

KAPELLEN/PUTTE EO



MAART 2022 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.KAPELLENBRUIST.BE

# BRUIST

Hoe gaat het met je  
*goede*  
*voornemens?*

*Francis van*  
*Broekhuizen:*

'Ik doe het, omdat ik  
het superleuk vind'

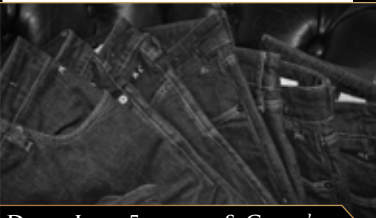




CUSTOM MADE JACKETS



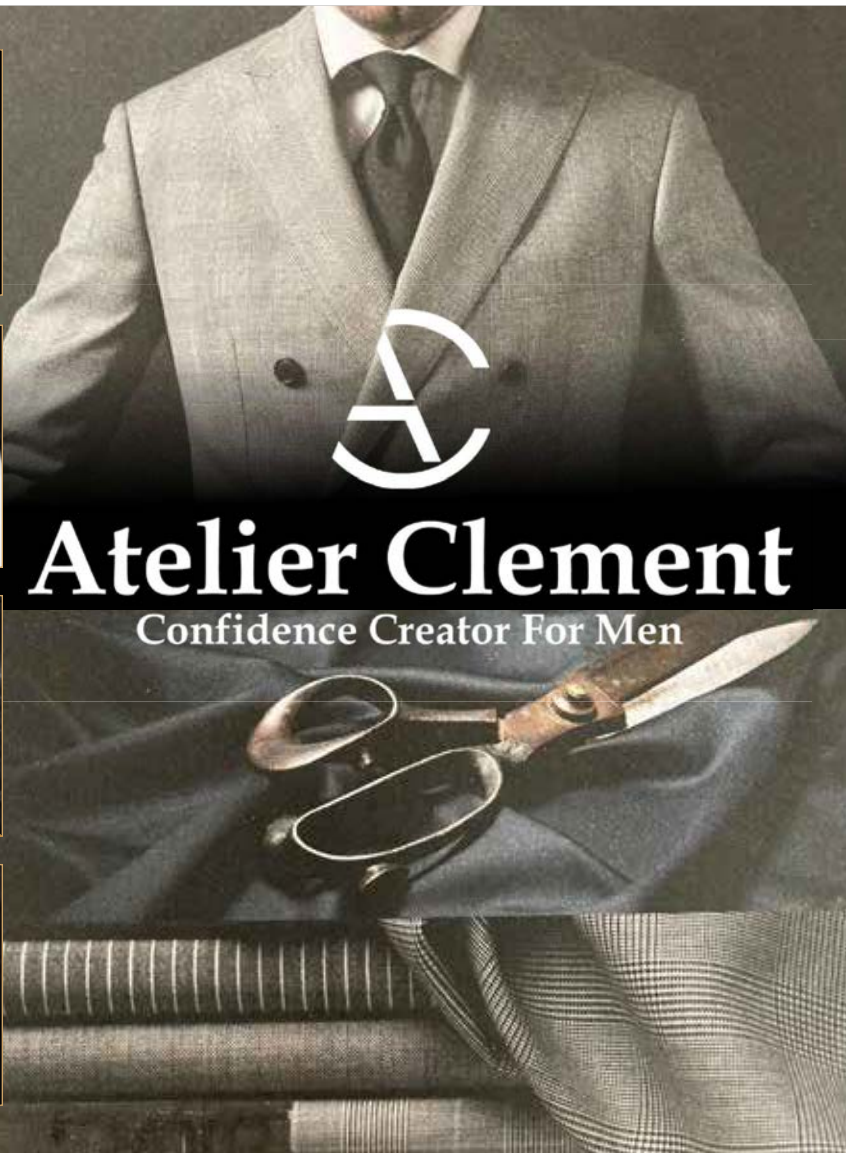
CUSTOM MADE SHIRTS



DENIM JEANS 5 POCKETS & CHINO'S



ACCESOIRES CUFFLINKS & TYE'S



# 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. Op de Hoevensebaan 219 heb ik een klein, gezellig pandje gevonden en ingericht tot een 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.

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, etc ... Dan overlopen we de mogelijkheden: stoffen, linings, design options, etc ... Als volgt wordt er opgemeten en afgesteld 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**



HOEVENSEBAAN 219, KAPELLEN +32 496 22 43 12 DAVE@ATELIER-CLEMENT.BE  
WWW.ATELIER-CLEMENT.BE  ATELIER-CLEMENT



Wil je kans  
maken om jouw foto  
in Kapellen Bruist  
terug te zien?

Stuur deze dan naar  
[ontwerp@nederlandbruist.nl](mailto:ontwerp@nederlandbruist.nl)  
o.v.v. Foto Kapellen

*Impressie*  
**Kapellen**





8

# COLOFON



14

**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 - Ramon Heeren  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Floortje Thieleman

f Like ons op Facebook.com/kapellenbruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl  
of bel Manuela Kolkman, 0477-841299

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2022. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Kapellen 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.**



Het is maart! Tijd dus om de winter achter ons te laten en vooruit te kijken naar de zomer. Wat een heerlijk vooruitzicht. Maar ook een vooruitzicht waarvan je spontaan in de stress kunt schieten. Het goede voornemen om definitief af te rekenen met die paar extra winterkilo's heb je namelijk nog lang niet waargemaakt. Geen zorgen, want verderop in deze nieuwste editie van Bruist vertellen we je hoe je het jezelf makkelijker kunt maken om je doelen te bereiken.

## *Bruisende lezer,*

Opvallend is dat, nu het voorjaarszonnetje weer steeds vaker begint te schijnen, veel mensen ineens ook weer een stuk vrolijker zijn. Sommige mensen hebben die zon daar overigens helemaal niet voor nodig. Dat geldt zeker ook voor Francis van Broekhuizen, die het hele jaar door straalt. In het interview dat we met deze 'dramatische sopraan' hadden, deelt ze een beetje van haar positiviteit en vertelt ze meer over haar carrière tot nu toe.

Diezelfde positiviteit ervoeren wij trouwens bij iedereen die we voor deze editie interviewden. Benieuwd naar al hun inspirerende verhalen? Lees dan vooral snel verder.

**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](http://www.belgiebruist.be) en lees ze allemaal online.**



12



28



23



# *Inhoud*



2022 IS LANG NIET  
VOORBIJ, BEGIN  
VANDAAG NOG!



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

Stoppen met roken, een paar kilo afvallen, sporten, geld besparen en ga zo maar door. In januari beginnen we massaal met een schone lei. Hoor je het jezelf nog zeggen: 'En dit jaar gaat het me echt lukken!' Maar hoe staat het nú met die goede voornemens?

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

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

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

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

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

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

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

**Ook op zoek naar coaching?** Op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



# Win kaarten voor Mozarts Requiem en Krönungsmesse

Gratis kaarten

The Bach Choir & Orchestra of the Netherlands voert in mei 2022 Mozarts beroemde Requiem op. Onder leiding van dirigent Pieter Jan Leusink brengen de musici ook Mozarts Krönungsmesse en Allegri's Misere Mei ten gehore. Het gezelschap krijgt bijval van diverse solisten, waaronder de veelgeprezen sopraan Olga Zinovieva.

Wil jij Mozarts meesterwerken een keer live beleven? Dat kan! Theater.nl geeft in samenwerking met Beleef Klassiek kaarten weg voor de concerten van The Bach Choir & Orchestra of the Netherlands. Registreer je vóór 1 april op Theater.nl via [theater.nl/buist](https://theater.nl/buist) en maak kans op gratis tickets!

## Nog meer kans maken?

In maart organiseert Theater.nl ook nog een speciale winactie op haar sociale media kanalen. Houd de Facebook- en Instagrampagina van Theater.nl de komende tijd dus goed in de gaten.

*\*Theater.nl neemt na afloop van de acties zelf contact op met de winnaars. Over de uitslag kan niet worden gecorrespondeerd.*

## Wil jij kans maken op kaarten?

Registreer je dan vóór 1 april via [theater.nl/buist](https://theater.nl/buist) en wie weet ben jij één van de gelukkigen!



**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

Theater.nl is hét platform voor theaterliefhebbers.  
Wij brengen het theatergevoel rechtstreeks bij jou thuis.





## DE KLEINE KEUKEN

Een super start van de dag, de gepofte ontbijtgranen met aardbeismaak van De Kleine Keuken. Ze bevatten 75% minder suiker dan vergelijkbare producten voor kinderen en zijn ook nog rijk aan vezels.



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



## LEZERSACTIE \*

4x de 'je ne sais quoi' proefboxen van Gusteau t.w.v. €29,95

We hebben allemaal onze eigen voorkeuren. Dat weet Gusteau. Het draait juist om wat jij lekker vindt. Als jouw persoonlijke wijngids helpt Gusteau je om te ontdekken welke wijnen goed bij je passen. Want je smaak is persoonlijk en je hoeft geen wijnkenner te zijn om van wijn te genieten. In totaal zijn het in deze proeverij (van de winactie) 5 glazen wijn met verschillende karakters. Leuk voor jezelf om je wijnmatch te vinden of om cadeau te geven.

[www.drinkgusteau.com](http://www.drinkgusteau.com) TAG #WIJN



## LEZERSACTIE \*

1 set van 2 Hobstar glazen van Libbey

Genieten van alledaagse momenten, met mooi glaswerk waar je blij van wordt. De kans is groot dat je al eerder hebt gedronken uit glazen van één van de grootste glaswerkproducenten ter wereld, met een fabriek in Nederland. Eén van de klassiekers is de tijdloze Hobstar, waarvan de naam verwijst naar het specifiek geslepen glas met sterpatroon. De vintage 'look and feel' van de Hobstar valt hierdoor in de smaak.



[www.libbey.eu](http://www.libbey.eu) TAG #HOBSTAR



## GUINNESS (4.2%)

Zeg je Ierland, dan denk je aan groene landschappen, riverdance, livemuziek, en... Guinness. Dit iconische bier wordt al meer dan 250 jaar gebrouwen in Dublin. Geen enkel bier staat zó symbool voor een land als het zwarte goud uit de hoofdstad van Ierland. Op 17 maart is het St. Patrick's Day, de nationale feestdag van Ierland, waarbij ook hier een fris Guinness biertje niet mag ontbreken! [www.guinness.com](http://www.guinness.com)



# Begin van de lente!



## BRUIST Deals

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

## PRINGLES

Pringles kent iedereen, het unieke chipje in de slanke bus. Nu zijn ze erin geslaagd een gemiddelde zoutvermindering van 23% te realiseren bij de 6 belangrijkste smaken: Original, Sour Cream & Onion, Hot & Spicy, Texas BBQ, Hot Paprika en Classic Paprika. Maar natuurlijk met behoud van de authentieke smaakintensiteit. [www.pringles.com](http://www.pringles.com)



## LEZERSACTIE \* Valse verlangens en bloedende harten van Sol Bouzamour

Een ijzersterke roman over liefde en loyaliteit in een harde wereld, de weerspiegeling van de maatschappij en hoe we met elkaar omgaan, discriminatie, de verschillen in klassen, maar vooral over de zoektocht naar eigen identiteit. Het verhaal speelt zich af op het Rembrandtplein in Amsterdam en Broek in Waterland, maar neemt je ook mee naar Ibiza en Marokko. Sol neemt je mee in een eigentijds en realistisch liefdesepos vol geweld, vriendschap, loyaliteit, verraad en heel veel seks. Hoe ver gaan we voor de liefde?

[www.solbouzamour.nl](http://www.solbouzamour.nl) TAG #BOEK



## 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)





*Jij reageert toch ook?*

Wil jij ook in deze rubriek op zoek naar jouw grote liefde?  
Mail dan naar [contact@nederlandbruist.nl](mailto:contact@nederlandbruist.nl) en je komt geheel kosteloos in Bruist.

# Vrijgezel Saira stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Vandaar dat we in deze rubriek aandacht besteden aan onze Bruisende Vrijgezellen. In maart hebben we speciale aandacht voor: Saira Khadje.

Jarenlang maakten de wisseldiensten die ze op Schiphol draait een relatie praktisch onmogelijk. Maar wat Saira Khadje betreft mag daar nu weleens verandering in komen. “Binnenkort krijg ik wat meer vrije tijd. Tijd die ik heel graag met mijn vrienden door wil brengen, maar óók met een nieuwe partner!”

“Ik kom op Schiphol de hele wereld tegen”, lacht Saira. “Maar helaas niet de juiste man...” En met die ‘juiste man’ heeft ze het over iemand die charmant en integer is, spontaan en gezellig, goed gekleed en betrouwbaar. “Ik zoek iemand die behalve mijn partner ook echt mijn beste maatje is... Met wie ik kan lachen en praten, strandwandelingen kan maken, een wijntje kan drinken en kan genieten van het leven. Op wie ik trots kan

zijn en met wie ik samen mooie momenten kan beleven.”

Dat die partner er nog niet is, moet haast wel aan die wisseldiensten liggen, want pratend met Saira ontdek je meteen dat zij ontzettend veel te bieden heeft. Super spontaan, goedlachs, gezellig en een gemakkelijke prater. En zoals op de foto te zien, is ze nog een prachtvrouw

ook. Ze heeft overigens geen kinderen. “Ik krijg vaak te horen dat ik er veel jonger uitzie dan ik daadwerkelijk ben en zo voel ik me eigenlijk ook. Qua leeftijd moet een nieuwe partner daar dus wel enigszins op aansluiten. Nu is het mijn tijd om te gaan genieten en te gaan leven en dat doe ik het liefst met een leuke man naast mij!”

**Saira zoekt de liefde van haar leven!**

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaald worden naar [saarbruist@gmail.com](mailto:saarbruist@gmail.com)

# Passie en vakkennis

## Uw raamwerk aan vervanging toe?



### Aard van onze werken

- Binnenschrijnwerk, maatkasten, dressings, trappen, binnendeuren, vloeren,...
- Ramen en deuren in aluminium, hout en pvc, vervangen van enkel naar dubbel glas, herstellingswerken, rolluiken en zonneweringen,...
- Buitenschrijnwerk, terras- en gevelbekledingen, carports,...

### Waarom exact voor ons kiezen?

- Meewerkend zaakvoerder
- Ontwerp en realisatie naar de wensen van de klant
- Vlotte communicatie en stiptheid
- Enkel kwaliteitsvolle en duurzame producten
- Klant is koning!

Neem nu contact op voor meer info en een vrijblijvende afspraak via 0484-745880 of onze website!



### VACATURE ALGEMEEN SCHRIJNWERK EN BOUW!

#### Wij werven aan!

Full-/parttime, loondienst of op zelfstandige basis.  
Enige ervaring vereist in de bouw.  
Aantrekkelijk loon

Meer info via onze website of  
[info@vannunenwoodart.com](mailto:info@vannunenwoodart.com)



### Op zoek naar een vertrouwde partner voor uw schrijnwerk?

Dan ben je bij ons aan het juiste adres. Graag meer informatie? Neem dan zeker contact met ons op voor een vrijblijvende afspraak.



Ertbrandstraat 107, Kapellen | 0484-745880 | [vannunenwoodart@gmail.com](mailto:vannunenwoodart@gmail.com) | [www.vannunenwoodart.com](http://www.vannunenwoodart.com)

Als je jouw goede voornemen **drie maanden** hebt volgehouden, lukt het de rest van **het jaar** ook. Met **minder rommel** om je heen heb je niet alleen meer ruimte in je huis, maar ook in **je hoofd**.

**Een kwartiertje** per dag sorteren en weggooien is hetzelfde als één hele dag ruimen per maand. **Handel kleine klusjes**, die minder dan 5 minuten van je tijd vergen, **meteen af**. Zo hoef je ze niet te onthouden of op te schrijven. **Als je niest, moet je neus** zich even **resetten**. Op deze manier wordt de neus schoongemaakt.

**Bankbiljetten** zijn gemaakt van katoen en linnen.

Zo kun je een bankbiljet in je broek laten zitten **in de was** zonder dat het meteen kapot is.

De eerste **eetbare paashazen** verschenen rond 1800.





# Vloel je goed, ook met een maatje meer

“Bij Damesmode Xtra ga je met een tevreden gevoel naar huis. We hebben voor ieder wat wils: ook voor dames met een maatje meer”, zegt de enthousiaste zaakvoerster Vicky Devriese.

“In april 2006 heb ik mijn winkel opgestart en ondertussen bestaat Damesmode Xtra al 16 jaar”, vertelt Vicky. “Je vindt ons terug in de Ertbrandstraat, gelegen in het gezellige grensdorp Putte-Kapellen. Mijn klanten krijgen altijd een eerlijke en persoonlijke service. Zowel voor een jong als een wat ouder publiek hebben we sportieve en geklede dameskleding met een maatje meer. Van maat 42 tot 56.”

Ertbrandstraat 291, Putte-Kapellen  
(0032) 03/ 664 16 61  
xtra.vicky@skynet.be

## MAATWERK

Vicky: “Ik selecteer persoonlijk mijn collecties van onder andere Yoek, Yesta, No Secret, Via Appia Due en het nieuwe merk BLOOM. We hebben betaalbare mode met goed aanvoelende stoffen en mooie modellen. Onze klanten komen ook uit Nederland. Uit alle hoeken: Roosendaal, Bergen op Zoom, Halsteren. Dat klanten bij me terugkomen van ver buiten Putte, zie ik dan ook als een mooi compliment.”

## KOOPJES

“Er is altijd een koopjeshoek aanwezig in de winkel. Het maakt niet uit of je voorkeur nu uitgaat naar modern, klassiek of eerder naar een gedurfde combinatie. Een ding staat vast: altijd krijgt de klant fair advies met een oprechte glimlach. Dat is wat je mag verwachten bij Damesmode Xtra. Mijn gezegde is altijd: kleding die je koopt, dient om te dragen en om je goed in te voelen... ook met een maatje meer. Dat is mijn missie!”

Ook zin in persoonlijk advies op maat? Dan ben je bij Damesmode Xtra aan het juiste adres. Spring gerust eens binnen!

Bestel op onze webshop!  
[www.damesmodextra.be](http://www.damesmodextra.be)

Houd onze  
Facebook in de  
gaten om op de  
hoogte te blijven  
van de laatste  
nieuwjes!



Vicky Devriese

Adelina  
Adia  
BLOOM  
Choice  
No Secret  
Toni  
Via Appia  
Due  
Yesta  
Yoek

# BAAS OVER JE EIGEN LEVEN

Het leven bestaat uit trillingen. Deze trillingen hebben een bijpassende frequentie en trekken soortgelijke trillingsfrequenties aan. Als je angst, stress, jaloezie, haat, verdriet of soortgelijke emoties ervaart, heb je een lage trillingsfrequentie. Terwijl de positieve emoties en gedachten een hoge frequentie hebben en dus mooie, positieve en leuke situaties aantrekken.

Het is belangrijk dat je je bewust wordt van je gedachten. Dat je negatieve gedachten afkapt en ze direct omwisselt voor de positieve variant. Denk ook zorgvuldig na over de mensen waarmee je omgaat. Krijg je er energie van of kosten ze vooral energie?

Om je mooiste leven te creëren is het dus belangrijk om jezelf in een hoge frequentie te brengen. We kennen allemaal wel dat geluksgevoel, het moment dat alles heerlijk voelt.

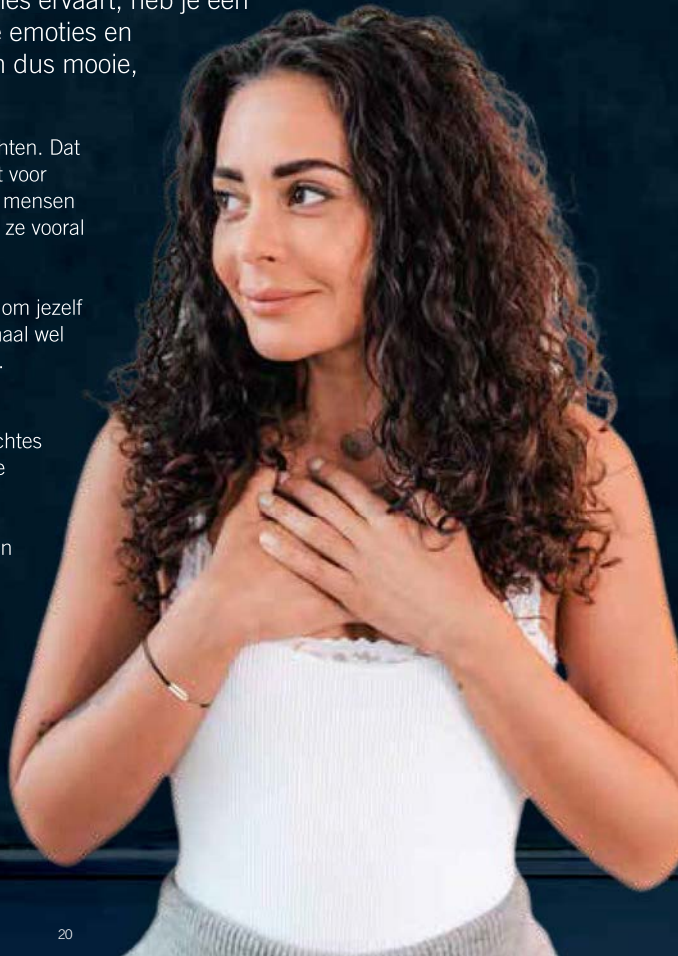
Mijn grote inspirator Abraham Hicks zegt dat het de bedoeling is om vanuit dit heerlijke moment je gedachten te sturen. Je trekt alles uit de kast om in dat heerlijke gevoel te blijven. Bij mij werkt het door muziek aan te zetten, vervolgens visualiseer ik mijn droomleven. Hierbij denk ik niet aan de materiële zaken, maar aan het gevoel dat het mij zou kunnen geven. Ik doe dat door de vrijheid die geld mij geeft te visualiseren. Ik focus mij op dit gevoel, zodat ik in die heerlijke hoge frequentie blijf hangen.

Het is dus aan jou om in die hoge frequentie terecht te komen! Alles wat je wilt is mogelijk. Jij bent de baas over je eigen leven.

Liefs, Fajah

BLOG/FAJAHLOURENS

**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION



# 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





# PIZZAPARTY: Heerlijk genieten!

Een gezellige party bij u thuis met kraakverse pizza's uit de oven, dat is onze pizzaparty. Een leuke, originele variant op het gewone gourmet waar je zelf je eigen pizza's samenstelt aan tafel met een gevarieerde keuze aan verse ingrediënten. Wij zorgen voor alles, u dient enkel maar te genieten!



Een oventje, pizza-bodems met een diameter van 10 cm en maar liefst **26 verschillende garneringen** zorgen ervoor dat u de perfecte minipizza's kan maken. Combineer naar eigen smaak vis, vlees, verse groentjes of liever meer kaas, een extra sausje, alles is mogelijk. **Genieten maar!**

**Een echte aanrader voor jong en oud.**  
**BESTEL TIJDIG!**

Prijs € 14,95/pers  
Huur pizzaoven € 12  
Pizzaparty te verkrijgen vanaf 6 personen



Als erkend Ambachtsman werken wij volgens de traditie en het authentieke karakter van de slager van vroeger, maar dan in een modern jasje.



VOLG ONS OP:



Maandag, dinsdag, woensdag en vrijdag: 8.00-12.30 en 13.15-18.00 | Zaterdag: 7.30-17.00

Slagerij De Laet | winkel Ekeren: 03 541 14 37 | winkel Stabroek: 03 344 06 07 | [www.slagerijdelet.be](http://www.slagerijdelet.be)

# DAGJE UIT KLARAFESTIVAL 2022



Klarafestival wordt sinds 2004 georganiseerd door Festival van Vlaanderen Brussel en is intussen uitgegroeid tot het grootste klassieke muziekfeest in België. Elk jaar geven internationale topmusici het beste van zichzelf in verschillende Brusselse cultuurhuizen, in Antwerpen (deSingel) en in Brugge (Concertgebouw). Een jaar geleden bleef cultuur beperkt tot het via een beeldscherm beleven van een digitaal festival. Vandaag de dag liggen de kaarten beter en kunnen we weer samen met de orkesten, dirigenten, solisten, kamermusici en andere kunstenaars uit zowel binnen- als buitenland magistrale live-ervaringen beleven. Dit jaar vindt Klarafestival plaats van 11 tot en met 27 maart. **Meer info op: [www.klarafestival.be](http://www.klarafestival.be)**

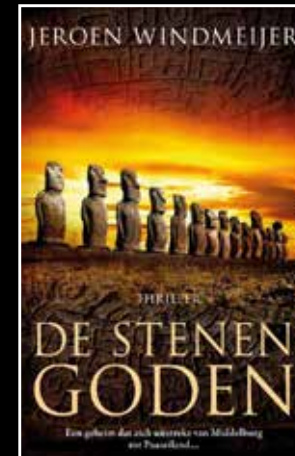
# FILMPJE KIJKEN THE BATMAN

BINNEN/BUITEN

Twee jaar lang heeft Bruce Wayne de straten van Gotham City bewaakt als Batman. Als een moordenaar het op sadistische wijze gemunt heeft op de elite van Gotham, leidt een spoor van cryptische aanwijzingen hem naar de onderwereld, waar hij o.a. in contact komt met Catwoman, de Penguin en de Riddler. Als het bewijs duidelijker wordt, komen de grootse plannen van zijn tegenstander aan het licht. Batman moet nieuwe samenwerkingen aangaan, de dader ontmaskeren en afrekenen met het machtsmisbruik en de corruptie waar Gotham City al zo lang onder lijdt... **THE BATMAN is vanaf 2 maart te zien in de bioscoop.**



# BOEKJE LEZEN JEROEN WINDMEIJER



De Middelburgse antropologiestudent Anthoni doet op Paaseiland onderzoek naar de moai, de mysterieuze beelden die al eeuwenlang tot de verbeelding spreken. Hij ontdekt dat er op het eiland een strijd woedt over de oorsprong van de moai. Als er mensen beginnen te verdwijnen, lijkt het niet bij discussiëren te blijven... In Middelburg treft een museum voorbereidingen voor een tentoonstelling over ontdekkingsreiziger Jacob Roggeveen en Paaseiland. Een Paaseilandse beeldhouwer is uitgenodigd om een beeld te maken, maar een in een nabijgelegen dorp gevonden moai zet de verhoudingen op scherp. En dan valt de eerste dode... **DE STENEN GODEN van Jeroen Windmeijer is vanaf 1 maart verkrijgbaar.**



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.

# Een gezellige oase van rust



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



# Conditie, verstevinging, afslanken

*en nog veel meer*

COCON is niet het zoveelste cliché sport- of relaxatietoestel. We leggen infrarood aan de basis en bouwen hierop verder om zo een waardevolle en geheel nieuwe ervaring aan te bieden. COCONNEN wordt een nieuw begrip bij u thuis of in uw bedrijf.

## Waarom kiezen voor COCON?

Sporten in de COCON cabine is vooral gericht op afslanken, wat in COCON een stuk makkelijker gaat. Trainen onder invloed van de therapeutische infrarood in COCON is namelijk een belangrijke stimulus voor de vetverbranding.

COCON is echter wel uiterst veelzijdig. Zo kan je perfect oefeningen uitvoeren om conditie te kweken, te verstevingen of om spiermassa op te bouwen. Kortom, iedereen kan perfect werken naar een eigen, specifiek doel. Balance is the key to a happy body & mind.



Met de COCON Coach applicatie heb je een duidelijk overzicht van het digitaal platform waarop je oefeningen en programma's kan bekijken, sorteren, bijhouden en ook zelf samenstellen. Zo heb je steeds professionele begeleiding bij de hand.



## Jouw instituut met COCON pro

Er is een professionele versie beschikbaar voor wie een eigen instituut wil starten.



COCON is geschikt voor iedereen, ongeacht leeftijd, geslacht, lichaamsbouw, ervaring, ... Met COCON werkt iedereen op zijn eigen tempo, zonder verplichtingen en enkel met goede vooruitzichten.

## EVEN EEN HALF UURTJE COCONNEN

Deze 45+ jaar oude, Zwitserse methode van sporten in een verwarmde ruimte gaat gepaard met consistente en blijvende resultaten op vlak van afslanken en fitheid. Doordat COCON uitsluitend werkt met breedspectrum, therapeutische infrarood, combineert het de voordelen van zowel infraroodtherapie als Thermo Fysische Methode.



INCLUSIEF TABLET MET DE  
COCON COACH APP



*Francis van Broekhuizen:*

# 'Ik zal nooit gemeen zijn of mensen afzeiken'

De populariteit van operazangeres Francis van Broekhuizen ging in de afgelopen jaren door het dak. Naast haar theateroptredens maakte ze steeds vaker haar opwachting in tv-programma's, zoals De Slimste Mens, Maestro! en All Together Now. "Ik doe nooit dingen om te zien of het iets oplevert. Ik doe het omdat ik het superleuk vind", vertelt Francis aan Theater.nl.

Plezier maken staat bij Francis al van jongs af aan op één. "Vroeger deed ik in mijn werk al zoveel dingen die ik gewoon leuk vond, ook al was het voor weinig geld", legt ze uit. "Dan kreeg ik kritiek van collega's, die zeiden: 'Je moet naar het buitenland en carrière maken.' Maar ik wilde het liever kleiner doen."

**KREDIET** Francis straalt altijd. Met haar positiviteit, oprechtheid en vriendelijkheid heeft ze al een hoop bereikt. "Ik ontmoet heel veel mensen en bezoek veel verschillende verenigingen. Ik zal nooit gemeen zijn of mensen afzeiken, ben nooit ziek en zeg nooit af. Omdat ik

altijd op die manier heb gewerkt, heb ik toch een bepaald krediet opgebouwd."

**GUNFACTOR** De zangeres plukt daar nu de vruchten van. "Het gaat zich nu uitbetalen in dat mij veel wordt gegund. Het is altijd mijn ambitie geweest om mijn vak zo goed mogelijk uit te oefenen, niet om BN'er te worden. En nu rol ik van het een in het ander", vertelt ze trots.

*Francis staat tot eind mei 2022 in de theaters met Bij twijfel hard zingen, een voorstelling bomvol muziek en openhartige verhalen. Kijk op Theater.nl voor de speellijst.*

**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

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

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



**BOEDING**

**Comfort Deals**



**18-19-20  
MAART  
2022**

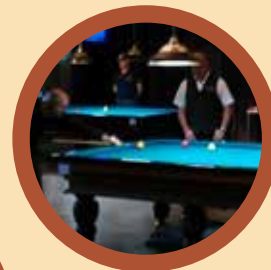
**GRATIS motor zonnententen + poorten  
€85 korting op screens + elektrische rolluiken**

Kapelsesteenweg 469B, 2180 Ekeren | 03/660.20.36 | [www.boeding.com](http://www.boeding.com) | [info@boeding.com](mailto:info@boeding.com)

Op zoek  
naar **een  
hobby?**

Kom je ook graag  
sporten of de sfeer opsnuiven  
van het Multifunctioneel  
Centrum De Biezen in Putte?

Spring er even binnen of  
bezoek dan zeker  
[www.cafedebiezen.nl](http://www.cafedebiezen.nl)



Wie zich na een drukke werkweek eens goed wil  
uitleven, vindt in het Multifunctioneel Centrum  
De Biezen ongetwijfeld zijn keuze. Sporten,  
petanquen, repeteren of gewoon gezellig iets  
drinken? In de Biezen in Putte is iedereen welkom!



**MFC DE BIEZEN**  
Eten Drinken Sporten Vergaderen  
**PUTTE**



“Mensen komen niet  
enkel om hun hobby  
uit te oefenen, maar  
ook omdat ze het hier  
fijn vinden. Dat maakt  
me heel erg trots.”

MFC De Biezen | Schoolstraat 42, 4645 DA Putte (NL) | 0031 164 315560 | [mfcdebiezen@gmail.com](mailto:mfcdebiezen@gmail.com) | [www.cafedebiezen.nl](http://www.cafedebiezen.nl)

S

Het team van  
Uitvaarthuis Sereni  
staat klaar voor jou,  
24/7.

☎ 03 666 13 41  
✉ [uitvaarthuis@sereni.be](mailto:uitvaarthuis@sereni.be)

§ Uitvaarthuis  
Kapellensteenweg 287  
2920 Kalmthout



VOUCHER

**10% korting**  
*op een volledig verzorgingspakket\**



Bij inlevering van deze voucher krijgt u 10% korting op een volledig verzorgingspakket snit en brushen.

\*alleen geldig in de maand maart!



**SALONLUX**  
*by Seb*

THE ART OF HAIRDESIGN FOR MEN AND WOMEN

Kapelsesteenweg 310, Brasschaat | 03 225 11 13 | **Volg ons op:**  Salon.luxx  Salon luxx





# Zacht

Wanneer we aan de lente denken, dan denken we aan zacht. Pasteltinten voor je make-up, bloesems in een geur en heerlijke producten voor je huid.

1. Roomfragrance Patchouli Lavendel Vanille van SABON, € 65,- [www.sabon.nl](http://www.sabon.nl)
2. Soft Skin body cream met amandelolie parels van Kneipp, € 11,99 [www.kneipp.nl](http://www.kneipp.nl)
3. Love Smoothing Instant Mask van Davines, € 31,85 [www.davines.com](http://www.davines.com)
4. Extra Lip Tint van bobbi brown, € 36,- [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)
5. Neo Nude Blush van Armani Beauty, € 35,- [www.debijenkorf.nl](http://www.debijenkorf.nl)
6. Aqua Allegoria Rosa Rossa van Guerlain, 75 ml € 101,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
7. Geurkaars 04 van Bon Parfumeur, € 39,- [www.bonparfumeur.com](http://www.bonparfumeur.com)

8. Max It Volume & Length Mascara van Catrice, € 4,99 [www.catrice.eu](http://www.catrice.eu)
9. Born in Roma Coral Fantasy Donna Eau de Parfum van Valentino, vanaf € 64,- [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
10. Infinite Shine 2 van OPI, € 15,99, [www.opi.nl](http://www.opi.nl)
11. Naked Cyber Palette van Urban Decay, € 55,83 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)
12. Repairing soothing balm Calm Essentiel van Clarins, € 37,50 [www.clarins.nl](http://www.clarins.nl)
13. Roses scented candle van diptyque, € 67 [www.skins.nl](http://www.skins.nl)

# 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 dienstenchequestysteem. 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

# ECOFLAMES

DÉ HAARD VOOR JOUW HUIS!

Wij bieden een complete service, inclusief installatie en onderhoud!



Op zoek naar de ideale verwarming, die niet alleen praktisch is maar ook gezelligheid uitstraalt?

**Bij Ecoflames kunt u terecht voor alle types kachels.**

Wij verkopen o.a. pellet-, hout- en gaskachels, hout- en gashaarden en elektrische sfeerverwarming.

**Vindt u iets dat u aanstaat of wenst u meer informatie? Kom bij ons langs of neem contact op.**

Bosduinstraat 51, Wuustwezel | 03-4256091  
info@ecoflames.be | [www.ecoflames.be](http://www.ecoflames.be)



# Ons eigen rouwcentrum

Onze nieuwe winkel te Brasschaat is klaar!  
Vanaf nu mogelijkheid tot groeten in ons eigen rouwcentrum. Onze locatie is gevestigd te Bredabaan 408 - tegenover Manus in Brasschaat.

Als een familie bij ons komt met een overlijden, bieden wij ook administratieve hulp na het overlijden aan. Zo kan de familie alle tijd nemen om te rouwen zonder meteen aan verschillende administratieve zaken te denken.

Het blokkeren of deblokkeren van de bankrekening, aangifte van de nalatenschap, stopzetten van pensioenen of uitkeringen, stopzetten van verschillende abonnementen, verzekeringen, enz...

Wenst u meer informatie over alles wat met een uitvaart te maken heeft? Contacteer ons dan vrijblijvend voor een afspraak.

## Wist je dat?

Ook wanneer u reeds van een uitvaartzekering geniet, heeft u steeds vrije keuze van begrafenisondernemer.

Wij kiezen heel bewust voor de naam Uitvaartzorg, omdat zorg de belangrijkste eigenschap hoort te zijn van een uitvaartondernemer. Bij ons staat dit centraal.

Alles draait om zorg. Zorg voor de overledene: wij behandelen uw dierbare met respect en eerbied.

Zorg voor de familie: wij willen u begeleiden in dit proces om op een hele mooie en persoonlijke manier afscheid te nemen van uw dierbare.

Want uw verdriet is onze zorg!



Kapelsesteenweg 309, Ekeren  
Bredabaan 408, Brasschaat  
03 434 33 32 - 0497 83 05 40

info@uitvaartzorg-delelie.be  
www.uitvaartzorg-delelie.be



Steve  
& Evi

# 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

# Van Mossel USED CARS

*Betrouwbare auto's met ervaring!*



www.vanmossel.be

## Van Mossel

# Verzorg je *(lach)rimpels!*

Het is onvermijdelijk dat de huid kleine rimpels en lijntjes gaat vertonen. Maar je kunt wel iets doen om rimpels zoveel mogelijk te voorkomen of uit te stellen. Verzorg je huid elke dag weer goed.



Het is belangrijk om je huid dagelijks goed te hydrateren. Gebruik producten die rijk zijn aan water en die ervoor zorgen dat de huid goed vocht vasthoudt. De huid blijft daardoor soepeler en zal minder snel tekenen.

### **Beschermen tegen de zon**

Uv-straling veroorzaakt vroegtijdige veroudering. Bescherm je huid dus altijd tegen de zon, ook in de winter. Gebruik daarvoor een dagcrème met uv-filter.

### **Peeling**

Het is heel belangrijk om je huid wekelijks te verzorgen met een peeling (scrub). Op deze manier verwijder je de dode huidcellen. Dit bevordert de toevoer van zuurstof aan de huidcellen en verbetert je teint.

### **Gezichtsmassage**

Verwen je gezichtshuid regelmatig met een gezichtsmassage. Verdeel een hydraterende of anti-aging crème over je gezicht en masseer het product met de vingertoppen van beide handen zachtjes in de huid. Besteed extra aandacht aan de zone naast je neus richting je mondhoeken, aan de huid onder je ogen en de huid rond je mond.



*Thee zoals  
thee hoort  
te zijn*



Dorpsstraat 154  
2940 Stabroek, België  
teekompleet@gmail.com  
www.teekompleet.be  
0032-495126473 | 0032-476908600

## Welkom in de wereld van losse thee!



**bij Tee Kompleet**

Kunt u geen keuze maken uit ons ruim assortiment thee? Is het de eerste keer dat u losse thee wil proberen maar niet weet waar te beginnen? Of wil je iemand bedanken, een hart onder de riem steken, een gelukkige verjaardag wensen?

Wij helpen u graag bij het samenstellen van uw keuze of pakketje!

**Neem even een kijkje op onze website of kom langs in onze winkel!**

*Veerle en Ludo*

## Personal Styling by Claudia



**Klaar met de winterkleding? Zin in vrolijke-gezellige kleuren in uw garderobe?**

- Ik kom u helpen om uw garderobekast lente proof te maken!
- **Geen tijd om te shoppen?** Ook dat doe ik graag voor u!
- Ook voor een lente coupe bent u aan het goede adres bij mij!
- Neem ook eens een kijkje op mijn website, voor al de diensten die ik aanbied!
- Instagram-facebook voor handige tips!

**Maak nu een afspraak!**

Claudia@personalstylingbyClaudia.nl  
(0031) 630 266 775 | personalstylingbyclaudia  
www.personalstylingbyclaudia.nl

**ParkinsonFonds**

**"Het duurde 5 jaar voordat ik eindelijk de diagnose Parkinson kreeg."**  
Hannie van Leeuwen (46, Parkinsonpatiënt)

**Meer weten? Kijk op [parkinsonfonds.nl/brochure](http://parkinsonfonds.nl/brochure) of scan de QR code.**

# De van kracht perfectie

"Colebrants is een jong bedrijf in Wuustwezel, gespecialiseerd in schrijnwerk en interieur, kleine dakwerken en in de algemene renovatie van uw huis. De zaak is gestart in april 2018 door mij, Jitse Colebrants, maar de weg ernaartoe begon al een jaar eerder, op 1 oktober 2017. Toen startte ik er mee in bijberoep, door mijn passie voor schrijnwerk. Al snel kreeg ik het werk niet meer rond en begon ik mijn eigen zaak. Bij elke job die ik doe, is de afwerking het grootste aandachtspunt, daarom ook de slogan: 'De kracht van perfectie'."



Als schrijn- en algemene renovatiewerker zijn we actief in Antwerpen en omgeving. U kunt bij ons terecht voor al uw schrijnwerk en interieur, kleine dakwerken en voor de totaalrenovatie van uw huis.

Wij, de Colebrants, gebruiken alleen maar kwaliteitsmaterialen. Dit wil zeggen dat wij u een zeer goede garantie kunnen geven en dat u altijd het beste eindresultaat krijgt. Alle werken worden eerst tot in detail besproken, zodat er geen misverstanden ontstaan. Wij streven naar perfectie en hebben oog voor detail. Bij Colebrants wordt uw droom ook onze droom en deze helpen wij dan uiteraard ook graag te realiseren.

Op onze website vindt u enkele voorbeelden van realisaties die door ons gedaan zijn. Wilt u graag meer informatie over de diensten die wij aanbieden? **Ga dan zeker naar onze website [www.colebrants.be](http://www.colebrants.be) of vraag een gratis en vrijblijvende offerte aan.**

**COLEBRANTS**  
*de kracht van perfectie*

+32 (0)475962859 | [info@colebrants.be](mailto:info@colebrants.be)  
[www.colebrants.be](http://www.colebrants.be) | [colebrants](https://www.facebook.com/colebrants)





# Wandelen doet wonderen

Gemakkelijk overtollige kilo's kwijtraken, ontspannen en stress verminderen, hart- en vaatziekten voorkomen of zelfs een depressie behandelen kan allemaal door simpelweg te gaan wandelen. Dus waar wacht je nog op? Trek de stoute (wandel) schoenen aan en ga ervoor!

Een stevige wandeling van slechts 30 minuten verlaagt de bloeddruk, maar dat geldt ook voor drie wandelingen van 10 minuten. Dat is voor iedereen haalbaar, zelfs voor degenen die de hele dag op kantoor zitten. Wandelen zorgt voor een gezonder lichaam, je hebt meer energie en bent niet meteen uitgeput als je twee trappen gelopen hebt. Een uur stevig doorstappen (5 kilometer per uur) kost ongeveer 240 kilocalorieën. Wie een half uur per dag wandelt, raakt in twee maanden ruim een kilo kwijt zonder erg veel extra inspanning.

**BIJ HET WANDELEN BELASTEN WE ONS LICHAAM.** Hart en longen worden er sterker van en je geheugen wordt beter. Wandelen is ook goed voor de biologische klok, waardoor in- en doorslapen beter lukken. Zelfs de kwaliteit van de slaap zal verbeteren.

**WANDELEN VERBETERT JE STEMMING** Dat geldt sowieso voor lichaamsbeweging in het

algemeen. Lichaamsbeweging wordt bij depressies steeds meer genoemd als een gezond alternatief voor pillen. Een dagelijkse wandeling van een half uur in een stevig tempo kan het afweersysteem versterken en een verkoudheid onderdrukken. Als je regelmatig aan lichaamsbeweging doet, word je niet alleen minder vaak ziek, maar je verkoudheid is ook minder ernstig en duurt korter. Dagelijks wandelen, daar kan geen pil tegenop.

## WANDEL JEZELF FIT, GEZOND EN GELUKKIG!

En dat kan prima in je eentje. Jij bepaalt dan hoe lang je wilt wandelen en in wat voor tempo je stapt. Maar samen met anderen is natuurlijk zeker zo leuk. Ga op zondag gezellig met je gezin of anderen een lange (bos)wandeling maken. Je kunt dan én van elkaar genieten én gezond bezig zijn. Zo voelt wandelen niet als een verplichting. Door samen met een vriend of vriendin stevig door te wandelen en ondertussen uitgebreid bij te praten, sla je zelfs twee vliegen in één klap.

ERVAAR OOK HET  
**POSITIEVE EFFECT**  
VAN WANDELEN

**Wil jij ook een gezonde levensstijl?** Op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



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

## Toe aan een *lenticoupe*?

Heeft u vragen over 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
- opsteekkapsels voor bruiloften, feesten of communie
- brushingen



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



### Kapsalon Esli

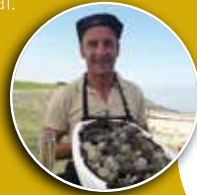
Kapellensteenweg 173, Kalmthout | 03 666 87 95



## Mossel Apero levert de beste dagverse kreeft, oesters en krabbscharen

Rechtstreeks uit Yerseke. Levering gedurende de weekends en op feestdagen na bestelling vooraf.  
via tel **0485 78 23 23**

**KREEFT** €50/kg  
**OESTERS CREUSES** €1/STUK  
**PLATTE OESTERS** €1,40/STUK  
**KRABBSCHAREN** €2,50/STUK  
**KREUKELS** €9/kg  
**VERSE KREEFT- EN VISSCHOTEL** €53/PERSOON



**BEL:**  
**0485 78 23 23**  
**om te bestellen**

**GRATIS THUISBEZORGING IN KAPELLEN EN BUURGEMEENTES**  
**VOLG MOSSEL APERO OP INSTAGRAM EN FACEBOOK**

+32 0485 78 23 23 | info@mosselapero.be  
www.mosselapero.be | mossel apero



**Haardhout Woensdrecht** streeft naar een complete en snelle levering van verschillende houtsoorten aan een scherpe prijs en een goede klantenservice.

Bestel via de website en ik neem zo spoedig mogelijk contact met u op.

Op afspraak:  
Dinsdag tot vrijdag vanaf 17.00 uur  
Zaterdag & zondag 08.00 - 20.00 uur

Wij leveren uw bestelling tot in de houtopslag!

Zelf ophalen kan op afspraak.

Veilig Betalen via iDEAL of Bancontact

**Haardhout Woensdrecht**  
Postbaan 29 | 4645 RN Putte  
**+31 (0)6 41 00 65 75**  
info@haardhout-woensdrecht.nl  
[www.haardhout-woensdrecht.nl](http://www.haardhout-woensdrecht.nl)

# WIJ LEVEREN UW BESTELLING TOT IN DE HOUTOPSLAG!

**In welke  
houtsoort  
bent u  
geïnteresseerd?  
Bel ons!**



# Zwarte bonenburger met bieten en quinoa

Deze vegan zwarte bonenburger is stevig, smaakvol en bindt perfect samen met aquafaba-vloeistof, de vloeistof in een blik kikkererwten. Je kunt hiervoor ook een lijnzaadei gebruiken.

6 PERSONEN - 75 MIN.

## INGREDIËNTEN

800 gram bieten  
 1½ kopje quinoa  
 1¼ kopje zwarte bonen  
 1 kleine sjalot  
 2 teentjes knoflook  
 2 eetlepels lijnzaad  
 ½ theelepel zwarte peper  
 ¼ kopje korianderblaadjes  
 2 eetlepels appelciderazijn  
 2 eetlepels vers limoensap  
 2 eetlepels bloem  
 1 theelepel zout  
 3 eetlepels aquafaba-vloeistof  
 6 broodjes  
 sla  
 mosterd  
 rode ui

## BEREIDING

Verwarm voor de bieten de oven op 200 graden. Wikkel ze stevig in aluminiumfolie en leg ze op een bakplaat. Bak tot je er met een vork makkelijk in kunt prikken, 50-60 minuten. Pak ze uit, koel ze voldoende af en verwijder de schillen.

Kook de quinoa en de zwarte bonen. Snipper de sjalot, snijd de knoflook fijn, maal het lijnzaad en de zwarte peper en hak de korianderblaadjes.

Verwarm de oven voor op 200 graden. Doe de zwarte bonen en bieten in een grote mengkom en gebruik een aardappelstamper om ze samen te mengen. Roer de quinoa, sjalot, knoflook, azijn, limoensap, bloem, lijnzaad, zout, peper, koriander en aquafaba erdoor en meng goed. Je kunt ook een keukenmachine gebruiken, maar houd het een beetje grof.

Gebruik je handen om het mengsel in zes gelijke porties te verdelen en vorm elk tot een pasteijsje. Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat en bak gedurende 15 minuten of tot de bovenkanten stevig zijn.

Serveer de burgers op een broodje met sla, mosterd en rode ui. Eet smakelijk!



# PUZZELPAGINA



Wij zitten al met het voorjaar in onze bol. Een nieuw seizoen met nieuwe kansen en nieuwe mogelijkheden. Heerlijk, daar zijn we wel aan toe. Lekker genieten en... puzzelen helpt ook om heerlijk te ontspannen.

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

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

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 'uitdaging'. De oplossing van vorige maand was **cupido**.

Maak kans op een

*Peach blossom  
Smoothing  
Body Wash*



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

👁️-o+ 🍷-fr

🧑m=v 📺y=e

f+🐟v=r+s+🍳-i

🛁a=o+y 🧑d=w+h

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

Maak kans op een

*SodaStream  
bruis-  
water  
toestel*



Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

sodastream

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

water	keuken
prikje	apparaat
dorst	fles
bubbel	gas

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

# BRIL DESIGN INGRID

Puttestraat, 43 2940 PUTTE-STABROEK 03/605 23 65  
www.brildesign-ingrid.be mail : brildesign.ingrid@telenet.be



## Complete bril op STERKTE

79€



Aktie  
Maart  
2022

\* Niet cumuleerbaar met andere promoties. Voorwaarden in de winkel Correcties : +4 tot -6; cyl max+2

### OPENINGSUREN



ma : GESLOTEN  
di : 9-12:00 u. - 13:30 - 18:00 u.  
woe : 9-12:00 u. - GESLOTEN  
don : 9-12:00 u. - 13:30 - 18:00 u.  
vrij : 9-12:00 u. - 13:30 - 18:00 u.  
zat : 10 u. doorlopend tot 15:00 u.

Bij voorkeur op afspraak.  
Gesloten op zon- en feestdagen.  
**Tijdens de schoolvakanties  
open vanaf 10 u. ipv 9 u.**