

SCHILDE 'S-GRAVENWEZEL 

JANUARI 2024 GRATIS MEENEMEN!
WWW.SCHILDESCHOTENBRUIST.BE

BRUIST



Gelukkig &
gezond 2024!

**GENIET &
BEWONDER**

Laat je schoenen en zorgen bij de deur



KEN JIJ DEZE GEZONDHEIDSSTUDIO AL?

Verborgen op het **Lodewijk De Vochtplein nr. 10** in het centrum van 's-Gravenwezel bevindt zich een pareltje: de gezondheidsstudio **Home of Wellbeing**.

Bij HOW staat de helende kracht van **samenwerking** centraal, waar gezondheid wordt ondersteund vanuit diverse disciplines.

Voor de yogaliefhebbers hebben we ook een prachtig aanbod, want **Joy of Yoga** huist ook onder het dak. Of je nu een beginner, gevorderde, zwangere, man of vrouw bent, bij Home of Wellbeing is er voor ieder wat wils.

Ontdek de synergie van **aanvullende zorg** op één plek.

HOME
of Wellbeing
+



WEES WELKOM

Het therapeutenteam van HOW staat voor je klaar.

Ervaar diepe ontspanning tijdens een **massage**, vind stressverlichting met **shiatsu**, ontdek de stromende energie van **reiki**, krijg inzicht in je familiesysteem met **familieopstellingen**, breng voedingsintoleranties in kaart via **orthomoleculaire therapie**, verwijder afvalstoffen met een aangename **dry cupping** massage, zorg voor je meridianen met **voetreflexologie**, geef het **rouwproces** de aandacht die het verdient, laat je persoonlijke ademritme bijdragen aan **hartcoherentie**, wees nieuwsgierig naar de kracht van **kundalini activatie** en tot slot, laat de weg naar en in het **moederschap** je inspireren om ook zorg te ontvangen.

WE RISE BY LIFTING OTHERS

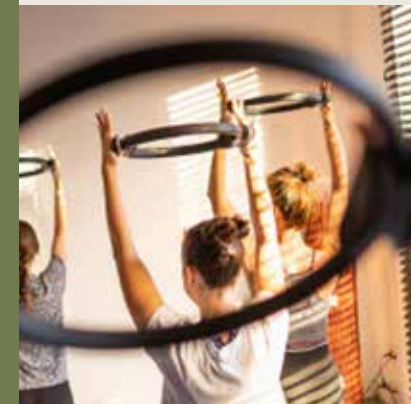
www.homeofwellbeing.be

@home_of_wellbeing

welkom@homeofwellbeing.be



Lodewijk De Vochtplein 10, 's Gravenwezel



Luxaflex®

Een prachtige aanwinst voor ieder interieur

Luxaflex® producten zijn zó veelzijdig dat ze ieder interieur nét dat extra stukje persoonlijkheid geven. Door de bijna eindeloze variëteit aan materialen, kleuren en dessins, kan iedereen zijn eigen droomhuis verwezenlijken.

Horizontale jaloezieën zijn een prachtige aanwinst voor ieder interieur

Deze raamdecoratie bestaat uit horizontale lamellen waarmee je zelf de gewenste mate van privacy en lichtinval regelt. Bij Luxaflex® kun je kiezen uit verschillende lamelbreedtes, kleuren en uitvoeringen. Onze horizontale jaloezieën worden gemaakt van gerecycled aluminium.

Wil jij raamdecoratie die makkelijk schoon te maken is en je interieur tegen de felle zonnestralen? Scan de QR-code en vraag een offerte aan bij Van Gorp Projects.

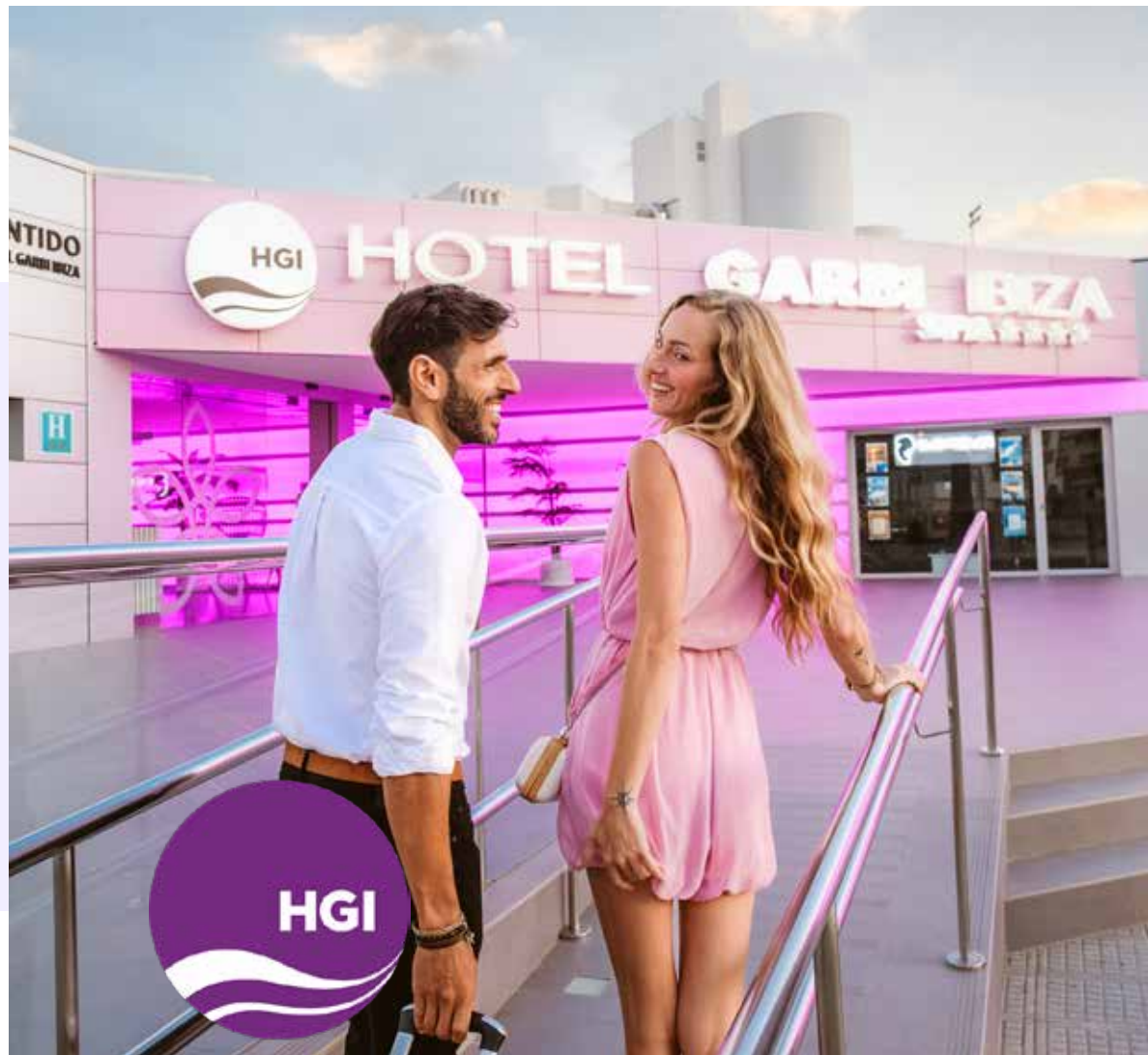


ZONWERING
ROLLUIKEN
OUTDOOR LIVING
RAAMDECORATIE

VAN GORP PROJECTS
HANDELSLEI 224, ZOERSEL
03 384 06 00

WWW.VANGORPPROJECTS.BE

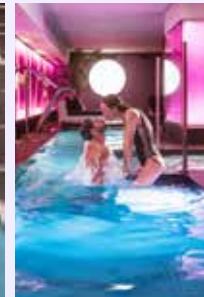




HÉT HOTEL****

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

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



SCAN DE QR-CODE
En laat jouw
vakantie beginnen!

HOTEL GARBI
IBIZA SPA ****

Calle de La murtra 5, 07817 San Jordi, Ibiza | info@garbi-hotel.com | +34 971 300007 | www.hotelgarbi-ibiza.com

COLOFON

UITGEVER

Nederland Bruist

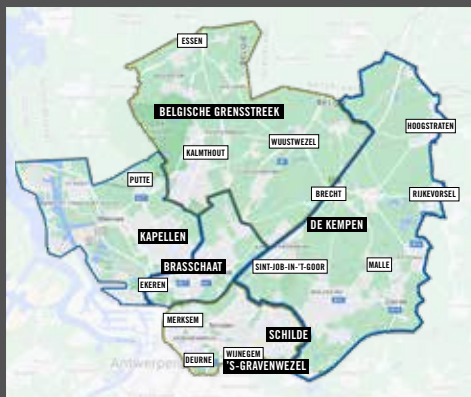
DIRECTIE

Marcel en Lea Bossers

CONTACT

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2024. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteurs-recht is niet toegestaan. Schildre-Schoten Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 35 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.



OPVALLEN? Adverteer in Bruist

Mail nl@nederlandbruist.nl of bel
Marcel Bossers +31 6 34590975
+31 76 7115340



Scan de QR-code
voor een afspraak!

WEBSITE NODIG?

Mail nl@nederlandbruist.nl of bel
Lorenzo Bossers +31 6 42720554
+31 76 7115340 of scan de QR-code.



**BRUIST
ONLINE**

Ja, dat kunnen we!



*Goede
voornemens*

12



Bruparck

30



*Een verrassende
agenda*

34



*Altijd wat
te winnen*

74

LIKE ONS OP  [belgiëbruist](#) &  [belgiëbruist](#)



Bruisende lezer,

Om te beginnen: gelukkig nieuwjaar! We hopen dat je 2023 net als wij feestelijk hebt afgesloten en dat er een mooi nieuw jaar voor je ligt, vol geluk, liefde, gezondheid en alles wat je maar wenst. En natuurlijk niet alleen voor jou, maar voor iedereen om je heen en eigenlijk voor iedereen ter wereld. Laten we er met zijn allen een fantastisch 2024 van maken.



Dat is alvast een van onze goede voornemens. En hoewel het niet altijd even makkelijk is om je ook daadwerkelijk aan die voornemens te houden, hebben wij er nog een die we zonder twijfel waar gaan maken: elke maand weer nieuwe, bruisende magazines maken vol tips, wetenswaardigheden en inspirerende verhalen. Als dat geen goed voornemen is, dan weten wij het ook niet meer. Overigens doen wij dat niet alleen, maar met ons hele team, alle bruisende ondernemers in de regio en natuurlijk ook met al onze lezers. Samen zijn we sterk, dus we willen iedereen bedanken voor de inzet van afgelopen jaar en het voornemen uitspreken om ook dit jaar weer samen te gaan knallen. Wij hebben er zin in. Jullie ook?

Veel leesplezier!
Lea en Marcel Bossers



Goede voornemens

Het nieuwe jaar is aangebroken en dat betekent dat het tijd is om goede voornemens te maken. Het is een periode waarin velen van ons reflecteren op het afgelopen jaar en nieuwe doelen stellen voor de toekomst. Een veelvoorkomend voornemen is om gezonder te eten en te leven. En wat is er feestelijker dan dit te vieren met een glas champagne?

Gezond eten is een belangrijk aspect van een gezonde levensstijl. Het omvat het consumeren van een uitgebalanceerd dieet dat rijk is aan verse groenten en fruit, volle granen, magere eiwitten en gezonde vetten. Door deze voedzame voedingsmiddelen te eten, voorzie je je lichaam van de essentiële voedingsstoffen die het nodig heeft om goed te functioneren. Het nieuwe jaar is een perfect moment om bewuste keuzes te maken en gezonde eetgewoonten te ontwikkelen.

Naast gezond eten is het ook belangrijk om te genieten van speciale momenten en vieringen. En wat is er feestelijker dan een glas champagne? Champagne is een sprankelende wijn die vaak wordt geassocieerd met vieringen en speciale gelegenheden. Het is een heerlijke manier om het nieuwe jaar te verwelkomen en te proosten op nieuwe kansen en mogelijkheden. Het

heffen van een glas champagne symboliseert het vieren van het leven en het koesteren van bijzondere momenten.

Naast gezond eten en proosten met champagne, zijn er nog andere goede voornemens die je kunt overwegen voor het nieuwe jaar. Misschien wil je meer tijd besteden aan lichaamsbeweging, zoals wandelen, fietsen of yoga. Of misschien wil je jezelf uitdagen om nieuwe vaardigheden te leren of persoonlijke doelen te bereiken. Het stellen van realistische doelen en het maken van een plan van aanpak is cruciaal voor het succes van je goede voornemens.

Dus laten we het nieuwe jaar beginnen met goede voornemens, gezond eten en een feestelijk glas champagne. Laten we proosten op een jaar vol mogelijkheden, groei en welzijn. Cheers!



DE PEERDESTAL Een culinaire ervaring in een gezellige en authentieke setting. Met een breed scala aan gerechten, van Belgische klassiekers zoals stoofvlees tot internationale smaken, is er voor ieder wat wils. De menukaart is samengesteld met zorgvuldig geselecteerde ingrediënten en seizoensgebonden producten, waarbij de nadruk ligt op smaak en kwaliteit. De Peerdestal staat bekend om zijn vriendelijke en attente service, waardoor gasten zich direct thuis voelen.

Wijngaardstraat 8, Antwerp | +32 (0)3 231 95 03
www.depeerdestal.be

DE EXOTISCHE MARKT Elke zaterdag van 8.00 tot 16.00 uur vindt de markt plaats en betovert bezoekers met een bonte mix van wereldse smaken en culturen. Langs de kraampjes ontdek je een overvloed aan exotische kruiden, verse groenten, specerijen en unieke specialiteiten uit diverse landen. De markt biedt een boeiende reis door de smaken van Azië, Afrika, het Midden-Oosten en Latijns-Amerika. De levendige sfeer wordt versterkt door kleurrijke kleding, muziek en de vriendelijke interactie tussen verkopers en bezoekers. Een bezoek aan de exotische markt op zaterdag is een ware ontdekkingsreis voor liefhebbers van wereldse culinaire ervaringen.
Nieuwstad, 2000 Antwerpen



LA CANTINA In hartje Schoten is La Cantina dé hotspot voor gezelligheid, cocktails en winterhapjes. De relaxte sfeer en goede vibes maken het dé plek om samen te komen en te genieten.
Theofiel v. Cauwenberghslei 2, Schoten | www.lacantinaschoten.com



SCHANUL in Schoten, België, presenteert een ruim assortiment hoogwaardige groenten en fruit, waarbij versheid en kwaliteit van lokale producenten centraal staan. Klanten kunnen kiezen uit seizoensgebonden producten. De sterke focus op kwaliteit en versheid zorgt ervoor dat Schanul zijn klanten de beste producten biedt. Een aangename winkelervaring, perfect voor dagelijkse boodschappen of het plannen van speciale maaltijden. Markt 23, Schoten
Schanul Schoten | +32 471 49 85 41

SCAN DE QR-CODE EN BEKIJK
ONLINE ALLE MOGELIJKHEDEN



STEP 2 Heerlijk genieten van ontbijt en lunch in een gezellige sfeer. Daarnaast ook een cadeau- en decoratieshop waar je leuke cadeaus voor jong en oud, Disney-artikelen en prachtige seizoensdecoratie vindt.
Stationsstraat 27, Essen | www.step2essen.be | +32 3 337 99 88



HIER HAD U OOK KUNNEN STAAN!

INTERESSE?

Vraag naar de mogelijkheden of maak een afspraak via de QR-code.

Mail naar
lorenzo.bossers@nederlandbruist.nl
of bel Lorenzo Bossers
+ 31 6 42 72 05 54 of +31 76 711 53 40

Of vul ons contactformulier in op:
www.belgiebruist.nl/adverteren



Jouw bakker aan huis

Tegenwoordig kan vrijwel alles thuisbezorgd worden, behalve de meest simpele dingen zoals versgebakken brood. Vanuit die gedachten startten Sam en Yentel in maart 2023 met Bakker Aan Huis. “Een luxe service waardoor je in het weekend de deur niet meer uit hoeft voor je versgebakken brood, broodjes, koffiekoecken en charcuterie, maar die gewoon bij je thuis kunt laten bezorgen.”

“Alles wat wij bezorgen, wordt de nacht ervoor door onze vaste, ambachtelijke bakker gebakken. Vers is bij ons dus ook écht vers”, vertelt Yentel. “Om dit te kunnen garanderen moeten bestellingen ook vóór 20.00 uur 's avonds bij ons binnen zijn, zodat we de volgende dag kunnen leveren.” En dat leveren gebeurt binnen afgesproken tijdsblokken van een uur. “Bij je bestelling kun je aangeven hoe laat alles op zaterdag of zondag bezorgd moet worden en dan zorgen wij er persoonlijk voor dat je alles keurig op tijd ontvangt.”

Voor levering aan huis hanteren ze bij Bakker aan Huis een minimaal bestelbedrag van € 15,-. “De bezorgkosten bedragen dan € 3,- en bij een bestelling boven de € 35,- bezorgen wij gratis.” Ben je benieuwd wat voor lekkers ze allemaal te bieden hebben? Neem dan nu een kijkje op www.bakker-aan-huis.be en plaats meteen je bestelling.

WE HEBBEN EEN RUIME
KEUZE AAN BROOD,
KOFFIEKOEKEN EN
CHARCUTERIE



BAKKER AAN HUIS LEVERT IN:

Deurne (2100), Wijnegem (2110), Merksem (2170), Schoten (2900), Schilde / 's Gravenwezel (2970) en Brasschaat (2930).

Eigenaren: Sam & Yentel
www.bakker-aan-huis.be



Heb je zin in lekkere krokante, met de hand gesneden frietjes? Of een heerlijke (veelal zelfgemaakte) snack? Dan is Friethuis Dinner Time in Deurne the place to be! “Alles wat we zelf kunnen maken, maken we hier ook daadwerkelijk zelf”, vertelt eigenaar Sam Vervoort trots. “En dat proef je!”

Dé ambachtelijke frituur van Deurne

Dinner Time is inmiddels alweer ruim vier jaar een gevestigde naam in Deurne. “Iedereen is bij ons welkom om te komen genieten van ons lekkere eten! Ook diegenen die halaal of vegetarisch eten.” Maar waar de meeste mensen voor komen, zijn toch wel de overheerlijke frietjes. “Als een van de weinigen in België snijden wij die nog zelf en uiteraard bakken we ze in het juiste vet voor die echte authentieke uitstraling en smaak.”

Sam heeft een passie voor eten en dat proef je terug in alle huisbereide gerechten. “Loempia's, saté, stoofvlees... we bereiden het allemaal zelf voor de beste smaakbeleving.” Heerlijke gerechten dus, waarvan je kunt genieten bij Dinner Time, maar die je ook mee naar huis kunt nemen. “Uiteraard kun je je bestelling gewoon bij ons in de zaak plaatsen, maar als je het online doet via www.frietjesdeurne.be, ligt je bestelling op het afgesproken moment bij ons klaar en hoeft je dus niet te wachten.”

TIJDENS HET MOSSELSEIZOEN OOK
HÉT ADRES VOOR OVERHEERLIJKE MOSSELEN!



Eigenaar: Sam Vervoort
Lakborslei 4, Deurne
www.frietjesdeurne.be

PASSIE voor *chocolade*



Al van jongs af aan wist Gilles Tholenaars wat hij wilde worden: chocolatier! Een droom die hij inmiddels heeft waargemaakt, met als kers op de taart de opening van zijn eigen zaak in Wijnegem: Chocolatier Gilles. “Hier deel ik sinds ruim een jaar mijn passie voor chocolade met al mijn klanten”, vertelt de jonge ondernemer trots. “En samen met mijn vader doe ik er hier alles aan om de mensen te betoveren met onze pralines en chocolade.”

Gilles heeft hard gewerkt om al op 21-jarige leeftijd zijn droom werkelijkheid te laten worden. “Vijf jaar lang heb ik gestudeerd aan de gastronomische school Ter Groene Poorte, waarvan ik mij in het laatste jaar – een extra specialisatiejaar – heb gespecialiseerd in de fijne kneepjes van het chocoladevak. Sinds 2021 mag ik mijzelf dan ook Meester Pâtissier-Chocolatier noemen.” Niet zomaar een titel, maar een die het bewijs is van zijn kennis en kunde. Vakmanschap dat je ook meteen proeft in alle chocolade lekkernijen die hij

eigenhandig creëert. “Pralines zijn vaak best wel heftig of extreem zoet van smaak, ik streef in mijn pralines echter juist naar wat meer gebalanceerde smaken en die worden bijzonder gewaardeerd door al mijn klanten.”

De focus ligt bij Chocolatier Gilles op ambachtelijk gemaakte pralines. “Nieuwe smaken, die ik zelf heb ontwikkeld, maar ook klassiekers in een modern jasje”, vertelt Gilles enthousiast. “Stuk voor stuk met de hand gemaakt van verse ingrediënten en natuurlijk kwaliteitschocolade.” Naast pralines verkopen vader en zoon ook andere chocoladeproducten zoals chocoladerepen, marsepein en seizoenschokolade. “In de zomermaanden verkopen we bovendien heerlijk roomijs; ideaal als verfrissend tussendoortje op warme dagen. En zo hopen we ons assortiment steeds verder uit te blijven breiden met nieuwe chocolade creaties en smaakcombinaties om onze klanten telkens weer te blijven verrassen.”

Chocolatier Gilles

Turnhoutsebaan 262, Wijnegem
+32 (0) 473 94 53 74
Eigenaar: Gilles Tholenaars
www.chocolatiergilles.be



WE WILLEN ONZE
KLANTEN TELKENS
WEER VERRASSEN





LEKKER ETEN
IN EEN
GEZELLIGE SFEER

Er heerst hier echt een *familiegevoel*

Nadine Michelsen en haar man waren in brasserie/feestzaal Vordensteyn al bekende gezichten. De schoonbroer van Nadine baatte de zaak uit, dus ze boden er regelmatig een helpende hand. Toen ze zeven jaar geleden de kans kregen de zaak over te nemen, grepen ze deze met beide handen aan.

“Het is nog steeds een familiegebeuren”, vertelt Nadine. “Mijn schoonvader doet bijvoorbeeld de voorbereidingen in de keuken. Personeel en klanten vormen hier sowieso één grote familie. Iedereen kent iedereen en er hangt altijd een supergezellige sfeer. Onze klanten zelf omschrijven het als volgt: ‘Het is gewoon thuiskomen’.”


No-nonsense keuken De brasserie is gevestigd boven een sporthal. “We hebben dan ook veel aanloop van mensen die sporten bij de diverse verenigingen. Daarnaast vormen we de thuisbasis van o.a. verschillende dart-, biljart- en tafelvoetbalclubs. Ook mensen van buiten de sporthal weten ons te vinden. Vanwege de relaxte sfeer - bij ons hoeven kinderen niet netjes te blijven zitten - maar ook vanwege de betaalbare prijs van onze gerechten.” Overdag kun je terecht voor een hapje (broodjes en kleine snacks) en een drankje, in de avond kun je gerechten kiezen van de kaart. “We gaan voor een gevarieerde no-nonsense keuken: van steak, burgers en spare-ribs tot wok- en pastagerechten. “Iedere week hebben we bovendien een suggestie van de chef om onze klanten te blijven verrassen.”

Het houdt nooit op In het weekend is de keuken de hele dag open. “Eerst lekker eten, daarna gaat de muziek harder en kunnen de voeten van de vloer. We hebben regelmatig optredens van bekende artiesten, zoals Lange Frans en een aantal Schlagerzangers, en een jaarlijkse karaokeavond. We zijn een van de weinige zaken die heel lang open zijn. Dus hoe later het wordt, hoe drukker het bij ons is”, lacht Nadine.

Goed om te weten: De brasserie beschikt over een aparte zaal voor feesten (van verjaardag tot babyshower). Als het restaurant erbij wordt getrokken, is er plek voor maximaal 100 personen. De invulling van de feesten is in onderling overleg.



FEESTZAAL - RESTAURANT - BAR - SPORT

Brasserie/feestzaal Vordensteyn • Vordensteinstraat 78, Schoten  <https://www.facebook.com/brasserievordensteyn/>

Buiteninrichting met kennis van zaken

GREEN
HOUSE

Het perfectioneren van uw buiteninterieur is vanzelfsprekend, of u nu bezig bent met een renoveren of nieuwe aanleg. Bij Green House Interiors begrijpen ze dit perfect en bieden ze een buiteninrichting aan die volledig op uw wensen is afgestemd.

Persoonlijk advies aan huis

Om dit te realiseren, wordt elk project tot in detail besproken met de klant. Er wordt veel aandacht besteed aan het selecteren van geschikte materialen en de juiste kleurencombinaties. Zodra de keuzes zijn gemaakt, wordt alles naadloos van begin tot eind gerealiseerd.

Van ontwerp tot realisatie

Het volledige ontwerp wordt hierbij geleverd. Green House werkt samen met vaste fabrikanten om u de beste materialen te kunnen bieden. Het resultaat zal u absoluut verrassen en tevredenstellen.

Vraag vrijblijvend een offerte aan

Als u volledig overtuigd bent van de buiteninrichting waarop u bij Green House Interiors in Hoogstraten kunt rekenen, neem dan zo snel mogelijk contact op met deze interieurstylist. U heeft dan de mogelijkheid om een gratis en vrijblijvende offerte te ontvangen. Waar wacht u nog op?

Green House Interiors straalt stijl, elegantie en klasse uit en streeft naar duurzaamheid. Wij helpen u bij het creëren van een comfortabele thuis- of werkomgeving met behulp van duurzame en natuurlijke materialen. Ons team van interieurontwerpers staat klaar om uw persoonlijke stijl en wensen te realiseren.

TOTAALINRICHTING

GORDIJNEN

VERF

ZETELS

VERLICHTING

DECORATIE

TAFELS

TUINMEUBELEN

*Jok een tuin
van uw dromen?*

MAAK EEN AFSPRAAK



Scan de QR-code
en vul het
contactformulier in.

Heilig Bloedlaan 259-261, Hoogstraten
0498 92 15 91
greenhouse2@telenet.be
www.greenhouse-interieur.be



ALLES VOOR DE LACH OP DE SNOET VAN JOUW KAPOEN

**De grote hit van tegenwoordig is toch wel de Airbrush-tattoo!
Een levensechte tattoo, maar pijnloos, zonder naalden.
Watervast, maar toch makkelijk te verwijderen.**

Deze tattoos worden op de huid gezet met kindvriendelijke verf, watervast en ze blijven wel tot een week mooi, zelfs na het douchen (mits er niet op gewreven maar enkel op gedept wordt).

Doordat wij zelf sjablonen maken, kunnen wij ook helemaal in thema werken. Let er wel op dat dit enige voorbereiding vraagt. Dus als je een thema wilt, moet je dit wel op tijd melden.

Verwijderen gaat heel gemakkelijk. De verf gaat er zeer gemakkelijk af door de tattoo in te wrijven met alcohol, denk bijvoorbeeld aan ontsmettingsalcohol.



**VIND JE DIT OOK HEEL PLEZANT?
BEZOEK DE WEBSITE
OF STUUR EEN MAIL!**



SCAN MIJ!

Volg mij op  

KINDERGRIME

WORKSHOPS

AIRBRUSH TATTOOS

BELLYPAINT

MANDALA HANDWERKEN

AIRBRUSH TATOEAGES



Schoolstraat 3/2, Schilde
0032-496707231
info@grimenco.be
www.grimenco.be

Wij houden uw energie laag!

MET INNOVATIEVE GREEN DESIGN HOUTKACHELS



Meer weten over ons
assortiment scan
de QR-code



Stop de klok!

Collageen is een normaal bestanddeel van de middelste laag van de huid, waar het zorgt voor stevigheid en structuur. Van zodra er collageenverlies optreedt ontstaan er huidverslapping en rimpeltjes met een ouder uitzijende huid tot gevolg.

SKINBOOSTER

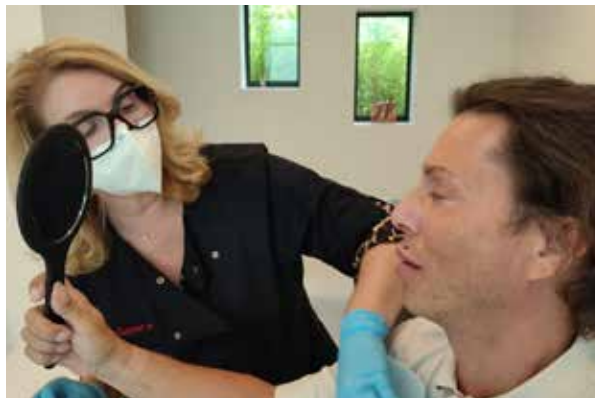
Vanaf je vijftiengste neemt het collageen in de huid af met gemiddeld 1% per jaar. In de menopauze wordt dit proces versneld tot 20-30%. Ook bij mannen treedt er door veroudering een verminderde testosteronproductie op met collageenverlies tot gevolg.

Een aantal factoren kunnen deze afname versnellen. Op sommige heb je een invloed zoals roken, voeding en overdreven zonneblootstelling. Een aantal andere zijn niet of minder te beïnvloeden zoals genetische aanleg, metabolisme en hormoonhuishouding.

JE KAN DE LICHAAMSEIGEN
COLLAGEENAANMAAK
VERBETEREN

Er is echter ook goed nieuws... Je kan de lichaamseigen collageenaanmaak verbeteren door voornamelijk het gebruik van 'skinboosters' of 'biostimulatoren'. Afhankelijk van de mate van huidverslapping, de plaats van behandeling en het resultaat dat verwacht wordt, kan gebruik worden gemaakt van preparaten op basis van hyaluronzuur (zoals Prohilo, Viscoderm, Bioboost,...), hydroxiapatiet (bv. Radiesse,...), poly L melkzuur (bv. Lanluma, Sculptra,...), polynucleotiden (bv. Lumi eyes,...).

Het injecteren van een preparaat is effectiever dan een crème of supplementen. Wat niet betekent dat supplementen in zekere mate kunnen helpen. Zo kan de inname van VITC het effect van de spuitjes versterken. Crèmes gaan eerder de huid hydrateren en zo het effect van minderde zichtbare lijntjes veroorzaken.



Voor de diepere aanmaak van collageen zijn crèmes echter onvoldoende werkzaam.

Afhankelijk van de mate van huidverslapping en het gewenste 'reversing age effect' zijn 2 tot 3 behandelingen per jaar aangewezen.

Skinboosters worden niet alleen in het gelaat toegepast, ook in de hals, decolleté, armen, billen, buik, dijen en handen zorgen ze voor huidverstrakking.

Met de huidige tendens naar meer natuurlijke ogende resultaten zijn skinboosters niet meer weg te denken uit de esthetische praktijk. Ze zijn in vele gevallen de basis van medisch esthetische behandelingen om huidveroudering niet alleen tegen te gaan maar ook om te draaien.

Het injecteren van skinboosters is enkel toegelaten voor artsen. Een grondige kennis van de anatomie, de injectietechnieken en het gebruik van hoogwaardige producten zijn onontbeerlijk om een goed resultaat te bekomen.

Heb jij nog vragen, stel ze dan gerust aan onze redactie **ontwerp@nederlandbruist.nl**. Wij zorgen ervoor dat de arts uw vragen toegestuurd krijgt.



Dr. An De Cuyper, MD,
Esthetisch
arts Clinic2650



Bruparck

Bruparck, gelegen in het hart van Brussel, is een veelzijdige bestemming die een breed scala aan plezier en ontspanning biedt voor zowel lokale bewoners als toeristen. Dit unieke recreatiegebied combineert entertainment, cultuur en natuur op een prachtige manier, waardoor het een must-visit locatie is voor iedereen die de hoofdstad van België bezoekt.

Een van de meest opvallende attracties van Bruparck is het iconische Atomium. Dit architectonische meesterwerk, dat werd gebouwd voor de Wereldtentoonstelling van 1958, is een symbool geworden van Brussel en trekt jaarlijks duizenden bezoekers. Het beklimmen van de Atomiumbollen biedt niet alleen een adembenemend uitzicht over de stad, maar ook een fascinerende kijk op de geschiedenis en de wetenschap achter dit indrukwekkende bouwwerk.

Naast het Atomium biedt Bruparck ook een scala aan andere attracties die geschikt zijn voor het hele gezin. Het Mini-Europa park neemt bezoekers mee op een reis door Europa, waar ze beroemde monumenten en historische locaties op schaal kunnen bewonderen. Van de Eiffeltoren tot de Grote Markt van Brussel, het is een educatieve en leuke ervaring die

de diversiteit van het Europese continent viert. Voor de liefhebbers van avontuur en entertainment is er Océade, een waterpark dat garant staat voor urenlang plezier. Met glijbanen, zwembaden en ontspanningsruimtes is dit de ideale plek om af te koelen tijdens warme zomerdagen of gewoon om te genieten van een leuke dag met vrienden en familie.

Bruparck biedt ook een scala aan culturele ervaringen. Het Kinopolis-complex is een van de grootste bioscoopcomplexen van Europa en biedt een breed scala aan films voor alle leeftijden en smaken. Daarnaast is er het Planetarium van Brussel, waar bezoekers kunnen genieten van boeiende astronomische shows en de mysteries van het universum kunnen verkennen.

E

U

& BEWONDER

STEEDS VERRASSEND AANBOD

MAS-MUSEUM ANTWERPEN Midden in de jachthaven van Antwerpen staat het Museum aan de Stroom (MAS) in een opvallend modern gebouw met negen verdiepingen. Het museum heeft zowel vaste tentoonstelling als jaarlijks afwisselende tentoonstellingen waarbij artistieke thema's worden uitgewerkt. Naast de indrukwekkende architectuur is het museum ook bekend om zijn uitgebreide collectie van 470.000 stukken met elk stuk zijn eigen verhaal. Gezamenlijk belichten ze de stad Antwerpen en haar banden met de rest van de wereld. Het MAS is een eerbetoon aan de stad en haar wereldwijde betekenis en het biedt bezoekers een unieke inkijk in de rijke geschiedenis die Antwerpen definieert.



M
A
S

ATOMIUM BRUSSEL Het Atomium, gelegen in het Heizelpark in het westen van Brussel, werd in 1958 gebouwd ter ere van de Wereldtentoonstelling. Dit futuristische monument is een vergrote weergave van een ijzeren molecuul, 165 miljard keer groter. Vijf van de negen bollen zijn toegankelijk voor het publiek. Het hoogtepunt is het uitkijkplatform bovenaan, waar je een adembenemend 360°-uitzicht over Brussel hebt. Het Atomium herdefinieert voortdurend zijn identiteit en verblijdt bezoekers met wisselende tentoonstellingen, wat zijn positie als een topattractie in de Europese hoofdstad jaar na jaar versterkt. Er is tevens een restaurant voor lunch en diner, waardoor het een veelzijdige en iconische bestemming is voor zowel geschiedenisliefhebbers als liefhebbers van panoramische uitzichten.



WINTERUITVERKOOP PARIJS In januari, wanneer je Parijs bezoekt en een liefhebber bent van mode, is de grote winteruitverkoop een absolute must voor een dagje winkelen in authentieke Parijse stijl. Deze uitverkopen beginnen doorgaans op de eerste of tweede woensdag van januari en strekken zich uit over een volle maand. Parijs, als de onbetwiste stijlhoofdstad van de wereld, herbergt winkels die een ongeëvenaarde winkelvaring bieden, en tijdens de uitverkoop wordt deze ervaring alleen maar versterkt. Mis deze kans niet om jezelf onder te dompelen in de betoverende wereld van Parijse mode, waar stijl, koopjes, elegantie, diversiteit en exclusiviteit samenkomen.



VAKANTIEBEURS UTRECHT Van 11 t/m 14 januari biedt de Jaarbeurs Utrecht een unieke kans om in één dag de wereld te verkennen op de Vakantiebeurs! Reisexperts staan klaar om de meest onontdekte en prachtige bestemmingen wereldwijd met enthousiasme te presenteren. Ontdek nieuwe culturen, smaken en avonturen, en blijf op de hoogte van de laatste reistrends. Of je nu op zoek bent naar actie, ontspanning, of een mix van beide, de Vakantiebeurs heeft altijd een reis die bij jou past. Laat je verrassen en geïnspireerd raken tijdens dit evenement, waar je in korte tijd de wereld rond kunt reizen.

BEURS: IMM COLOGNE 2024 Van 14 tot 18 januari vindt de IMM Cologne plaats in Keulen, de grootste interieur- en designbeurs van Duitsland. Deze beurs fungeert als een cruciale inspiratiebron voor de wereldwijde interieurindustrie. Het biedt een uitgebreid overzicht van interieurtrends, innovaties en waardevolle netwerkmogelijkheden. Van innovatieve oplossingen van opkomende start-ups tot hoogwaardige ontwerpen van gevestigde interieurmerken, de beurs weerspiegelt de diversiteit en dynamiek van de hedendaagse interieurmarkt. Het is dé gelegenheid om op de hoogte te blijven van de nieuwste ontwikkelingen en te ontdekken wat de branche allemaal te bieden heeft.



**VRIJDAG 12 EN ZATERDAG 13 JANUARI OM 20.00
ZO 14 JANUARI OM 15.00**

TUTTI FRATELLI



De Omgekeerde Berg, de nieuwe creatie van Tutti Fratelli, belooft een bezwerende roadtrip op de rand van de Apocalyps te worden. Tutti Fratelli boort zich een weg naar uw hart, plamuurt de gaten in ons bestaan, nu de wereld openbarst. Samen met helden Esmé Bos en Bart Voet, meesterpianist Florejan Verschuieren, choreografe Iris Bouche en in een regie van artistiek leider Nico Sturm.

DONDERDAG 18 JANUARI OM 20.00
20 JAAR STADSDICHTERSFEEST



Van Mijn moeilijk lief van Tom Lanoye tot straatbrede krijtgedichten in de Seefhoek, al meer dan 20 jaar bezingen de Stadsdichters onze stad. Tijd voor een groots jubileumfeest. Verwacht je aan een once-in-a-life time poëzie-ervaring. Een unieke kans om alle stadsdichters te (her)ontdekken en hen uitzonderlijk samen aan het werk te zien.

VRIJDAG 19 JANUARI OM 20.00
**BRUSSELS JAZZ ORCHESTRA MET OSAMA
ABDULRASOL & JAHIDA WEHBE**



De eeuwenoude Arabische sages uit de beroemde verhalenbundel van 1001 nacht, spreken vandaag nog steeds tot de verbeelding. Speciaal voor Osama Abdulrasol werden ze herwerkt tot een moderne parabel, wat de Irakese componist en qanunspeler meteen inspireerde tot nieuwe composities. Samen met het Brussels Jazz Orchestra en zangeres Jahida Wehbe ontstaat zo een unieke muzikaal sprookje.



DINSDAG 23 JANUARI OM 20.00

NONAME

Noname is helemaal terug van weg-geweest! Gewapend met één van de strafste hiphop albums van 2023 komt ze naar De Roma. Genres als bossa nova, jazz, soul, klassieke boom-bap hiphop en een dosis activisme vormen samen de basis voor de 11 fantastische nummers op het album.

DONDERDAG 25 JANUARI OM 20.00
**SONICO - FIVE, SIX, SEVEN, EIGHT... THE EDGE OF
TANGO VOL.2**



FIVE, SIX, SEVEN, EIGHT... THE EDGE OF TANGO vol.2 is het vierde album van de Brusselse groep SONICO, gebaseerd op Tango Buenos Aires van Eduardo Rovira, een sleutelfiguur binnen het ontstaan van de 'tango nuevo'. Met sfeervol lichtontwerp, theatrale momenten en projecties van uitdagende solo danscreaties, worden de muzikanten van SONICO omkaderd met een indrukwekkende muziekshow.

ZONDAG 28 JANUARI OM 20.00
FRANK VANDER LINDEN



Frank Vander Linden trekt zijn jas aan en gaat de baan op. Hij neemt zijn gitaar en reist naar een plek waar mensen naar zijn songs en verhalen komen luisteren. Zonder De Mens schrijft en speelt Frank Vander Linden bedachtzamer. De teksten krijgen nog meer aandacht, het vloeiend gitaarwerk springt naar voren. De piano van kompaan David Poltrock benadrukt de intieme, diepsnijdende sfeer. De zaal kan lachen én huilen. Een man, zijn gitaar, zijn muziek. Intensiteit gegarandeerd.



Frack Kemkeng Noah & Klaus Pas
Photography by Thomas Jansen



FRANCK KEMKENG NOAH
OFFSCREEN
01/02/24 - 17/03/24



TOM LIEKENS
UNDERNEATH THE PINE TREES
30/11/23 - 21/01/24



KIRO URDIN
INVISIBLE WORLDS
21/03/24 - 12/05/24

Kloser Contemporary Art is an emerging art gallery representing international artists.

Our program highlights the global artistic dialogue, transcending generational movements, artistic expressions, and geographical borders.

By exhibiting artworks that carry a universal message through their unique visual forms, we aim to bring collectors closer to artists.

Our first show of recent works by Tom Liekens will close on January 21, followed by a solo exhibition of new works by Camroonian visual artist Franck Kemkeng Noah.

In March next year, we will be showcasing new works by the master of Planetarism, Kiro Urdin.

Now in Heide-Kalmthout
Wed-Fri 11-17 & Sat 11-15



Heidestatiestraat 26
2920 Kalmthout

+32 (0)4 68 57 56 57
+41 (0)78 614 54 02



info@kloserart.com
www.kloserart.com

Succesvol verkocht in 2023



Schilde



Schilde



Schilde



Schilde



Sint-Job



Schoten



Schoten



Schoten



Schoten



Ranst



Brasschaat



Brasschaat



Kapellen



Kapellen



Pulderbos



Pulderbos



Pulle



Zoersel



Zoersel



Hoogstraten



Lier



Deurne



Merksem



Antwerpen



SENSUM
VASTGOED

wenst u een gelukkig 2024!!!

Onderstaand een selectie van woningen die te koop staan

SCHILDE



Rustig gelegen split level villa op 2.051m² met 6 slpks / 2 bdk's en garage. Architecturale woning met veel mogelijkheden ! EPC: 235 kWh (C) (Vg, Wp, Gmo, Gvkr, Vv)

€ 795.000,-

'S GRAVENWEZEL



Op te frissen rijwoning op TOPLOCATIE, 4 slpks, zolder geschikt voor extra slpks, garage en tuin. EPC: 381 kWh (D) (Vg, Wg, Gmo, Gvkr, Gv)

€ 384.000,-

HALLE-ZOERSEL



Instap-klaar recent GLVL-app. 99m² met 2 slpks en vele ingemaakte kasten, incl. ondergrondse autoaanplaats + kelder EPC: 180 kWh (B) (Vg, Wg, Gmo, Gvkr, Gv)

€ 339.000,-

HALLE-ZOERSEL



Laagbouwvilla op 1.719m² met unieke tuin, rustig gelegen in de bloemenwijk, dubbele garage, 3 slpks + grote zolder (geschikt voor extra slpks / bdk) EPC: 273 kWh (C) (Vg, Wg, Gmo, Gvkr, Vv)

€ 745.000,-

BRASSCHAAT



Te renoveren gelijkvloers-villa met vele mogelijkheden op 3.450m². Ook als bouwgrond, ruime bouwvoorschriften, 30m breed aan de straat! EPC: 402 kWh (E) (Vg, Wg, Gmo, Gvkr, Vv)

€ 595.000,-

KAPELLEN



Instap-klaar GLVL-app. 80m² met 2 slpks, stadstuin met zij-ingang, nabij winkels en vlakbij station. EPC: 188 kWh (B) (Vg, Wg, Gmo, Gvkr, Gv)

€ 249.000,-

www.sensumvastgoed.be

SENSUMVASTGOED BV | Nerviërslei 6, Schoten | 03 502 58 78

welkom@sensumvastgoed.be | www.sensumvastgoed.be | BIV nummer 504.187/514.292

Uw woning verkopen? Contacteer ons voor vrijblijvend advies en gratis waardebeoordeling

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

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

NUEVO Motinova Plus Disc



FONGERS
Distributed by Matrabike

Nuevo FM

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



Vanaf:

€ 1499,-



Fongers Basic LCD

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



Vanaf:

€ 999,-



Fongers RTR

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



Vanaf:

€ 1699,-



★ Trustpilot



TrustScore 4.7
4.480 reviews

Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

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

Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

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

Matrabike Rumst (BE)

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



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

matrabike
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

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

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

Impressie *Antwerpen*

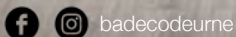


BRUIST
Deal
**5% KORTING
OP UW AANKOOP**

PROMOCODE: BRUIST
VERMELD BIJ AANKOOP
DE PROMOCODE



BADDECO
Uw specialist in gordijnen



5,0 ★★★★★ 57 Google reviews
Curtain store in Antwerp, Belgium



Wonen in een oase van schoonheid

Welkom bij Badeco, waar stijl en comfort samenkomen in de perfecte omgeving voor jouw thuis. Ontdek een wereld van prachtige stoffen, verfijnde ontwerpen en tijdloze elegantie in onze uitgebreide collectie gordijnen.

Laat je verleiden door de weelde van keuzes die passen bij elke smaak en elk interieur. Van klassiek tot eigentijds, van subtiel tot gedurfd - bij Badeco vind je gegarandeerd het gordijn dat jouw ruimte transformeert tot een oase van schoonheid en functionaliteit. Maar dat is nog niet alles! Onze uitgebreide collectie omvat ook jaloezieën, buiten screens, rolgordijnen, Japanse panelen, verticale lamellen en plisségordijnen. Dus, welke aanvulling past het beste bij jouw persoonlijke stijl?

Onze deskundige adviseurs staan klaar om je te begeleiden bij elke stap, van het kiezen van de perfecte stof tot het selecteren van de ideale raamdecoratie die jouw huis compleet maakt.

Bovendien bieden wij gratis opmeten,

advies en indien nodig verzorgen we ook de professionele installatie.

Kwaliteit staat bij ons voorop, dus geniet van gordijnen en raamdecoraties die niet alleen jouw ramen omlijsten, maar ook jouw levensstijl complementeren.

Stap binnen bij Badeco en geef je huis de verfijning die het verdient. Ervaar het verschil van kwaliteit, vakmanschap en ongeëvenaarde klantenservice. Jouw droominterieur wacht op jou bij Badeco, waar elk gordijn een verhaal vertelt en elke keuze een statement is.

Check de QR-code en breng een virtueel bezoek aan de winkel!



Badeco

Herentalsebaan 239, ANTWERPEN
+32 (0)3 366 18 10
badecodeurne@outlook.com
www.badeco.net

**KUNSTBOOMPJE VAN DEZE MAAND:
PERFECT CADEAU VOOR DIERBAREN!**

Dit betoverende vlinder kunstboompje in een bronzen schaal is het perfecte cadeau voor het nieuwe jaar.

Met zeven helder blauwe vlinders symboliseert het hoop, verandering en groei. Het staat voor transformatie en de vrijheid om nieuwe kansen te omarmen. Ontdek betoverende cadeaus bij Seta Fiori voor januari! Van dit vlinderboompje tot feestelijke verrassingen, onze webshop heeft alles om het nieuwe jaar te vieren.



seta fiori



www.setafiori.nl

**BRUIST
Deals**

Ook deze maand hebben we weer enkele Bruist Deals samengesteld voor onze lezers.

Neem een kijkje op www.belgiebruist.be/ lezersacties en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.



D

NIX18
HET HOEDEN- HET DRINKEN



Iets **uniek**s!

BOLLEKE

Dit is de smaak van 't Stad. Van ruige dokken en volle terrasjes. Van bakfietsen en zomeravonden aan de Schelde. Antwerpen in een glas. Zijn bolvormige glas heeft hem de naam Bolleke opgeleverd.

Op z'n Antwerps bestel je het als een Bolleke Keuning. Al sinds 1952 is dit hét iconische bier van Antwerpen. Naar een fris Bolleke, perfect in twee keer getapt, hoef je in 't Stad overigens nooit ver te zoeken. Dit Antwerpse icoon vind je in elk café en op elk terras.

www.dekoninck.be/nl/bieren/bolleke



PROEF EN GENIET

VAN HET MOOISTE WAT DE NATUUR TE BIEDT!

**De FLOWERSNGIN
Winter Edition**

Een mooi gebalanceerde gin met subtiele eerste smaken van kaneel en anijs en lichte toetsen van harsige dennen en sinaas. Deze typische winterse smaken en geuren zijn ideaal om van te genieten wanneer de bladeren zijn gevallen en de natuur haar winterpak aantrekt!

Wijnegemsesteenweg 17, 's Gravenwezel
+32 (0)3 685 63 68 | info@flowersngin.com

www.flowersngin.com



LUIKSE SIROOP

Luikse siroop, of 'sirop de Liège' in het Frans, is een unieke en diepgewortelde Belgische lekkernij. Deze dikke, donkere siroop wordt met zorg bereid in Luik, bekend om zijn rijke smaak en karakteristieke textuur. Gemaakt van langzaam gekookte appels en peren tot een diepe karamelleur, onderscheidt het zich door zijn natuurlijke zoetheid en complexe aroma's, zonder extra suikers toegevoegd. Een pure en authentieke delicatessen.

www.siroop-de-liege.com



LEZERSACTIE*

Maak kans op het nieuwe boek van Faya Lourens

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



www.fayaofficial.com TAG #FAYA



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



NJOY
by Yasmin

MAAK EEN AFSPRAAK
Telefonisch of via de website

ma 10.00 tot 15.00
di 09.00 tot 18.00
wo 09.00 tot 18.00
do 09.00 tot 20.00
vr 08.00 tot 18.00
Za 08.00 tot 16.00



JOUW HAAR IS ONZE PASSIE!

Bij N-Joy by Yasmin komt u voor alle haarmode in 's-Gravenwezel in een losse, huiselijke sfeer terecht waar een Scandinavisch interieur u verwelkomt. Yasmin en haar team leggen u graag in de watten en zorgen voor een mooi kapsel, passend bij uw persoonlijkheid. In het kapsalon wordt er stevast gewerkt met de

haarproducten van Redken en Medicuticals, die zorgen voor gezond, glanzend haar en enorm doeltreffend zijn. Geregeld volgt Yasmin ook cursussen om up-to-date te blijven bij de allerlaatste technieken, zoals kleurtechnieken voor een optimaal resultaat.



Sereni | Antwerpen

Sereni Antwerpen biedt volledige ondersteuning voor, tijdens en na de begrafenis of crematie, met aandacht voor een persoonlijke uitvaart en oog voor detail.

Het bespreken van afscheid, verdriet en rouw is cruciaal om het verlies een plek te geven in onze samenleving. Sereni Antwerpen zet zich actief in voor dit doel en organiseert regelmatig troostmomenten.

ANTWERPEN.SERENI.BE
ANTWERPEN@SERENI.BE
03 650 06 66

NAPOLEONKAAI 51
2000 ANTWERPEN

Aude Van De Keere – 25 januari Intiem huiskamerpianoconcert



Je aanwezigheid kan je bevestigen via [samenerweg.net](https://www.samenerweg.net)

Tijdens de feestdagen beseffen we dat sommigen een lege plek aan de kersttafel zullen ervaren, wat voor rouwendenden treurdagen zijn waarop het gemis intenser lijkt dan ooit.

Bij ons intieme huiskamerpianoconcert nodigen we je uit om troost te vinden in de kracht van muziek. Hier delen we emoties, koesteren herinneringen en vinden steun in warme klanken die troost brengen in moeilijke tijden. Laten we samen stilstaan bij het verlies van dierbaren en de kracht van muziek ervaren als een bron van troost en verbondenheid.

Aude Van De Keere, een talent uit Zottegem, begon op vijfjarige leeftijd met viool en voegde op achtjarige leeftijd pianolessen toe. Met eerste prijzen in wedstrijden vanaf 2014 en Summa cum Laude afgestudeerd aan de Musica Mundi School in 2021, studeert Aude momenteel aan het Koninklijk Conservatorium van Antwerpen en straalt als Jong Ambassadeur van het Belgisch Nationaal Orkest.



PROGRAMMA

- Rameau L'Egyptienne
- Schumann piano sonate no 2
- Van De Keere Variaties (Brahms)
- Scriabin Sonate no 4

PRAKTISCH

Donderdag 25 januari 2024

- 19u30 ontvangst
- 20u00 aanvang concert
- 21u00 napraten met een drankje

PLAATS

Eilandje | Napoleonkaai 51
2000 Antwerpen



Wie zijn wij?

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk, dat is Kliniek Heyendael. Al sinds 2011 zijn we een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie. Onze privékliniek bevindt zich in Nijmegen. Bij Kliniek Heyendael staan jouw wensen centraal. Deze worden tijdens een uitgebreid consult met de plastisch chirurg besproken om zo een realistisch beeld te krijgen van de mogelijkheden.

Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Oorcorrectie
- Liposuctie
- Facelift (MACS-lift)
- Lipofilling
- Schaamlipcorrectie
- Ooglidcorrectie
- Injectables
- Neuscorrectie
- Buikwandcorrectie

Volg ons op Facebook en Instagram!

-  @kliniekheyendael
-  Kliniek Heyendael

Parklaan 70, Groesbeek (nabij Nijmegen)
info@kliniekheyendael.nl
+31 (0) 24 - 845 05 06
www.kliniekheyendael.nl

Nooit meer onzeker

Overweeg jij een borstvergroting?

Een borstvergroting behoort tot één van de meest uitgevoerde behandelingen bij Kliniek Heyendael. Frans Straten is met meer dan twintig jaar ervaring gespecialiseerd in deze ingreep.

Wanneer een borstvergroting?

Veel vrouwen kiezen voor een borstvergroting na zwangerschap of gewichtsverlies. Deze maken de borsten vaak slapper of doen ze (gedeeltelijk) verdwijnen. Ook wordt deze operatie vaak uitgevoerd bij vrouwen die geen of nauwelijks borstweefsel hebben. Heb je hier last van of voel je je er onzeker door? Dan kun je een borstvergroting of borstlift overwegen. Een borstvergroting is mogelijk vanaf een leeftijd van achttien jaar.

De operatie

Bij een borstvergroting wordt het volume van de borst door de plastisch chirurg vergroot. Het is belangrijk dat de verhoudingen met de vorm van je borstkas en de rest van je lichaam wel kloppen. De chirurg meet daarom de borst en het borstweefsel goed op om het juiste implantaat te selecteren.

Ongelijkvormigheid van de borstwand of van de tepels is bepalend voor de keuze van het implantaat.



Zijn je linker- en rechterborst niet even groot? Dan kan de plastische chirurg ervoor kiezen links en rechts andere implantaten te plaatsen. Daarmee wordt het verschil kleiner. De vulling van het implantaat bestaat uit een cohesieve siliconengel. Deze voelt prettig en natuurlijk aan. Er wordt individueel en afhankelijk van de wensen, de verwachtingen en de fysieke mogelijkheden geadviseerd of ronde of druppelvormige en medium of hoog profiel implantaten het beste resultaat gaan opleveren.

**Betrouwbare
en betaalbare
plastische chirurgie.**

Voor meer info
+31 24 - 845 05 06

Daarom Kliniek Heyendael

- ✔ Behandelingen én consulten op 1 locatie
- ✔ Persoonlijke zorg met aandacht
- ✔ Ruim 20 jaar ervaring

'We luisteren naar jou en houden rekening met jouw wensen'



M MEDISCHE
LASERPRAKTIJK

Wat kan behandeld worden?

- Verslakte bovenoogleden
- Kraaienpootjes
- Rimpels en lijntjes onder de ogen
- Fronsrimpels
- Voorhoofdrimpels
- Mondrimpels

0032-486487906

info@medischelaserpraktijk.be
www.medischelaserpraktijk.be

Maak kennis met: *Plasmalift!* (Micro Pulsed Plasma)

Dit is een snelle, pijnloze behandeling van de oogleden waarbij de huid samentrekt, waardoor rimpels minder zichtbaar worden. Dit zorgt ervoor dat verslakte huid wordt opgespannen en de huid strakker wordt zonder littekens. Met een langdurig effect van 2 tot 3 jaar.

Resultaat

Het resultaat van de Micro Pulsed Plasma™-behandeling houdt circa 2 tot 3 jaar aan. U kunt de behandeling daarna herhalen. Het is ook mogelijk om jaarlijks een onderhoudsbehandeling te laten uitvoeren. Zo houdt u uw behandelde zone altijd in prima conditie. Ook hier geldt: alles wat u goed onderhoudt, gaat veel langer mee.

“Mensen blijven naar de salon komen door mijn uitgebreide ervaring met de huid, mijn persoonlijke en professionele benadering, mijn anders-dan-doorsnee-behandelingen en het gebruik van huidproducten van een supermerk voor prachtresultaten. Kortom, redenen genoeg om naar Chénesse Schoonheidsinstituut te komen!”



Geïnteresseerd? Maak snel een afspraak!



Onze service als onafhankelijk makelaar:

- analyse van uw behoeften
- vergelijking van de verzekeringsmarkt zowel op niveau van premie als voorwaarden en dekkingen
- onderhandelen met verzekeraars voor eventuele bijkomende kortingen
- bezorgen van een gepersonaliseerde offerte
- bespreking incl. uitleg over de algemene voorwaarden en de persoonlijke vragen
- persoonlijke bijstand bij schade, alsook lossen wij uw problemen en vragen op

Groep Alpha - opgericht in 1992 - groeide uit tot een makelaarskantoor met vier gekwalificeerde medewerkers. Het kantoor streeft naar een langetermijnrelatie met de klanten waar kwaliteit, professionaliteit & service centraal staan.

Bij elke nieuwe inschrijving van een auto en de daaraan gekoppelde verzekering krijgt u gratis de voorplaat voor uw wagen (t.w.v. €18).

Service aan huis is uiteraard mogelijk en wij beschikken over alle moderne middelen om een persoonlijke service aan te bieden.

Indien u graag een doorlichting wenst van uw verzekeringsdossier, surf dan even naar onze website of contacteer ons voor een vrijblijvend gesprek en offerte.



Groep Alpha nv

Úw verzekeringsmakelaar



Groep Alpha
Bisschoppenhoflaan 305, 2100 Deurne
03 326 43 46 | contact@groep-alpha.com
www.groep-alpha.com

Ons kantoor is geopend van:
09.00 - 12.00 en van 13.30 - 17.00
Woensdag 09.00 - 12.00, namiddag enkel op afspraak
Donderdag open tot 18.00
Vrijdag open tot 16.00

Een culinaire ontdekking in een legendarisch onderkomen

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



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

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

Een onvergetelijke ervaring



Lekker uitwaaien!

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

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




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



RESTAURANT D'ARRÊT

The Fallon Hotel Prins Bernardlaan 16, Alkmaar (NL) | Tel. +31 (0)72 762 0752 | www.sheetz.nl/thefallonalkmaar



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

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

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

Wil je ook meer naamsbekendheid?

Maar wat betekent naamsbekendheid voor jouw merk?

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

Waarom is naamsbekendheid zo belangrijk?

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

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

uiteindelijk zal resulteren in een stijging van je omzet.

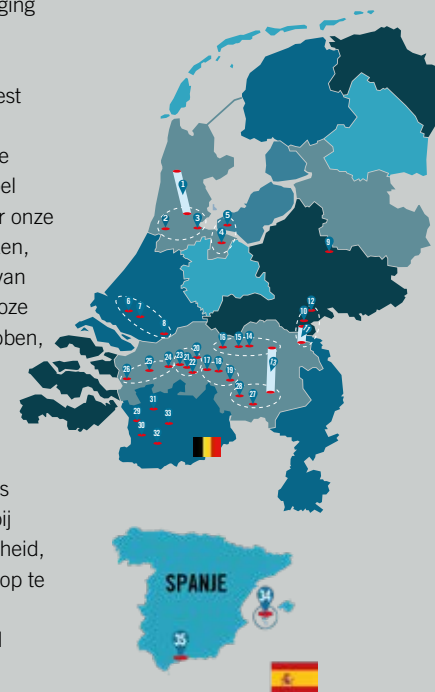
Ons doel is om bedrijven op de meest complete manier bij te staan. Dit doen we door middel van langdurige samenwerkingen, met als ultiem doel onze klanten te ontzorgen. Wanneer onze klanten grotere doelen willen bereiken, gaan wij met een ongekende inzet van 200% voor hen aan de slag. De talloze succesverhalen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

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

Met bruisende groet,

Lorenzo Bossers

**Sales Manager
Nederland Bruist**



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



Fleur de beauté

Face & body treatments

- facials
- laserontharing
- bio-slimming
- PMU
- superboost



Nieuwsgierig en wil je meer weten scan dan de QR-code of kijk op www.fleurdebeaute.be

SKEYNDOR

Alma

BABÖR

AN

GLOW XX

Noorderlaan 38, 2970 Schilde | 0480 66 71 87 | www.fleurdebeaute.be | info@fleurdebeaute.be



Meer info:
geleidehond.be

GEZOCHT:
Pleeggezinnen
voor onze pups



Belgisch Centrum voor Geleidehonden
Sint-Truidersteenweg 309 Tongeren

Gezonde start van het nieuwe jaar!

Heb ook jij je eigen gezondheid op nummer

1 gezet dit jaar? Kom dan zeker een kijkje nemen bij Proti Balance. Je vindt er alles van gezonde snacks, proteïnerijke maaltijden, voedingssupplementen en sportvoeding aan de beste prijzen. Zo kan jij goedkoop en met de nodige begeleiding aan je gezondere versie werken!

Je vindt ons in Brasschaat & Vorselaar of via proti-balance.be.

Sportievelingen kunnen ook terecht op concap.be voor nóg interessantere voorwaarden voor teams en clubs!



Ontdek de kracht van de zon



Bij Bsolar geloven we in een duurzame toekomst, waarbij groene energie de norm is. Wij zijn dé expert op het gebied van zonne-energie en bieden hoogwaardige oplossingen die niet alleen goed zijn voor het milieu, maar ook voor jouw portemonnee.

Waarom kiezen voor Bsolar? Ten eerste leveren wij maatwerkoplossingen die perfect aansluiten bij jouw specifieke behoeften en wensen. Of je nu een particulier bent die zijn energierekening wil verlagen, of een bedrijfseigenaar die de overstap naar duurzame energie wil maken, wij hebben de juiste oplossing voor jou.

Daarnaast zijn we trots op onze uitgebreide expertise en jarenlange ervaring. Ons team van professionals staat klaar om je te begeleiden bij elke stap van het proces, van advies en ontwerp tot installatie en onderhoud. Wij zorgen ervoor dat het hele traject vlekkeloos verloopt en dat je optimaal kunt profiteren van de voordelen van zonne-energie.

Bsolar werkt alleen met de allerbeste producten en materialen. Onze zonnepanelen zijn van topkwaliteit en voldoen aan de strengste normen en certificeringen.

Daarnaast bieden wij jou een uitgebreide garantie op onze producten en installaties. Mocht er onverhoopt een probleem optreden, dan staan wij altijd voor je klaar om dit zo snel mogelijk op te lossen. Tevreden klanten zijn voor ons van het grootste belang en wij streven ernaar om de hoogste mate van klanttevredenheid te garanderen.

Kortom, kies voor Bsolar in Kapellen en maak een slimme investering in jouw toekomst én het milieu. Neem vandaag nog contact met ons op voor een vrijblijvend gesprek en ontdek hoe wij jou kunnen helpen om te profiteren van de zon!



Wilt u graag weten wat de exacte terugverdientijd van uw investering is? Scan dan de QR-code en neem vrijblijvend contact met ons op.



+32 (0)3 777 17 69

Stationsstraat 2, Kapellen

info@bsolar.be

www.bsolar.be

**ZELFVERDEDIGING VOOR KINDEREN, TIENERS,
DAMES, SCHOLEN & BEDRIJVEN**



Mentale & fysieke weerbaarheid

SANDO SCHOOL VOOR WEERBAARHEID EN ZELFVERDEDIGING

Leer tijdens onze lessen hoe je mentaal sterker en fysiek weerbaarder wordt, waardoor je met meer zelfvertrouwen door het leven gaat.

DOE JE MEE?
bekijk ons lesaanbod
www.san-do.be



+32 475 542 568 | info@san-do.be
www.san-do.be

Sando weerbaarheid en zelfverdediging
 Sando_zelfverdediging



Oud goud komt tot leven!

TROUWRINGEN • GOUDSMEDERIJ • KLOKKENMAKERIJ

Uw juweel betekent veel voor u, dat zetten wij voorop in alles wat we doen. Daarom behandelen wij uw juwelen met zorg, toewijding en ambacht. 50 jaar ervaring garanderen steeds betere procedés en de juiste materiaalkeuze. We praten samen over het design dat bij u past. En ook na aankoop kan u bij ons terecht voor advies en service.

Bij het ontwerpen van uw juweel luisteren wij eerst naar uw verhaal. Ook met uw oud goud kunt u trouwens bij ons terecht; wij verwerken het tot een nieuw ontwerp. Of we begeleiden u in uw keuze uit ons uitgebreide assortiment aan juwelen. Uw juwelen krijgen bij ons een nieuw leven: we beslissen samen over elke aanpassing en herstelling van uw juweel of uurwerk en herstellen zelfs klokken (maak hier een afspraak met de klokkenmaker). **Maak nu een afspraak en bespreek de mogelijkheden!**



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



Voor een trendy kapsel dat bij jou past

Bij deze mevrouw hebben we vandaag de voorkantjes langer gemaakt met korte extensionbandjes.

Vaak gebeurt het dat de voorste stukjes van het haar afbreken door te veel ontkleuren of te veel hittebronnen.

Nu hebben we met de bandjes het lengteverschil opgelost. Het is uitgevoerd met 50 gram extensions en hiervoor betaal je een herplaatsing van 20 euro.

Samen met een shadowroot en een toner ben je helemaal klaar voor een stralend begin van het nieuwe jaar.

” *En nog steeds zo blij met het resultaat, alleen nog maar complimenten gehad!*

Elke

Ladies hairsalon

Balayage

Extensions

*Wij wensen jou een gelukkig 2024
met een trendy look van Hair by Ash!*



Volg ons op instagram
@hairbyash__

Hair by Ash

Lenteweg 10, 2960 Sint-Job-in-'t-Goor (Brecht) | 00324-86848646 | sol.ashley@hotmail.com

Behandeling op afspraak



CORRECTE EN EERLIJKE BANDENSERVICE

Wij bieden onze klanten een perfecte kennis in de bandenbranche van de eerste tot de laatste kilometer. Sinds 2019 hebben wij een volledige nieuwe afdeling gecreëerd: **Wheelservice & Thule center Maco**.

Ook voor de aankoop van Thule producten bent u aan het juiste adres en kunnen we u helpen om alles wat u dierbaar is veilig, gemakkelijk en in stijl te vervoeren, zodat u de vrijheid hebt om uw actieve leven vorm te geven. Een correcte en eerlijke service staat bij ons hoog in het vaandel!

Bandenservice Maco biedt u een aantal belangrijke troeven:

- Een enorme ruime keuze uit velgen en bekende bandenmerken onmiddellijk uit stock leverbaar
- Scherpe prijzen en een uitstekende montageservice met de nieuwste machines
- De nodige kennis



UW PARTNER IN:

**BANDEN NIEUW & OCCASIE • BATTERIJEN • THULE FIETSDRAGERS
VELGEN • SNEEUWKETTINGEN • THULE DAKKOFFERS & DRAGERS
UITLIJNEN • RUITENWISSERS • H&R SPACERS**



De tijd voor WINTERBANDEN dient zich weer aan!

**Bandenservice Maco is
hèt adres voor:**

- de aanschaf van nieuwe winterbanden
- het online maken van een afspraak voor uw bandenwissel
- opslag van uw banden



Maar ook voor:

- **WINTERVELGEN en SNEEUWKETTINGEN**



- **THULE DAKKOFFERS**





Wil je als eerste al onze nieuwigheden ontdekken?

VOLG ONS!



Shop online:
www.pippakinderschoenen.be

Pippa
Turnhoutsebaan 260, Schilde
info@pippakinderschoenen.be
0477/03.23.60



MAAT 16 - 41 DUURZAME KINDERSCHOENEN MET PIT

Pippa is een gezellige kinderschoenwinkel in het hartje van Schilde waar persoonlijke service centraal staat. Een goede kinderschoen vanaf de allereerste stapjes is enorm belangrijk voor de verdere ontwikkeling van de voeten van jouw oogappel. We nemen met plezier de nodige tijd voor elke klant. Een goede portie geduld is onze grootste troef. We meten steeds de voeten op en gaan daarna samen op zoek naar de perfecte schoen voor jouw kind in de stijl die jij leuk vindt. Onze collectie bestaat uit hippe, originele, kwaliteitsvolle en duurzame schoenen. Ook voor de mama's hebben we een collectie om te 'twinnen' met je kleine kapoen. Zalig toch!?

Ik kijk er naar uit jou te mogen verwelkomen bij Pippa!

LIEFS, CATO



Onze merken:

Ocra – Angulus – Rondinella – Pom d'api – Naturino x Falcotto
– Gallucci – Blundstone – HIP – Petit Nord – Salt Water Sandals
– Birkenstock – Veja – Bisgaard – Victoria – Alwero – Freedom
Moses – Jeune Premier – Sticky Lemon – Aigle – Bergstein –
Collégien – MP Denmark – Imruby – ...



Januari is
soldermaand
tot
-50% korting

Droomt u van een stralende huid?

De Dermalpen 4 is de nieuwste technologie in microneedling, een behandeling die sneller en veiliger is dan andere microneedling-apparaten. Het levert optimale resultaten voor huidverbetering en verstrakking, zonder de bovenste huidlaag te beschadigen. Dit maakt het mogelijk om op natuurlijke wijze veel verbeteringen aan de huid te bereiken.

Na verloop van tijd zul je merken dat je huid steviger en gladder wordt, omdat de celdeling gestimuleerd wordt. Rimpels en littekens zullen geleidelijk verminderen, en oude cellen zullen verdwijnen, waardoor de bovenste huidlaag weer zijn normale dikte krijgt. Het resultaat is een egale en stralende huid.

Hoe werkt de Dermalpen 4?

Dit apparaat maakt gebruik van zeer fijne naaldjes die op hoge snelheid microkanaaltjes in de huid maken. Hierdoor kunnen tot wel 80% meer werkstoffen dieper in de huid worden opgenomen. Als reactie hierop activeert ons lichaam het natuurlijke wondgenezingsproces.

Doordat de naaldjes loodrecht en met hoge snelheid in de huid gaan, wordt de huid niet beschadigd maar juist geactiveerd. Deze

behandeling wordt voornamelijk toegepast om de algehele huidconditie te verbeteren, waarbij collageen en elastine een belangrijke rol spelen. Deze vezels beïnvloeden de stevigheid en elasticiteit van de huid.

Voor wie is deze behandeling geschikt?

- Fijne lijntjes en rimpels
- Grove poriën
- Onzuiverheden, zoals comedonen
- Zonshade
- Pigmentvlekken
- Littekens (van acné)
- Couperose



New Life
Schoonheidssalon

Steynhoefsedreef 32, Schilde
+32 0486 37 98 37

schoonheidssalon.newlife@gmail.com
www.schoonheidssalonnewlife.be



Wat hebben we jou te bieden?

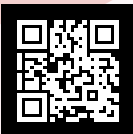
- Gezichtsbehandeling
- **Wimpers & wenkbrauwen**
- Manicure
- Pedicure
- Waxbar
- Arrangementen
- En nog veel meer...



Yente



Scan de QR-code en ontdek wat Beyoutique voor jou kan betekenen



Beyoutique Beautysalon

Het Schoemeken 35, Schilde 0479-749421

www.beyoutique.be

WE HEBBEN MEER GELEIDEHONDEN NODIG

STEUN HET BELGISCH CENTRUM VOOR GELEIDEHONDEN VZW
BE49 0681 0550 1671
GELEIDEHOND.BE

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.



TOPSTORAGE

HEB JE RUIMTE NODIG. WIJ HEBBEN DE PLAATS

Klavertje vier

speelgoed
schoolgerief
carnaval
games
hobby
zwembad



ACHTERBROEKSTEENWEG 184, KALMTHOUT
+32 (0)3 666 68 30 | INFO@TKLAVERTJE-VIER.BE
WWW.TKLAVERTJE-VIER.BE



Lovely Hair Salon

Op zoek naar een **total look?**

Bekijk ons hele aanbod op www.lovelyhairstalon.be of scan de QR-code

KAPSALON | NAGELS | LASER ONTHARING
TATTOOS & PERMANENTE MAKE-UP

Gallifortlei 5, Deurne | 03 500 28 13 | 0485 03 30 98 | www.lovelyhairstalon.be

Erwtensoep met prei en ui

Erwtensoep is een hartverwarmende winterklassieker. Deze dikke, groene soep wordt gemaakt van gedroogde erwten, varkensvlees, prei, selder en kruiden. Het langzame kookproces geeft de soep een rijke smaak en romige textuur. Traditioneel geserveerd met roggebrood en spek, is erwtensoep een heerlijk troostend gerecht dat perfect past bij koude dagen.

4 PERSONEN • 100 MIN.

INGREDIËNTEN

- 400 gr spliterwten
- 2 runderbouillonblokjes
- 1 laurierblaadje
- 1 winterpeen
- 1 aardappel, kruimig
- 150 gr knolselder
- 1 prei
- 1 ui
- paar takjes selder
- 1 rookworst

BEREIDING

Breng 1,5 liter water met de bouillonblokjes, spliterwten en laurierblad aan de kook. Laat een uur zachtjes koken, roer af en toe door. Schil ondertussen de wortel, aardappel en knolselder en snijd in stukjes.

Snijd de prei in ringen, pel de ui en snijd deze in fijne stukjes. Hak de selder fijn. Na ongeveer een uur beginnen de spliterwten uit elkaar te vallen. Voeg de gesneden groenten en aardappel toe. Laat de soep nog een half uur zachtjes doorkoken. Snijd de rookworst in schijfjes en roer deze door de soep. Breng op smaak met peper en zout. Laat de soep nog 10 minuten pruttelen. De soep is vaak de volgende dag dikker van structuur en nog lekkerder.

Naast erwtensoep passen verschillende gerechten en bijgerechten goed, afhankelijk van persoonlijke voorkeuren. Hierbij enkele suggesties: roggebrood met gerookte spek, gerookte worst, appelstroop op een stukje brood voor een zoet contrast, geroosterd brood met kruidenboter, gehaktballen, geraspte kaas over de erwtensoep voor extra smaak en textuur, zuurdesembrood of gebakken uien. Experimenteer met deze suggesties en ontdek jouw favoriete combinatie om er extra van te genieten.





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

PUZZELPAGINA

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

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

Zoek de zes letters in BRUIST!

Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

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

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

Maak kans op een

Peach blossom Smoothing Body Wash

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

-d	v=h	w=l n=k	h=v	a=ge j=d	-p
d=hyd ak=te	g=nd -n	m=dy	-k l=sh	s=p	
t=b	-j	m=v	-bi r=n	v=bl t=s n=m	

Los de rebus op.

Maak kans op

het boek van Sol Bouzamour

Gebaseerd op waargebeurde feiten. Een actueel verhaal over liefde en loyaliteit in een harde wereld, de weerspiegeling van de maatschappij hoe we met elkaar omgaan, discriminatie, de verschillen in klassen, maar vooral over de zoektocht naar eigen identiteit.

n b n g q e k k w c n	liefde
l a l i e f d e s l h	boek
b d d n d d j o o u r	bouzamour
h a r t e n u k a b w	club
u m y n d q e m s b x	vriendin
o y r r n b i p n i	gedumpt
e l m f a j a v r t n	harten
m n z c d l h o f v u	adam
o o d s f u e y n z q	
q l s g d g c k t c s	
m f k c g l i w e a b	

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

Wil jij kans maken op deze leuke prijzen? Vul de oplossing in voor 1 februari 2024 via www.belgiebruist.be/schildeschoten/puzzelen of scan de QR-code.

Van Mossel.

**Voor de
mobiliteit
van morgen.**

www.vanmossel.be

Van Mossel