodat er voor ieder gezinslid iets te doen is.

Chersonisos zelf is een levendige badplaats met een scala aan restaurants, winkels en uitgaansgelegenheden. Voor een avondje uit kunnen de oudere kinderen veilig op pad naar de gezellige boulevard, waar ze kunnen genieten van het bruisende nachtleven. Dit biedt

ouders de kans om even tot rust te komen, wetende dat de kinderen zich vermaken en je toch in de buurt bent.

Op slechts een korte afstand van Chersonisos ligt **Heraklion**, de hoofdstad van Kreta. Een bezoek aan deze stad is een must voor elke cultuurliefhebber. Bezoek het indrukwekkende **Knossos-paleis**, waar je meer te weten komt over de oude Minoïsche beschaving, of wandel door de sfeervolle straatjes van de oude stad en geniet van de authentieke Griekse keuken zoals bijvoorbeeld in restaurant Peskesi of een van de vele tavernes.

Tot binnenkort op het zonovergoten Kreta!

Wil je meer weten over Kreta?

Scan dan de QR-code en bekijk ons bruisend bezoek op YouTube.



Lyttos Beach Resort



Lyttos Beach Resort waterpark

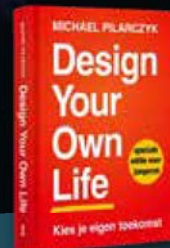


Minas, Kathedraal, Heraklion

Het leven is een **avontuur** om te ondergaan, een **mysterie** om te ontdekken, een kans om te **benutten**, een **uitdaging** die we moeten aangaan. Het leven is zowel **de reis** als de **bestemming**.



Bestel hier mijn
nieuwe boek



www.michaelpilarczyk.nl



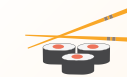
Japans restaurant

WELKOM BIJ OSUSHI
DE SMAAK VAN JAPAN, ALTIJD DICHTBIJ.



ONTDEK DE AUTHENTIEKE SMAAK VAN JAPAN, GEWOON BIJ U OM DE HOEK

BIJ OSUSHI BRENGEN WE DE JAPANESE KEUKEN NAAR UW TAFEL. ELKE HAP IS EEN WARE SMAAKSENSATIE, GEMAAKT VAN DE BESTE INGREDIËNTEN EN MET TRADITIONELE TECHNIEKEN.



WAAROM KIEZEN VOOR OSUSHI?

KWALITEIT VOOR EEN FIJNE PRIJS
HOOGWAARDIGE SUSHI EN JAPANESE GERECHTEN ZONDER UW PORTEMONNEE TE BELASTEN.

ALTIJD KORTING BIJ ZELF AFHALEN 
HAAL ZELF UW BESTELLING AF EN PROFITEER VAN EXTRA KORTING.

VERSE INGREDIËNTEN
VAN DE VIS TOT DE RIJST, ELK ONDERDEEL VAN ONZE GERECHTEN WORDT ZORGVULDIG GESELECTEERD.



UITGEBREIDE MENUKAART
SUSHI, SASHIMI, TEMPURA OF ANDERE JAPANESE SPECIALITEITEN, BIJ ONS VINDT U ALTIJD IETS NAAR UW SMAAK.



AFHALEN, BEZORGEN OF TOCH TAFELEN?
WIJ BEZORGEN UW GERECHTEN NA BESTELLING IN UW FAVORIETE APP OF VIA ONZE WEBSITE. LIEVER UITETEN? ONS TEAM STAAT VOOR UW KLAAR IN ONS RESTAURANT IN OISTERWIJK.



06-84316858



OISTERWIJK
SCHEEPERSDIJK 1A



WWW.OSUSHI.NL



TILBURG
BEUKENSTRAAT 62

TILBURG BRUIST ACTIE!
ONTVANG €5 KORTING
OP UW BESTELLING



Vakmanschap,
service
en goede
communicatie



SCHILDERSBEDRIJF SWAANS IS EEN ALLROUND SCHILDERSBEDRIJF

WE DOEN

- binnen- en buitenschilderwerk
- spuitwerk voor een mooi en strak eindresultaat
- behangwerk
- houtreparatie en restauratie van monumentale gebouwen

Voor woningen van particulieren, maar ook appartementencomplexen, winkel- en kantoorpanden en bijvoorbeeld de Heuvelse Kerk, de voordeur van Tilburg.

Er zijn korte lijntjes en we denken actief mee met de klant. Daarmee hebben we heel wat vaste klanten aan ons weten te binden en dat willen we vooral blijven doen.



Jan Frederik Vlekkeweg 6-06, Tilburg
013-7200232 | info@peterswaans.nl
www.peterswaans.nl



GENIETEN VAN DE BESTE INDONESISCHKE KEUKEN



Gebruik de
KORTINGSCODE:
BRUISTIO
en krijg **10% KORTING**
op je bestelling!



We verwelkomen je met open armen om een maaltijd af te halen of te laten bezorgen. En er is de mogelijkheid om de authentiek Indonesische gerechten te proeven en te beleven in de zaak. Uitgebreid vega en vegan menu. Alles glutenvrij mogelijk (*op snacks na*).

Lieve-Vrouweplein 10, Tilburg | 013 2111506
Aresstraat 13 - 05, Tilburg | 0137856151
f /SateKid | @satekidtilburg | www.sate-kid.nl

Scan de QR
en bestel



Een *onvergetelijke* culinaire wereldreis

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

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

Dompel je onder in de warme sfeer, geniet van de voortreffelijke gerechten en beleef onvergetelijke momenten bij Myzo, waar smaak en gezelligheid samenkomen!

Wij zoeken altijd *nieuwe collega's*



Scan de QR-code en solliciteer online.

Wie weet kom jij binnenkort ons team versterken.



Scan de QR-code en reserveer online

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



Ongetwijfeld loop je tegen vervelende problemen aan: pijnlijke voeten, ongemak tijdens dagelijkse beweging en sport of andere voetproblemen.

Meest voorkomende behandelingen

- Likdoornverzorging
- Eeltbehandeling
 - Klauwtenen
 - Blaren
- Schimmelnagel



Sharon Bekkers

Voetenweetjes

Wist u dat...

- Vrouwen vaker koude voeten hebben dan mannen? Waarschijnlijk komt dat omdat vrouwen over het algemeen een hogere lichaamstemperatuur hebben dan mannen waardoor vrouwen sneller kou ervaren.
- In de ochtend de voeten het dunst zijn? Gedurende de dag worden de voeten dikker dus het beste moment om nieuwe schoenen te gaan kopen is aan het einde van de dag. Dit voorkomt te kleine of knellende schoenen.
- Kalknagels niet bestaan... de juiste benaming is schimmelnagels.
- Als je ouder wordt je voeten breder en langer kunnen worden (doorzakken van de voet), let dus goed op de juiste maat schoenen ook op oudere leeftijd!
- Voetproblemen vaker voor komen bij vrouwen dan bij mannen? Te hoge hakken zijn mogelijk de veroorzaker van de klachten.
- Twee voeten samen ongeveer 250.000 zweetkliertjes hebben die ruim een kwart liter vocht per dag afscheiden? Niet gek dus dat je last hebt van zweetvoeten.

Tot slot nog een fabel: **Voetproblemen zijn aangeboren...**

Deze zijn zelden aangeboren. Verkeerde schoenen zijn bijna altijd de veroorzaker bij pijn en ongemak aan de voet. Zo'n 70% van de klachten komt door slecht zittende of te nauwe schoenen, verkeerde zolen en door overbelasting van de gewrichten.

Sharon Bekkers
Medisch Pedicure

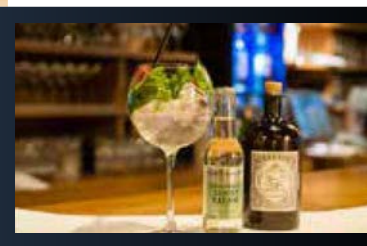
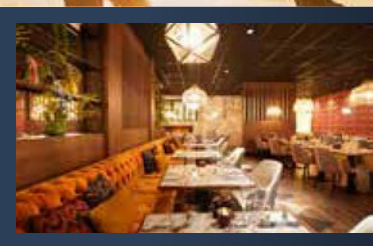
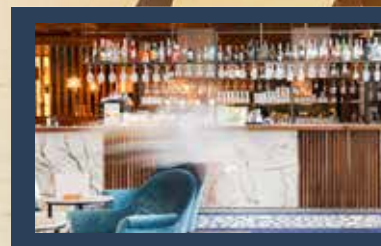
De ultieme ontspanning aan de Zeeuwse kust

Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied de Zeepeduinen en het strand van Westerschouwen, vind je **Grand Hotel ter Duin**. De perfecte plek om te genieten van alles wat de Zeeuwse kust te bieden heeft!



Grand Hotel ter Duin is van alle gemakken voorzien. Wil je Zeeland op twee wielen verkennen? Geen probleem, het hotel kan de fietsen voor je regelen. Daarnaast beschikt het hotel over een prachtige lobby met bar waar je heerlijk kunt zitten om te genieten van een hapje en een drankje. Ook voor een smakelijk diner ben je hier aan het juiste adres. Grand Hotel ter Duin is niet alleen open voor hotelgasten, want iedereen is hier welkom om even te relaxen.

Met een uitgebreide wellness, fitnessruimte en het strand op loopafstand ontbreekt het je nergens aan!



Grand Hotel ter Duin Hogeweg 55, Burgh-Haamstede | Tel. 0111 655 200 | www.sheetz.nl/grandhotelterduin



Echt tijd voor elkaar!

Lekker uitwaaien!

Grand Hotel Ter Duin ligt op loopafstand van het strand. Leg je deze afstand liever niet te voet af, dan verhuren wij ook fietsen.

Het luxe hotel met **133 kamers** en vier appartementen kent verschillende faciliteiten waarvan je onbepikt kunt genieten: twee sauna's, een Turks stoombad, verwarmd zwembad en twee luxe zonnebanken. De kamers zijn sfeervol ingericht en hebben een warme uitstraling.



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

HET KALMERENDE EFFECT VAN DE WIM HOF METHODE

In onze snelle wereld met overvolle agenda's en technologische innovaties die de angst om iets te missen vergroten, zijn stress en angst steeds gebruikelijker. Dit zou echter niet de norm moeten zijn, gezien de negatieve impact op onze gezondheid. Het is daarom belangrijk om effectieve ontspanningstechnieken te vinden. De Wim Hof Methode biedt een krachtige aanpak voor stressmanagement via drie pijlers: ademhalingsoefeningen, blootstelling aan kou en mindset.

Hoe ademhaling je kalmeert

De Wim Hof ademhalingsoefening verschuift je zenuwstelsel van de 'vecht of vlucht' naar de 'rust en verteer' staat, wat leidt tot diepgaande ontspanning en stressvermindering.

Hoe de kou je kalmeert

Koude douches of onderdompeling in koud water stimuleren de afgifte van endorfines, wat angst en stress vermindert en bijdraagt aan een positieve levenshouding.

Hoe je mindset bijdraagt aan stressmanagement

Regelmatige beoefening versterkt je mindset, wat leidt tot betere stressbeheersing en algemeen welzijn.

Ervaar zelf het effect van de Wim Hof Methode

De Wim Hof Methode biedt krachtige tools voor kalmte en welzijn. Wetenschappelijke studies en miljoenen gebruikers wereldwijd bevestigen de effectiviteit. Ontdek de voordelen door online videocursussen te volgen, zoals de gratis Mini Cursus of de 10-Weekse en Fundamentals-cursussen. Begin vandaag nog vanuit je eigen huis en verbeter je welzijn.



JE BENT STERKER DAN JE DENKT DAT JE BENT



Ademhaling



IJstherapie



Toewijding

LET OP: ademhaling volgens de Wim Hof-methode kan de motorische controle beïnvloeden en in zeldzame gevallen tot bewustzijnsverlies leiden. Ga altijd zitten of liggen als je de technieken oefent. Oefen nooit in of nabij watermassa's, terwijl je een voertuig bestuurt of in een andere situatie waarin bewustzijnsverlies je of anderen schade kan toebrengen.



Scan de QR-code voor meer uitleg en oefeningen.

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

LEONAILS

De nagelsalon voor iedereen.

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

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

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

Maak nu een afspraak om je nagels te laten verzorgen



RoZa Kappers

jouw haar, jouw stijl, onze passie



ROZA KAPPERS • Burgemeester van de Mortelplein 56A, Tilburg • +013 7855247 • info@rozakappers.nl • www.rozakappers.nl

KEUNE

Kevin van den Hoof kreeg het vak van tegelzetter met de paplepel ingegoten. Zijn vader heeft inmiddels al 30 jaar een tegelzettaarsbedrijf en leerde hem de fijne kneepjes van het vak. Kevin legt keramische wand- en vloertegels voor allerhande projecten, groot en klein.



Iedere klus is weer anders

MAAK NU EEN AFSpraak 06-10671567

VAKMANSCHAP IS MEESTERSCHAP



 K. van den Hoof Tegelwerken

Ook voor particulieren

“Ook particulieren kunnen natuurlijk een beroep op mij doen. Ik kan de tegels niet leveren, ik leg ze alleen. Ik kan je echter eventueel wel doorverwijzen naar leveranciers uit mijn netwerk. In de toekomst wil ik mijn eigen showroom openen zodat ik ook de verkoop voor mijn rekening kan nemen. Het is voor klanten immers het fijnst om met één persoon te maken te hebben.”

Vooraf duidelijkheid over de kosten

Tot die tijd richt Kevin zich op het leggen. “Meestal ga ik eerst even een

kijktje nemen bij de mensen thuis. Ik wil graag precies weten hoe de situatie ter plekke is om verrassingen achteraf te voorkomen. Ik breng dan ook meteen een offerte uit. Daarbij ga ik uit van een meterprijs, daardoor weet je van tevoren precies wat het je gaat kosten.”

Een perfectionist

“Het toffe is dat ik altijd eer heb van mijn werk. Als ik klaar ben, ziet het allemaal mooi uit en is iedereen blij. Uiteindelijk is dat waar ik het voor doe. Ik ben dan ook echt een pietje precies. Mensen besteden toch een aanzienlijk bedrag, dus het moet er piekfijn uit komen te zien!”

K. van den Hoof Tegelwerken | Dolomietenlaan 136, Tilburg | 06-10671567



Bekende shopstraten

Ontdek de beste winkelervaringen in Europa: van de historische Kalverstraat in Amsterdam en de luxe Meir in Antwerpen tot de trendy Calle Larios in Málaga en de bruisende Calle de la Virgen in Ibiza Stad.

Nederland: Kalverstraat, Amsterdam

De Kalverstraat is de bekendste winkelstraat van Nederland, gelegen in het hart van Amsterdam. Deze drukbezochte straat biedt een mix van internationale merken, warenhuizen en lokale winkels. Met zijn historische charme en levendige sfeer trekt de Kalverstraat jaarlijks miljoenen bezoekers. Naast modewinkels zijn er talloze restaurants en cafés, perfect voor een pauze na het winkelen. De combinatie van cultuur en shopping maakt het een must-visit voor zowel toeristen als Amsterdammers.

België: Meir, Antwerpen

De Meir is de populairste winkelstraat van België, gevestigd in Antwerpen. Deze straat staat bekend om zijn indrukwekkende mix van luxe merken, grote ketens en unieke boetieks. De architectuur van de gebouwen in de Meir is adembenemend, met een combinatie van moderne en historische elementen. Het is niet alleen een winkelbestemming, maar ook een plek voor kunst en cultuur, met diverse cafés en restaurants die de ervaring compleet maken.

Costa del Sol: Calle Larios, Málaga

Calle Larios is de belangrijkste winkelstraat in Málaga, gelegen aan de Costa del Sol. Deze straat is beroemd om zijn trendy winkels, designer boutiques en gezellige horecagelegenheden. Met zijn brede, voetgangersvriendelijke laan en elegante uitstraling is het een populaire bestemming voor zowel lokale bewoners als toeristen. Tijdens de zomermaanden worden er vaak evenementen en markten georganiseerd, waardoor de straat nog meer levendigheid en sfeer uitstraalt.

Ibiza: Calle de la Virgen, Ibiza Stad

Calle de la Virgen in Ibiza Stad is niet alleen een winkelstraat, maar ook een bruisende uitgaanslocatie. Deze gezellige straat staat vol met unieke boetieks, lokale ambachtswinkels en trendy eetgelegenheden. De sfeer is ontspannen en kleurrijk, met kunst en cultuur die er overal zichtbaar zijn. In de avond komt de straat tot leven met het bruisende nachtleven van Ibiza, wat het een veelzijdige bestemming maakt voor bezoekers.

& BEWONDER

STEEDS VERRASSEND AANBOD

CHAMPS-ÉLYSÉES – PARIJS, FRANKRIJK

Als een van de meest prestigieuze winkelbuurten ter wereld, biedt deze Parijse boulevard een perfecte mix van historische charme en moderne luxe. Van de Arc de Triomphe tot het Place de la Concorde vindt men iconische modehuizen zoals Louis Vuitton en Cartier, naast gezellige cafés en bioscopen. Tijdens de feestdagen verandert de straat in een betoverend tafereel met prachtige verlichting, waardoor het een populaire bestemming is voor zowel locals als toeristen die de Parijse flair willen ervaren.

Champs-Élysées, Parijs, Frankrijk



FIFTH AVENUE – NEW YORK CITY, VS

Gelegen in het hart van Manhattan, is deze wereldberoemde straat synoniem met luxe en mode. Bezoekers worden verwelkomd door een indrukwekkende verzameling flagship stores, van de iconische Saks Fifth Avenue tot high-end boetieks zoals Gucci en Prada. Met historische gebouwen en musea zoals het Metropolitan Museum of Art in de buurt, trekt Fifth Avenue jaarlijks miljoenen shoppers en toeristen die op zoek zijn naar exclusieve mode en een iconische New Yorkse ervaring. **Fifth Avenue, New York City, VS**

New York City, VS

OXFORD STREET – LONDEN, VK

Deze levendige winkelstrip staat bekend om zijn bruisende energie en brede aanbod van winkels. Meer dan 300 winkels bieden een mix van grote ketens, zoals Selfridges en Zara, en kleinere boetieks. Tijdens de feestdagen schittert Oxford Street met indrukwekkende kerstverlichting en een feestelijke sfeer, wat het een populaire bestemming maakt voor zowel locals als bezoekers die op zoek zijn naar mode, elektronica en accessoires.

Oxford Street, Londen, VK



VIA MONTENAPOLEONE – MILAAN, ITALIË

In het modecentrum van Milaan staat deze chique straat bekend om zijn luxe en verfijning. High-end modehuizen zoals Prada, Gucci en Versace bieden een exclusieve winkelervaring voor fashionista's. Deze straat maakt deel uit van de 'Quadrilatero della Moda', een wijk die wereldwijd erkend wordt voor mode en stijl. Bezoekers kunnen genieten van elegante etalages en de nieuwste trends volgen terwijl ze zich onderdompelen in de Italiaanse modetijd.

Via Montenapoleone, Milaan, Italië

ZONDAG 8 SEPTEMBER BUITENLOKAAL HAANWIJK GEOPEND

Het Buitenlokaal op Landgoed Haanwijk is van april tot en met oktober iedere 2e zondag van de maand geopend. Tussen 10.45 en 16.00 uur kunnen bezoekers genieten van een vaartocht over de Dommel, een bezoek aan Museum Romeins Halder of een kijkje nemen bij sociale tuinderij De Scheve Schup.



Buitenlokaal Haanwijk | Haanwijk 4a, Sint-Michielsgestel
www.romeinshalder.nl

ZATERDAG 14 SEPTEMBER 2024 MIND YOUR STEP FESTIVAL

Dans erop los bij dit hippe festival! Een festival met vooral house, techno, disco en meer muziekstijlen, oftewel voor ieder wat wils! Geniet van het festival deze nazomer op het unieke paintball terrein van Boekel. Het paintball terrein is een uniek decor, omdat het ook nog eens een oud vliegtuigkerkhof is. Heb jij altijd al willen raven tussen oude vliegtuigwrakken, dan is dit je kans!



Paintball Games Venhorst | Scheidingsweg 9, Boekel
www.mindyourstepfestival.nl

ZONDAG 15 SEPTEMBER 2024 OM 11.00 UUR GOEDEMORGEN NOORDKADE



Deze editie van Goedemorgen Noordkade wordt verzorgd door sopraan Morann De Langhe en tenor Koen Masteling. Samen met pianist Mark van Nispen brengen zij een theateraal concert met de mooiste klassiekers van gevarieerde genres. Sopraan Morann De Langhe en tenor Koen Masteling zijn recent afgestudeerd aan het conservatorium en zijn nu volop werkzaam binnen de klassieke muziektheaterwereld. In dit zondagochtendconcert wisselen zij aria's uit de bekendste opera's/operettes en de mooiste musical melodieuze af met de tijdloze muziek van onder andere Wim Sonneveld en Jules de Corte. Een concert vol verrassingen die de mooiste herinneringen naar boven halen.
Blauwe Kei, Theater aan de Noordkade | Verlengde Noordkade 11, Veghel | www.blauwekei.nl

ZATERDAG 28 EN ZONDAG 29 SEPTEMBER 2024 TREKKERTREK BOERDONK

Wat in 1998 begon als kleinschalig evenement op de akkers van lokale boeren, is inmiddels uitgegroeid tot het gezelligste familie-evenement van de regio. Zowel jong als oud vermaakt zich op het evenemententerrein aan de Coxsebaan op zaterdag 28 september en zondag 29 september 2024. Met tractoren en deelnemers vanuit heel Europa is spektakel gegarandeerd. Ook aan de allerkleinsten is gedacht met een kinderhoek waar ze niet uitgespeeld raken.



Coxsebaan 9, Boerdonk | <http://nieuw.trekkertrekboerdonk.nl/>

ZONDAG 29 SEPTEMBER 2024 HOP HAAREN HOP

Een kleinschalig bierfestival met een gemoedelijke ambiance op een sfeervolle locatie. Brouwers uit de regio, maar ook enkele internationale brouwers, laten de bezoekers proeven van hun speciale bieren. Daarnaast is er entertainment in de vorm van theater, muzikale acts en kinderactiviteiten. Speciaal bier smaakt immers nog beter met speciale muziek! Manege Het Edele Ros | Bossebaan 5B, Haaren | www.facebook.com/HopHaarenHop



ZONDAG 29 SEPTEMBER 2024 VANAF 12.00 UUR KINDERBOULEVARD SCHIJNDEL



Spelen, ravotten, klimmen, klauteren, schminken en nog veel meer! Tijdens de Kinderboulevard op zondag 29 september kunnen kinderen van 2 t/m 12 jaar zich volop vermaken in het Schijndelse centrum. De Kinderboulevard is geopend van 12.00 tot 17.00 uur en de entree is gratis. Van al dat spelen krijgen kinderen dorst! Daarom vinden alle activiteiten vlak bij onze Schijndelse terrassen plaats. Ook fijn voor ouders, want terwijl jullie op het terras genieten van een hapje en drankje, kunnen jullie de kinderen toch in de gaten houden.

Centrum Schijndel



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ****

HÉT HOTEL****

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

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



SCAN DE QR-CODE
En laat jouw
vakantie beginnen!



Voor een mooie glimlach!



VOOR MEER INFO!

De tandarts waar ik me
op mijn gemak voel!

Tandarts
STEENBERGEN

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

www.tandarts-steenbergen.nl |  [tandartssteenbergen](https://www.facebook.com/tandartssteenbergen)

70

STEMMEN

Voor de perfecte stemming!

Bij Simons Piano weten we hoe essentieel een goed gestemde piano is. Het is niet zomaar onderhoud; het is ervoor zorgen dat jouw muziek precies zo klinkt zoals het bedoeld is. Briljant, helder en emotievol. Onze stemmer? Die is vriendelijk, super bekwaam, en net zo gepassioneerd over muziek als jij. Of je nu in je woonkamer speelt, lesgeeft, of schittert op een podium, de juiste toon zet de toon. En we snappen dat bij Simons Piano als geen ander.

We houden van wat we doen, en dat voel je in elke interactie, in elke noot die weer perfect klinkt na onze touch. Dus, heeft je piano een beetje liefde nodig om weer helemaal in tune te komen? Kom dan langs bij Simons Piano. We zorgen ervoor dat je weer verliefd wordt op je piano, elke keer als je speelt. Perfect gestemd, klaar voor jouw volgende meesterwerk.



Tot binnenkort, Geert



SINDS 1817

**SIMONS
PIANO**

KWALITEIT EN
VAKMANSCHAP

Kraaivenstraat 25-11 Tilburg | info@simonspiano.nl | 013-5425374
Volg ons op  [SimonsPianohandel](https://www.facebook.com/SimonsPianohandel) en  [simonspiano1917](https://www.instagram.com/simonspiano1917) | www.simonspiano.com



71



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



Wij zijn een steunpunt van www.topspace.nl

Je auto onafhankelijk laten keuren?

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

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

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

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



Rheastraat 25, Tilburg | 013-2310100 | info@apkstationtilburg.nl | www.apkstationtilburg.nl



Jouw innerlijke balans bereiken is makkelijker dan je denkt

In ons lijf hebben we twee tegengestelde energieën. Die we afwisselend gebruiken. Nemen we de tijd om stil te staan bij deze energieën dan voelen we hoe sterk ze samenwerken. Daar zit de balans in onszelf.

Ik heb het over de mannelijke en vrouwelijke energie. De mannelijke energie die doelgericht de wereld in gaat, weet wat hij wil en hoe hij dat voor elkaar krijgt. De mannelijke energie die in staat is om te zijn, stevig te staan en onze veiligheid en kaders te bewaken.

De vrouwelijke energie die kan ontvangen, ontvangen van wat de man in de wereld zet. De vrouwelijke energie die meestroomt met het leven, haar intuïtie volgt. Ze weet dat dit kan omdat haar mannelijke energie de veiligheid bewaakt.

Deze energieën samen zorgen voor balans. Dat bedenk je niet met je hoofd, maar dat VOEL je in je lijf.

Daar hebben wij een prachtige sessie voor. Niet bedenken en snappen, maar voelen en transformeren.

Worstel jij ook zo met je innerlijke balans? Dan kan het antwoord hier voor je zitten?

Kijk dan eens naar onze avond over het innerlijk huwelijk. Vind je een groep nog te spannend, of niet jouw ding, 1 op 1 met ons werken kan ook.



Voor meer informatie scan de qr-code of ga naar www.almaforsa.nl/store/innerlijk-huwelijk-9-04-2025



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



Direct uit voorraad



WAAROM AXI VLOER:

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



Teamleider Corné van Dijk,
enthousiaste deskundige



**Laminaat-
vloeren**

vanaf

6,95
p/m²

Altijd goed(koper)!

Ringbaan Zuid 372

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



OP ZOEK NAAR DE JUISTE OPVANG?

In de opvang van kinderen vinden we een huiselijke omgeving en betrokkenheid van onze begeleiders van groot belang. De ontwikkeling van kinderen komt het beste tot zijn recht als de omgeving hen in staat stelt om te onderzoeken en te ontdekken. Onze pedagogisch medewerkers zijn hierin begeleidend. Een kind leert van de dingen die het zelf onderneemt en ondervindt, onze pedagogisch medewerkers dragen er zorg voor dat een kind voldoende uitgedaagd wordt.

Om kinderen duidelijkheid en structuur te geven, waar ze behoefte aan hebben, werken we met een vaste dagindeling. We hechten veel waarde aan een goede communicatie en afstemming met thuis. Zo vinden we het bijvoorbeeld belangrijk dat een kind zoveel mogelijk de slaap- en eetritmes kan aanhouden die het thuis ook heeft.

Zien we u binnenkort?



We zijn een kleinschalig en professioneel kinderdagverblijf voor de opvang van kinderen van 0 tot 4 jaar.

kinderdagverblijf
DE KLEINE BOOM

Boomstraat 81, Tilburg
06-38547879
www.kdvdekleineboom.nl



Wil jij aan je celgezondheid werken?

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

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



Benieuwd?
Scan de QR-code

ZEN BY LIQUE
LOFT TREATMENTS

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



STICHTING
DierenLot

DierenLot.nl




CURVY FASHION

en T/M 54 en

DE HOVEL 58 - GOIRLE
013-5913468 | INFO@FFLO.NL
f FFLOGOIRLE

Openingstijden:
Maandag 13.00 - 17.30 uur
Dinsdag t/m vrijdag 10.00 - 17.30 uur
Zaterdag 10.00 - 17.00 uur
Laatste zondag van de maand open





De HuurHal
BESTAAT 10 JAAR

Opslag



Archief



Voorraad



www.HuurHal.nl



Wij zijn
verhuisd

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

www.pareladvies.nl

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

**Jouw beste nagels
bij Sharon**



**Nu ook
BIAB**

Nautilusstraat 157, Tilburg | 06-10018946

Volg mij op Facebook en Instagram

[f Sharonails](#) | [i sharonails_beauty](#)



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

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



**dlb advocaten
& mediators**

familierecht - erfrecht - mediation

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

www.dlb-advocaten.nl

Kinderontvoering

Bij het woord ontvoering denkt u waarschijnlijk gelijk aan een ontvoering in het criminele circuit: iemand wordt meegenomen met als doel losgeld of een andere tegenprestatie.

Een vorm van ontvoering die veel vaker voorkomt, is kinderonvoering. Als een kind vanuit zijn gewone verblijfplaats is overgebracht naar – of achtergehouden wordt in – een ander land, zonder toestemming van de andere ouder met ouderlijk gezag, dan is er sprake van kinderonvoering. En dat gebeurt helaas regelmatig. Denk maar aan twee ouders uit Polen, wonend en werkend in Nederland met kinderen. Als de ouders uit elkaar gaan, dan is de kans aanwezig dat een van de ouders besluit om terug te keren naar Polen en hij of zij neemt dan de kinderen mee. Dat mag dus niet zonder toestemming van de andere ouder.

Internationale kinderonvoering is in Nederland een strafbaar feit. We spreken dan van onttrekking aan het ouderlijk gezag.

Mocht dit bij u ooit aan de hand zijn, dan kunt u altijd contact met ons opnemen. Wij hebben gespecialiseerde kennis over kinderonvoering in huis en kunnen u informeren over de juridische mogelijkheden en u daarin bijstaan.



Vragen?
Neem contact met ons op!

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

Je meubels en auto **weer als nieuw**

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

JOHN'S
meubel- en autostoffeerderij



REGELT HET!



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

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

WWW.BUDOSHOPTEEJOOS.NL

Paletplein 13 | 5044 JB Tilburg | 013-5470878



bo
BO HAIR

Diessensweg 44, Hilvarenbeek
013-5051979

www.bo-hair.nl

BO HAIR/HAARTIPS

LANG HAAR

Lang en **gezond** haar vraagt om doorzettingsvermogen en geduld. Gelukkig zijn er manieren om dit te bereiken. Wees je bewust van het **welzijn** van je haar en dan zul je zien hoe je haar in lange mooie **lokken** over je schouders zal vallen.

TIP 1 Ben lief voor je haar, wanneer je het haar goed verzorgt is de kans kleiner dat het afbreekt en word het haar sneller lang.

TIP 2 Maak gebruik van professionele haarproducten, deze zijn geconcentreerd en zullen het haar intensiever verzorgen.

TIP 3 Ga op tijd naar de kapper. Wanneer het haar toe is aan een knipbeurt vanwege de gespleten punten, kun je het beste zo snel mogelijk ingrijpen.

TIP 4 Net als de rest van het lichaam heeft ook ons haar de nodige vitamines en proteïne nodig. Door deze extra binnen te krijgen zal het haar sneller groeien.



Quiche Lorraine met kaas en spekjes

Deze klassieke Quiche Lorraine is een perfecte combinatie van romige kaas, knapperige spekjes en een boterige korst. Ideaal voor een verfijnd ontbijt, brunch of een elegant diner!

6-8 PORTIES • 70 MIN.

INGREDIËNTEN BODEM

200 g bloem
1 snufje zout
100 g boter (koud en in blokjes)
1 ei

BEREIDING

Maak de bodem: Verwarm de oven voor op 180°C. Meng de bloem met een snufje zout. Voeg de koude boter toe en wrijf deze door de bloem tot een kruimelige textuur. Klop het ei en voeg het toe aan het mengsel, meng het tot een deegbal. Verpak deze in een plasticfolie en koel 30 minuten.

INGREDIËNTEN VULLING

200 g spekblokjes
1 ui (fijngehakt)
3 eieren
200 ml slagroom
200 ml melk
200 g geraspte kaas
peper en zout
1/2 theelepel nootmuskaat

Bereid de vulling: Bak de spekblokjes krokant en laat het uitlekken op keukenpapier. Bak de fijngehakte ui in het spekvet tot het glazig is en laat het afkoelen. Klop de eieren met de slagroom en melk, voeg de geraspte kaas toe en breng het op smaak met peper, zout en eventueel nootmuskaat.

Stel de quiche samen: Rol het gekoelde deeg uit op een met bloem bestrooide ondergrond en bekleed een taartvorm (23 cm). Snijd het overtollige deeg af en prik gaatjes in de bodem. Bedek het met bakpapier en vul met bakbonen of rijst. Bak 10-15 minuten blind in de voorverwarmde oven, verwijder de bakbonen en bak nog 5 minuten.

Vul de quiche: Verdeel de spekblokjes en de ui over de bodem. Giet het eimengsel erover. Bak 30-40 minuten tot de vulling stevig en goudbruin is. Laat een paar minuten afkoelen voordat je de quiche uit de vorm haalt en warm of op kamertemperatuur serveert.



Transformeer je kledingstijl en verken je modepotentieel terwijl je geniet van onze spannende puzzelactiviteiten. Doe mee en maak kans op geweldige prijzen die je een goed gevoel geven. Niet alleen je kledingstijl, maar ook jijzelf of je interieurstijl. Dus waag je kans en wie weet...

PUZZELPAGINA

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

Los de sudoku op

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **6-4-6**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Zoek de zes verborgen letters

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

Maak kans op een:

HOTEL VOUCHER

t.w.v.

€ 250,-



Hotels by Sheetz

is een Nederlandse hotelcollectie op unieke locaties, met centraal ondersteunde, zelfstandig beheerde hotels en een eigen identiteit. www.sheetz.nl



f g u v o s l p s q z	Alkmaar
s e p t e b t m p e z	Almelo
t c j w s w b r e q y	Bos
d b h o t e l l a g i	Enschede
o l e m l a a s b n b	Hotel
r d q w e n i p o p d	Sheetz
g a q g d g m k s x h	Strand
e n s c h e d e y j f	Zeeland
w l n g w h s h k y l	
w a d a z j h x u e v	
r a a m k l a h k m i	

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

Maak kans op een:

Cadeaubon

t.w.v.

€ 100,-



Welkom bij De WOONWINKEL de gezellige boetiek voor stijlvolle, duurzame producten. Ontdek het uitgebreide aanbod in een warme sfeer, met persoonlijke service en deskundig advies. Kom langs en vind precies wat je zoekt!

www.woonwinkelkampen.be



k y b a r b e c u e o	Barbecue
i a g n e p c c e n t	Bestek
p v m s e l a x y e a	Cadeaubon
e e u u e n e n n a p	Glazen
k c v p e n a d x l r	Kampen
h v i o d s u e n g j	Pannen
a s c v u c b r l t u	Service
b o d o r n o c n q j	Woonwinkel
j g k d f e n s v x a	
n w c e x q s n k r w	

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

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





BOREK
parasols | outdoor furniture

ENJOYING THE OUTDOORS
WITH OUR THREE BRANDS

ORIGINAL DUTCH DESIGN SINCE 1977

Showroom Borek | Bedrijfsweg 7 | Oisterwijk | T +31 (0)13 528 88 66 | E mail@borek.eu



MAX&LUUK
PARASOLS | OUTDOOR FURNITURE



yoi
INSPIRED BY
RELAXATION



Stap in de nieuwe Golf

Een Plug-in hybride met een bereik tot 142 km (WLTP), vanaf € 34.990



www.vanmossel.nl/volkswagen

Van Mossel