

DE PEELHORST



JANUARI 2024 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.DEMAASHORSTBRUIST.NL

# BRUIST

Gelukkig &  
gezond 2024!

Lees het interview met  
*Michael Pilarczyk*





# DE NIEUWE BMW iX2



DE MAASSCHE

MAART 2024 IN DE SHOWROOM

100% ELEKTRISCH

449 KM ACTIERADIUS (WLTP)

LEVERBAAR VANAF € 59.350

[DEMAASSCHEBMW.NL](https://www.demaasschebmw.nl)





Fongers. Een echt Hollands fietsmerk dat haar oorsprong vindt in Groningen. Fongers was vanaf 1884 gevestigd aan de Hereweg in Groningen en pionier in de ontwikkeling van de klassieke Nederlandse toerfiets. Fongers legde zich vanaf 1884 toe op de fabricage van hoogwaardige rijwielen, die zeker in de jaren tot 1910 alleen waren weggelegd voor de koopkrachtige bovenlaag van de bevolking. Het bedrijf ontwikkelde een eigen productenlijn met veel specifieke details. Zo introduceerde het merk een eigen velgremstangensysteem en een Fongers stuurstop. De onverminderde keuze voor kwaliteit en duurzaamheid van alle Fongers modellen maakt dit merk ongekend populair binnen Nederland. Inmiddels is Fongers gevestigd aan de Gompensstraat in Waalwijk, waar de drang naar het leveren van een kwalitatief hoogwaardige fiets voor een eerlijke prijs onverminderd groot is.

# FONGERS. Een oerhollands fietsmerk met meer dan 80 verschillende e-bikes!

NUEVO Motinova Plus Disc



**FONGERS**  
Distributed by Matrabike

## Nuevo FM

- Hydraulische schijfremmen
- Maximaal 150 km actieradius
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

**€ 1499,-**



## Fongers Basic LCD

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



Vanaf:

**€ 999,-**



## Fongers RTR

- Hydraulische schijfremmen
- Maximaal 150 km actieradius
- 7 Shimano versnellingen



Vanaf:

**€ 1699,-**



★ Trustpilot



TrustScore 4.7  
4.480 reviews

### Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

Gompensstraat 21, 5145 RM Waalwijk,  
Nederland. Tel. 0416-342012

### Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

Kortrijksesteenweg 70, 9830 Sint Martens  
Latem, België. Tel. 038880990

### Matrabike Rumst (BE)

Antwerpsestraat 83, 2840 Reet  
(gemeente Rumst), België.  
Tel. 038880990



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

**matrabike**  
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

Heeft u vragen of wilt u meer informatie?  
Stuur dan een email naar:  
[klantenservice@matrabike.nl](mailto:klantenservice@matrabike.nl)

Kijk voor uw FONGERS fiets op:  
[www.matrabike.nl](http://www.matrabike.nl)





8



10



14



23



12



28

# Inhoud

## COLOFON

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

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**CUSTOMER CARE** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist – Frans Pijnenburg  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook.com/ettenleurbruist  
Like ons op Facebook.com/demaashorstbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2024. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. De Maashorst 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 35 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Foto: Ron Eskens, scoonpictures.nl



# Bruisende lezer,

Om te beginnen natuurlijk: de beste wensen voor 2024! Een jaar dat voor veel mensen ongetwijfeld weer is begonnen met goede voornemens: stoppen met roken, afvallen, vaker bij familie op bezoek... Ieder heeft zo zijn eigen voornemens, maar er is één ding dat de meeste mensen met elkaar gemeen hebben: het blijkt vaak best moeilijk om je aan die voornemens te houden. Om je daarbij te helpen geven we je verderop in deze nieuwste editie van Bruist een paar tips.

Ook auteur en spreker Michael Pilarczyk heeft zo zijn eigen goede voornemens, niet alleen voor zichzelf, maar in feite voor iedereen: haal het beste uit je leven! Iets wat hij vol passie deelt tijdens zijn theatercollege *Rust in je hoofd*. Hij vertelde ons er meer over in het bruisende interview dat we met hem hadden.

En onze ondernemers? Ook zij hebben ongetwijfeld allemaal zo hun goede voornemens. Eén voornemen mag duidelijk zijn: hun klanten ook dit jaar weer blij maken met wat ze bieden. En wij helpen ze daar maar al te graag bij door hun inspirerende verhalen te blijven delen.

Lea en Marcel Bossers



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

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Rosmalen Bruist en Rijk van Nijmegen/Land van Cuijk Bruist.

# Wat is er nog over van je *goede voornemens*?

Stoppen met roken, een paar kilo afvallen, sporten, geld besparen en ga zo maar door. In januari beginnen we massaal met een schone lei. Hoor je het jezelf nog zeggen: "En dit jaar gaat het me echt lukken"? Wij geven je een aantal tips hoe je je echt aan die goede voornemens kunt houden.

**1 WERK STAP VOOR STAP** Als je meerdere voornemens hebt, kan het lastig zijn om alles tegelijk te doen. Hierdoor is de kans groot dat je voornemens mislukken.

**5 CREËER ROUTINE** Ben je verslaafd aan roken of snoep? Dan kan het helpen om een andere bezigheid te zoeken voor als het verlangen naar een sigaret of zoetigheid de kop opsteekt.

**2 MAAK EEN SCHEMA** Maak voor jezelf een schema waarin je kunt vermelden wat je graag zou willen bereiken en hoe je dit aan gaat pakken. Gaat het om een doel dat je op korte termijn wilt bereiken, of heb je er het hele jaar voor uitgetrokken?

**6 BELOON JEZELF** Als het je lukt om jezelf aan je schema te houden, staat daar natuurlijk een beloning tegenover. Zorg er wel voor dat je de beloning ook echt koppelt aan het halen van je doelstelling.

**3 VOORKOM HOGE EISEN** Als je te hoge eisen aan jezelf stelt, haakje vaak al snel af. Dit komt doordat je geest en lichaam tijd nodig hebben om zich aan te passen aan je nieuwe gewoonten.

**7 ZOEK STEUN** Het is niet makkelijk om een goed voornemen in je eentje te verwezenlijken. Vertel je vrienden en familie wat je van plan bent en vraag of ze daar eventueel rekening mee willen houden. Of plaats je goede voornemen op social media. Wie weet zijn er meer mensen die hetzelfde doel nastreven.

**4 KEN JE DOEL** Herinner jezelf regelmatig aan de voordelen van je goede voornemen. Als je dit niet doet, zul je sneller opgeven.

**Wil jij meer tips om je goede voornemens vol te houden?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



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

# Flebologisch Centrum Grave

Uw behandelcentrum voor spataderen en aambeien

Nieuwste methoden  
Snelle intake  
Ervaren artsen  
Kwaliteitskeurmerk  
ZKN  
Geen wachtlijsten

Snel en vakkundig  
van uw spataderen en  
aambeien af



- Patiënten uit heel Nederland komen naar het Flebologisch Centrum Grave om spataderen en aambeien te laten behandelen.
- De specialisten van FCG maken gebruik van de modernste en nieuwste

technieken.

- De kliniek kent hele korte wachttijden en zorgverzekeraars vergoeden het overgrote deel van de behandelingen.

Bezoek de website voor meer informatie: [www.spataderen-fcg.nl](http://www.spataderen-fcg.nl)  
of neem vrijblijvend contact met ons op: 0486-420096

Klinkerstraat 8-10, Grave  
Tel: 0486 42 00 96  
[info@spataderen-fcg.nl](mailto:info@spataderen-fcg.nl)



Flebologisch Centrum Grave



## HAWAIIAN TROPIC MINERAL POWDER BRUSH

Bescherm je huid tijdens de donkere dagen met transparante SPF 30 zonbescherming in poedervorm. Perfect onder of over make-up voor een matte finish. Zeg vaarwel tegen een glimmend gezicht en verstopte poriën, terwijl je toch goed beschermd blijft. De handige kwast maakt het eenvoudig aan te brengen en mee te nemen voor snelle touch-ups gedurende de dag. Geniet van een heerlijk zomers gevoel, zelfs op grijze dagen, en straal alsof de zon altijd schijnt!

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



## THERMAE 4 YOU

Caviar Repair Crème, het klinkt niet alleen chic, dat is het ook. Met dit product breng je een beetje luxe wellness naar je eigen huis. De crème bevat maar liefst 80% echte Caviar Marine-DNA, wat bijdraagt aan het herstellen van het vochtgehalte, waardoor de huid er gladder, mooier en heerlijk soepel uitziet. Het is als een verwelnd spa moment, maar dan gewoon bij jou thuis.

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



## TOSKANI MYOTEC EYE LIFT OOGCRÈME

Nieuw jaar, nieuwe jij! Verfris je blik met de Myotec Eye Lift oogcrème van Toskani. De actieve ingrediënten, waaronder karitéboter, kokosolie en peptiden, geven je ogen een natuurlijke lift, vergelijkbaar met een botox-effect. Onderzoek toont aan dat 95% van de gebruikers een zichtbare versteviging van de oogleden ervaart. Deze crème vermindert ook donkere kringen en rimpels. Zeg vaarwel tegen vermoeidheid en verwelkom het nieuwe jaar met stralende ogen!

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



## PEUGEOT MAESTRO PEPERMOLEN

Peugeot, bekend om hun indrukwekkende auto's, biedt ook betaalbare culinaire creaties onder de naam Peugeot Saveurs. Met hun uitgebreide ervaring in smaken omarmen ze nu kruidenmolens, keramische ovenschotels, degustatieglazen en wijnaccessoires. Elk product van Peugeot Saveurs belichaamt de uitzonderlijke smaakbeleving van dit gerenommeerde Franse familiebedrijf.

[be.peugeot-saveurs.com/nl](http://be.peugeot-saveurs.com/nl)



D



# Gelukkig en gezond nieuwjaar!



## BRUIST Deals

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



### ZORG WEER VOOR GRIP OP JE EIGEN LEVEN!

Het boek 'Laat de kaas niet van je brood eten' geeft je inzicht in hoe je staande kunt blijven en de kracht kunt vinden om door te gaan tijdens het hebben van schulden, stress m.b.t. persoonlijke geldproblemen of een faillissement.

**PRE-ORDER NOW!**  
via onderstaande mail



[Jolanda.Philipse@icloud.com](mailto:Jolanda.Philipse@icloud.com)

## INNOVATIEVE FOUNDATIONSPRAY VAN THAT'SO

Face Up, een innovatieve foundationspray aan te brengen met een make-up kwast, creëert een prachtige en egale glowy teint met een filtereffect op het gezicht. Het vermindert de zichtbaarheid van onvolkomenheden en bevordert een heldere, uniforme look. Beschikbaar in Perfect, Light, Medium, Dark en Extra Dark Nude, won het onlangs de Best Innovation Make Up 2023 award. 75 ml, € 38,-, [www.thatso.nl](http://www.thatso.nl)



## LEZERSACTIE\* Maak kans op het nieuwe boek van Faya Lourens

Fajah 'Faya' Lourens presenteert met trots Killerbody Lifestyle, een programma dat draait om mindset. Verlies gemakkelijker gewicht, behoud je resultaten en verbeter je welzijn. Ontdek nieuwe vegetarische en veganistische recepten en voedingsplannen.

[www.fayaofficial.com](http://www.fayaofficial.com) TAG #FAYA



## 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](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)



Uw persoonlijke reisadviseur uit Someren

## New York leeft 24 uur per dag

New York heeft op bijna iedereen een enorme aantrekkingskracht. Dat komt omdat de stad iets 'unreal's' over zich heeft. Als u er nog nooit bent geweest kent u het vooral van televisie.

Bijvoorbeeld van één van de talloze politseries als CSI New York, Person of Interest, Elementary en White Collar of series als Gossip Girl en Sex & The City en, in vroeger tijden, Friends en Hill Street Blues.

New York leeft 24 uur per dag en straalt een enorme energie uit die u meteen in zijn greep krijgt. Opvallend is de gigantische hoeveelheid gele taxi's die het straatbeeld beheersen, zijn de neonreclames van Times Square, de vele sirenes en vooral heel, heel erg veel hoge skyscrapers.

New York is natuurlijk ook de stad van The Statue of Liberty, dat qua symboliek niet onderdoet voor de Eiffeltoren in Parijs. Het is de stad van Central Park, Queens, Harlem, Soho en niet in de laatste plaats van Broadway.

### U raakt in de ban!



Uw vakantie beleeft u maar één keer!

#### Uw voordelen

- De luxe van uw eigen persoonlijke reisbureau
- Optimale bestemming en productkennis
- Van standaard pakketreizen tot reizen op maat
- Reisadvies per mail, telefoon of op afspraak bij u thuis
- Prijs- en reisvergelijkingen
- Volledig onafhankelijk en objectief

Wil je meer info of meteen boeken?  
Bezoek de website!



[www.thetravelclub.nl/jane](http://www.thetravelclub.nl/jane)  
06-13881888  
[jane@thetravelclub.nl](mailto:jane@thetravelclub.nl)

Aangesloten bij:



Fam  
SKIN & CONCEPT  
POSTELSTRAAT 25, SOMEREN CENTRUM

volg ons    
0651062495



foaming shower gel €8,50



diffuser €24,95 & kaars €19,95




set totaal €24,95



diffuser €24,95





Sinds 2006 brengen wij maandelijks schitterende magazines uit. En vandaag de dag doen we dit in maar liefst 35 verschillende regio's verdeeld over Nederland, België en Spanje. Dit succes hebben we enkel kunnen realiseren dankzij het vertrouwen van onze gewaardeerde klanten en we zijn er buitengewoon trots op dat we al jarenlang zoveel tevreden klanten mogen bedienen.

De transformatie die onze Bruist magazines hebben ondergaan, van eenvoudige folders tot prachtige magazines, is werkelijk opmerkelijk. We koesteren deze groei en voelen ons dankbaar voor de evolutie die we hebben doorgemaakt. Gedurende de jaren hebben we waardevolle ervaringen opgedaan en hebben we geleerd wat wel én niet werkt.

Deze ervaring heeft ons geleid naar een geheel nieuwe visie: dat we bedrijven willen helpen om op de juiste manier te communiceren in print, online en op social media, waardoor de naamsbekendheid omhoog gaat.

# Wil je ook meer naamsbekendheid?

## *Maar wat betekent naamsbekendheid voor jouw merk?*

Het betekent niet alleen dat mensen jouw logo herkennen of 'wel eens van je hebben gehoord', maar vooral dat jouw doelgroep jouw merk identificeert en begrijpt waar het voor staat.

## **Waarom is naamsbekendheid zo belangrijk?**

Al sinds de opkomst van marketing wordt er hard gewerkt aan het opbouwen van naamsbekendheid. Wanneer consumenten op zoek zijn naar een dienst of product, neigen ze eerder te kiezen voor een bedrijf dat ze al kennen. Dit draagt bij aan de loyaliteit van bestaande klanten.

Adverteren in de magazines van Bruist heeft niet alleen tot doel om nieuwe klanten te werven, maar ook om bestaande klanten te informeren over jouw prachtige producten en diensten, wat

uiteindelijk zal resulteren in een stijging van je omzet.

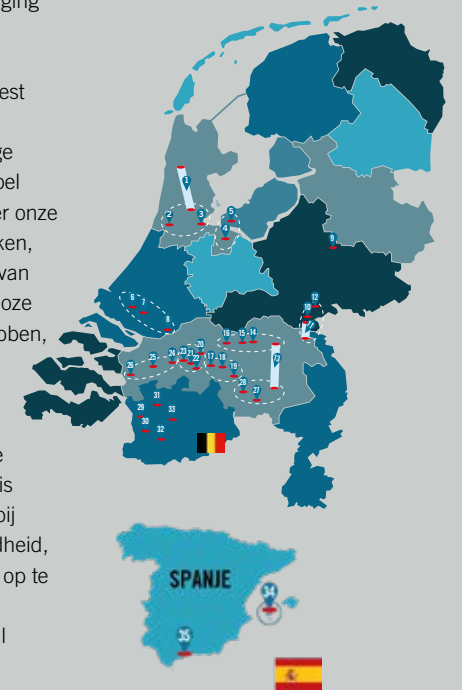
Ons doel is om bedrijven op de meest complete manier bij te staan. Dit doen we door middel van langdurige samenwerkingen, met als ultiem doel onze klanten te ontzorgen. Wanneer onze klanten grotere doelen willen bereiken, gaan wij met een ongekende inzet van 200% voor hen aan de slag. De talloze succesverhalen die we te delen hebben, getuigen van onze toewijding en expertise.

Mocht je meer willen weten over de unieke mogelijkheden die we in huis hebben om jouw bedrijf te helpen bij het vergroten van de naamsbekendheid, aarzel dan niet om contact met mij op te nemen via +31 6 42 72 05 54 of [lorenzo.bossers@nederlandbruist.nl](mailto:lorenzo.bossers@nederlandbruist.nl)

**Met bruisende groet,**

*Lorenzo Bossers*

**Sales Manager  
Nederland Bruist**



Benieuwd naar onze unieke mogelijkheden? **Maak dan nu een afspraak!**

# Wie zou jij zijn zonder je angst?



Wat als je je angstig voelt in bepaalde situaties waarbij angst eigenlijk niet nodig is? De angst kan een eigen leven gaan leiden en gaat je in de weg staan, waardoor jij probelemen ervaart in je dagelijkse leven. Het kan ook zijn dat je juist door de angst bepaalde dingen gaat vermijden om de angst zo niet te voelen.

Angst kan jou op verschillende manieren belemmeren in het leven. Bijvoorbeeld wanneer je het eng vindt om met mensen of in een groep te praten, naar openbare plaatsen te gaan, te telefoneren, auto te rijden of überhaupt in een auto te stappen. De angst speelt zich vooral af in je hoofd. Je hoofd zegt dat er allerlei gevaren dreigen wanneer je dit doet. Hierdoor word je belemmerd en kun je je passie niet volgen.

## Wil jij je passie gaan volgen en je angst overwinnen?

Door ervaringen met je ouders, docenten, klasgenootjes, vrienden en vriendinnen. Die kunnen jou (onbewust) allerlei overtuigingen mee hebben

gegeven, misschien heb je de overtuiging “ik ben niet goed genoeg” of “ik kan dat toch niet”. Deze overtuigingen gaan hun eigen leven leiden waardoor je in gevecht bent met jezelf en je angst. Deze overtuigingen zorgen ervoor dat je eerder stopt of zelfs dingen gaat vermijden. Als iets niet lukt of niet direct wil lukken, dan zie je dit als een bevestiging van je overtuigingen.

Wat als... je dit soort gedachten kunt loslaten en de overtuigingen verdwijnen als sneeuw voor de zon! Dan gaat er een nieuwe wereld voor jou open!

## Ben jij klaar voor een leven zonder angst?

In drie sessies je angst overwinnen met hypnotherapie!

**Maak vrijblijvend een afspraak om te kijken wat ik voor jou kan betekenen.**



**IN 3 SESSIES VAN  
JE PROBLEEM AF!**





JOHNBEERENS  
COM

# BRUIST BEAUTY TIPS

BY JOHN BEERENS

Happy New Hair! Vergeet bij het maken van je goede voornemens voor 2024 zeker je haar niet. **John Beerens**, kapper en CEO van johnbeerens.com, deelt maandelijks de beste beautytips voor een stralende look!

# JOHN'S GOEDE VOORNEMENS

## Kies de Juiste Producten

Investeer in goede producten voor je haar, te herkennen aan 'Vrij van Siliconen en Parabenen' en ga voor Clean Beauty. Zeg in 2024 hallo tegen gezonder haar!



## Ga Voor een Extraatje

Vitamines! Niet alleen goed voor je haar, maar voor je totale gezondheid. Deze Sugarbearhair vitamines voeden jouw haar van binnenuit, waardoor je haar sterker en elastischer wordt en minder snel breekt.



## Breng de Magie aan

Gebruik een actief haarserum zoals het L'Alga SeaLush Serum. Dit serum herstelt droog of beschadigd haar en voorkomt gespleten haarpunten.

## Sport Je Haar Gezond

Sporten is goed voor je hele lichaam en een goede basis voor gezond haar. Zo verbetert sporten de haargroei door het afvoeren van gif- en afvalstoffen & verhoogde bloedcirculatie. Op naar een gezond 2024!



## Meer informatie?

Beautycare johnbeerens.com

+31 13 530 2010

[beautycare@johnbeerens.com](mailto:beautycare@johnbeerens.com)





# Uw voeten, onze zorg!

*"Ik kan mensen écht helpen door hun probleemvoeten effectief en doelgericht te behandelen. Dat maakt mijn werk zo mooi."*



## Voet- en Schoenkundig Schoonheidspedicure Gerda Vereijken

Roeklaan 1A, Lieshout | 0499-421723

22

Mensen prettig lopend en tevreden weer de deur uit laten gaan. Al 36 jaar is het mijn passie mensen te helpen met problemen aan hun voeten.

U kunt hierbij denken aan de volgende problemen/ behandelingen:

- Overtollig eelt
- Likdoorn en orthese
- Ingroeïende of rondgroeïende teennagel en nagelregulatie
- Kloven
- Schimmelnagels en nagelreparatie
- Voetproblemen bij zwangerschap
- Reguliere pedicurebehandeling

Gerda werkt met tandartsapparatuur. Elke behandeling eindigt met een voet-beenmassage om te zorgen dat de spieren ook weer lekker los zijn als u weer naar huis gaat.

**Benieuwd of Gerda ook iets voor uw voeten kan betekenen? Maak dan zeker eens een afspraak.**



# DAGJE UIT SNEEUWBAL WINTERFESTIVAL



Het winterseizoen is ook dit jaar weer hét seizoen van het Sneeuwbal Winterfestival. Van knisperende vuren, foute skipakken en maffe winterse outfits, verse sneeuw en glühwein tot en met après-ski en braadworsten! Verdeeld over zeven verwarmde en overdekte area's veroorzaken je favoriete artiesten weer een lawine van stomende beats. Dit jaar pakken ze het zelfs extra groots aan, want het is Sneeuwbal Winterfestival vindt plaats op 27 januari, van 14.00 tot 23.00 uur, in het Utrechtse Park Transwijk. **Kijk voor meer informatie op [www.sneeuwbalfestival.nl](http://www.sneeuwbalfestival.nl).**

## FILMPJE KIJKEN ONE LIFE

BINNEN/BUITEN



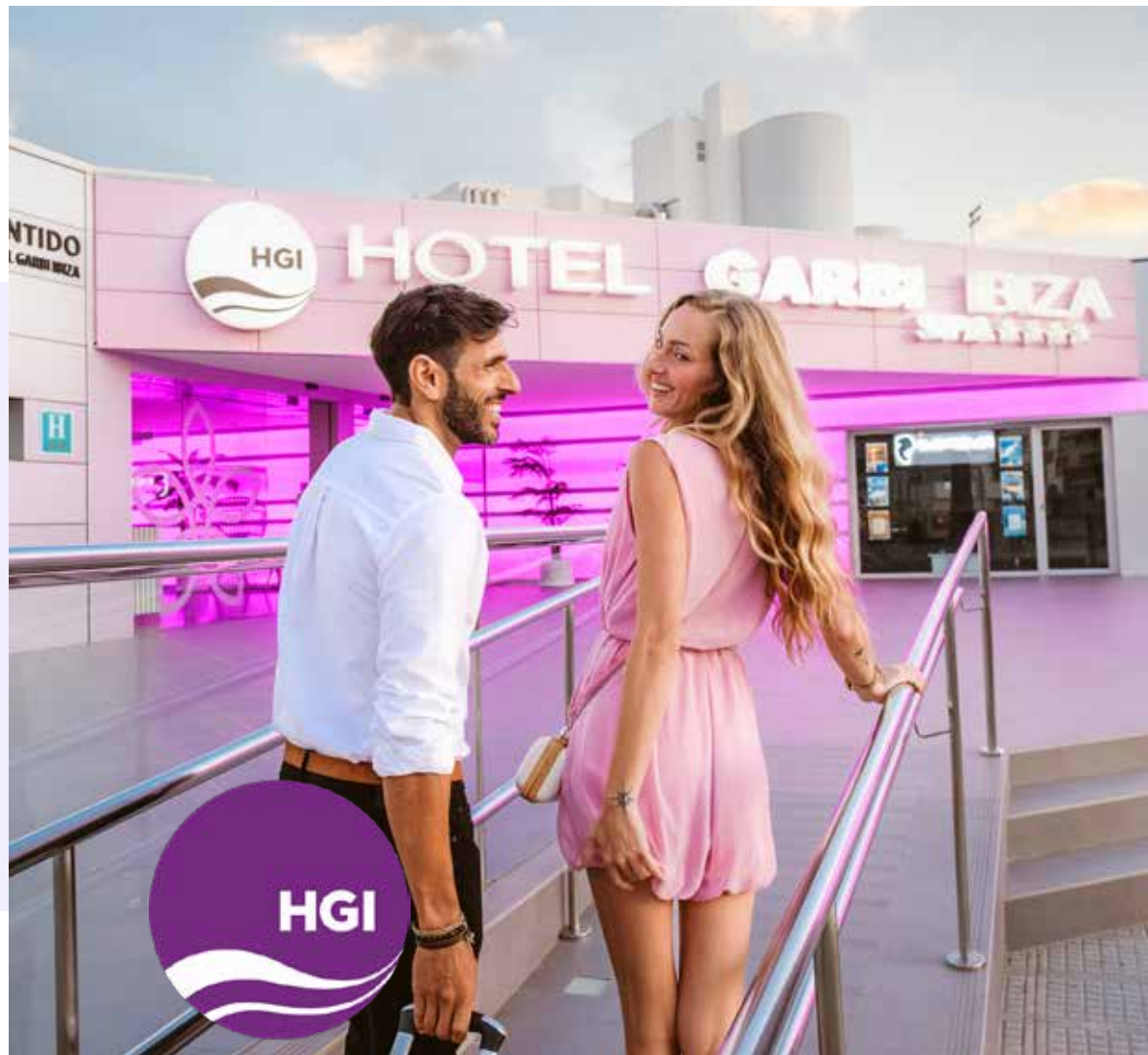
One Life vertelt het waargebeurde verhaal van Sir Nicholas Winton, door wiens inspanningen aan de vooravond van de Tweede Wereldoorlog meer dan zeshonderd voornamelijk Joodse kinderen uit de handen van de nazi's werden gered. Vijftig jaar later verwijt Nicholas zichzelf echter dat hij niet genoeg heeft gedaan om alle kinderen te redden. Pas als het BBC-programma 'That's Life!' hem uitnodigt om in hun programma te verschijnen, gebeurt er iets waardoor hij eindelijk in het reine begint te komen met het schuldgevoel en verdriet dat hij al vijf decennia met zich meedraagt. **ONE LIFE is vanaf 4 januari te zien in de bioscoop.**

## BOEKJE LEZEN EEN NIEUW LEVEN



Engeland, 1949. Charlotte is gelukkig getrouwd en geniet van haar leven op het platteland, iets dat ze niet voor mogelijk had gehouden toen ze aan het begin van de oorlog als 13-jarig meisje met een kindertransport Duitsland moest ontvluchten. Maar dan duikt een oude vriend uit het verleden op in haar nieuwe wereld. Harry was haar beschermer toen ze niemand anders had en daar zal ze hem altijd dankbaar voor zijn, maar zijn aanwezigheid dreigt nu haar nieuwe leven te doen ontsporen. De oorlog is dan wel voorbij, maar het verleden laat je nooit met rust... **EEN NIEUW LEVEN van Diney Costeloe is vanaf 16 januari verkrijgbaar.**

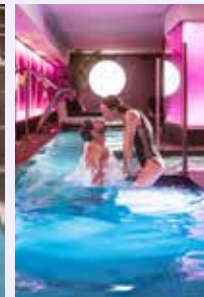




# HÉT HOTEL★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

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



**SCAN DE QR-CODE**  
En laat jouw  
vakantie beginnen!

**HOTEL GARBI**  
**IBIZA SPA ★★★★★**

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

# Hét adres voor *een mooie, nieuwe outfit!*

Met een zeer uitgebreide collectie damesmode en de daarbij behorende accessoires zijn wij altijd enthousiast om jou van top tot teen te kleden.

Postelstraat 38c Someren  
0493 - 472441  
[www.inverno.nl](http://www.inverno.nl)  
@inverno\_damesmode

**IETS MOOIS  
GEZIEN?**  
Wij sturen het  
naar je op!

INVERNO  
*By Colonna*





**Michael Pilarczyk:****‘Meditatie zou verplicht moeten worden voor iedere werkende Nederlander’**

Michael Pilarczyk staat in het voorjaar van 2024 met zijn theatercollege *Rust in je hoofd* in de Nederlandse theaters. Hierin vertelt de 54-jarige auteur en spreker over mentale gezondheid en hoe je het beste uit je leven kunt halen. “Eigenlijk zou een uur meditatie verplicht moeten worden in de agenda van iedere werkende Nederlander.”

De stress, drukte en chaos van de huidige maatschappij zijn op den duur funest voor de geestelijke gezondheid, meent Pilarczyk. “Wij mensen, en dan met name Nederlanders, vliegen vaak van hot naar her, waardoor we heel druk zijn in ons hoofd. Hierdoor ontstaat stress en veel narigheid. En die stress kan uiteindelijk uitmonden in burn-outs.”

**INSPIRATIEBRON** Pilarczyk wil met zijn theatercollege een inspiratiebron zijn voor het publiek. “Ik neem de toeschouwers mee aan de hand van een fictief verhaal over een man die een einde aan zijn leven wil maken. In het bos loopt hij een man tegen het lijf die de waanzin van de werkelijkheid is ontstegen. Hij is gestopt met werken en in een hutje in het bos gaan wonen. Daar vertelt hij allemaal wijze levenslessen.”

**MASTER YOUR MINDSET** Naast de theatertour en diverse masterclasses heeft de op Mallorca wonende Pilarczyk de afgelopen jaren ook diverse zelfhulpboeken geschreven. “Ik heb inmiddels zes boeken op mijn naam staan. Master Your Mindset is een bestseller geworden; er zijn ruim 300.000 exemplaren van verkocht. Daar ben ik heel trots op. In dat boek benadruk ik nog maar eens hoe belangrijk de mentale gezondheid is en hoe je zelf verantwoordelijk bent om je mooiste leven te kunnen leiden.”

*Michael Pilarczyk staat vanaf maart 2024 weer in de theaters met zijn voorstelling Rust in je hoofd. Bekijk de speellijst op Theater.nl.*

**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

**Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.**

**Ga naar [theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist)**

# Een culinaire ontdekking in een legendarisch onderkomen

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



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

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

*Een onvergetelijke ervaring*



## Lekker uitwaaien!

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

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



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



RESTAURANT D'ARRÈT

The Fallon Hotel | Prins Bernardlaan 16, Alkmaar | Tel. 072 762 0752 | [www.sheetz.nl/thefallonalkmaar](http://www.sheetz.nl/thefallonalkmaar)

HOTELS BY SHEETZ



# Piepende ruitenwissers?

Autotaalglas Oss lost het voor je op

Autotaalglas Oss · Parallelweg 7a · 5349 AD · Oss ·  
0412-651600 · oss@autotaalglas.nl



Land van de Peel

## Activiteiten in het Land van de Peel

### HELMOND

#### The Dance Classics

13 januari

Trommel je dansvrienden op en bereid je voor op een avondje back to the disco in de Cacaofabriek!

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

#### The Bluebettes

19 januari

Groot feest tijdens de voorstelling de goedlachse en swingende vrouwenband The Bluebettes.

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

#### Poppentheater

21 januari

Kindervoorstelling over Oma Alda die tot leven komende Dinodragen breit.

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

#### The Freddie Mercury Story

27 januari

Deze voorstelling staat in het teken van de ongelooflijke songs die Freddie Mercury tijdens zijn leven maakte.

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

### ASTEN

#### Kolderieke Avond

6 & 13 januari

Een avond met cabaret, tonpraters en dans van carnavalsvereniging De Plekkers in Asten.

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

#### Prinsenal R'Ommelpotters

13 januari

Ontdek wie de nieuwe Prins van de R'Ommelpotters wordt.

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

#### Veldtourtocht

14 januari

Fiets mee tijdens de Veldtourtocht door de bossen met verschillende afstanden.

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

#### Prinsenal van De Klot

14 januari

Wie wordt de Prins van de Klot?

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



### DEURNE

#### Tentoonstelling: 66-jarige

geschiedenis van

**carnavalsstichting De**

**Peelstrekels**

**Hele maand januari**

Een pop-up museum in het kader van 66 jaar Carnavalsstichting De Peelstrekels.

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

#### The Queens of ABBA Tribute

20 januari

Ga terug in de tijd met The Best Abba Tribute en zing mee met hits zoals Dancing Queen en Waterloo.

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

#### CD- en Platenbeurs

28 januari

Beurs met meer dan 95.000 (vinyl) singles, lp's, CD's en DVD's.

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

#### Tentoonstelling: Gerrit van Bakel

en tijdgenoten in De Wieger

**Hele maand januari**

Werken uit Gerrit van Bakels 'machine periode'; de jaren 1974-1984.

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

# INSTAP WEKEN

STAP 2024 IN MET DE HOOGSTE KORTING!



kijk op [www.vanmossel.nl](http://www.vanmossel.nl)

## Van Mossel



Land van de Peel

Activiteiten in het Land van de Peel

## GEMERT-BAKEL

### Nieuwjaarsduik 1 januari

Duik het nieuwe jaar in tijdens de Nieuwjaarsduik bij de Rooye Plas.

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

### Expositie Kunst op Locatie 7 januari t/m 28 februari

Henk en Merel van Eck en Hennie van de Hurk exposeren op Kunst op Locatie.

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

### Heksenketeltreffen 13 januari

MC de Kleppenjagers organiseert het jaarlijkse heksenketeltreffen.

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

### Holland Live in Time out 27 januari

Avond met diverse artiesten van Hollandse bodem.

[www.time-out.nl](http://www.time-out.nl)

## LAARBEEK

### De ziel van Carnaval 9 januari

De twee zeer fervente carnavalisten Mike Weerts en Bjorn van der Doelen leggen de ziel van carnaval bloot.

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

### Thijs Kemperink 'Halverwege' 13 januari

Cabaret van Thijs Kemperink in Ons Tejater in Lieshout.

[www.dorpshuizenlaarbeek.nl/ons-tejater](http://www.dorpshuizenlaarbeek.nl/ons-tejater)



### Verlichte tractor optocht 15 januari

De Laarbeekse boeren houden een verlichte tractoroptocht.

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

### Filmcyclus 'Vrijheid, een worstelingsproces'

16 januari

De werkgroep Oudereneducatie organiseert dit jaar voor de dertiende keer een filmcyclus, met als thema: Vrijheid, een worstelingsproces.

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

## SOMEREN

### Nieuwjaarsconcert

7 januari

Muziekvereniging Somerens Lust luidt het nieuwe jaar in in de Ruchte in Someren.

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

### Blaauwe Vinkjes Disclaimer 12 januari

Blaauwe Vinkjes gooien hoge ogen met hun actuele cabaret, liedjes en vlotte tempo van sketches.

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

### Kienen in De Weijers

18 januari

Donderdag 21 december staan de deuren van De Weijers weer open om een avond te kienen.

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



### Kalender onder voorbehoud.

Ga voor een volledig overzicht van alle activiteiten naar [www.landvandepeel.nl](http://www.landvandepeel.nl) of scan de QR-code.





Geniet van een moment van ontspanning en herlaad je energie. Na de feestelijke drukte van december is het tijd om tot rust te komen en thuis te genieten van een heerlijk kopje koffie of thee. Laat jezelf comfortabel zakken op de bank en ontdek (online) de nieuwste editie van Bruist. Doe mee aan onze puzzel en maak kans op mooie prijzen.

# PUZZELPAGINA

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

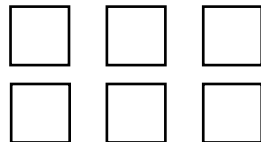
### Los de sudoku op

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was 2-2-4.

### Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.



### Zoek de zes verborgen letters

Vind de letters en maak er een woord van. Wordthema deze maand is 'goede voornemens'. Oplossing van vorige maand was **cadeau**.

Maak kans op een

## Peach Blossom Smoothing Body Wash

Begin de dag fris met deze heerlijke body wash op basis van perzikbloesem en geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid door dit fijne product van O'right.



Los de rebus op.

### Wil jij kans maken op deze leuke prijs?

Stuur de oplossing in voor 1 februari 2024 op [www.nederlandbruist.nl/de-maashorst/puzzelen](http://www.nederlandbruist.nl/de-maashorst/puzzelen) of via QR-code.



AUTHENTIEKE  
*Pancha Karma Kuur*  
11-22 MAART IN UDEN

## KUUR: Anti-aging

**Pancha Karma** is een genezingsproces dat je lichaam ontlast van stress, slechte gewoontes en milieufactoren. Deze intensieve detox-kuur, aangepast aan jouw behoeften volgens Ayurvedische richtlijnen, bevordert het herstelproces en voorkomt ziektes door ontstekingen te verminderen. Zonder klachten is het aan te raden als preventieve verjongingskuur. Uitgevoerd door een ayurvedische arts en therapeut, biedt het een persoonlijke boost voor lichaam en geest.

**Mis het niet!**  
[www.audesapere.nl/pancha-karma](http://www.audesapere.nl/pancha-karma)

**AUDE SAPERE**  
NISTELRODESEWEG 9A, UDEN  
06 10 75 95 34  
[JOSEPHINEBROEDERS@GMAIL.COM](mailto:JOSEPHINEBROEDERS@GMAIL.COM)

# IBIZA

*Kom genieten!*

## XPERIENCE FAIR

Als jij (nog) niet naar het zonovergoten Ibiza kan, dan komt het eiland naar jou. De IBIZA Xperience wil de ongedwongen sfeer en het ongeremde gevoel van dit eiland naar Nederland halen, zodat je het 'happy hippie'-gevoel kunt ervaren tijdens deze grootse overdekte hippiemarkt. De Brabanthallen in Den Bosch worden voor twee dagen omgetoverd tot tropische bestemming met fashion, accessoires, beauty, decoraties en meer. Tussen het shoppen door kun je een hapje eten en drinken bij de verschillende foodtrucks, op een van de terrasjes of bij het Ibiza Restaurant of ga je relaxen in de Happy Hippy Chill Out.

Op deze beurs ontdek je alles wat Ibiza te bieden heeft. Niet alleen op het gebied van mode en de laatste trends, maar ook wat je kunt doen in én om je huis. Tussen het shoppen door geniet je van typisch 'Ibiza-style' eten en drinken. Of geniet je van een massage en je oren van de soepele klanken die de dj voor je ten gehore brengt.

Er zijn vele stands, zowel grote als kleine, waar je ook lokale bedrijfjes kunt spotten. Op de beurs vind je, naast de livemuziek, fashion, accessoires, beauty, make-up, meubels, hennatatoeages, massages, cocktail- en tapasbars, food- en fashion trucks, diverse lounges, een Ibiza restaurant en nog veel meer.



Fashion | Lifestyle | Food | Spiritual | Music | More

ZATERDAG 6 APRIL  
12.00 tot 18.00 uur  
ZONDAG 7 APRIL  
11.00 tot 17.00 uur

BRABANTHALLEN  
DEN BOSCH  
Diezekade 2

INFO  
Ibizaxperience.eu  
TICKETS  
Ticketpoint.nl



Maak kans op een:

# Entreekaart

t.w.v. € 12,<sup>50</sup>



BRABANTHALLEN  
DEN BOSCH  
Diezekade 2, Den Bosch

let your heart guide you

ZATERDAG 6 APRIL 12.00 tot 18.00 uur  
ZONDAG 7 APRIL 11.00 tot 17.00 uur

v w h y l v a n d s s	beauty
v y z c z b w y f m c	eiland
h d z r s h h y o g b	foodtruck
l p n i j i q e o b n	happy
b p c a m p p x d e z	hippie
h h r h l p b o t a y	ibiza
y t w i b i z a r u q	lounges
k d g g g e e v u t x	tropisch
x s e g n u o l c y m	
f e j m o z e i k f x	
l x h z z l k e i p g	

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

Wil jij kans maken op deze leuke prijs?

Stuur de oplossing in voor 1 februari 2024 op  
[www.nederlandbruist.nl/puzzelen](http://www.nederlandbruist.nl/puzzelen) of via QR-code.





**boetiek**<sup>24</sup>  
— fashion & more —

# SALE

De leukste koopjes vind je bij Boetiek24

Schoonstraat 24, Heesch

0412-450440

[www.boetiek24.nl](http://www.boetiek24.nl)



  [boetiek24](#)

De winkel is gesloten  
van 1 t/m 8 januari

# VOEL JE WELKOM!