

**GRENSSTREEK** ESSEN, KALMTHOUT  
WUUSTWEZEL



JUNI 2021 GRATIS MEENEMEN!  
[WWW.DEBELGISCHEGRENSSTREEK.BE](http://WWW.DEBELGISCHEGRENSSTREEK.BE)

# BRUIST

## *Nandi van Beurden speelt Maria*

‘Ik heb ontzettend veel  
over mezelf geleerd’

## *Huidverzorging*

ook onder mannen  
steeds populairder



## Ontdek het nieuwe MTB-parcours in de Wildertse

Toerisme Essen, Mountainbikeschool Noorderkempen en de gemeente Essen toverden op enkele maanden tijd een technisch parcours tevoorschijn van vier kilometer.



# Duintjes

Michel Nelen en Wies Peeters van Toerisme Essen zijn fervente mountainbikers en willen van Essen een echte fietsgemeente maken. "Vanuit toeristisch oogpunt zijn mountainbikeroutes heel interessant. De ene dag maak je een grote lus en kan je zelfs aansluiten op andere routes in Roosendaal, Rucphen, Bergen-op-Zoom en Grenspark Kalmthoutse Heide. De andere dag kan je ervoor kiezen om het parcours van de Horendonkse bossen en de Wildertse Duintjes te doen. Het is als toerist de moeite om in Essen te overnachten en enkele dagen te fietsen", aldus Michel en Wies.

### Uitdagend parcours

Het parcours in de Wildertse Duintjes is anders dan dat van de Horendonkse bossen. Kristien Nelen en Jim Vanhooydonck van Mountainbikeschool Noorderkempen leefden zich uit met het uittekenen van deze lus. Het is een snelle opeenvolging van korte bochten, diepe kuilen en korte maar steile klimmetjes. Het is echt een route op maat van jongeren. De bordjes met rode pijlen (en soms zelfs zwarte) zorgen ervoor dat je niet verkeerd rijdt. Lees ook eerst even de infoborden met toegankelijkheidsregels. Op woensdagmiddag kan het drukker zijn omdat de mountainbikeschool er dan traint. Vertrekken doe je aan de parking van de Wildertse Duintjes.



(v.l.n.r.: Jim Vanhooydonck, Kristien Nelen, Michel Nelen en Wies Peeters)

### Nog meer mountainbiken in Essen

In Essen zijn er nog meer mountainbikeroutes om te ontdekken. Zo is er het parcours van 11 km in de Horendonkse bossen (groene pijlen), dat door Sport Vlaanderen is erkend als kindvriendelijke route. Je vertrekt aan taverne De Bosrust, Kleine Horendonk 8.

Voor de duursporters is er ten slotte een lus van 39 km (gele pijlen) die voor 75% over onverharde wegen gaat. Deze lus sluit aan op andere routes in Bergen op Zoom ('Boslust' en 'Bergse Heide'), Roosendaal, Rucphen, Horendonkse bossen, Wildertse Duintjes en het Grenspark Kalmthoutse Heide.

### Meer info?

[www.essen.be/sport](http://www.essen.be/sport)

# Mag ik me nog eens voorstellen...

Mijn naam is Patricia Mertens en ik ben al verscheidene jaren actief als zelfstandig kapster. Na veel ervaring opgedaan te hebben in verschillende kapsalons, begon ik aan mijn eigen avontuur en maakte mijn droom waar door mijn eigen salon te starten.

Tijdens de 2de lockdown van de coronacrisis maakte ik van de gelegenheid gebruik om mijn salonnetje te vernieuwen. Het is nu heel praktisch en gezellig ingericht zodat ik mijn klanten nog beter kan verwennen. Iedereen is welkom, dames, heren en kinderen. Ik geef graag advies voor de aankoop van de verzorgende haar-



Hopelijk tot binnenkort,  
*Groetjes Patricia Mertens*

**FINNLEY'S**  
PARTNER SALON

producten van Finnley's, aangepast aan wat uw haar of hoofdhuid nodig heeft. Bij mij kan je ook terecht voor aloë vera producten, die verzorgen jou zowel van binnen als van buiten uit.

Enkele jaren geleden mocht ik de kracht van magneetsieraden van Energetix ondervinden. Omdat ik daar zelf veel baat bij heb, wilde ik dit ook mijn klanten laten weten. Ik vertel je er graag meer over, tijdens een bezoek aan het salon. Ik kan al vertellen dat ze een ondersteunende werking hebben bij verschillende aandoeningen zoals reuma, artrose, rugklachten, migraine....

**VOOR EEN AFSpraak**  
BEL 0477.18.96.22  
OF NIEUW: BOOK ONLINE  
**BOEKING.COSYHAIR.BE**

*Cosy*  
**HAIR**

Willaart 7, 2990 Wuustwezel  
**www.cosyhair.be**

De Velasmoothtechniek werkt met infrarood licht, bipolaire radiofrequentie en een bindweefsel-massageroller. Je wordt gemasseerd met de kop van het apparaat tot de huid rood en warm wordt. Door de behandeling krimpen vetcellen; vet, vocht en afvalstoffen worden via het lymfesysteem afgevoerd en de huidelasticiteit verbeterd.

## Verbetering van de huid bij **Beautystudio Uñas**



**Voor de aanpak van cellulitis, vetophopingen en huidverstevinging!**

VelaShape maakt gebruik van de ELOS technologie en wordt ingezet voor het behandelen van de buikzone bij mannen en cellulitis en vetophopingen bij vrouwen. De resultaten: drastische vermindering van cellulitis, centimeterverlies, huidverstrakking, een betere bloedcirculatie en het verminderen van spierpijnen. De behandeling is FDA goedgekeurd (oftewel zekerheid dat het werkt!). Bovendien is de behandeling wetenschappelijk bewezen en gedocumenteerd. VelaShape is wereldwijd erkend als de meest betrouwbare behandeling voor een ingrijpende figuurverbetering, zonder snijden.

**Wat zijn de effecten van de VelaShape-behandeling?**

VelaShape is een niet-chirurgische behandeling om plaatselijke vetophopingen te verwijderen, de huid te verstevigen en cellulitis glad te strijken. Billen, armen, heupen, buik en 'lovehandles', oftewel geschikt voor probleemzones bij mannen en vrouwen. VelaShape pakt plaatselijke problemen aan.



8



35



39



win

12



28



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  
**TRAFFIC** Nederland Bruist +31 (0)76-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Ron Schouwenaar  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Floortje Thieleman

f Like ons op FB/DeBelgischeGrensstreekBruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl  
 of bel Rogier Jongerden, +31 647 885 009

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. De Belgische Grensstreek Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Je merkt het aan alles: de zomer staat weer voor de deur. De zon schijnt meer en meer en eindelijk lijkt het licht aan het eind van de tunnel in zicht te komen. Terrassen zijn weer (deels) open, winkels kunnen weer makkelijker klanten ontvangen en het zogenaamde 'normale leven' komt weer stukje bij beetje op gang. En, ligt het aan ons of worden de mensen steeds vrolijker? Hier bij Bruist is dat in ieder geval wel zo!

## Bruisende lezer,

Wat ons betreft een mooi moment om uit te spreken hoe trots we zijn op al onze bruisende ondernemers. Het merendeel heeft een extreem zware tijd achter de rug. Maar in plaats van bij de pakken neer te gaan zitten, hebben zij juist doorgezet. Gezocht naar creatieve oplossingen om toch hun klanten zo goed mogelijk van dienst te kunnen zijn. Voor de ene branche ging dat natuurlijk wat makkelijker dan voor de andere. Maar allemaal bruisen ze net zo hard als voorheen. Misschien zelfs nog wel harder nu er weer steeds meer kan en mag. We zijn er nog niet, maar samen – dus ook met jullie hulp – komen we er vast wel.

Veel leesplezier,  
**Manuela Kolkman**



**ADVERTEREN?**  
 Mail naar  
 nl@nederlandbruist.nl  
 of bel  
 +31 647 885 009

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

# Inhoud

# De beste huidverzorging *voor mannen*

Huidverzorging voor mannen wordt steeds populairder. Er staan steeds meer flesjes en potjes naast de vertrouwde deo en zeep op zijn deel van het plankje. En met een verzorgingstijd van twintig minuten vertoeft een man 's morgens maar vijf minuten minder in de badkamer dan een vrouw. Hoog tijd voor een aantal bruisende tips speciaal voor de echte man.

## Douchen

Een goede verzorging begint al bij het douchen. Gebruik in plaats van zeep een milde, reinigende douchegel. En al kost het je misschien moeite, begin eens met een wisseldouche. Hiermee krijg je de perfecte oppepper doordat de bloedsomloop wordt gestimuleerd. Heb je weinig tijd, gebruik dan een douchegel en shampoo in één. Huid en haren worden dan gereinigd met een milde substantie. Gebruik na het douchen een lekkere bodylotion.

## Scheren

Een probleemgebied bij mannen is de baardgroei; elke scheerbeurt irriteert de huid! Kies daarom voor een scheerschuim, scheergel of aftershave die bij jouw huidtype past. De huid die door het scheren geïrriteerd raakt, is niet bestand tegen agressieve producten. Gebruik daarom snel absorberende, vochtinbrengende crèmes om de huid te kalmeren en een rode, droge huid te voorkomen.

## Hydrateren

Het hydrateren van het gezicht doe je natuurlijk met een crème voor mannen. Deze zorgt ervoor dat je huid voldoende vocht krijgt, zijn elasticiteit behoudt en dat huidveroudering zo lang mogelijk wordt uitgesteld. Heb je een droge huid? Neem dan ook een product dat 's nachts voor je werkt. Een nachtcrème is vetter dan een dagcrème en weet het vochtgehalte van je huid uitstekend vast te houden.

## Geurtje

Niets is zo belangrijk als de juiste geur. Om ook in stresssituaties cool te blijven, helpt een anti-transpirant. Een deodorant moet altijd een neutrale geur hebben of aansluiten bij de geur van de eau de toilette. Waar echter elke vrouw op afknapt, is een geur die je kilometers vooruit snelt.

Tip: spray een eau de toilette altijd rechtstreeks op de huid, dat voorkomt vlekken op je kleding.

OOK GEZOND ETEN  
EN VOLDOENDE  
SLAAP HOUDT JOUW  
HUID GEZOND



Steeds meer mensen maken gebruik van Zoomgesprekken. Zorg ervoor dat je er op je best uitziet.

KIJK OOK EENS OP ONZE WEBSHOP

5% KORTING  
als je je nu  
inschrijft voor onze  
nieuwsbrief

# Kwaliteit, persoonlijke aandacht en vakkundige behandeling

Ons team is in de tijd toen we gesloten waren gegroeid. Wij - Annie, Chiara en Jenthe - verwelkomen onze klanten graag op een veilige manier. We werken nu ENKEL op afspraak, die u tevens online kunt maken.

In de tijd dat we gesloten waren, zijn we een webshop gestart om onze klanten nog beter te kunnen helpen. Heeft u geen tijd om naar de winkel te komen? Dan kunt u ook een adviserende videocall boeken. Die werkt op afspraak en kunt u ook online boeken.

## Wat doen wij zoal bij EsthetiQ:

- Huidadvies
- Gelaatsbehandelingen
- Wenkbrauwen
- Pedicures
- Manicures inclusief gelnagels en gellak
- Ontharingen
- Make-up

**esthetiQ**  
EXPERT IN SCHOONHEID

Kerkeneind 3, Essen | 0032 (0)3 296 82 60 | [www.esthetiQ.be](http://www.esthetiQ.be)



### MOOI EN MAKKELIJK

Summer is coming, dus kunnen jouw oksels, benen en bikinilijn wel wat extra aandacht gebruiken. Maar sommige plekjes, zoals je intieme delen, zijn voor een scheerbeurt vaak moeilijk te bereiken. De Intuition Complete van Wilkinson is speciaal ontworpen om het scheren van die lastige plekjes een stuk gemakkelijker te maken. Het mooie design en roségouden kleurtje van de Intuition Complete maken van elke scheerbeurt een fijne beauty treatment!

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



V



### VOOR DE GEVOELIGE MAN

BULLDOG ondersteunt mannen bij hun dagelijkse verzorging. Deze vochtinbrengende gezichtscrème voor de gevoelige huid met groene thee, groene algen en vitamine E zorgt voor een snel herstel van je huid. Alle producten zijn vrij van kunstmatige kleurstoffen en synthetische geurstoffen en bevatten natuurlijke ingrediënten.

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

## LEZERSACTIE

### Maak kans op een echte Levy.

Eén van Nederlands grootste online content creators - Levy van Wilgen - lanceerde onlangs zijn eigen underwear label: LevyUnderwear. De collectie bestaat uit briefs en boxers in de kleuren wit, zwart en groen met veel leuke details. [www.levy-store.com](http://www.levy-store.com)



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

## LEZERSACTIE

### Maak kans op een baardverzorgingspakket van Bulldog.

Bulldog begrijpt mannen! Of je nu een normale, droge, gevoelige, vette of rijpe huid hebt, Bulldog is er om je te helpen er op je best uit te zien en je goed te laten voelen.



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

win

# Yes, de zomer komt eraan!

### SPAANSE ROSÉ

Rosé by ¡Hola! komt niet uit een massaproductieketen, maar wordt met liefde gemaakt door een ondernemersstel uit Antwerpen dat meer dan tien jaar geleden vertrok naar Barcelona. Ze droomden ervan om zelf de beste organische cava ter wereld te telen, oogsten en bottelen. Tien jaar later produceren ze van cava tot brut en van witte wijn tot rosé.

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



## BRUIST Deals



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

### VERFRISSEND ANDERS

Mocht je deze zomer toe zijn aan iets anders dan een koud biertje of glas wijn, denk dan eens aan witte port. Graham's Blend N° 5 is medium droog en is de allereerste witte port die speciaal gemaakt is om te mixen met tonic. Ben je dus toe aan iets feestelijker, dan is de witte port-tonic (portonic) de ideale zomercocktail! [www.wijnkring.nl](http://www.wijnkring.nl)



A

# Alle hondenrassen tot in de puntjes verzorgd

**Nadja Malcolm is gek op dieren. Als kind groeide ze op met honden en ook in haar eigen gezin hebben honden een plek. De afgelopen jaren volgde ze verschillende opleidingen en workshops, en in mei 2020 maakte ze haar droom waar: ze opende de deuren van haar eigen trimsalon, Cosy Corner.**

“Vanwege corona is het allemaal net iets lastiger maar ik blijf trainingen volgen om op de hoogte te blijven van de nieuwste producten en technieken”, vertelt Nadja enthousiast. Ze hoort in haar salon soms schrijnende verhalen over negatieve ervaringen bij andere trimmers, vandaar dat ze graag benadrukt hoe belangrijk het is om bij een gediplomeerde trimster aan te kloppen. “Die opleiding heb je simpelweg nodig om met verstand te kunnen werken met honden en om de juiste keuzes te kunnen maken in de behandeling.”

## Tijd en aandacht

Alle hondenrassen kunnen bij Cosy Corner terecht. “Iedere hond wordt individueel ontvangen. Ik neem alle tijd om het dier de aandacht te geven die het verdient. Dat geeft rust. Honden voelen zich daardoor al snel op hun gemak. We zitten in een mooie groene

omgeving dus af en toe zien ze door het raam weleens een eekhoorn langskomen, dat zorgt voor de nodige afleiding.” Er zit minimaal een half uur tussen verschillende afspraken zodat Nadja ruimschoots de gelegenheid heeft om alles weer pico bello schoon te maken.



## Persoonlijk advies

“Ik geef mensen bovendien graag advies over hoe ze de vacht van hun hond thuis het beste kunnen verzorgen. Eventueel kan ik ook speciale producten bestellen, zoals shampoos voor honden met een gevoelige huid. Het is heerlijk om met de honden bezig te zijn maar het is net zo leuk om te ervaren hoe blij mensen zijn als hun geliefde huisdier er weer tiptop uit ziet. Dat is genieten!”

**Tip: Je kunt bij Cosy Corner ook terecht voor gratis en vrijblijvende puppygewinning.**

MAAK NU EEN  
AFSPRAAK  
0032-0484991131

HONDEN VOELEN ZICH HIER  
AL SNEL OP HUN GEMAK



# 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



**TOPSTORAGE**

HEB JE RUIMTE NODIG. WIJ HEBBEN DE PLAATS.

Om verwarring met juli te vermijden wordt de **maand juni** vaak uitgesproken als **juno**.

**Rimpels** zijn de landkaart van je leven.

20 juni is het **Wereldvluchtelingendag**. Deze dag is speciaal in het leven geroepen om aandacht te vragen voor het lot van vluchtelingen.

Geen enkele andere maand begint op **dezelfde dag** van de week als juni.

**Het ronde raampje** in de wasmachine is er voor de veiligheid: voor als per ongeluk je kat erin is gesprongen.

Mensen die al op hun 20ste beginnen met een goede **dagcrème** zien er jaren later aanmerkelijk jonger uit dan mensen die nooit smeren.

Een **juni-kind** is **nieuwsgierig** en ontmoet graag nieuwe kinderen. Je zult dan ook veel vriendjes over de vloer krijgen.

In Scandinavische landen wordt op 24 juni het **Midzomerfeest** gevierd.



Renovaties  
Keukens  
Aanbouw  
Gevelrenovatie  
Totaalprojecten

Ons vakmanschap  
staat **garant voor  
succes!**



Doornenlaan 18, Kapellen  
winkelerbob@gmail.com  
036 77 37 90 | 0478 76 84 08  
www.winkeler.be

# Deuren en ramen op maat?

Onze stijlvolle smeedijzeren producten zoals ramen en (binnen)deuren geven je woning, kantoor en andere (bij)gebouwen een exclusieve look.

Dit kan zowel in landelijke als in strakke, moderne woningen geïntegreerd worden. Wij hebben enkele standaardmaten in huis doch worden 95% van onze bestellingen op maat gemaakt na professionele opmeting door één van onze specialisten ter zake.

**Kijk op onze website voor meer informatie of bezoek eens onze showroom!**



Ives Meulemans

 **Ferenco**



Kom zeker even langs bij onze gezellige lunchroom.

**Bent u op zoek naar een winkel in Zundert waar u lekker kan lunchen of een bakje koffie kunt doen?**

Soms is het zo fijn om na heel wat uren te hebben rondgelopen in Zundert, even te zitten met een lekker broodje en een goede kop koffie.

**Bij Wouw! da's lekker bent u daarvoor aan het juiste adres.**

Wij doen onze uiterste best om onze klanten een fijne, gezellige en vooral lekkere lunch te bieden. Benieuwd wat wij u kunnen bieden? Kom eens langs om ons grote aanbod te bekijken!

**WOUW!**  
da's lekker!

Molenstraat 26a, Zundert (NL)  
0031 76 597 5175  
[www.wouwaslekker.nl](http://www.wouwaslekker.nl)

 Wouw! da's 'n broodje

## Winkel in Zundert, vol met lekkernijen!

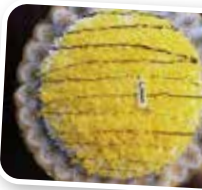
**Lekker lunchen met heerlijk belegde broodjes**

Voor een lekkere lunch in Zundert bent u bij onze winkel aan het juiste adres. Koffie, broodjes en nog veel meer lekkere dingen! Zin in een broodje in Zundert? Wij hebben van allerlei lekkere dingen voor u klaar staan. Verschillende broodjes die goed en lekker belegd zijn. Een broodje vlees of een broodje gezond? Geen probleem! Van een broodje Salsa tot een simpel broodje kaas, wij hebben het allemaal! Er zit dus voor ieder wat wils bij, zelfs voor de vegetariërs onder ons. Naast het lekkere eten, kunt u ook nog eens gezellig zitten en genieten van het mooie stadscentrum waar onze winkel in Zundert op uitkijkt.



**Schepijs en taarten**

Naast onze heerlijke belegde broodjes, verkopen wij in onze winkel in Zundert ook andere heerlijke producten. Zo zijn wij gek op taart. U ook? Wij hebben allerlei verschillende soorten, die perfect zijn voor feestelijke gelegenheden of gewoon voor op een vrijdagmiddag. Taarten maken wij in allerlei soorten en smaken, van appeltaart tot chocoladetaart! Voor elke gelegenheid en ieders smaak hebben wij wat lekkers in de winkel staan. Kom zeker even bij ons langs voor een lekker ijsje! Wij hebben verschillende soorten en smaken.



**Seizoensgebonden snoep**

Wij vinden het altijd erg leuk als er feestdag voor de deur staat. Daarom hebben wij speciaal snoep te koop als het zo ver is. Met Pasen hebben wij bijvoorbeeld speciale paaseitjes, chocoladelolly's, chocoladehazen en nog veel meer! Allemaal in het thema van Pasen. Rond de feestdagen, Kerst, Sinterklaas en nog veel meer op zoek naar écht iets lekkers en speciaals? Dat kunt u bij onze winkel in Zundert vinden! Of wat dacht u van heerlijke bonbons? Daar kan je gewoon niet omheen! Kortom: genieten!

# BIKINI READY

De zomer staat voor de deur, dus de bikinistress komt er weer aan. In onze MKBMshop zien we een patroon in aankopen rond de zomermaanden. Slimming Powder en Cellulite Cups zijn dan onze hardlopers.

Hieruit maak ik op dat de meeste mensen acht maanden per jaar alles verwaarlozen en vier weken voor de zomer ineens alles uit de kast trekken om binnen een maand bikiniproof te zijn. Dit is een manier, maar als je het mij vraagt niet de juiste manier. Als je heel snel resultaat wenst, verval je na het behalen van dit resultaat ook heel snel weer in oude patronen. Het heeft tijd nodig om ergens een lifestyle van te maken.

Als je kleine stapjes zet richting je doel doe je er langer over, maar is de kans dat je resultaat blijft veel groter. Vlak voor de zomer kun je altijd nog wat extra's doen, maar dan hoeft je niet vanaf nul te beginnen. Mijn advies: sport het hele jaar en eet het hele jaar gezond, gevarieerd en niet boven je caloriebehoefte.

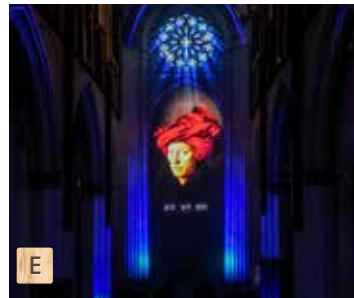
Check gratis workout video's op  
[www.mykillerbodymotivation.com](http://www.mykillerbodymotivation.com)



**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION

NEEM OOK EENS EEN KIJKJE OP [WWW.MKBMSHOP.COM](http://WWW.MKBMSHOP.COM)

## DAGJE UIT LIGHTS ON VAN EYCK



Lights on Van Eyck is een unieke licht- en klankbeleving en ode aan de grootmeester Jan Van Eyck in de Gentse Sint-Niklaaskerk. Dankzij projecties op alle muren en gewelven hult zijn oeuvre de gehele kerk in schoonheid. De essentie van de techniek van Van Eyck is dat hij kleur en licht heel helder weergeeft, een verwonderlijke ontdekking voor de mens uit de vijftiende eeuw. Door de gebruikte technologie accentueert Lights on Van Eyck dit heldere licht en de zuivere kleuren. Zoals de Middeleeuwse mens het eeuwen geleden al deed, zal het publiek hier met dezelfde verwondering naar Van Eycks werk kijken. **Meer info:** [www.lightsonvaneyck.be](http://www.lightsonvaneyck.be).

## FILMPJE KIJKEN BON BINI: JUDESKA IN DA HOUSE

Tante Judeska levert net haar nichtje Gabriëlla af op het landgoed van haar nieuwe vriend Lucas, als zijn vader - de minister van Binnenlandse Zaken - een landelijke lockdown afkondigt. Gedwongen onderwerpen de twee families zich aan deze beproeving. Als uitkomt dat Gabriëlla en Lucas plannen hebben om te trouwen, monden de opgelopen spanningen uit in een hilarische veldslag tussen de twee kampen. Overwint de liefde uiteindelijk alles en ziet iedereen in dat zij alleen samen kunnen leven als ze ook echt samen lachen, huilen en kunnen liefhebben? **Vanaf 2 juni te zien in de bioscoop.**



## BOEKJE LEZEN STERVEN OF NIET?



De laatste twee jaar sterven vele jongeren in een onverklaarbaar ongeval. Zo ook Lynn, de dochter van Gina, een alleenstaande moeder. Ondergedompeld in verdriet en ongeloof gaat Gina op een spirituele zoektocht naar antwoorden. Ze krijgt nachtmerries en ziet een man, onzichtbaar voor anderen, die haar meeneemt naar een mooie nieuwe wereld waar de jongeren, en ook Lynn, nog leven. Gina's vrienden steunen haar, maar geloven dat ze die magische wereld fantaseert om haar verlies te kunnen verwerken. Is Gina echt gek aan het worden? Of toch niet?

**STERVEN OF NIET?** van Monique J.C. **Leten kun je nu bestellen bij Boekscout.nl.**

Voor al je  
bakplezier!

**BESTEL JE PRODUCTEN IN  
ONZE WEBSHOP!**

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



De leukste bakcadeaus  
vind je op:  
[WWW.CAKEXCLUSIVE.BE](http://WWW.CAKEXCLUSIVE.BE)



Kalmthoutsesteenweg 214, Wuustwezel | 0032-478-041408  
info@cakexclusive.be | [www.cakexclusive.be](http://www.cakexclusive.be)

BRUIST

*Papa,*  
mijn superheld  
zonder cape!



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

Kom op  
tegen Kanker

A yellow advertisement for 'Kom op tegen Kanker' featuring three circular photos of people: a woman, an elderly man, and a group of people.

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

Exclusiviteit en  
functionaliteit in één



Flowing Art ontwikkelt,  
produceert en installeert  
decoratieve gietvloeren bij  
particulieren en bedrijven.

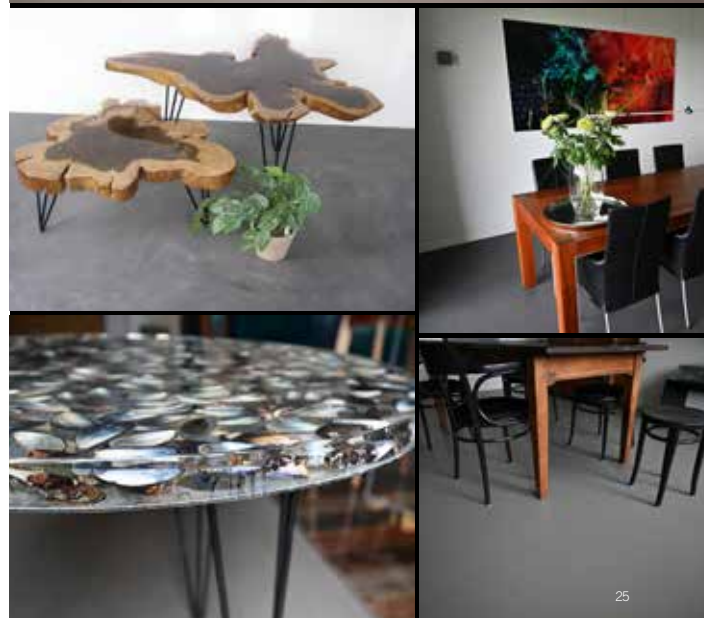
Waar Flowing Art zich in onderscheidt  
is dat ze ook plinten en wandpanelen  
kunnen maken van hetzelfde materiaal  
als uw gietvloer.

U krijgt dan dezelfde uitstraling op  
de muur als op uw gietvloer.  
Ideaal voor bijvoorbeeld de badkamer.  
Ook mooie printafbeeldingen voor aan  
de wand vindt u bij Flowing Art.

Voor bijzondere tafelbladen die bewerkt  
zijn met epoxy, zoals ingegoten  
mosselschelpen, bent u bij Flowing Art  
aan het juiste adres.

Kom vrijblijvend eens kijken in onze  
showroom. Het liefst op afspraak.

Ampèreweg 6,  
Hoogerheide (NL)  
+31 (0)164-606148  
info@flowingart.eu  
[www.flowingart.eu](http://www.flowingart.eu)



# THEATER.NL EN BRUIST

## SLAAN DE HANDEN INEEN!

Voor jouw complete theateruitje

Bruist vermeldt elke maand de leukste evenementen uit jouw regio in het glossy magazine. Reden genoeg om vanaf nu samen te werken met Theater.nl, het grootste theaterplatform van Nederland. We zijn bovendien óók actief in België! Zo blijf je perfect op de hoogte van het brede cultuuraanbod en maak je als echte theaterliefhebber kans op mooie prijzen!

**Wil jij kans maken op mooie prijzen?**  
Registreer je dan via [theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist) en wie weet ben jij één van de gelukkigen!

### COMPLEET THEATERUITJE

Theater.nl houdt je dagelijks op de hoogte van het laatste theaternieuws, recensies en natuurlijk de mooiste theatervoorstellingen die je direct kunt reserveren via de website. Daarnaast kun je bij ons terecht voor een compleet theateruitje. Wat denk je van een etentje vooraf of achteraf? Maak gemakkelijk via onze website een keuze uit de beste restaurants in de buurt van het theater, of boek zelfs een overnachting in de stad. Dankzij Theater.nl ligt een compleet dagje uit binnen handbereik!

### MAAK KANS OP MOOIE PRIJZEN

Geniet elke maand in Bruist van een exclusief interview van Theater.nl met een bekende Nederlander of Vlaming. **Maar dat is nog niet alles: maandelijks geven we prachtige prijzen weg zoals voorstellingstickets of twee weken gratis streamen, want voor het bekijken van een theatervoorstelling hoef je tegenwoordig de deur niet meer uit.**

 **Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

# *Nandi van Beurden* is Maria in *The Sound of Music*: ‘Ik kan niet wachten!’

Na een zenuwslopende zoektocht won Nandi van Beurden *Op zoek naar Maria*. Daarmee gaat er voor de actrice een droom in vervulling: Maria spelen in de musical *The Sound of Music*.

‘IK GA VAN  
HET MOMENT  
GENIETEN’

“Ik mag weer repeteren, ik mag weer iets maken. Ik kan gewoon niet wachten het theater in te gaan”, verzucht Nandi. Tijdens de televisiezoektocht mocht ze alweer even proeven van het artiestenbestaan, maar dat voelde toch anders. “Ik mocht wel gewoon zingen, dansen en acteren in dat theater, maar er zat natuurlijk geen publiek. Er zat een jury en er stond een camera op je toeter. Dat is iets heel bizars.”

### ‘Ik ben ook gewoon ‘gewoon’

Tijdens corona heeft Nandi haar tijd goed besteed. “Ik heb voor de klas gestaan! Ik hoorde dat er een tekort was aan leraren in de noodopvang, dus voor die kinderen ben ik juf geweest.” Deze nieuwe ervaring neemt de actrice zeker mee naar *The Sound of Music*. “Ik heb ontzettend veel over mezelf en over werken met kinderen geleerd. Ik heb met de kinderregisseuse afgesproken dat ik bij de repetities kom

kijken als de kinderen aan het studeren zijn. Zo zien ze dat ik ook gewoon ‘gewoon’ ben en dat ze bij wijze van spreken ook aan mij kunnen vragen als ze naar de wc willen.”

### Genieten van het moment

En heeft Nandi al een nieuwe droom klaarstaan? De actrice lacht: “Jeetje, nee. Ik moet mezelf wel even de kans gunnen om deze droom ten volle te beleven. Natuurlijk ben je in dit vak altijd bezig met ‘wat komt er hierna’, maar ik heb juist door deze tijd geleerd dat je van het moment moet genieten. Dat ga ik nu ook zeker doen.”

*The Sound of Music* is vanaf 16 juni te zien in het AFAS Circustheater Scheveningen. Vanaf augustus trekt de musical door Nederland. Meer informatie: [www.soundofmusic.nl](http://www.soundofmusic.nl).

**Theaternl**  
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. [Ga naar theater.nl/buist](http://Ga naar theater.nl/buist)



Met hart en ziel

# Beautique

*Onze aanbeveling*  
**ONTDEKKINGSVERZORGING**  
 Wat mag je verwachten? Aan de hand van een fijn intakegesprekje leren we elkaar kennen. We bespreken je noden en je wensen. Dankzij een analyse met de lightskin kunnen wij perfect je huidtype in beeld brengen, passen daar onze verzorging op aan en om af te sluiten krijg je het nodige advies om je huid ook thuis te verzorgen. Deskundig advies, ontspanning & resultaat... Dat is wat je krijgt.

*Maak nu een afspraak!*

Heidestatiestraat 43 2920 Kalmthout | 0032-4-85254418 | info@schoonheidssalon-beautique.be | www.schoonheidssalon-beautique.be

Kapsalon Esli is een betaalbare kapsalon die kwaliteit, vriendelijkheid en persoonlijke aandacht waarmaakt en waar iedere klant met evenveel aandacht verwelkomt en geholpen wordt.

## Toe aan een zomercoupe?

Heeft u vragen over het type kleuring of verzorging van uw haren? Maak dan eens een afspraak!

In onze vriendelijke en huiselijke sfeer zijn zowel vrouwen, mannen als kinderen welkom. U kunt bij ons terecht voor:

- verschillende soorten kleuringen
- moderne en klassieker snitten
- opsteekcapsels voor bruiloften, feesten of communie
- brushingen



*Wilt u iemand verrassen? Dan kunt u altijd even langskomen voor een leuke cadeaubon!*



 **Kapsalon Esli**  
 Kapellensteenweg 173, Kalmthout | 03 666 87 95

# 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





# Voor *de man*

Jouw man, vriend, vader of partner mag best af en toe in het zonnetje worden gezet. Daar wordt niet alleen hij, maar ook jij blij van!

1. Jaipur van Ignacio Figueras, € 271,- [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)  
 2. Plein Super Freshness van Philipp Plein, vanaf € 69,- [www.iciparisxl.be](http://www.iciparisxl.be)  
 3. Solid Shower Bar Fresh to the Max van Skoon Cosmetics, € 7,95 [www.skooncosmetics.com](http://www.skooncosmetics.com)  
 4. Facial Pure van Abysk Pure, € 29,95 [www.abysk.nl](http://www.abysk.nl)  
 5. HappySoaps Shaving Bar Kokos € 8,95 [www.thehappysoaps.com](http://www.thehappysoaps.com)  
 6. Shaper van de Hema, € 2,10 [www.hema.nl](http://www.hema.nl) 7. Deodorant Rebel Care Zensai Power, € 7,99 [www.loveli.care](http://www.loveli.care)

8. After Shave Balsem van Eau Thermale Avène, € 16,50 [www.eauthermaleavene.nl](http://www.eauthermaleavene.nl)  
 9. The Most Wanted Eau de Parfum Intense van Azarro, vanaf € 84,- [www.iciparisxl.be](http://www.iciparisxl.be)  
 10. 3 In 1 Face Cream van The Grey Skincare, € 79,- [www.skins.nl/fr](http://www.skins.nl/fr)  
 11. Invictus Victory Eau de Parfum Extrême van Paco Rabanne, vanaf € 80,65 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)  
 12. L'Homme Idéal Eau de Toilette van Guerlain, vanaf € 70,- [www.guerlain.com](http://www.guerlain.com)  
 13. Benamor Gordissimo fat body cream, € 19,- [www.babassu.nl](http://www.babassu.nl)

# Een jeugdige schoonheid op elke leeftijd

Een nieuw beautytijdperk begint: drink jezelf mooi!

# LR

HEALTH & BEAUTY

by Claudia Matthijssen

Het revolutionaire LR LIFETAKT 5in1 Beauty Elixir voldoet aan alle vijf de schoonheids-wensen, en dat in één keer. Met slechts één shot per dag activeert een uniek dubbel-complex diep de schoonheidsprocessen in het lichaam en beschermt preventief tegen de belangrijkste oorzaken van veroudering. Voor een jeugdige schoonheid van top tot teen op elke leeftijd.

## 1. JEUGDIGE VERSCHIJNING MET MINDER RIMPELS

Rimpelvermindering door vitamine C1 en diepe effectieve collageen-peptiden - vijftien procent meer huidelasticiteit door effectieve collageenpeptiden. Aloë vera gel, bloedappel-extract, rozenwortel-extract en groene thee-extract beschermen tegen de belangrijkste oorzaken van veroudering, zoals uv-straling.

## 2. EEN ZUIVERE EN GEZONDE HUID ZONDER IRRITATIES

Bescherming tegen externe milieu-invloeden door middel van bosbesextract en vitamine E5. Verbeterde huidfunctie en pigmentatie met de sterk geconcentreerde vitaminen A, riboflavine, niacine, biotine, C en zink als essentiële sporenelementen.

## 3. STRAKKER LICHAAM MET MINDER CELLULITIS

Aangetoond is dat collageenpeptiden de huiddichtheid verhogen en cellulitis verminderen. Koper en aloë vera gel versterken het bindweefsel.

## 4. KRACHTIG, GLANZEND HAAR

Biotine versterkt het haar en bouwt het van binnenuit op. Koper zorgt voor normale haarpigmentatie en geeft een gezonde glans.

## 5. STERKE, GEZONDE NAGELS

Er is aangetoond dat collageenpeptiden de nagelgroei versnellen. Schade aan de nagels wordt tot 42% gereduceerd. Zink versterkt de nagels. Uniek op de markt: Dubbel Complex, Complex Actief. Het actieve complex activeert de schoonheidsprocessen en bestrijdt tekenen van veroudering. Het combineert de bekendste en belangrijkste schoonheidsingrediënten in de hoogste concentratie.



# 5IN1 BEAUTY ELIXIR

- Geen zoetstoffen, kunstmatige kleurstoffen, lactose of gluten.
- Een maandelijks verpakking bevat 30 x 25 ml schoonheidshot.

# Beleef *Italië*

KRISTOF/HOLIDAYS

Nóg intenser Italië beleven, heel veel fun en genieten van het gevoel van absolute vrijheid, dat is Vespapreizen.

Reis met je eigen bubbel!



**KRISTOF  
HOLIDAYS**  
Travel Agency

Kapellensteenweg 318, Kalmthout  
[www.vespareizen.be](http://www.vespareizen.be) | 0032-3-6663349 |

[www.facebook.com/goeiweer](https://www.facebook.com/goeiweer)

Bestel nu dit unieke  
schoonheidselixir  
via de website of bel  
(0031) 06-22831987

# OPVALLEN? ADVERTEER IN BRUIST

JUIST  
NU!

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



**MEDISCHE  
LASERPRAKTIJK**

## Voordelen laserontharing

- De behandeling wordt op een medisch verantwoorde manier uitgevoerd door mensen met een medische / paramedische opleiding.
  - Goedgekeurd door artsen en dermatologen.
  - Geen pijnlijke ongemakken die scheren, waxen en epileren wel met zich meebrengen.
  - Vrijwel alle lichaamsdelen kunnen behandeld worden.
  - Geen scheermesjes en scheergel meer.
- Ook de onvermijdelijke snijwondjes en ingegroeide haartjes die daarbij komen kijken mag je 'dag' zeggen.

0032-486487906

[info@medischelaserpraktijk.be](mailto:info@medischelaserpraktijk.be)

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

## Die haren ook zo beu?

Steeds meer mensen zijn op zoek naar de beste en pijnloze manier om lichaamshaar op vervelende plaatsen definitief te laten verwijderen. Met laserontharing is het nu mogelijk haargroei permanent te reduceren zonder de vaak pijnlijke ongemakken die scheren, waxen en epileren met zich meebrengen. Laserontharing is inmiddels ook quasi pijnloos.

Wij verwijderen permanent het overvloedige lichaamshaar door gebruik te maken van top-of-the-line veilige laserapparatuur welke door artsen en professionals wordt gezien als absolute gouden standaard inzake efficiëntie en veiligheid. De behandeling wordt enkel door mensen met een medische / paramedische opleiding uitgevoerd.

De laser produceert een hoog geconcentreerde puls van een bepaalde golflengte. De energie van het laserlicht wordt opgenomen door het pigment dat rond de haarwortel aanwezig is. Hierdoor worden de haarwortelcellen opgewarmd en selectief vernietigd.

Om de opperhuid niet te beschadigen, heeft de laser een gekoelde tip. Dit laat toe meer energie af te leveren zónder de opperhuid te beschadigen en beperkt de pijn prikkel zodat de behandeling zeer goed te verdragen is. Ongeveer 1 à 2 weken na de behandeling gaan de haren loszitten en vallen ze uit.

**Geïnteresseerd? Maak snel een afspraak!**



Al een tijdje single en ben je het zat om langer alleen te zijn?  
Wil het maar niet lukken via datingapps? Geef je dan nu op als  
Bruisende Vrijgezel en wie weet vind je wel de liefde van je leven!  
Wij gunnen iedereen de liefde, daarom helpen wij graag een handje  
door samen met jou op zoek te gaan naar een match!

Word jij onze  
***nieuwe bruisende  
vrijgezel?***

***Meld je dan nu aan!***



**Durf jij net als deze vrijgezellen de stoute schoenen aan te trekken?**

Mail dan naar [contact@nederlandbruist.nl](mailto:contact@nederlandbruist.nl) en je komt geheel kosteloos in de rubriek  
Bruisende Vrijgezel in onze magazines. Een kleine stap in de zoektocht naar jouw grote liefde!

# Je kunt echt niet zonder

*Service aan huis, wanneer het u uitkomt!*

**Wij bieden u service aan huis, wanneer het u uitkomt!**  
**In de meeste gevallen al binnen 24 uur gerepareerd.**  
**Van witgoed tot tv's.** Uiteraard krijgt u altijd een  
prijsopgave vooraf zonder verplichtingen. Altijd met zes  
maanden garantie op onderdelen en reparatie!

**Toch interesse in een nieuw apparaat?**  
Kijk voor witgoed onze webwinkel  
[www.witgoed-rucphen.nl](http://www.witgoed-rucphen.nl).

Vandaag  
bellen:  
binnen 24 uur  
gerepareerd

**Direct een  
afspraak maken?**  
Kijk op  
[www.repaweb.nl](http://www.repaweb.nl)  
of bel  
06-29150821!

**Wat repareren wij?** Wasautomaten van alle merken | Wasdrogers | Condensdrogers | Luchtvoerdrogers | Inbouwapparatuur van alle merken  
Huishoudelijke apparatuur | Koffiezetters | Koelkasten | Home cinema | Audio apparatuur | Digitale ontvangstapparatuur | Decoders en recorders

**ElectroShop Rucphen**

Achterhoeksetraat 49, Rucphen (NL) | 0031(0)6-29150821 (monteur/bus) |  
0031(0)165-370252 (kantoor) | [info@electroshoprucphen.nl](mailto:info@electroshoprucphen.nl) | [www.electroshoprucphen.nl](http://www.electroshoprucphen.nl)

# Een mooie en *verzorgde baard*

We kunnen er niet omheen: steeds meer mannen laten hun baard groeien. Het is stoer en super mannelijk, maar het laten groeien van een succesvolle baard vereist wel het een en ander aan verzorging.

Om je baard te laten groeien moet je doen wat je altijd doet... behalve scheren dus! Na verloop van een aantal dagen zul je last krijgen van jeuk. En niet zomaar jeuk, maar echt jeuk. Aan deze jeuk is niet veel te doen. Blijf de huid onder de baard goed verzorgen, misschien nog wel beter dan zonder baard. Smeer altijd - maar zeker wanneer je een baard net laat groeien - je huid en baard in met een goede baardolie. Door de baardolie wordt de huid onder de baard goed verzorgd en zal je echt minder last hebben van jeuk. De snelheid waarmee je baard groeit en hoe vol deze wordt, zijn erfelijk bepaald.

Wie dacht het makkelijk te krijgen doordat je je niet hoeft te scheren, komt bedrogen uit. Een baard vraagt om verzorging. Samen met je barbier kun je een stappenplan maken voor hoe je de baard gaat aanpakken en welk model baard jou het beste staat. Het is belangrijk dat je goed let op de vorm van je gezicht en de haargroei. Wil je je baard zelf bijhouden of onderhouden, koop dan goede spullen. Belangrijk is dus een goede baardolie, maar ook een scherpe schaar en/of tondeuse om je baard mee te trimmen mag niet ontbreken. Verder heb je een baardshampoo of eventueel conditioner nodig om je baard mee te wassen. Dit houdt de haren zachter dan gewone shampoo.

Lukt het je niet om zelf je baard goed bij te houden? Kijk dan op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be) voor een barbershop in jouw regio.



## Klok stuk?

TROUWRINGEN • GOUDSMEDERIJ • KLOKKENMAKERIJ

Paul Van der Auwera is een van de weinige ambachtelijke klokkenmakers. Contacteer ons voor een huisbezoek met 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](mailto:info@klokstuk.be) | [www.klokstuk.be](http://www.klokstuk.be)

# HOTEL GARBI OPENT WEER OP 17 JUNI



HOTEL GARBI  
IBIZA SPA ★★★★★

BOEK  
VOOR 17 JUNI  
EN ONTVANG  
10% KORTING EN  
GENIET VAN  
15% KORTING OP  
BOEKINGEN VOOR  
VOLGEND JAAR!

## JE ZOMER BEGINT HIER...

We hebben keihard gewerkt om ons hotel beter dan ooit te maken! Van onlangs gerenoveerde hotelkamers tot een scala aan nieuwe activiteiten om van te genieten, deze zomer draait alles om het achterlaten van alle stress en het ervaren van de meest ontspannende zomer ooit, waar wij voor alles zorgen...

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een design viersterrenhotel aan het strand van Playa d'en Bossa, in het zuiden van het eiland, op slechts vier km van de stad Ibiza. Het heeft een breed scala aan vrijetijds- en ontspanningsmogelijkheden in de faciliteiten. Een spa-circuit met een Turks bad, een stoombad, een jacuzzi en, voor degenen die op zoek zijn naar ontspanning, een massageservice. Alle gasten hebben gratis toegang tot de spa. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**



Gratis yoga- en zumbalessen aan het strand - Gratis parkeren - Gratis wifi  
Geldteruggarantie - Exclusieve capaciteit

# Momentje voor jezelf

'Wat vind jij ervan? Aan welke kant sta jij? Wat denk jij dat er gaat gebeuren?' En hoe ik omga met wat iedereen vindt en roept. Dit soort vragen ontvang ik dagelijks.

Het is overduidelijk dat er verdeeldheid is in de maatschappij. De wereld is in de war, er heerst chaos en onrust. En de grote vraag is: wat gaat er de komende jaren gebeuren? Ondanks dat we het niet allemaal met elkaar eens zijn en mogelijk anders kijken naar de situatie in de wereld, kunnen we nog steeds naar elkaar luisteren en naast elkaar leven zonder direct in conflict te gaan.

Mag ik een advies geven? Je hebt geen toestemming van anderen nodig om je blij en gelukkig te voelen. Leef met compassie, begrip en respect, maar zonder dat je heldere geest wordt volgekliederd door het lawaai en de rommel van anderen.

Ik heb van niemand toestemming nodig om mijn mooiste leven te leven. Dat bepaal ik zelf wel en als jou dat niet bevalt, heb ik daar geen last van. Je mag van alles vinden, maar vind eerst rust en vrede in jezelf. Doe dat door tweemaal per dag een momentje voor jezelf te nemen.

Hasta la proxima,

*Michael Pilarczyk*

~ [MeditationMoments.nl](http://MeditationMoments.nl) ~  
Meditaties voor elk moment van de dag

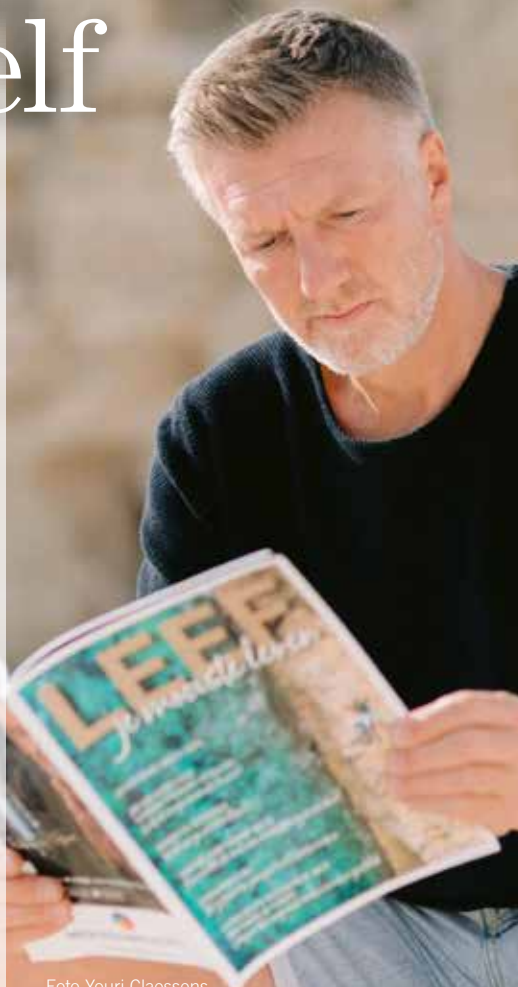


Foto Youri Claessens

LEEF JE UIT  
MET PRECISION1™  
EN ZIE WAT ER GEBEURT

LEUK DIE BRIL!  
Ook al eens aan  
contactlenzen gedacht?



[www.brildesign-ingrid.be](http://www.brildesign-ingrid.be)

OOK VERKRIJGBAAR VOOR ASTIGMATISME

PROBEER NU PRECISION1™ DAGLENZEN  
5 DAGEN LANG GRATIS  
EN KRIJG ONDERSTEUNING IN NAZORG

**BRILDESIGN INGRID**

Puttestraat, 43 2940 PUTTE-STABROEK

Wegens de Coronamaatregelen  
zijn wij **OPEN** op AFSpraak.  
Wij helpen u graag verder.  
Bel ons : **03-605 23 65**  
[brildesign.ingrid@telenet.be](mailto:brildesign.ingrid@telenet.be)

# Geniet thuis van uw infraroodcabine!

Gun uzelf de kwaliteit van echte onthaasting!



**ACTIE!**  
Bij inlevering van deze advertentie: **gratis** plaatsing van uw infraroodcabine.

## Werken die wij o.a. uitvoeren:

- Plaatsen van nieuwe cv-installaties.
- Plaatsen van nieuwe sanitaire installaties, uitgevoerd naar uw wensen, tekeningen en/of plannen.
- Plaatsen van zonnecollectoren voor warm water en eventueel ondersteuning van uw verwarming.
- Plaatsen van warmtepompen voor uw verwarming en sanitaire warm water.

Maandag: 13.00-18.00

Dinsdag-vrijdag: 8.00-12.00 en 13.00-18.00

Zaterdag: 8.00-14.00

Kerckblokstraat 15, 2990 Loenhout

03/669 64 14 | vanhooydonck.bvba@skynet.be



sanitair - elektriciteit - verwarming  
**VANHOYDONCK**  
BVBA



## Maya Balance

- Zweedse massage
- Hot stone massage
- Voetmassage
- Voetreflexologie
- Cupping
- Lichaamspakkingen

Schelpheuvelstraat 5, Essen  
0485/97.97.17  
info@mayabalance.be  
www.mayabalance.be



## !!NANO KRASVRIJ WASSEN!!

Onze unieke manier van Cleanen is NU ook voor u binnen handbereik!

Nu een speciale actie voor interieur en exterieur reinigen! € 25,-  
Kom snel langs om de ultieme ervaring te beleven!

OPENINGSTIJDEN Maandag 12.00 - 18.00 uur, dinsdag t/m vrijdag  
09.00 - 18.00 uur en zaterdag 10.00 - 17.00 uur

Rijkmakerlaan 7-a Essen - België | 0032 (0)33159868  
anne.carwash@gmail.com

't Koetshuis  
brasserie restaurant

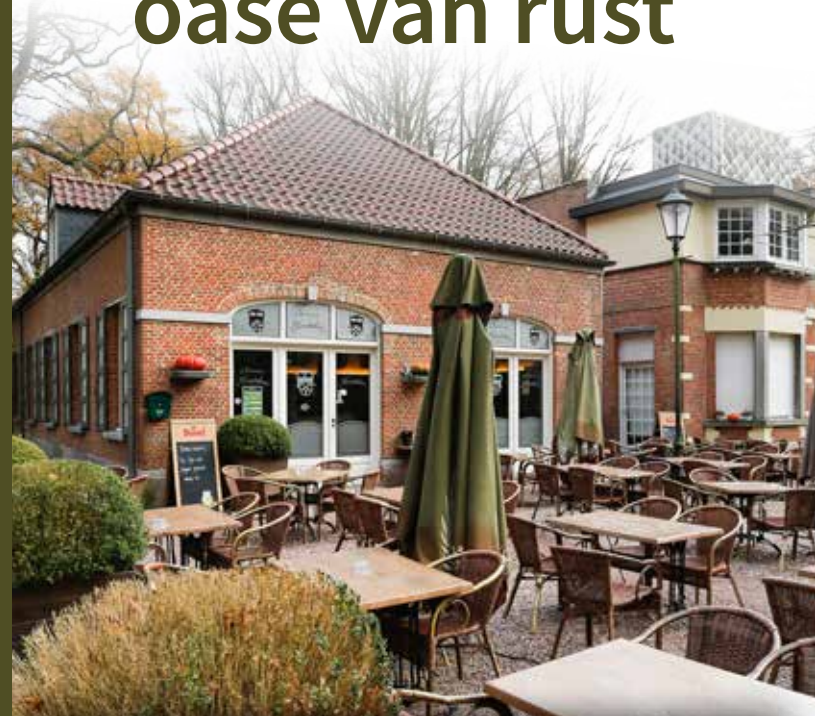
In de schaduw van het fraaie kasteel van Stabroek en gelegen langs drie wandelpaden biedt restaurant-brasserie 't Koetshuis een schitterende locatie om even halt te houden. Met zijn uniek historisch kader vormt het een innemend en ontspannen aanmeerpunt om op adem te komen en te genieten van de schitterende omgeving.

De keuken van 't Koetshuis is zowel gericht op wandelaars die met iets kleins lekker snel terug op krachten willen komen of met een smakelijk biertje willen bijtanken, als op lekkerbekken die uitgebreid willen tafelen. Het concept? Eerlijke keuken, pure ingrediënten, wisselende suggesties en een ongedwongen sfeer.

Als troefkaart beschikt 't Koetshuis over een rustig en ruim terras dat de exclusieve locatie extra cachet geeft.

Restaurant Brasserie 't Koetshuis  
Oud Broek 2, Stabroek  
0032-3-6058485  
www.brasserie-tkoetshuis.be

# Een gezellige oase van rust





# Ontvang *kaarten* uit de hele wereld

GEZELLIG, WEER  
REGELMATIG  
MOOIE KAARTEN  
OP DE MAT

Keek je er ook altijd zo naar uit? Naar die mooie ansichtkaarten in de brievenbus als het zomer was. Met exotische postzegels, poëtische omschrijvingen van pittoreske dorpjes of gewoon een 'Dikke zoen uit La douce France'. Met een getekend thermometertje waarop te lezen was dat het daar toch echt minstens tien graden warmer was dan in ons land.

Nu we elkaar gemakkelijk een sms of appje kunnen sturen, ontvangen we heel wat minder post. Toch is het kaarten schrijven niet helemaal verdwenen. Er zijn nog liefhebbers en die hebben zich verenigd op de website [www.postcrossing.com](http://www.postcrossing.com). Iedereen kan zich hier inschrijven en als je geregistreerd bent, kun je kaarten versturen aan alle andere leden en het leuke is... je ontvangt er ook een heleboel terug vanuit de hele wereld!

1. Maak een account aan op [www.postcrossing.com](http://www.postcrossing.com). Klik op Sign up en vul het formulier in.

2. Log in met je zojuist aangemaakte gebruikersnaam en wachtwoord. Klik op 'Send a postcard' (niet te verwarren met 'Sent postcards', dat is het overzicht van de kaarten die je zelf hebt verzonden, hier is nu nog niets te vinden). Lees door wat op deze pagina staat en klik op 'Request address'. Je ontvangt nu een willekeurig adres en een unieke code van iemand op de wereld die ook lid is van Postcrossing.

3. Schrijf nu een echte kaart. Als je wilt kun je eerst op het profiel van de persoon kijken. Daar kun je meer lezen over die persoon en misschien zelfs ontdekken wat voor soort kaarten deze persoon graag zou willen ontvangen. Het kan leuk zijn om kaarten te sturen van de stad waar je woont. Een bijzondere Belgische postzegel maakt jouw kaart helemaal af. Schrijf in het Engels of in een voor dat land toepasselijke taal. Lukt dat niet, dan kun je altijd nog iets leuks tekenen of een kort zinnetje op internet vertalen via Google Translate.

4. Schrijf de unieke code die je bij het adres hebt ontvangen op de kaart. Degene die jouw kaart ontvangt, gebruikt deze code namelijk om op de website aan te geven dat jouw kaart is aangekomen.

5. Verstuur de kaart! Nu doe je echt mee en wordt ook jouw adres aan andere leden verstrekt. Je kunt nu kaarten vanuit de hele wereld ontvangen. Hoe meer kaarten je stuurt, hoe meer kaarten je op de mat zult krijgen.

Kaart ontvangen? Vergeet dan niet om op de website bij 'Register a postcard' de code op jouw kaart te registreren. De persoon die hem heeft gestuurd weet zo dat jij de kaart ontvangen hebt.

# SCHILDER NODIG?

Jens Professioneel Schilderwerk  
voor interieur en exterieur tot in de  
kleinste details!



Wilt u een totale verandering van uw interieur  
of alleen een goede afwerking voor uw muren  
en plafonds? Ik geef u advies op maat!  
**Vraag vrijblijvend een offerte aan!**

Bel **0494-875055** of mail naar  
**Gotink.jens1@hotmail.com**

## Uw haar mijn passie!



Heb je een hekel aan lange  
wachtijden, drukke salons en  
een onpersoonlijke benadering?  
Dan moet je zeker eens een  
afspraak maken bij Younique.

Younique staat voor een  
gezellige, huiselijke sfeer waar  
zowel dames, heren en kinderen  
welkom zijn. Ik werk alleen,  
zo krijg je telkens dezelfde  
kapster, service en kwaliteit.

**Maak 24/24 een afspraak via de  
website of telefonisch tijdens  
de openingsuren. Ik kijk er naar  
uit je te mogen ontvangen.**

<b>Zon &amp; ma:</b>	Gesloten
<b>Di:</b>	9:00 - 17:30
<b>Woe:</b>	9:00 - 17:30
<b>Do:</b>	9:00 - 17:30/18:30 - 20:30
<b>Vrij:</b>	9:00 - 17:30
<b>Zat:</b>	8:00 - 14:00



### BOEK ONLINE!

**Younique** | Werf 11A, Essen  
**0473.50.88.41**  
info@kapsalonyouunique.be  
[www.kapsalonyouunique.be](http://www.kapsalonyouunique.be)



## Ontdek de Thaise en Filipijnse keuken



Wij blijven  
open voor  
afhaal-  
gerechten!

Geen zin om te koken? Bij ons kun je terecht voor  
de Thaise en Filipijnse keuken! Hier kun je ook thuis  
lekker van genieten en smullen!

**Bekijk ons menu online en geef  
telefonisch je keuze door of kom  
langs in de winkel!**

**Turo-Turo**  
Heidestatiestraat 37, Kalmthout  
03 344 91 07 | [www.turo-turo.be](http://www.turo-turo.be)



## Fashion met persoonlijkheid

Bij Nola Fashion vinden we het belangrijk dat we je zo goed  
mogelijk kunnen helpen. Persoonlijke service staat hier dan  
ook op de voorgrond. We willen dat je na een bezoek aan  
onze winkel met een goed gevoel buiten gaat, zonder  
een fortuin te moeten uitgeven. De collecties van Nola  
Fashion zijn uniek, betaalbaar maar ook hip en trendy.  
Kortom voor ieder wat wils!

Volg Nola Fashion via Facebook en Instagram om  
op de hoogte te blijven van de laatste nieuwtjes.

**Benieuwd naar onze collectie? Neem een kijkje op  
onze website of kom gezellig langs in de winkel.**



*Nola*  
FASHION

### PRIVATE SHOPPING?

Kijk dan eens  
op onze website!

Nola Fashion  
Kapelstraat 30, Essen  
+32 479 72 45 28  
info.nolafashion@gmail.com  
[www.nolafashion.be](http://www.nolafashion.be)



# FIETSEN SAMAN

HOROSCOOP

"AL MEER DAN 30JAAR  
DE REFERENTIE IN UW REGIO"

3 LOCATIES  
GOED VOOR 1500M<sup>2</sup>  
SHOWROOM  
AAN  
KWALITEITS-  
MERKEN



WWW.SAMAN.BE



SINT-LENAARTS



WUUSTWEZEL



ESSEN

## Juni, tijd om te schitteren

**Ram** 21-03/20-04

Werken aan een project samen met je kinderen, kan helpen de relatie met hen te bevorderen.

**Stier** 21-04/20-05

Altijd al gefascineerd geweest door schilderen? Tijd om een les te gaan volgen om het zelf eens te proberen.

**Tweelingen** 21-05/20-06

Eindelijk kun je het nu rustiger aan gaan doen.



**Kreeft** 21-06/22-07

Je moet sterk blijven en je niet door jaloerse mensen overstuur laten maken.

**Leeuw** 23-07/22-08

Juni staat er goed voor jou bij. Je zult succesvol zijn in nieuwe relaties.

**Maagd** 23-08/22-09

Je hebt een goede verstandhouding met je familie, maar het lijkt erop dat ze je de laatste tijd wat tegenhouden.

**Weegschaal** 23-09/22-10

Je bent slim en capabel, wees niet bang om het te laten zien. Je werkgever zal het op prijs stellen.

**Schorpioen** 23-10/22-11

Probeer iets met sport voor je lichaam te doen. Je zult zien dat je je beter gaat voelen.

**Boogschutter** 23-11/21-12

De hoogste tijd om met een slechte gewoonte te stoppen.

**Steenbok** 22-12/20-01

Heb je het gevoel dat je veel energie hebt. Dat is geen reden om volledig uitgeput te raken.

**Waterman** 21-01/19-02

Je kunt een beloning of lof tegemoet zien. Er is een kans dat je baas in een goede stemming is.

**Vissen** 20-02/20-03

Probeer iets nieuws, Je zult ervaringen opdoen waar je over kunt praten.

## Op zoek naar iets unieks?

Leder, ambachtelijk mooi bewerkt!



HANDGENAAID



HANDMADE BY  
**ARTISTIKI**

Noordeneind 2A, Essen

+32 499 12 44 03 | BE 0651.552.859

info@artistiki.be | [www.artistiki.be](http://www.artistiki.be)

# HÉT HOTEL ★★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL **GARBI**  
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit 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!**

*Boek nu!  
Jouw vakantie  
begint hier!*



**BIJ DE GROOTHANDEL** is specialist in de inkoop en verkoop van partijgoederen. **Met een assortiment van meer dan 1000 alledaagse producten** voor schoonmaak, huishouden, verzorging, speelgoed, decoratie, tuin, klussen en ga zo maar door, biedt BDG de oplossing voor iedereen die zichzelf of anderen graag betaalbaar verwerft met veel fijne spullen.

Als snelgroeiende discounter staat BDG bekend om de lage prijzen en het grote aanbod. Daarnaast hechten bij BDG enorm veel waarde aan kwaliteit en duurzaamheid. Met voornamelijk A-merken of vergelijkbare kwaliteit streven ze ernaar de klanten zoveel mogelijk **waar voor hun geld** te geven.

Op werkdagen vóór 16:00 uur besteld, dezelfde dag verzonden

- Gratis verzending vanaf €50,-
- Niet goed, geld terug
- Achteraf betalen mogelijk



# Merkbaar beter, steeds voordelig

ALTIJD  
LAGE  
PRIJZEN



[WWW.BIJDEGROOTHANDEL.COM](http://WWW.BIJDEGROOTHANDEL.COM)

# Broodje pulled pork met salademix

Een goede pulled pork is iets dat je ooit gegeten moet hebben. Ervaar met dit recept hoe makkelijk dit Amerikaanse gerecht te bereiden is en hoe ongelooflijk lekker het smaakt! Je moet er wel even de tijd voor nemen.

4 PERSONEN - 1,5 UUR - 12 UUR MARINEREN

## INGREDIËNTEN

500 gr procureur  
1,5 el gerookte paprikapoeder  
1,5 tl knoflookpoeder  
1 tl mosterdpoeder  
1 tl chilipoeder  
1,5 el bruine suiker  
1 el fijn zeezout  
barbecuesaus  
4 broodjes  
salademix

## BEREIDING

Meng in een schaal alle specerijen met de suiker en het zout en wrijf het vlees flink in met deze mix. Doe het vlees in een plastic zak en laat het een avond/nacht (circa 12 uur) marineren in de koelkast.

Haal het vlees minstens een uur voordat je het in de oven zet uit de koelkast. Verwarm de oven voor op 150 graden. Doe het vlees in een braadslede en giet er wat barbecuesaus over. Dek het losjes af met aluminiumfolie en steek door de folie heen een vlees-thermometer in het dikste deel van het vlees.

Laat het vlees circa 1,5 uur in het midden van de oven garen. De kerntemperatuur moet uiteindelijk rond de 75 graden zijn. Afhankelijk van je oven kan het korter of langer duren. Wil je een licht krokant korstje op het vlees, verwijder dan ongeveer 20 minuten voor de eindtijd de folie. Neem het vlees uit de oven en laat het 10 minuten rusten op een grote, platte schaal.

Trek dan het vlees met twee vorken in stukjes/draadjes uit elkaar. Optioneel kun je er weer wat barbecuesaus doorheen scheppen. Snijd de broodjes open, beleg met een flinke hoeveelheid pulled pork en garneer met de salademix naar keuze.

# Beauty angel

LET YOUR LIGHT SHINE



Maak nu een afspraak en zie er weer zichtbaar stralend uit!

Neem plaats, sluit uw ogen, geniet van het licht en zie er daardoor jonger uit. Wat klinkt als een droom, wordt met Beauty Angel werkelijkheid.

Dankzij de innovatieve lichttechnologie van Beauty Angel wordt uw huid nieuw leven in geblazen. Rimpeltjes worden gereduceerd, de huid wordt zichtbaar strakker en het totale huidbeeld wordt verbeterd. **Reeds te boeken vanaf € 45,-.** Het enige wat u hoeft te doen? **Enjoy the light and relax!**

## esthetiQ

EXPERT IN SCHOONHEID

Kerkeneind 3, Essen | 0032 (0)3 296 82 60 | [www.esthetiQ.be](http://www.esthetiQ.be)

# edgard Cooper



WIN jij een zak voor je hond of kat?

## LEKKERE SMAAK

komt van goede ingrediënten

Welkom bij Edgar & Cooper: écht lekker eten voor honden en katten dat jou, je viervoetters én onze planeet goed doet.



Eigenaresse Nikkie van der Kaaden  
President Kennedylaan 92, Roosendaal (NL)  
0031(0)165-562686 | [info@debeestenshop.nl](mailto:info@debeestenshop.nl)  
[www.debeestenshop.nl](http://www.debeestenshop.nl)

Maak kans op een:

## Zak honden- of kattenvoer t.w.v. € 20,-



President Kennedylaan 92, Roosendaal  
[www.debeestenshop.nl](http://www.debeestenshop.nl)

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

hond	vis
kat	voer
huisdier	winkel
knaagdier	konijn

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

# PUZZELPAGINA

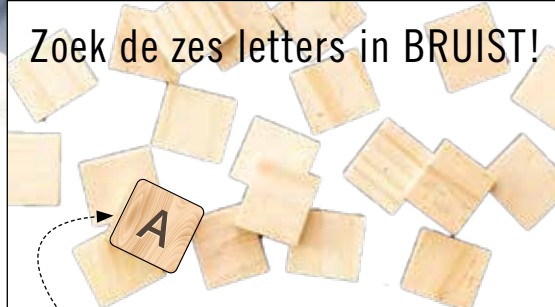
Iedere maand weer gezellig puzzelen. Vul de oplossing van de twee prijspuzzels in op onze website en maak kans op leuke prijzen.



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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **7-2-6**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

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

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

Maak kans op dit bruisende

## zomer-pakket



l+🐭r=a d+🌍-az

m+💡r=i+e

🌍b=z+🍺-bi m+🐵p=r

👤m=v ⭐e=a+t

🐔h=g

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

Maak kans op een

## gezichts-verzorgings-pakket voor de man



De Bulldog producten zijn speciaal ontworpen door de man, voor de man, in simpele duidelijke taal. Het is een compacte lijn met eerlijke ingrediënten.

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

baard	stralen
creme	huid
scheren	verzorgen
gelaat	zacht

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



# Van Mossel USED CARS

*Betrouwbare auto's met ervaring!*

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

# Van Mossel