

BRASSCHAAT



JULI 2023 [WWW.BRASSCHAAT-BRUIST.BE](http://WWW.BRASSCHAAT-BRUIST.BE) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST



Ook zo toe aan  
vakantie?

*Niet alles moet,  
alles mag*

Voor elke keuken  
hebben wij een  
passende oplossing



Brasschaatsteenweg 274A, Kalmthout | [info@winkeler.be](mailto:info@winkeler.be)  
03/665 12 18 | 0478 612 004 | [www.winkeler.be](http://www.winkeler.be)

TOTAALRENOVATIES ZONDER ZORGEN



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

- Volledig stille Motinova motor
- Maximaal 150 km
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

**€ 1999,-**



## Supreme Disc

- Krachtige voorwielmotor
- Maximaal 150 km
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

**€ 1499,-**



Fongers Supreme

**BESTE KOOP**  
AD: Februari 2021

## Livorno RB

- Krachtige Bafang M200 middenmotor
- Maximaal 150 km
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

**€ 1599,-**



Fongers Livorno

**ZEER GOED**  
AD: Februari 2021



TrustScore 4.6  
4,045 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

win



12



46

*Inhoud*



28



36



23

# COLOFON

**UITGEVER** Nederland Bruist B.V.  
Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout  
T +31 (0)76-7115340 | nl@nederlandbruist.nl  
www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be  
f i belgiebruist

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**CUSTOMER CARE** Nederland Bruist +31 (0)76-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Wouter Visker  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Floortje Thieleman  
f Like ons op Facebook.com/brasschaat.bruist

Vind je dit een leuk magazine?  
Laat het ons weten  
op [klantenvertellen.nl](mailto:klantenvertellen.nl)



**ADVERTEREN?** Mail [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl)  
of bel Manuela Kolkman, 0477-841299

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2023. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Brasschaat 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 39 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



## Bruisende lezer,

Het is zomer! Tijd om ijsjes te eten, bij te kleuren in de zon, veel naar buiten te gaan en – voor heel veel mensen – ook om eindelijk weer op vakantie te gaan. Dat laatste mag voor de een dan misschien een luxe zijn, er zijn ook genoeg mensen voor wie een vakantie hard nodig is. Even helemaal niets doen en moeten om er vervolgens weer tegenaan te kunnen. Verderop in deze nieuwste editie van Bruist lees je hier meer over.

En wat is er nu lekkerder dan tijdens je vakantie op je gemak door een magazine vol bruisende verhalen bladeren?! Omdat wij ons daar maar al te goed van bewust zijn, hebben we ook deze maand weer hard ons best gedaan om deze nieuwste editie van Bruist te vullen met leuke en interessante artikelen, inspirerende interviews en tal van tips en wetenswaardigheden. Nestel je dus in een lekkere stoel, zoek een fijn plekje in je tuin of maak het jezelf gemakkelijk op het strand. Blader door dit bruisende magazine en geniet van het goede leven. Je hebt het ongetwijfeld verdiend...

Geniet van de zomer!  
**Manuela Kolkman**



**Adverteren?**

Mail naar [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl) of bel **0477-841299**.

**Wist je trouwens dat wij vijf glossy magazines uitgeven in jouw regio? Neem eens een kijkje op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be) en lees ze allemaal online.**

# Ook zo toe aan *vakantie?*

Kom je 's ochtends moeilijk uit bed en leef je van weekend naar weekend? En kun je je het moment waarop je honderd procent ontspannen was niet meer herinneren? Dan is het hoog tijd voor een welverdiende vakantie. Even helemaal niets doen en moeten.

Het is niet gek dat je na een jaar hard werken even helemaal op bent. Het is wel belangrijk om daar iets aan te doen. Neem op tijd rust en zorg goed voor jezelf. Zowel privé als op je werk is het belangrijk om je grenzen aan te geven. Het is niet erg om af en toe te zeggen dat je iets niet aankunt. We blijven per slot van rekening ook maar mensen. Je zult zien dat je na een paar dagen rust al een ander mens bent, mits je dat ontspannen gevoel natuurlijk toelaat. Ga dingen doen waar je normaal geen tijd voor hebt, trek erop uit, boek die reis waar je al jaren van droomt, maar veel belangrijker: besteed je vrije dagen op je eigen manier.

**HEB JE VAAK LAST VAN HOOFDPIJN**, een vastzittende nek of maag- en darmklachten en ben je slechtgezind en emotioneel uitgeput? Dan is het hoog tijd om even pas op de plaats te maken. Als de situatie op je werk onhoudbaar is, kan een vakantie

nieuwe inzichten brengen. Niets moet, alles mag. Pas als jij van een stresskip verandert in iemand die zich kiplekker voelt, kunnen problemen worden opgelost. Zo zal een gesprek met je leidinggevende na een paar dagen vrij waarschijnlijk een stuk soepeler verlopen en weet jij ook je emoties beter in bedwang te houden.

**HOE DOE JE DAT NU EIGENLIJK, ONTSTRESSSEN?** Iedereen doet dit op zijn of haar eigen manier. De één komt bijvoorbeeld helemaal tot rust door een weekje in de zon op het strand, de ander gaat drie keer per week sporten en ligt 's avonds het liefst met een goed boek op de zetel en weer een ander is na een dagje badderen in een wellnesscentrum weer helemaal de oude. Kortom: de manier waarop we ontstressen is heel persoonlijk. Feit blijft wel dat rust iedereen goed doet. Hoe je die rust invult, is aan jou.

**Wil jij tips om te ontspannen?** Op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

RUST IS GOED...  
**HOE JE HET OOK DOET!**

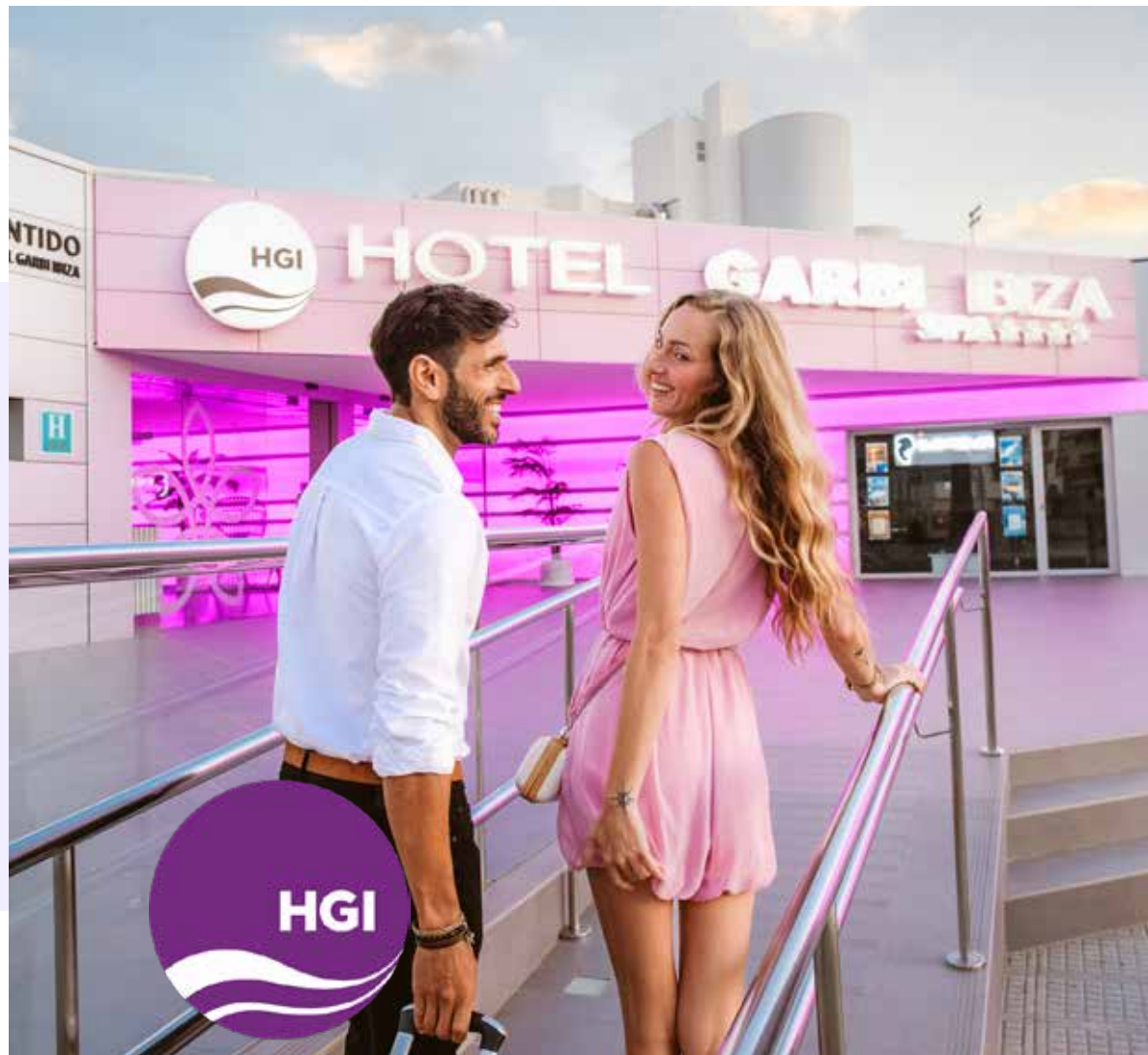
E

F

Vind je dit  
een leuk artikel?  
Laat het ons weten op  
[klantenvertellen.nl](http://klantenvertellen.nl).







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!

## HERSTEL JE HUID EN GA STRALEND DE ZOMER IN!

### Kom langs bij EsthetiQ

Hier geven ze je graag een aantal verzorgingstips mee voor een stralende huid. Boek een gratis huidanalyse om je huid professioneel te laten analyseren. Zo kunnen ze jouw huidtype bepalen en weten ze precies welke producten je nodig hebt om jouw huid optimaal te verzorgen.

Voor meer info of het boeken van een van de behandelingen, bel 0032-36630972 of ga naar de website!



**esthetiQ**  
EXPERT IN SCHOONHEID  
VOLG ONS OP @ESTHETIQ.BE



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



## KELLOGG'S EXTRA KROKANTE MUESLI

Begin je dag met de nieuwe krokante muesli van Kellogg's, met de heerlijke smaak van drie rode vruchten en een basis van volkoren granen. Perfect voor een vol gevoel en een actieve dag, met toegevoegde ovengebakken haverclusters voor een knapperige crunch. [www.kelloggs.nl](http://www.kelloggs.nl)



## EEN MOMENT VOOR JEZELF MET HANDDOEKEN!

Handdoeken kun je bij wijze van spreken op elke hoek van de straat kopen. Maar écht goede handdoeken, die ook nog eens extra zacht zijn voor een gevoelige huid én er mooi uitzien, zijn lastiger te vinden.

Bij Maison Ismenia biedt de keuze uit vijf soorten handdoekensets en volop keuze uit luxe handdoeken. Een set van Maison Ismenia is niet alleen een mooie aankoop voor jezelf, maar ook een bijzonder geschenk voor iemand anders.



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

# Zet jezelf in het zonnetje!

Scan de QR-code

## BRUIST Deals

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

## WILKINSON HYDRO 5 SCHEERMESJES

De Hydro 5 is het perfecte scheermes voor nauwkeurig scheren en huidverzorging. Met vijf mesjes, een innovatief gel-reservoir en de handige Flip trimmer heb je alle benodigde functionaliteiten tot je beschikking. Het gel-reservoir, verrijkt met aloë vera en vitamine E, creëert een beschermend laagje op je huid en hydrateert tijdens het scheren voor een gladde huid. [www.wilkinsonsword.com](http://www.wilkinsonsword.com)



## DRY OIL SUN SPRAY VAN THAT'SO

That'so is ongeëvenaard als het om de zelf tan producten gaat, maar ook op het gebied van zonbescherming kun je niet om het merk heen. De Dry Oil Sun Sprays bevatten allemaal 3 SFP in één flacon. Spray je één keer dan ben je met factor 20 beschermd. Spray je kort daarna weer dan met factor 30 et cetera. Er is ook een sun spray die tevens anti-insecten is en een spray voor mensen met tatoeages, zodat deze niet verkleuren door de zon. [www.thatso.nl](http://www.thatso.nl)



Doe mee en win

## LEZERSACTIE\* Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash

Dompel je onder in een zomerse geur met deze body wash op basis van perzikbloesem. Deze body wash van O'right bevat ingrediënten die de huid intens verzorgen en hydrateren.

[www.outright.ca](http://www.outright.ca) TAG #BODYWASH



## EXOTIC COCONUT AFTERSUN BODY BUTTER

Trakteer jezelf deze zomer op pure verwennerij met de Hawaiian Tropic Exotic Coconut Aftersun Body Butter. Deze exotische, romige traktatie is speciaal ontworpen om je huid te verwennen na een dag in de zon. Geniet van twaalf uur lang intensieve hydratatie, waardoor je huid niet alleen zijdezacht aanvoelt, maar ook heerlijk ruikt. [www.hawaiiantropic.eu](http://www.hawaiiantropic.eu)



R

## LEZERSACTIES\*

Like de Facebookpagina van België 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)



## Alles voor die ultieme glow

In januari van dit jaar opende The Skin Box in Brasschaat haar deuren; een sfeervolle, luxe beautysalon, met de allernieuwste apparatuur, waar je terecht kunt voor huidverbeterende gezichtsbehandelingen. “Niet zomaar een salon, maar een salon waar we net een stapje extra zetten”, vertelt eigenaresse Silvy trots. “We gaan namelijk niet alleen vanbuiten met je huid aan de slag, maar ook vanbinnen uit voor een ultieme glowing skin.”

Zelf weet Silvy maar al te goed hoe het is om met huidproblemen rond te lopen. “Vanaf mijn twaalfde kampte ik met ernstige acne”, vertelt ze. “Destijds ging ik langs dermatologen en schoonheidsspecialisten die mij diverse behandelingen en middeltjes voorschreven, die echter alleen van de buitenkant op mijn huid inwerkten.” Gezien haar heftige reactie op diverse van deze behandelingen, besloot Silvy om zich verder in het onderwerp te verdiepen. “Ik kwam in aanraking met voedingssupplementen en leerde wat deze voor positieve uitwerking kunnen hebben van binnenuit. Iets waar ik ook heel graag andere mensen mee wil helpen.”

Vandaar dat Silvy, na vijftien jaar als zelfstandig verpleegkundige te hebben gewerkt, besloot om een opleiding tot huidtherapeut te volgen en vervolgens

haar eigen salon te openen. “Hier richt ik me dus specifiek op huidverbeterende behandelingen, waarbij ik zowel vanbuiten als vanbinnen met een probleemhuid aan de slag ga. Overigens ben je ook meer dan welkom als je geen probleemhuid hebt, want ook dan kan ik je helpen aan een prachtige glow.” Voorafgaand aan een behandeling vindt bij The Skin Box vaak een huidanalyse plaats. “Daarmee kan ik precies zien hoe de verschillende huidlagen er aan toe zijn en hoe ik eventuele huidproblemen heel gericht en doeltreffend kan behandelen voor het mooiste resultaat.” En wil je thuis graag zelf ook je huid beter verzorgen? Dan verkopen ze daarvoor bij The Skin Box een uitgebreid assortiment zelfzorgproducten. “Ik adviseer je maar al te graag over wat het beste bij jouw huid past.”



Plan nu een behandeling bij The Skin Box en krijg eenmalig 20% openingskorting!

Eigenaar: Silvy | Bedrijf: The Skin Box

Donksesteenweg 4, Brasschaat | Tel. +32 (0) 486 57 24 29 | [www.theskinbox.be](http://www.theskinbox.be)



# DAMESMODE XTRA



TOTALE UITVERKOOP TOTALE UITVERKOOP  
TOTALE UITVERKOOP TOTALE UITVERKOOP  
TOTALE UITVERKOOP TOTALE UITVERKOOP  
TOTALE UITVERKOOP TOTALE UITVERKOOP  
TOTALE UITVERKOOP TOTALE UITVERKOOP

Open: woe. tot vrij. van 9u30 tot 17u30

Zaterdag van 9u30 tot 17u

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

Ertbrandstraat 291 | 2950 Putte-Kapellen | 0032 3 664 16 61



Een grote bedreiging voor onze gezondheid is **stress**,  
neem daarom regelmatig een slipperdag!  
Mensen die veel stress hebben, zijn perfectionistisch en  
werken enorm hard. Ze gaan wel vaak te ver door,  
waardoor ze soms over hun eigen grens gaan.  
Het is zomer, **de zon schijnt**: negeer je hoofd en  
volg je hart. Op nummer één van de top drie om  
stress te verminderen staat **muziek luisteren**.  
Tv kijken en een warm bad of warme douche nemen,  
staan op de plaatsen twee en drie. **F**  
**Vakantie** is niet meer weten welke dag het is  
en lekker dobberen op **een zee van vrije tijd**.  
Ontstressen gaat automatisch op een trampoline of  
springkussen en tijdens spelletjes of hilarische situaties.  
Neem je leven **minder serieus** en **speel meer!**  
**Vakantiegevoel** is... op het werk  
met een toiletrol **onder je arm** lopen.



CUSTOM MADE JACKETS



CUSTOM MADE SHIRTS



DENIM JEANS 5 POCKETS & CHINO'S



ACCESOIRES CUFFLINKS & TYE'S

GRATIS  
PARKEREN

# Atelier Clement

Confidence Creator For Men

ATELIER ENKEL OPEN OP AFSpraak

# EEN DROOM DIE UITKOMT

Ik studeerde in 1990 af in de laatste lichting 'herenkleding' in Maris Stella te Antwerpen. Als laatste mannelijke Meester kleermaker mocht ik mijn eindwerk verdedigen tegenover niet de minste kleermakers in België: dhr. Loppa, dhr. Lenders en dhr. Moens waren mijn jury. Sinds ik van april 2008 tot oktober 2010 voor een vriend werkte (John Heikamp Jr., die spijtig genoeg kort na de opening van de zaak verongelukte) in zijn zaak Costumize in Brasschaat, is het altijd een droom gebleven om dit ooit voor mezelf te starten.

### 10 JAAR LATER IS HET DUS ZOVER.

In oktober 2020 ben ik gestart met mijn eigen kledingzaak Atelier Clement, gelegen net uit het centrum van Kapellen. Nu na twee en een half jaar heb ik een nieuwe showroom geopend aan de Slijkweg 5, in Ekeren. Tevens ingericht als atelier waar ik de klant in alle rust kan ontvangen, waar de klant zichzelf kan en mag zijn. Ik werk enkel op afspraak om het voor de klant zo aangenaam mogelijk te maken.

### HOE GA IK TE WERK?

Er wordt in vier stappen gewerkt. Tijdens het kennismakingsgesprek gaat het er vooral om wat de klant juist wil, voor welke gelegenheid is het, voor wanneer is het, et cetera... Dan overlopen we de mogelijkheden: stoffen, linings, design options, et cetera... Als volgt wordt er opgemeten en afgepast op het juiste pasmodel voor de klant...

Uiteindelijk kies je als klant dan je stof, voering, knoop, stiksels en alle andere design options. In principe ontwerp je het zelf, of het nu om een kostuum, jacket, shirt, jeans of chino gaat, ik stuur uiteraard wel mee bij, maar uiteindelijk beslis je als klant alles zelf.

Als alles gekozen en beslist is, gaat het om een levertijd van 4 tot 6 weken, afhankelijk van het artikel en de stoffen die gekozen zijn.

### ALS BESLUIT NOG EVEN DIT ...

Ik heb de zaak Atelier Clement genoemd. Clement Elseviers was mijn grootvader, de naam is dus een eerbetoon aan hem.

**MEESTERKLEERMAKER  
DAVE ELSEVIERS**

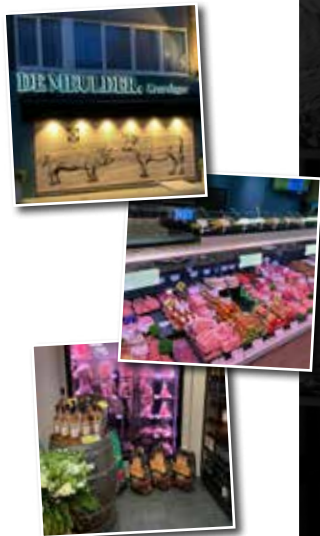


SLIJKWEG 5, EKEREN / HOEVENEN +32 496 22 43 12 DAVE@ATELIER-CLEMENT.BE

WWW.ATELIER-CLEMENT.BE ATELIER-CLEMENT



We heten u van ganser harte **welkom** in onze **winkel**.



Specialist gerijpt Europees rundvlees met een groot assortiment vleeswaren. Dagverse salades en warme gerechten uit eigen keuken. En... Keurslager De Meulder staat bekend om zijn preparé!

## 21, 22 ÉN 23 JULI

### Onze nationale feestdag vieren we samen met jou: GRATIS FRIETJES bij onze Belgische entrecotes!

Om als Belgische Keurslager onze nationale feestdag extra in de verf te zetten, krijg je als klant gratis frietjes bij onze Belgische entrecotes. Bij onze gerijpte en ongerijpte entrecotes van Belgisch Witblauw of Bocquillon krijg je 1 kg frietjes gratis, bij elke 500 gram zonder been, of bij elke kilogram met been.

**VRIJDAG 21 JULI ZIJN WE GEOPEND VAN 08.00 TOT 12.30!**



#### Bocquillon

Bocquillon is vlees van **Ardense dikbilkoeien** die met fris weidegras en lokaal aangepast voer zijn opgegroeid. Deze koeien van het Belgisch Witblauw ras zijn door plaatselijke veehouders vertroeteld en gevoerd met koolzaad dat hier op onze velden is gerijpt. Het is dankzij die traceerbaarheid dat we het een echt **streekproduct** kunnen noemen, een product dat de consument bovendien met een niet te evenaren smaak verrast: de authentieke smaak van het rundvlees van weleer! Bocquillon vlees is trouwens naar het schijnt een van de favorieten van Wout Bru!



#### Belgisch Witblauw

Belgisch witblauw, de meest gehouden vleeskoe van ons land. Een dikbil met een zeer grote spiermassa en **amper vet**. Het vlees is mooi glanzend rood en mager, met een subtiele en zachte smaak. Dé classic als we het over **'steak friet'** hebben!

Bredabaan 443, Brasschaat | 03 / 651 86 08 | [www.keurslager-demeulder.be](http://www.keurslager-demeulder.be)

# Wij zijn heel de zomervakantie geopend!

Zo hoef je op geen enkel moment ons ruim assortiment aan heerlijk vers vlees, charcuterie, bereide maaltijden en nog veel meer te missen.

Voor tijdens die zwoele zomeravonden bieden we je lekkere barbecue vleesjes aan! Ook bijgerechten, sausjes, wijnen én aperitieven vind je bij ons in de winkel. Naast de vertrouwde barbecue klassiekers en pakketten hebben wij ook een ruim assortiment meer exclusieve stukken: 'dry-aged beef', Iberico varkensvlees, Wagyu entrecote, picanha, vers lam, tomahawk steak,... wij werken enkel met topproducten! Wil je op de hoogte blijven, volg ons dan op Instagram of Facebook. Je vindt er niet alleen mooie foto's maar ook bereidingsstips en recepten, waarmee je prachtige barbecue maaltijden op tafel kan toveren!

In onze BBQ FOLDER vind je ook heel wat barbecue basistips en extra info over een aantal van onze topproducten, kom hem halen in de winkel of bekijk hem online!



KEURSLAGER

DE MEULDER

**Kwaliteit**  
elke dag opnieuw!



Dagelijks bieden we u een ruim assortiment van **vers vlees** aan. Hier wordt door ons persoonlijk telkens de **beste kwaliteit** uitgekozen.

# MAGICAL ZEN Festival

ZEN, MUZIEK, HYPNO, KIDS- EN WORKSHOP EILANDEN, FOODTRUCKS,  
EXCLUSIEVE WORKSHOPS, GASTSPREKERS EN STANDHOUDERS!

SPECIAL GUESTS:

SAARTJE VANDENDRIESSCHE, GEENA LISA PEETERS, TOM HELSEN,  
VEERLE DOBBELAERE, CHARLOTTE DE GROOF, ...

20  
AUG

NIEUWITHOF

Essensteenweg 29, 2930 Brasschaat

Tickets te koop!

EARLY BIRD ONLINE WAVE 1	ONLINE WAVE 2	KASSA	EXCLUSIEVE WORKSHOPS
T.E.M. 31/07			
€22,50*	€25,00*	€30,00	+€25,00*

Koop je ticket op [www.magicalzenfestival.com](http://www.magicalzenfestival.com)

Meer info +32 488 61 80 49 Volg ons @magicalzenfestival



\*EXCLUSIEF FEE

## DAGJE UIT LES ARDENTES



Les Ardentes staat bekend als een van de meest emblematische festivals van Europa, waar de beste artiesten uit de Franstalige en internationale urban scene samenkomen in Luik. Les Ardentes is een plek waar je je levend voelt, een plek waar je vrij bent om te genieten. Op een dag kijk je terug en denk je aan dat moment. Dat moment waarop je beseft dat je vier dagen lang uit je routine bent gestapt en vrij was om te leven, te genieten, elkaar te ontmoeten en te dansen. Dit jaar vindt Les Ardentes plaats van 6 tot en met 9 juli, met uiteraard weer heel wat grote namen. **Kijk voor meer info op [www.lesardentes.be](http://www.lesardentes.be).**

## FILMPJE KIJKEN MISSION: IMPOSSIBLE DEAD RECKONING PART ONE

Ethan Hunt en zijn IMF-team moeten een nieuw wapen opsporen dat de hele mensheid bedreigt, voordat het in verkeerde handen valt. Er volgt een race rond de wereld waarbij controle over de toekomst en het lot van de wereld op het spel staan en Ethan wordt geconfronteerd met duistere krachten uit zijn verleden. In zijn krachtmeting met een mysterieuze vijand moet hij noodgedwongen de gedachte overwegen dat niets belangrijker is dan zijn missie, zelfs niet het leven van degenen die hem het meest dierbaar zijn. **Vanaf 13 juli te zien in de bioscoop.**

K



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN SCHADUWRIJK



Een ogenschijnlijk onschuldige man komt tijdens een explosie in een van de laatste kolengestookte elektriciteitscentrales van Denemarken om het leven. Een radicale organisatie eist de schuld op voor de aanslag. Diezelfde ochtend wordt de zoon van de klimaatminister dood aangetroffen in een villa in Kopenhagen. Uit de autopsie blijkt dat hij een zware cocaïneverslaving had en onderzoek toont aan dat hij nauwe banden had met een drugsbende. Is er een verband? Inspecteur Juncker en rechercheur Kristiansen staan voor een raadsel, tot hun collega's een ontdekking doen... **SCHADUWRIJK van Kim Faber en Janni Pedersen is vanaf 4 juli verkrijgbaar.**



# Onze menukaart gaat van croque tot steak

ONZE PORTIES ZIJN GROOT,  
LEKKER EN AAN EEN GOEDE PRIJS



Welkom in Taverne Den Inslag, een oude hoeve in de bossen van Schilde. Onze keuken is lang open en goed. Bij ons kun je lunchen, dineren en zondags ontbijten.

Wij beschikken ook over een ruime feestzaal met eigen terras, welke geschikt is voor recepties, bruiloften, uitvaarten en feesten van 10 tot 150 personen.

Kom tot rust met een drankje en een lekkere snack op ons terras, in een groene oase aan het kruispunt van verschillende fietsroutes waar jong en oud zijn gading vindt.

Voor de liefhebbers staat er een pool- en biljarttafel ter beschikking en er is een mooie speeltuin voor de kinderen.

Open: dagelijks van 9:00 tot sluiting  
Dinsdag en woensdag gesloten  
Keuken: dagelijks van 11:30 tot 20:45  
Zondag uitgebreid ontbijtbuffet van 9:00 tot 12:00

Meer weten  
of reserveren?  
Bel 03 482 41 43



**DEN**  **NSLAG**

Noorderlaan 16, 2970 Schilde  
[jeroenproost@hotmail.com](mailto:jeroenproost@hotmail.com)





# Wie wil altijd *thuis blijven wonen?*

Dankzij de verhoogde gezondheidszorg worden wij steeds ouder. 1 op de 5 Vlamingen is 65-plusser. Wij willen zolang mogelijk thuis blijven wonen, in de vertrouwde, zelf opgebouwde omgeving, in plaats van in een woonzorgcentrum. Hoe moeten wij dit aanpakken?

We kunnen verschillende zaken doen: de woning aanpassen, hulp aan huis laten komen en vrienden, familie of kennissen inschakelen als mantelzorg.

Auteur Freddy Michiels heeft een gids samengesteld die dient om waardig ouder te worden. Onder begeleiding van dames van de thuiszorg is het boek 'De Gids om altijd thuis te kunnen blijven' tot stand gekomen. De vertrouwde woning, waar je omringd bent door herinneringen.

Het boek geeft een overzicht van de beste zorg die je aan huis kan krijgen. Met aandacht voor mantelzorg, veiligheid, mobiliteit, hygiëne, comfort, psychisch welbevinden, revalidatie om zonder zorgen ouder worden. Het is uitgegeven in een handig formaat en telt 144 bladzijden nuttige informatie.

Deze gids is gratis beschikbaar dankzij de medewerking van ziekenfondsen en organisaties uit de zorgsector, zoals

i-mens, Solidaris en VNZ. Het boek wordt ook gratis uitgedeeld tijdens lezingen voor culturele en sociale verenigen.

De Gids kan gratis gedownload worden via [www.freddymichiels.com](http://www.freddymichiels.com) of kan opgestuurd worden, tegen 5 euro voor de verzendingskosten. Het volstaat naam en adres op te geven via de website of e-mail: [lutgart.s@skynet.be](mailto:lutgart.s@skynet.be)

**Lutgart Smekens**





# Uitwaaien en genieten aan de Zeeuwse kust

Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied De Zeepe Duinen en het strand van Westerschouwen, vind je sinds circa anderhalf jaar het luxe **Boutique Hotel Ter Zand**. Perfect om heerlijk te genieten van alles wat de veelzijdige Zeeuwse kust te bieden heeft.



Boutique Hotel Ter Zand



HOTELS BY SHEETZ

Uniek aan het concept van Boutique Hotel Ter Zand zijn onder andere de **32 Garden Suites**, die zich verspreid over het terrein bevinden. En ook de **53 kamers in het hotel** zelf vormen een goede reden om hier vaker terug te keren. De kamers zijn gloednieuw en voorzien van alle gemakken. Doordat de kamers over drie panden zijn verdeeld, voelt het hier bovendien toch aan als een kleinschalig hotel waar je als gast alle aandacht krijgt die je verdient. De medewerkers van het hotel hebben dan ook vooral oog voor het welzijn van de gasten.



Boutique Hotel Ter Zand Hogeweg 59, Burgh-Haamstede | Tel. 0111-764799 | [www.sheetz.nl/boutiquehotelterzand](http://www.sheetz.nl/boutiquehotelterzand)



*Gewoon heerlijk fietsen  
langs de kust!*

## Kom weer tot rust!

Boutique Hotel Ter Zand biedt zijn gasten allerlei faciliteiten, zoals **het verhuren van fietsen**, waardoor ze heerlijk de omgeving kunnen verkennen.

Denk ook aan **het restaurant Le Poirier** waar verrassende gerechten worden bereid met de mooiste streekproducten.

Daarnaast kun je gebruikmaken van de **wellness en fitness** die zich op slechts tweehonderd meter van het hotel bevinden.



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



**LE POIRIER**





IN THE PICTURE

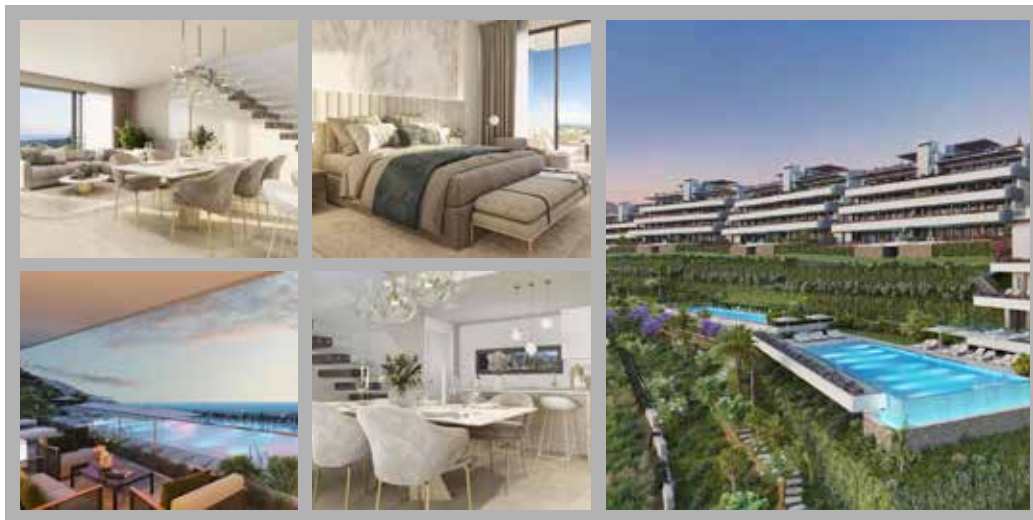
# Appartement in Benahavis

MODERN APPARTEMENT MET  
INDRUKWEKKEND UITZICHT OP DE ZEE

🏠 3 🛏 3

Prachtig luxe appartement met geweldig panoramisch uitzicht op zee en Marbella.

Prijs: 859 000 €



## Appartement in New Golden Mile

EEN ZEER HOOGWAARDIG GERENOVEERD  
APPARTEMENT GELEGEN AAN HET STRAND

🏠 2 🛏 2

Ruim hoekappartement in een van de mooiste urbanisaties aan het strand met zwembad voor Estepona.

Prijs: 775 000 €



## Penthouse in San Pedro Strand

NIEUW GEBOUWD PENTHOUSE MET EEN  
PRACHTIG UITZICHT VANUIT ALLE KAMERS

🏠 3 🛏 2

Penthouse op het zuiden slechts 700 meter van het strand van San Pedro en de promenade naar Puerto Banus en Marbella.

Prijs: 1 200 000 €



## Appartement in Nueva Andalucia

COMPLEET GERENOVEERDE 3-KAMER  
APPARTEMENT OM STIJLVOL TE WONEN

🏠 3 🛏 2

Met 3 slaapkamers en 2 badkamers, vloerverwarming en panoramisch uitzicht op de oceaan is dit echt een juweeltje.

Prijs: 899 000 €



# Op zoek naar transport naar **Spanje?**

Wij regelen het graag voor u!

**T**ransport van inboedel, auto, motor, boot of caravan van of naar de Costa? Ook voor de horeca leveren wij goederen van Makro, Sligro, et cetera! Tevens voor kleinere zendingen zoals huisraad, kleding of koffers en dergelijke bent u bij ons aan op het juiste adres.

Wij rijden naar Spanje (zowel binnenland als de Costa's), Frankrijk, België, Duitsland en Nederland.



## COSTA SPRINTER

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



# Ruiken naar de *zomer*?

Je zou toch eigenlijk het hele jaar naar de zomer willen ruiken? Dat kan met deze prachtige geuren!

1. Formula X Eau de Parfum van Miglot, € 76,50 [www.miglot.be](http://www.miglot.be)
2. Good Girl Blush Eau de Parfum van Carolina Herrera, € 149,45 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
3. Wild Mint & Lavandin Eau de Parfum van Molton Brown, € 130,- [www.babassu.be](http://www.babassu.be)
4. Y Eau de Parfum Intense van YSL, vanaf € 112,10 [www.ysl.be](http://www.ysl.be)
5. Aqua Media Cologne Forte van Maison Francis Kurkdjian, vanaf € 110,- [www.skins.fr](http://www.skins.fr)
6. Ilio Eau de Toilette van Dyptique, € 138, [www.skins.fr](http://www.skins.fr)
7. La Vie est Belle Iris Absolu van Lancôme, vanaf € 95,60 [www.lancome.com](http://www.lancome.com)

8. Fig Eau de Parfum van Perfumer H, vanaf € 170,- [www.skins.fr](http://www.skins.fr)
9. Tierra Maya van Nissaba, € 160,- [www.retreat.nl](http://www.retreat.nl)
10. The Mind Vaccine van RVDK x SALLE PRIVÉE, vanaf € 138,- [www.skins.fr](http://www.skins.fr)
11. hej:pure pure lemon eau de parfum, € 39,95 [www.hejpure.com](http://www.hejpure.com)
12. Molecule 01 + Ginger Eau de Toilette van Escentric Molecules, € 155,- [www.thecofcosmetics.com](http://www.thecofcosmetics.com)
13. Le Male Elixir van Jean Paul Gaultier, vanaf € 134,30 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)



# Wij geven de *moed niet op!*

## Support 4 Delivio: Strijd tegen kanker



Delivio is een 10-jarige jongen die gediagnosticeerd is met een agressieve vorm van lymfeklierkanker. De familie is in emotioneel en financieel zwaar weer gekomen door de medische rekeningen, intensieve chemotherapiebehandelingen en de behoefte om Delivio en zijn jongere zus te steunen.

Delivio Misiedjan is een 10-jarige jongen die gediagnosticeerd is met een agressieve vorm van lymfeklierkanker. De familie is in emotioneel en financieel zwaar weer gekomen door de medische rekeningen, intensieve chemotherapiebehandelingen en de behoefte om Delivio en zijn jongere zus te steunen. Om in ieder geval enige financiële verlichting te krijgen, hebben ze een crowdfundingcampagne opgezet. De auteur vraagt om hulp en donaties om Delivio in deze moeilijke tijd te helpen. Zijn grootste wens is om te genezen en tijd door te brengen met zijn familie terwijl hij zijn passies nastreeft.

**De crowdfundingcampagne heeft twee doelen: het financieren van Delivio's medische behandeling en het verlichten van de financiële zorgen van zijn ouders.**

Zij brengen hem meerdere keren per week naar het ziekenhuis in Utrecht voor een zware chemo-behandeling die veel impact heeft op zijn energie. Zijn ouders willen ervoor zorgen dat Delivio zijn geluksmomentjes kan blijven pakken en bij hem kunnen zijn wanneer hij steun nodig heeft. Hulp en donaties zijn daarom welkom. Delivio's ouders hebben naast de zorg voor hun zieke

zoon ook nog een dochter, wat voor haar moeilijk te begrijpen is. De hele situatie heeft impact op alle factoren in hun leven, en de financiële last is groot omdat de ouders minder kunnen werken. Daarnaast willen ze Delivio de kans geven zijn dromen na te jagen en kunnen ze met financiële ondersteuning mooie herinneringen bouwen en elkaar steunen tijdens deze moeilijke periode.

**Elke donatie, groot of klein, zal een directe impact hebben op Delivio's leven. Samen kunnen we hem hoop geven, steun bieden en hem laten voelen dat hij geliefd is.**

Jullie donaties en steun zijn van onschatbare waarde en zullen niet alleen een financieel verschil maken, Als oom wil ik jullie vragen om jullie harten te openen en ons te helpen in deze strijd. Laten we Delivio omringen met liefde, positieve energie en de middelen die hij zo hard nodig heeft. Laten we samen vechten voor zijn herstel en een toekomst vol hoop. Elke donatie, groot of klein, zal een directe impact hebben op Delivio's leven en hem hoop geven. Als oom vraag ik jullie harten te openen en ons te helpen in deze strijd. Laten we samen vechten voor zijn herstel en een toekomst vol hoop.

JIJ KUNT HELPEN DEZE INZAMELINGSACTIE SUCCESVOL TE MAKEN!



**DONEER VIA:**  
<https://www.doneeractie.nl/support-4-delivio-strijd-tegen-kanker/-78271>



**BRUIST**  
**ONLINE**

# Ja, dat kunnen we!

## SOCIAL MEDIA BEHEER

Als jij die drukke ondernemer bent die de tijd niet kan vinden om met social media bezig te zijn, ben je niet de enige!

Wij ontzorgen de ondernemer op het gebied van social media, creëren meer bereik en professionaliseren je kanalen!

## WEBDESIGN

Een goede website is meer dan alleen een verzameling mooie plaatjes en informatie over een bedrijf.

Het is vaak de eerste indruk die de doelgroep van jouw merk of bedrijf krijgt.

## MERKIDENTITEIT

Een sterke merkidentiteit is er een waarmee mensen zich kunnen identificeren en willen verbinden.

Het is de basis van al je marketing- en communicatie doeleinden.



**NIEUWSCIERIG?** Ben je benieuwd naar wat we voor je kunnen betekenen?

Neem dan even contact met ons op zodat we een kennismakingsgesprek met je in kunnen plannen!

📞 076 711 53 40

✉ info@bruistonline.nl

📍 Beneluxweg 45, Oosterhout, Nederland



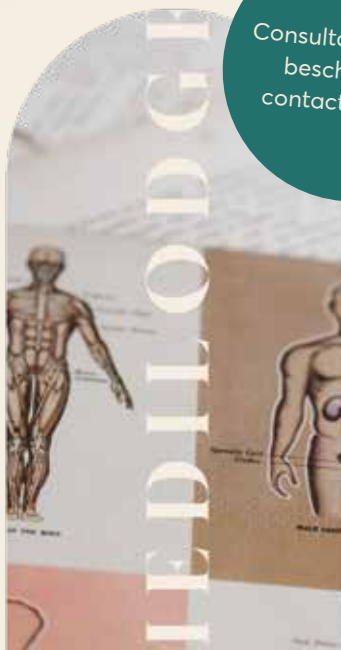


MEDILODGE

by Careplus

## In het groen en omringd door een team van medische professionals.

De medische en paramedische wereld speelt zich vaak af in een kille en afstandelijke setting. Ons doel is om dit te doorbreken en de patiënt weer voorop te zetten. De geest en het menselijk lichaam komen het best weer tot bloei in een serene omgeving. Omringd door een team professionals die samenwerken onder hetzelfde dak.



Consultatieruimtes  
beschikbaar,  
contact via mail

Meibloemlei 6  
2900 - Schoten  
hallo@medilodge.be  
+32 3 658 23 34  
www.medilodge.be



LOOKING/GOOD

# De geur van de zomer

Als de temperaturen stijgen, kijken we verlangend uit naar alles wat licht en luchtig is. We vervangen de gebruikelijke foundation door een vleugje poeder en de zware, kruidige parfum door een frisse, bloemige of fruitige eau de toilette.



Ons reukorgaan past zich aan aan de zomerse euforie. We vinden in de zomermaanden veel nieuwe 'limited editions' in de parfumerie: een eau de toilette met een lichte formule die speciaal voor het zomerseizoen is ontwikkeld. Soms zijn deze uitvoeringen een 'light'-uitvoering van een reeds bestaand parfum: de zware ondertonen zijn afgezwakt en bloemige geuren voeren de boventoon.

PARFUM KAN ALLERGISCHE REACTIES of zelfs pigmentvlekken veroorzaken in de zon. De alcohol in parfum in combinatie met zon kan zorgen voor reacties als rode bultjes, blaasjes of soms zelfs donkere vlekken. Spray eau de toilette tijdens de zomer dus niet op je huid, maar over je kleding of een beetje door je haar. Gebruik sowieso geen geurtje als je de volle zon in gaat. Gebruik overdag enkel deodorant en bewaar de eau de toilette liever voor de avond.

Je kunt 's zomers ook overstappen op de bodylotion uit dezelfde lijn als jouw eau de toilette. Dit voelt verfrissend aan op de huid en geeft een niet al te overheersende geur af. Ook de douchegels en haarproducten die in veel parfumlijnen te vinden zijn, omgeven je de hele dag met je lievelingsgeur zonder dat het al te opdringerig wordt. Zo verspreid jij deze zomer heerlijk subtiel jouw favoriete geur!

# School voor weerbaarheid en zelfverdediging

Nieuwe lessen vanaf september: Schrijf je snel in!



## KINDEREN 6-10 JAAR

KINDVRIENDELIJK We leren kinderen op een speelse manier om de krijger in zichzelf te vinden. Zo zijn ze weerbaarder tegen pesten en groepsdruk. Sportieve, speelse training waarin verschillende aspecten van zelfverdedigingssporten en oefeningen uit het rots en water programma aan bod komen.

## JONGEREN 11-15 JAAR

In een veilige omgeving leren jongeren vaardigheden die voor hen belangrijk zijn: weerbaarheid, zelfverdediging en omgaan met pesten en grensoverschrijdend gedrag.



## VROUWEN

We leren vrouwen op een aangename manier om voor zichzelf op te komen en hun grenzen aan te geven. Met bewustzijn en de juiste technieken leren we vrouwen zichzelf te beschermen en zo snel mogelijk in veiligheid te brengen.



+32 475 542 568 | [info@san-do.be](mailto:info@san-do.be)  
[www.san-do.be](http://www.san-do.be)

Sando weerbaarheid en zelfverdediging  
 Sando\_zelfverdediging

## DOE JE MEE?

Wil je graag eens een les meevolgen? Surf naar [www.san-do.be](http://www.san-do.be) voor meer informatie.

# Totale make-overs

## MET EEN NATURELLE LOOK



Bij Hair & Beautystudio Uñas bieden wij u een groot aanbod van behandelingen en kennis aan. Daarnaast hechten we veel belang aan het gebruik van de juiste producten.

Voor zowel uw nagels, handen als voeten werken wij ondertussen al meer dan 10 jaar samen met ProNails omdat zij de juiste kwaliteit kunnen garanderen.

Voor het haar werken wij met Schwarzkopf Professional. Wij hebben een groot assortiment om, met de juiste combinatie van producten die het haar nodig heeft, het perfecte kapsel te bereiken.

De producten voor onze gelaatsverzorgingen zijn van AnubisCare, omdat zij kwaliteit kunnen garanderen en het juiste aanbod bieden.



**WIL JE GRAAG EEN AFSpraak MAKEN BIJ BEAUTYSTUDIO UÑAS?**

Scan de QR-code en druk op de knop RESERVEREN.



Hair & Beautystudio  
*Uñas*  
by Daniella

Hair & Beautystudio Uñas  
Heidestatiestraat 30a, Kalmthout  
0032 034 34 80 34  
[www.hairbeautystudiounas.be](http://www.hairbeautystudiounas.be)





# Ik wil gewoon dat ie het doet!

Wij leveren en herstellen computers, notebooks, tablets, randapparatuur, IP-camera's.

**Dream PC | De gepaste oplossing voor jouw probleem!**

## Opkuisessie (groot onderhoud)

Voor particulieren (incl. btw)

- tijdelijke bestanden verwijderen
- bureaublad opruimen
- programmalijs opschonen
- opstartprogramma's nalopen
- opstartservice nalopen
- volledige virusscan
- malware scan
- drivers nalopen
- Windows updates (geen upgrades)
- koelers proper maken



BON  
Opkuisessie  
nu € 30,-!

Witvenstraat 200, Hoevenen | 03 605 67 35  
info@dreampc.be | www.dreampc.be



# Klok stuk?

TROUWRINGEN • GOUDSMEDERIJ • KLOKKENMAKERIJ

Paul Van der Auwera is een van de weinige ambachtelijke klokkenmakers. Contacteer ons voor een huisbezoek en ophaling en perfecte reparatie van uw klok of uurwerk.

- Gratis huisconsult
- Alle merken
- Gratis opgehaald en teruggeplaatst met twee jaar waarborg
- Gespecialiseerd in antieke klokken

**Maak nu een afspraak!**  
Laat je klokje weer tikken zoals het hoort!



DE PERFECTIE VAN 50 JAAR AMBACHT

JUWELIER • GOUDSMID\*  KLOKKENMAKER • KUNSTGALERIJ  
*Paul Van der Auwera*

Augustijnslei 10, 2930 Brasschaat | 03 652 17 77 | 0497 62 15 62 | info@klokstuk.be | www.klokstuk.be

# Zorg op maat?



Zorg op maat, precies hoe jij het wil. En dat bij jou thuis!

**Onze regio's:** Noordrand Antwerpen (Kalmthout, Schilde, Brecht, Zoersel, Rijkevorsel), Wuustwezel, Kapellen, Essen, Achterbroek, Nieuwmoer, Stabroek, Berendrecht, Zandvliet, Brasschaat, Schoten, Wijnegem

Met een enthousiast team van 42 verpleegkundigen en zorgkundigen staan wij elke dag voor je klaar. Wij bieden thuisverpleging, poetshulp en ondersteunen mensen op leeftijd na een operatie of bij een slepende ziekte. Dit laatste is via ons dienstenchequesysteem zeer betaalbaar. Wij bieden ook vervoer voor 60-plussers via ons dienstenchequesysteem. Personalarms gaat ook via ons, maar is niet via dienstencheques.

**Voor meer uitleg en/of informatie kun je ons bellen om een afspraak te maken. Je hoeft je huis niet te verlaten, want wij komen gewoon naar jou!**

Heidestatiestraat 45 2920 Heide Kalmthout  
Poets en strijkhuis Lemmens / Zorgassistentie Lemmens  
+32 486 66 15 45 | zorgassistentie.lemmens@telenet.be | 03 297 67 17

## BEREIK JOUW FITNESSDOELEN MET PERSONAL TRAINING AAN HUIS!

Wil jij fit worden zonder de drukte van een sportschool? Ontdek onze exclusieve personal training aan huis in de regio Brasschaat, Stabroek, Kapellen, Ekeren en Berendrecht.

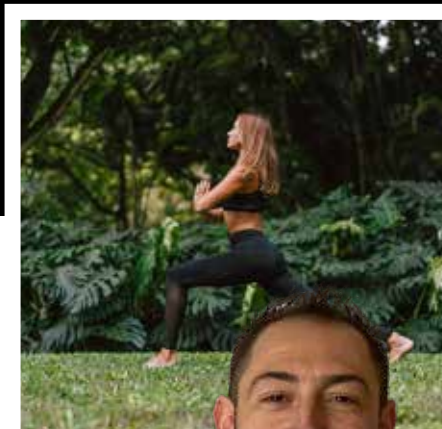
Met onze ervaren en gepassioneerde personal trainers brengen we fitness naar jouw eigen vertrouwde omgeving. Of je nu wilt afvallen, spiermassa wilt opbouwen of je algemene fitheid wilt verbeteren, onze trainers bieden persoonlijke begeleiding en expertise om jouw doelen te bereiken.

**Waarom kiezen voor personal training aan huis?** Hier zijn enkele voordelen:

1. Gemak en flexibiliteit: Bespaar tijd en vermijd het gedoe van het reizen naar een sportschool. Onze trainers komen naar jou toe, op een tijdstip dat jou het beste uitkomt. Het is fitness op jouw voorwaarden!
2. Persoonlijke aandacht: Je krijgt één-op-één begeleiding van een toegewijde professional. Onze trainers focussen volledig op jou, je doelen en je specifieke behoeften. Elke trainingssessie wordt op maat gemaakt om maximaal resultaat te behalen.
3. Motivatie en ondersteuning: Onze trainers zijn er niet alleen om je te begeleiden tijdens de trainingssessies, maar ook om je te motiveren en te ondersteunen gedurende je hele fitnessreis. Ze zullen je helpen obstakels te overwinnen en je naar succes leiden.

**Wacht niet langer! Neem vandaag nog contact met ons op en wij helpen jou om je fitnessdoelen te verwezenlijken. Transformeer je lichaam en verbeter je gezondheid, allemaal vanuit het comfort van je eigen huis.**

**Fitlife** | Krekelberg 93 d, Hoevenen | 0494262688  
info@fitlifept.be | [www.fitlifept.be](http://www.fitlifept.be)



Uw gezondheid en plezier in het sporten is onze prioriteit.



**RESERVEER JE AUTO  
OP TIJD, DAN HEB JE  
NOG VEEL KEUZE**



# Zorgeloos op reis met een huurauto

Een auto huren tijdens je vakantie is zeker aan te raden. Je hebt ontzettend veel vrijheid tijdens je reis en kunt een land ontdekken op je eigen tempo. Ook als je op één locatie blijft, is het prettig om voor het dagelijkse gemak een auto ter beschikking te hebben.

Bereid je goed voor. Veel lokaal opererende verhuurders lokken je met erg lage prijzen, maar eenmaal ter plaatse komen er nog allerlei extra kosten bij, de ene nog onduidelijker dan de andere.

extra kosten ter plaatse, zoals bijkomende en eigenlijk overbodige verzekeringen. Alles is immers al inbegrepen!

**RESERVEER JE AUTO OP TIJD**, dan heb je nog veel keuze. Je kunt ook kinderzitjes, gps, enzovoorts op voorhand regelen. Sommige mensen willen na een lange, intercontinentale vlucht niet direct in hun huurauto stappen. In dat geval kan de autohuur ingaan na één of meerdere nachten. Soms biedt men zelfs een service aan om de huurauto bij je hotel of appartement af te leveren. Zo hoeft je niet terug naar de luchthaven of in een onbekende stad op zoek te gaan naar het verhuurstation.

**NEEM DE TIJD** om aan de nieuwe wagen te wennen. Kijk waar de lichtschilder en ruitenwissers zich bevinden. Stel de stoelen en de spiegels goed af en controleer op blinde hoeken. Ken de wegcode! Zorg dat je weet of men links of rechts rijdt en wat de snelheidsbeperkingen zijn. Een dure boete is het laatste wat je kan gebruiken op vakantie!

**LEES DE KLEINE LETTERTJES** van de huurovereenkomst. Neem het document volledig door om onaangename verrassingen achteraf te voorkomen. Let vooral op dat je niet tekent voor

**ZORG VOOR TELEFOONNUMMERS** Mocht je onderweg met vragen zitten, pech of onverwachts problemen met de auto krijgen, dan is het handig als je het telefoonnummer van het verhuurbedrijf bij de hand hebt. En lever de huurauto op tijd in! Een huurperiode loopt vaak per 24 uur, een kleine vertraging kan je al snel een extra dag kosten.

**Wil jij meer tips over het huren van een auto?** Op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

PILATES & YOGASTUDIO  
WITH AN ATTITUDE!

BEWUST MET  
JE LICHAAM  
OMGAAN



PILATES AND MORE...  
Oude Baan 125, Brasschaat  
+32 472 96 03 23  
info@pilatesandmore.biz  
www.pilatesandmore.biz



# MIS GEEN ENKELE BRUISENDE ACTIE

Schrijf je in voor **de nieuwsbrief**  
op **www.nederlandbruist.nl**

# RUIMTE NODIG? WIJ HEBBEN DE PLAATS!

Al meer dan 30 jaar zorgt Top Storage voor de stockage van vele meubelwinkels en zelfstandigen. Maar Top Storage heeft zijn storage-boxen uitgebreid zodat ook jij je spullen en persoonlijke goederen kan stockeren bij ons. Top Storage weet als geen ander dat properheid één van de belangrijkste redenen is bij het kiezen van je opslagruimte. Ons team leidt je persoonlijk rond in onze nieuwe self-storage ruimtes zodat je er zeker van bent dat je juist zit bij Top Storage.

BEL VOOR EEN  
AFSPRAAK OF  
MEER INFO  
03 651 30 30



Top Storage | Lage Kaart 460 - 2930, Brasschaat | 03 651 30 30 | [welkom@topstorage.be](mailto:welkom@topstorage.be) | [www.topstorage.be](http://www.topstorage.be)



# Juli zal positieve energie brengen



## Kreeft

zal een dosis  
fysieke en  
mentale kracht  
krijgen

### Ram 21-03/20-04

In juli worden de Rammen charismatische leiders die zich onderscheiden van de massa bij letterlijk elk sociaal evenement.

### Stier 21-04/20-05

Juli zal voor de Stier een harmonieuze maand worden waarin u zich helemaal op uw gemak zult voelen. En u zult genieten van elk moment.

### Tweelingen 21-05/20-06

In juli kunnen Tweelingen grote veranderingen verwachten in hun persoonlijke leven en hun carrière.

### Kreeft 21-06/22-07

Juli zal Kreeften een grote dosis fysieke en mentale kracht brengen, die ze op verschillende gebieden van hun leven kunnen gebruiken.

### Leeuw 23-07/22-08

In juli zal Leeuw kalmeren en het leven laten stromen. U zult zich realiseren dat het goed is om gewoon te genieten.

### Maagd 23-08/22-09

Juli zal een boost geven aan het zelfvertrouwen. Je zal zo zelfverzekerd zijn, dat je snel over de schreef gaat.

### Weegschaal 23-09/22-10

In juli zal Weegschaal lekker uitrusten. U zult zonder veel moeite slagen op het werk, zodat u meer energie en tijd overhoudt voor vrijetijdsbesteding.

### Schorpioen 23-10/22-11

In juli zullen er veel grote veranderingen komen. Je zult je als een compleet nieuw persoon voelen die zijn huidige levensstijl moet updaten.

### Boogschutter 23-11/21-12

Juli zal een succesvolle maand worden voor Boogschutters op het gebied van hun carrière. U zult met nieuwe ideeën komen.

### Steenbok 22-12/20-01

In juli zullen problemen uit het verleden naar de oppervlakte komen, en ze zullen voorgoed moeten worden opgelost.

### Waterman 21-01/19-02

Juli zal veel uitdagingen stellen voor Watermannen, en zij zullen hun ontembare energie, waar ze deze maand vol van zullen zijn, kunnen gebruiken.

### Vissen 20-02/20-03

In juli zullen Vissen zichzelf niet herkennen door hun impulsieve reacties, die door de planeetstanden worden ondersteund.

# simplife

*Wij maken uw leven gemakkelijker*

Misschien heeft u er al over nagedacht, het aanschaffen van een mobiliteitshulpmiddel zoals een rollator, scootmobiel, driewieler...

Of misschien ziet u een familielid, buur of vrienden er al gebruik van maken en lijkt het misschien voor u ook een interessante investering.

Het kan frustrerend zijn om niet meer soepel te kunnen bewegen of niet meer te kunnen deelnemen aan activiteiten die andere als vanzelfsprekend noemen.

In een steeds evolueerde wereld waar het een uitdaging is om zelfstandig te kunnen bewegen, zijn de mobiliteits- en zorg hulpmiddelen de oplossing. Voor mensen met een beperkte mobiliteit kan dit een verschil uitmaken. Ze dragen bij aan het verbeteren van de veiligheid, zelfstandigheid en levenskwaliteit alsook een sociale isolatie tegen te gaan.

**Kom al onze producten ontdekken in onze showroom.**

***"Kijken mag, beleven ook!"***



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



+32 (0) 3 349 76 70



[welkom@simplife.be](mailto:welkom@simplife.be)



Conservenweg 4E, Stabroek

Scan de QR-code  
en contacteer ons





## Aan het juiste adres voor een professionele en natuurlijke verzorging

Voor een professionele en deugddoende verzorging ben je bij Approaching Nature aan het juiste adres.

Kom in alle rust, weg van de drukte ontspannen en genieten van een me-time moment. Ik sta steeds voor jullie klaar met het juiste advies en alle behandelingen worden afgestemd op de noden van de huid op dat moment. Je kan bij me terecht voor manicure, gellak, pedicure, gelaatsmassages, lichaamsmassages, gelaatsbehandelingen en ontharingen.



Gun je huid het beste van wat de natuur te bieden heeft! Hopelijk tot binnenkort!



Bij Approaching Nature wordt gewerkt met de natuurlijke, biologisch gecertificeerde en veganistische producten van Organic Spa.

Approaching nature

Maak een afspraak en ervaar het zelf!

Approaching nature

Baillet Latourlei 30, 2930 Brasschaat | 0478 73 52 27 | info@approachingnature.be | www.approachingnature.be

## Volledige ontspanning voor lichaam en geest

Klassieke massages  
Ontspanningsmassages  
Tantramassages  
Koppelmassages

Passion

passion@mail.be | 0032 (0) 470 44 93 50 | www.passionservices.be

Jarenlange ervaring

Voel u thuis

Gemakkelijk bereikbaar



DE ROMA

AGENDA/SEPTEMBER & OKTOBER

### OVER DE ROMA

De Roma is een gevestigde waarde in Borgerhout en één van dé trekpleisters van Antwerpen op het vlak van muziek, film en maatschappelijke debatten. Dit jaar bestaat De Roma twintig jaar en dat wordt gevierd met tal van mooie namen op de affiche. Een greep uit het ruime aanbod. Alle info en tickets via [www.deroma.be](http://www.deroma.be).

### CINEMA ROMA

Wist je dat je in De Roma ook naar de film kan? Voor slechts 5 euro vertonen we de beste kwaliteitsfilms. Nestel je in onze gezellige stoeltjes op het balkon voor een heerlijke filmavond. Je drankje mag je gewoon meenemen in de zaal. De actuele filmprogrammatie vind je terug op [www.deroma.be/film](http://www.deroma.be/film).



Alle info en tickets via [www.deroma.be](http://www.deroma.be)

Turnhoutsebaan 286  
2140 Borgerhout  
E. info@deroma.be  
T. +32 (0)3 600 16 60

### WO 20 THIS IS THE KIT

CONCERT POP/ROCK INDIE GITAAR  
FOLK SINGER-SONGWRITER  
2023  
20:00 € 16 - € 18



### ZO 24 GÜNTHER NEEFS

DE KRACHT VAN MUZIEK  
CONCERT BELGEN MATINEE SOUL TRIBUTE  
NEDERLANDSTALIG LEVENSLIED SWING  
2023  
15:00 € 27 - € 29



### DO 28 GRAHAM NASH

CONCERT POP/ROCK GITAAR  
FOLKPOP SINGER-SONGWRITER  
2023  
20:00 € 43 - € 45



### VR 29 OZARK HENRY

CONCERT POP/ROCK BELGEN INDIE  
ELECTRONICA SINGER-SONGWRITER  
2023  
20:00 € 33 - € 35



### ZA 30 DAVID EUGENE EDWARDS

SOLO  
CONCERT POP/ROCK COUNTRY GITAAR BLUES  
SINGER-SONGWRITER BLUEGRASS FOLKPOP  
2023  
20:00 € 25 - € 27



### ZO 1 DEXYS

CONCERT POP/ROCK FUNK FOLKPOP  
EIGHTIES BRITPOP  
2023  
20:00 € 27 - € 29



### DO 5 ALFA MIST

CONCERT JAZZ HIPHOP PIANO  
2023  
15:00 € 24 - € 26



### WO 11 GAVIN DEGRAW

CONCERT POP/ROCK INDIE GITAAR  
SINGER-SONGWRITER  
2023  
20:00 € 31 - € 33



### DO 19 BLACK BOX REVELATION

CONCERT POP/ROCK BELGEN GITAAR BLUES  
AMERICANA POSTPUNK ROCK  
2023  
20:00 € 28 - € 30





# Haal de zomer *in huis*

De zomer in de lucht, de zomer in je bol en... de zomer in huis! Als buiten het zonnetje volop schijnt, willen we immers niets liever dan deze ook naar binnen halen. Alles om maar optimaal van dat zomerse gevoel te kunnen genieten, ook als het een dagje wat minder mooi weer is.

Maar waar begin je dan mee? Met het opbergen van de winter natuurlijk! Dat warme dekentje dat nog steeds over de leuning van je bank hangt is weliswaar heerlijk tijdens de winter, maar nu laat dit je alleen maar terugdenken aan die koude maanden. Hetzelfde geldt voor je winterjas: niet aan de kapstok laten hangen, maar ergens opbergen waar je er niet de hele tijd naar kijkt. En laten we dat comfortabele paar sloffen niet vergeten...

**KLEUR & FLEUR** Is de winter eenmaal echt uit je huis verdwenen, dan wordt het tijd om her en der wat snufjes zomer toe te voegen. Om te beginnen door het toevoegen van kleuren. Vervang die saaie, grauwe kussenhoezen door fleurige varianten (tip: geel en groen doet het altijd goed in de zomer) en verwissel die zwart-wit prent aan de wand door een kleurrijk schilderij. Ook het toevoegen van wat meer

kleur aan je eigen outfit kan het zomerse gevoel in huis versterken.

**FLOWER POWER** En wat doet je nu meer aan de zomer denken dan een vaas verse bloemen op tafel. Zonnebloemen, leeuwenbekjes of wat je zelf ook maar mooi vindt. Eén groot boeket op tafel of her en der verspreid door huis wat kleinere bosjes, alles in dezelfde kleur of een bonte verzameling, het kan allemaal in de zomer.

**LAAT DE ZON BINNEN** Dit alles heeft natuurlijk weinig effect als het in huis zelf donker is. Heel leuk dat je die gordijnen de hele dag gesloten houdt om de warmte buiten te houden, maar het optimale zomerse gevoel bereik je pas echt als je de zon ook daadwerkelijk binnenlaat in huis. Zomers muziekje op de achtergrond en het plaatje is compleet.

**HET OPTIMALE ZOMERSE GEVOEL  
BEREIK JE PAS ECHT ALS JE DE ZON  
DAADWERKELIJK BINNENLAAT**

**Wil je meer tips voor een zomers huis?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

# Meer volume en optimale hydratatie voor jouw huid

## TIMEEXPERT HYDRALURANIC

De nieuwste anti-verouderingslijn van Germaine de Capuccini combineert voor het eerst hyaluronzuur met een hoog, gemiddeld en laag moleculair gewicht met het gepatenteerde HLG-nanopolymeer. Deze revolutionaire combinatie zorgt voor een frissere en gehydrateerde huid met zichtbaar meer stevigheid en volume. **Kom langs in de salon voor meer informatie!**



*L'Artisan Esthétique*  
**BelleFleur**  
GELAATSVZERZORGING - NAGELS

atelierbellefleur.be  
fleurkosterl@hotmail.com  
+32 475 68 42 83  
Bredabaan 1019, Gooreind

Volg ons:

@Nagelstudio.Bellefleur  
@bellefleur nagelstudio



SCAN VOOR MEER INFO

# Kaartlegster Medium Anne

Gespecialiseerd in TAROT, Lenormand, fotoanalyse en pendelen

- Laat uw toekomst voorspellen.
- Laat uw zelf healen.
- Contact krijgen met overleden mens of dier.
- Vragen over verleden, heden of toekomst.

Met meer dan 20 JAAR ervaring

NU 10% KORTING

U kan haar vinden via: [www.bloom.be](http://www.bloom.be)  
of whatsapp 0474 60 79 83.  
[anne.wauters3@gmail.com](mailto:anne.wauters3@gmail.com)  
Enkel op afspraak.  
Nachttegaallaan 7, 2930 Brasschaat



## BRUIST

Ik neem  
vandaag een  
*slipperdag*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

Theater en concerten in GC Kadans



TICKETS: [www.curieus-wuustwezel.be](http://www.curieus-wuustwezel.be)  
Geen internet? Sms 0478 03 72 55



ZATERDAG 30 SEPTEMBER 2023 OM 20:15

### MULLERTHAL - REPENTANT BLUES

Bert Dufraing brengt met Mullerthal zijn eerste album: 'Repentant Blues'.

### PARIS TEXAS - WHEN YOU'RE GONE - Paris

Texas speelt de beste songs van de albums 'When You're Gone' en 'Bird in Hand'.



VRIJDAG 27 OKTOBER 2023 OM 20:15

### NIGEL WILLIAMS - DE WEG KWIJT

Comedy

Is Nigel Williams de weg kwijt? Niet echt, maar hij heeft wel dikwijls de verkeerde afrit genomen. Samen met jou gaat hij op zoek naar de juiste weg.



VRIJDAG 17 NOVEMBER 2023 OM 20:15  
A MURDER IN MISSISSIPPI - AN EXCITING TRIP ALONG THE MISSISSIPPI

Concert

A Murder in Mississippi brengt rootsmuziek, een mengeling van americana, country, folk, blues en zelfs Irish traditionals. Van zachte harmonieën tot opzweepende melodieën, in de weidse vlakten van Noord-Amerika.



VRIJDAG 22 DECEMBER 2023 OM 20:15  
THE BLUESBONES - LIVE ON STAGE

Concert

The BluesBones zijn vijf gepassioneerde en ervaren muzikanten die met onverminderd gevoel en vaardigheid bluesrock spelen. Sinds 2020 veroverden ze als Vlaamse topgroep het VK en de VS.





# Gekookte *groentesalade* met mayonaise

De oorsprong van deze gekookte groentesalade gaat terug tot 1864. De Russische chef Lucien Olivier maakte deze salade speciaal voor tsaar Nicolaas II. Er is nu nauwelijks een Pools feest zonder deze groentesalade op tafel. Heel makkelijk te maken en heerlijk na een warme zomerdag.

8 PORTIES • 50 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

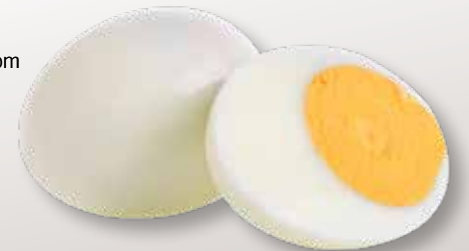
- 3 grote wortelen
- 3 grote aardappelen
- 1 pastinaak
- 2 appels, geschild, klokhuis verwijderd
- 4 augurken
- 5 hardgekookte eieren
- 1 blik groene erwten of kikkererwten
- citroensap
- 1 klein potje mayonaise
- 1 tl mosterd

## BEREIDING

Bring een grote pan water aan de kook. Kook de wortels, aardappelen en pastinaak gaar. Haal ze uit de pan en laat uitlekken. Zet ze even opzij om af te koelen. Als ze afgekoeld zijn, schillen, in kleine blokjes snijden en op een serveerschaal leggen.

Snijd de appels, augurken en eieren in kleine blokjes. Voeg toe aan de groenten. Voeg de doperwten (of kikkererwten) en het citroensap toe. Kruid met peper en zout.

Meng de mayonaise en mosterd in een kleine kom en voeg dit mengsel toe aan de salade. Schep alles goed door elkaar en serveer.





Op zoek naar een fijne vakantiebezigheid? Laat Bruist magazine niet ontbreken in je koffer! Dit magazine is niet alleen ontspannend om te lezen tijdens de reis, maar biedt ook uitdagende puzzels voor op het strand. Vul de oplossingen in op onze website en maak kans op leuke prijzen.

# PUZZELPAGINA



Vind je dit een leuke puzzelpagina? Laat het ons weten op [klantenvertellen.nl](http://klantenvertellen.nl)

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-2-8**.

Zoek de zes letters in BRUIST!

Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

□	□	□
□	□	□

Zoek de zes verborgen letters in deze editie van BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand 'vakantie'. De oplossing van vorige maand was **burger**.

Maak kans op een fles

## Cheeky Sauvignon

YES! Lekkere wijn die ook nog eens bijdraagt aan wat belangrijk is: een eerlijke wereld voor iedereen. Per verkochte fles wordt er 750 liter schoon drinkwater aan communities in Afrika. Bovendien is de wijn 100% biologisch, vegan en superlekker.



NIX18

b=d -m	o=wi -r	t=sm r=k	-m el=i	-ip
-p	e=rf	j=s	-e	
i=n	ge=z	k=tj -s	s=l	ac=i u=ru

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 augustus de oplossing in op onze site: [www.brasschaat-bruist.be](http://www.brasschaat-bruist.be)

Maak kans op een: **5-daags verblijf in Vakantiehôtel Der Brabander**

t.w.v. € 698,-

Het arrangement omvat 4 overnachtingen met ontbijtbuffet en diners voor 2 personen in een standaard kamer. Het bekendste vakantiehôtel van Winterberg staat garant voor een gastvrij en onvergetelijk verblijf.

\*Het te winnen bedrag kan ook in mindering gebracht worden op andere arrangementen.



Am Waltenberg 65, Winterberg (DE)  
0049 2981 9320  
info@brabander.nl  
[www.brabander.nl](http://www.brabander.nl)

d b m p l f v d w b g  
u b r p s d w k i m h  
i h m a m d e h n h v  
t g o r b o l o t z a  
s q d t d a l w e u k  
l m j e e d n b r i a  
a s d m i l e d b y n  
n t o e b f s i e u t  
d j r n z f s l r r i  
z n y t v v q n g g e  
g g h z u q p s y l h

Brabander appartement  
winterberg hotel  
wellness Duitsland  
familie vakantie

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 augustus de oplossing in op onze site: [www.brasschaat-bruist.be](http://www.brasschaat-bruist.be)



Van Mossel.

**Voor de  
mobiliteit  
van morgen.**

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

**Van Mossel**