

BERGEN OP ZOOM HALSTEREN
HOOGERHEIDE



JUNI 2018 GRATIS MEENEMEN!
WWW.BERGENOPZOOMBRUIST.NL

BRUIST

Lezersacties

Like & Share
en maak kans
op mooie prijzen



Een leven lang *jong!*



J&B EXCLUSIEVE
TUINMEUBELEN



EEN 'BUITENGEWOON' LEVEN IN DE TUIN

VOOR DE MEEST
UITGEBREIDE KEUZE
AAN BUITENMEUBELEN
KOMT U NAAR J&B
IN BREDA

ALFA LIVING
CANADIAN CHAIRS
CANE-LINE
DIPHANO
FIXFORM
FUERADENTRO
GLATZ
GLOSTER

HEATSAIL
HEATSCOPE
JARDINICO
KETTLER
MANUTTI
MARZINI
MORSO
OASIQ

ROYAL BOTANIA
SKAGERAK
SOLPURI
TODUS
TRADITIONAL TEAK
UMBROSA
VARASCHIN
VINCENT SHEPPARD

6



10



BOURGININI

34



Inhoud

22



29



23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.

MANAGER Marcel Bossers

OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers

TRAFFIC Nederland Bruist

VORMGEVING Nederland Bruist - Annemiek Jansen

THEMA'S Annemiek Jansen - Maaikje van Helmond

TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN & EINDREDACTIE

Maaikje van Helmond

FOTOGRAFIE BZ Nederland Bruist

ACQUISITIE Marcel Bossers, 06-34590975

CONTACT BERGEN OP ZOOM BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340

nl@nederlandbruist.nl

 Like ons op Facebook.com/BergenopZoomBruist

CONTACT HOOFDKANTOOR

Nederland Bruist B.V.

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

nl@nederlandbruist.nl

www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be

 Like ons op Facebook.com/nederlandbruist

TOPVERKOPER? Nederland Bruist zoekt enthousiaste topverkopers. **Meer weten?**

Neem contact op via **076-7115340**. Of stuur een e-mail naar lea@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2018 Nederland Bruist B.V. Merksnaam Bergen op Zoom Bruist is een merksnaam 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 brengt magazines uit in: De Achterhoek, Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Kapellen, De Langstraat, Land van Cuijk, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

ADVERTEREN?

Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
of bel
076-7115340

'Ik heb de zomer in mijn bol.' André Hazes zong dat ooit en ook bij Nederland Bruist delen we in dit zonnige gevoel. Juni, de maand dat de zomer officieel begint. En ook al hebben we deze lente al heel wat mooie dagen gehad, het idee dat het nu écht zomer wordt, tovert bij zo mogelijk nog meer mensen een lach op het gezicht.

Bruisende lezer,

Als het zonnetje volop schijnt, voelen mensen zich namelijk vaak een stuk vitaler en lekkerder in hun vel. Ze stralen en zien er daardoor ineens weer jonger uit dan tijdens de koude wintermaanden. En dat niet alleen, want ze voelen zich zelfs jonger. Bruist geeft tips om een leven lang jong te blijven. Hoe, dat lees je verderop in dit magazine. Alvast één tip: blijf lachen!

Een andere tip die we je geven, is om te ontspannen. En hoe kan dat nu beter dan door heerlijk in de zon te genieten van dit magazine dat wij weer met veel plezier voor je hebben samengesteld. Zo lees je deze maand meer over bruisende ondernemers als Medical Beauty Center en Ad Dekker Caravan Centrum.

Veel leesplezier en een mooi begin van de zomer!

Lea en Marcel Bossers



Ooit was het een groot compliment als je ouder werd geschat dan de leeftijd in je paspoort. 'Ouder' lijken was stoer en je voelde je zelfverzekerder. Maar rond de dertig ligt het omslagpunt. Ineens ben je heel blij met elk jaar dat je jonger wordt geschat.

Blijf een leven lang jong!

We leven in een tijd waarin ouder worden steeds gewoner is. Waar mensen vroeger na hun vijftigste als oud gezien werden, sta je tegenwoordig op deze leeftijd nog midden in het leven. We zijn druk met werk, kinderen, een (nieuwe) partner, ouders, maar ook met dromen en ambities.

Laten we eerlijk zijn. Op den duur krijgen we allemaal een slapper vel en meer rimpels. Je kunt er dan voor kiezen om drastische maatregelen te nemen bij een plastisch chirurg. Maar er is ook een veel eenvoudigere manier om elegant ouder te worden: straal zelfvertrouwen uit! Doe geen dingen om jonger te lijken, maar probeer om er gewoon op je best uit te zien. Het blijkt dat mensen die zich geen zorgen maken over ouder worden gemiddeld 7,5 jaar langer leven dan degenen die geforceerd proberen om zich jonger voor te doen.

We willen dus niet per se jong blijven, maar ons wel graag jong blijven voelen. Maar hoe kun je dat jeugdige gevoel langer vasthouden? Bruist geeft tips om





lichaam én geest soepel te houden en gracieus ouder te worden.

HOUD JE HERSENEN ACTIEF. Zoek uitdagend werk, volg een opleiding of doe een (talen)cursus. Als je je hersenen intensief gebruikt, gaan het concentratievermogen en geheugen minder snel achteruit. Ook een potje Triviant of knutselen met je (klein)kind is smeerolie voor je brein.

ONTSPAN. Maak regelmatig tijd om te ontspannen; met een boek, tijdens een avondje met vrienden, tijdens de yogales of een stevige wandeling. Je blijft niet alleen geestelijk fit, maar het houdt ook je lichaam in vorm.

KIES VOOR 'KRACHTVOER'. Bescherm je lichaam door veel voedsel te eten dat natuurlijke antioxidanten bevat. Die zitten onder andere in broccoli, tomaten, druiven, blauwe bessen en citrusvruchten.

BLIJF LACHEN. Als je het leven van de positieve kant bekijkt, is de kans groter dat je beter slaapt en minder vaak ziek bent. Met een echte, gemeende lach train je de spieren in je gezicht én kun je je levensduur verlengen. Als dat geen goede reden is om vaak te lachen...

STRAAL ZELFVERTROUWEN
UIT EN **ELEGANT OUDER WORDEN**
GAAT BIJNA VANZELF

Falke zomerpanty's

The image shows the lower legs and feet of three women walking on a stone bridge with a dark metal railing. The woman on the left is wearing a yellow top and a white floral skirt, paired with light-colored high-heeled shoes. The woman in the middle is wearing a white floral skirt and light-colored high-heeled shoes. The woman on the right is wearing a colorful floral skirt and bright pink high-heeled shoes. The background is a blurred outdoor setting with greenery.

FALKE Shelina. € 12,00
NU 2 voor € 19,00

**De meest onzichtbare
zomerpanty**

**svn&
sophie**

Wouwsestraat 40, Bergen op Zoom
0164 - 21 06 15
www.svensophie.nl



MEDICAL
BEAUTY CENTER

Plasma ooglift zonder operatie!

Altijd al een ooglift gewild, maar nooit de stap durven nemen?



VOOR DE BEHANDELING



TIJDENS DE BEHANDELING



7 DAGEN NA DE BEHANDELING

Liften van de bovenste oogleden met Plasmamedical is een unieke, revolutionaire en veilige behandeling zonder chirurgische ingrepen, prikken of snijden. De Plasmamedical behandeling heeft bovendien een relatief korte hersteltijd. Deze techniek geeft uw oogleden een mooi en liftend geheel. Daarnaast kunnen ook bovenlip rimpels, kraaienpootjes, neuslippen plooi, acne-littekens en vochtwallen onder de ogen worden behandeld. Hoe vaak kijk je niet naar jezelf

in de spiegel en erger je jezelf aan je oogleden, de streepjescode op je bovenlip of andere rimpels? Waarom zou je er dan niet wat aan laten doen? Dat kan nu met de Plasma ooglift techniek. Tijdens een gratis en vrijblijvend adviesgesprek bekijken we samen of je in aanmerking komt voor deze behandeling en wat de mogelijkheden zijn. Neem contact op via 0164 - 652187 voor meer informatie of kijk op onze website www.medicalbeautycenter.nl

Nu met bijpassend oogverzorgingsproduct
voor na de behandeling t.w.v. €48,30



Medical Beauty Center is aangesloten bij:



NEEDERLANDSE VERENIGING VAN
HUIDTHERAPEUTEN



Deze aanbieding is geldig t/m oktober 2018 op vertoon van deze advertentie.

Medical Beauty Center Hoogerheide
Antwerpsestraatweg 2
4631 NL Hoogerheide

Medical Beauty Center Bergen op Zoom
Grote Markt 36
4611 NT Bergen op Zoom

T 0164 - 65 21 87
E info@medicalbeautycenter.nl
I www.medicalbeautycenter.nl



TYPISCH NEDERLANDS DESIGN

Deze zomer introduceert het Nederlandse designmerk Royal VKB de nieuwe pannen- en messencollectie 'Inspire'. Met functioneel design, dus laat de keukeninspiratie maar komen! **Inspire pannen vanaf € 49,99. Inspire messen vanaf € 9,99**
www.royalvkb.com

LA DOLCE VITA

Geniet van het Italiaanse platteland op tafel met de gloednieuwe Rustic Italian collectie van Jamie Oliver. Geïnspireerd door vintage Italiaans servies en Jamie's voorliefde voor Italiaans eten. **Jamie Oliver, vanaf € 7,95** www.jamieoliver.com



Culinaire

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Maak kans op een SodaStream bruiswatertoestel.

Maak van fris kraanwater zelf heerlijk bruiswater in slechts enkele seconden. Je kunt zelf de hoeveelheid bubbels bepalen (licht, medium of intens).



sodastream

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens** o.v.v. 'Lezersactie#1 juni naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

HAAL BRUIS IN HUIS

Met SodaStream maak je thuis je eigen bruis! Goede bubbels: voor je gezondheid én voor onze planeet. De SodaStream fles gaat drie jaar mee en één SodaStream fles vervangt maar liefst 2.000 plastic flessen. **En deze maand maak je bij Bruist ook nog eens kans op jouw eigen SodaStream bruiswatertoestel!**

SodaStream, vanaf € 99,99
www.sodastream.nl



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#2

Maak kans op
een Duo Multi Plate
Outdoor.

Multifunctionele
wonderplaat: grill/
bakplaat, gourmet,
teppanyaki en BBQ

www.bourgini.com

BOURGINI.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens** o.v.v. 'Lezersactie#2 juni' naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

Nederlandstag!

LEKKER BUITEN ETEN

De zomer hangt in de lucht en wat is er dan gezelliger dan samen tafelen met familie, vrienden of de buurtjes? De Clever Cooking lijn van Villeroy & Boch maakt het bereiden van kleine én grote porties zo makkelijk mogelijk. De bakvormen en ovenschalen kunnen ook als serveerschalen worden gebruikt. De platte vormen fungeren als bakvorm én deksel en alle vormen en schalen zijn stapelbaar.

Villeroy & Boch, Clever Cooking lijn vanaf € 8,90 www.villeroy-boch.nl/shop



De Bourgondiër

Restaurant Grand Café Hotel

Restaurant

Hotel

Bruiloft

Borrel

Feest



Grote Markt 2-3 · 4611 NR Bergen op Zoom
Tel: 0164 - 254000 · info@grandcafehoteldebourgondier.nl
www.grandcafehoteldebourgondier.nl

Sensa Bella Schoonheidssalon

Geneo+ 4 in 1 Super Facial laat je huid stralen!

Een pijnloze, effectieve
gezichtsbehandeling die in
1 behandeling:

- exfolieert
- werkstoffen insluist
- zuurstofgehalte verhoogt
- collageen en elastine
aanmaak bevordert
- huid verstrakt en verstevigt

**Boost je huid... boost jezelf
en straal!**

Albert Cuijpsstraat 46, Bergen op Zoom | www.sensabella.nl
0164 785393 | 06 57322272 | sandra@sensabella.nl

Win een Kamado of andere prachtige BBQ-prijzen!


Meedoen kan tot 10 juni 2018

BEN VAN DER HEIDEN

zien, zorg & horen

Halsteren | Tholen | benvdheiden.nl

Probeer nu
gratis lenzen
en ervaar de
vrijheid!*

*  BenvanderHeiden

Zorgeloos eropuit met Caravan Centrum Ad Dekker

Het is weer tijd om er lekker met de caravan op uit te trekken.

Een fijne kampeervakantie staat of valt echter met het gebruik van goed materiaal. Met **Caravan Centrum Ad Dekker in Raamsdonksveer** bent u verzekerd van een zorgeloze vakantie trip!



**Het kan niet missen:
met Caravan Centrum
Ad Dekker wordt het altijd
een fijne vakantie!**

Ad Dekker is dealer van Hobby Caravans: het nummer één caravanmerk van Europa. Men vindt er de grootste collectie Hobby-caravans en Fendt-caravans van Nederland. "Hierdoor kunnen wij klanten altijd de beste prijs aanbieden en een uitstekende service", aldus directeur Marc Brouwers.

Showroom

"We beschikken ook over een constante voorraad van ongeveer honderd gebruikte caravans in alle prijsklassen en indelingen, in de 4.000 m² showroom. In de ruime kampeerwinkel treft u naast voortenten en luifels ook alle andere accessoires aan voor in en rond de caravan, camping en vrije tijd. Elke week zijn er speciale aanbiedingen met veel voordeel. Klanten ontvangen altijd minimaal 750 euro voor hun oude inruilcaravan. Vraag naar de voorwaarden!"

BOVAG

In het moderne BOVAG gecertificeerde Service Center is alle benodigde apparatuur aanwezig om u met een veilig gevoel op vakantie te laten gaan. Of het nu gaat om een onderhoudsbeurt, vochtcontrole of schadeherstel, de keurmeesters, schadeherstellers, inbouwdeskundigen en onderhoudsmonteurs staan voor u klaar!



Haarwerken Capelli

*Vragen over uw
haarproblemen?*

Kom langs zodat we samen
voor u naar een oplossing op maat
kunnen zoeken.



Haarwerken Capelli Hoogerheide

Antwerpsestraatweg 9, Hoogerheide

0164 614941 of 06 27540677

kapsalonicapelli@ziggo.nl

WIL JE HEERLIJK ONTSPANNEN,
STRESS VERMINDEREN OF
MISSCHIEN WEL (SPIER)PIJN
VERLICHTEN? EEN MASSAGE
BIJ THE LODGE KAN HELPEN...

Monique



ZUIDWESTSINGEL 204, BERGEN OP ZOOM

06-38185778

WWW.MASSAGETHELodge.NL

BRUIST

Ouder worden

Joepie,
weer een jaartje
wijzer!



Volg ons op social media @NederlandBruist

Hoe worden we goed gescheiden ouders?

Jij – partner, vader, moeder – hebt er alles aan gedaan wat je kon om jullie relatie te laten slagen. Misschien heb je spijt van bepaalde keuzes of dingen die je hebt gedaan. Als je het anders had gekund, had je het vast anders gedaan. En nu is het besluit gevallen. Jullie gaan scheiden.



Veel ouders kunnen in de eerste fase van de scheiding niet alles overzien. Als je besloten hebt om te gaan scheiden is je leven en dat van je kinderen even heel onzeker. Vaak ben je overmand door emoties en komt er veel op je af. Als ouders hebben jullie de plicht om respectvol te scheiden. Die plicht heb je naar je kinderen en ook naar elkaar. Wij begeleiden jullie daarbij.

Onze aanpak is uniek. Omdat we jullie begeleiden bij zowel de menselijke als de zakelijke kant van jullie scheiding, hoeven jullie je verhaal maar één keer te vertellen. Je regelt dus alles onder één dak. Wij geloven dat je kunt scheiden in verbinding. Dat klinkt tegenstrijdig, maar dat is het niet. Verbinding

betekent dat je samen de relatie goed afsluit en samen de losse eindjes oplost. Maar scheiden in verbinding betekent ook dat je de menselijke en de zakelijke aspecten van een scheiding combineert. Kies je voor ons om jullie te helpen bij jullie scheiding, dan kies je voor zorgvuldige begeleiding voor, tijdens en na je scheiding. Zodat wat ooit zo mooi was, waardig kan worden afgesloten.

Hierdoor is je scheiding vlot en kundig geregeld en kunnen jullie weer verder met je leven. Als Goed Gescheiden Ouders.

Meer weten?

Kijk op www.fenv-mediation.nl



F&V MEDIATION

VOOR MENS EN BEDRIJF

F&V Mediation | 085 0657420
info@fenv-mediation.nl
www.fenv-mediation.nl

Osteopathie, een gezond alternatief

Indien u last heeft van gezondheidsklachten of onbegrepen klachten kan osteopathie de oplossing zijn!



Osteopathie biedt goede resultaten bij:

nekkklachten, rugklachten, gewrichtsklachten, sportblessures, whiplash, hoofdpijn, duizeligheid, concentratieproblemen, slaapproblemen, chronische vermoeidheid, stressklachten, burn-out, maagklachten, darmklachten, buikklachten, incontinentie, littekenvorming, allergieën en andere klachten. Osteopathie is geschikt voor alle leeftijden.



Osteopathie activeert de zelfgenezende krachten van het lichaam door te zoeken naar de oorzaak van de klacht en deze te behandelen. Hierdoor kan het lichaam zich herstellen.

**Kijk voor meer informatie
of voor het plannen van een afspraak op
www.osteopathiefriedlander.nl
of neem contact op met Amy Friedlander**

Praktijk voor Osteopathie 
Amy Friedlander D.O.

THERAPEUTEN
CENTRUM 

Maaipad 4 ■ Halsteren | Raadhuisstraat 7A ■ Roosendaal | 06-29592096

W. www.osteopathiefriedlander.nl | M. amy@osteopathiefriedlander.nl | F. [OsteopathieFriedlander](https://www.facebook.com/OsteopathieFriedlander)



Iedereen wil **oud worden**, maar niemand wil het zijn.

Voor iets dat eigenlijk vanzelf gaat,
is ouder worden nog best **lastig**.

Een dagje ouder worden maakt alleen wat uit
als je **een banaan** bent.

Een **middagdutje** heet niet voor niets een schoonheidsslaapje.

Je handen verraden meestal je echte leeftijd door
pigmentvlekken en rimpels. Gebruik dus een goede handcrème.

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

Veel mensen hebben een mentale **leeftijd** tussen de 28 en 42.

Laat je niet tegenhouden door de zeurders
die vinden dat je ergens 'te oud' voor bent.

De goedkoopste facelift is **een glimlach**.

Rimpels zijn de landkaart van je leven.

Jong blijven, dat is een **prachtige manier**
om oud te worden.



PARASOLS | OUTDOOR FURNITURE SINCE 1977 | ORIGINAL DUTCH DESIGN



BOREK
parasols | outdoor furniture

MAX&LUUK
PARASOLS | OUTDOOR FURNITURE



Duurzaam... je hoort het woord tegenwoordig steeds vaker. Duurzaam ondernemen, duurzaam voedsel, maar ook duurzaam wonen. Maar wat is dat nu precies, dat duurzaam wonen? En hoe doe je dat? We vertellen je er graag wat meer over en geven je meteen wat tips om zelf duurzamer te wonen.

Woon en leef lekker

ALLE KLEINE BEETJES
HELPEN, DUS BESPAREN OP
ENERGIE EN WATER IS
EEN GOED BEGIN

De meeste mensen zullen bij het horen van 'duurzaam wonen' al snel denken aan het besparen op energie en water. En inderdaad, dit valt zeker onder die noemer, maar duurzaam wonen is meer dan dat alleen. Zo heeft het ook betrekking op de materialen die worden gebruikt tijdens het bouwen van een huis en bijvoorbeeld de keuzes die je maakt voor je interieur. Nu heb je op die laatste twee zaken niet veel invloed meer als je huis al is gebouwd en je er al een tijdje woont, maar alle kleine beetjes helpen, dus besparen op energie en water is een goed begin. Dit is niet alleen gunstig voor je eigen portemonnee, maar je investeert ook nog eens in de toekomst.

ZORG VOOR GOEDE ISOLATIE

Dit klinkt waarschijnlijk lastiger of in ieder geval duurder dan het hoeft te zijn, want zelfs het



duurzzaam



aanbrengen van tochtwering bij deuren en ramen kan al heel wat opleveren. Het grootser aanpakken, bijvoorbeeld met dubbel glas en vloerisolatie, kan natuurlijk ook, maar dat kost uiteraard wel wat meer. Kosten die je overigens na verloop van tijd zeker weer terugverdient door de energie die je bespaart.

ZONNEPANELEN

Duurzaam wonen kan ook betekenen dat je ervoor kiest om zelf energie op te gaan wekken, bijvoorbeeld via zonnepanelen. Heb je zelf geen huis waar dit mogelijk is, dan kun je ook investeren in een zonnepanelen-project, bijvoorbeeld in een collectief zonnedak.

WEES ZUINIG

De verwarming een graadje lager, lampen niet onnodig laten branden en opletten met de hoeveelheid water die je op een dag gebruikt, kan ook al flink wat schelen. Krui dus lekker onder een deken, doe de lampen uit als je een vertrek verlaat, douche een minuutje korter en je bent al duurzaam bezig.

MODE *met Style*

Tebbens modehuis

heeft een collectie die bestaat uit jonge sportieve mode, naast stijlvol klassiek. Of het gaat om een mooie outfit voor een etentje, een dagje uit met vriendinnen of kleding die past bij elk moment van de dag. Wij gaan aan de ene kant met de trends mee, die dit voorjaar veel kleurtinten laten zien, maar anderzijds zorgen we voor een mooie basiscollectie. Iedere klant vindt daardoor bij ons iets wat bij haar past en dat maakt onze mode uw mode.



Om het winkelen bij Tebbens modehuis nog leuker te maken, is er altijd een mooi aanbod in tassen, sjaals, sieraden en cadeauartikelen. Sinds korte tijd ook een uitgebreid assortiment met mooie panty's in diverse maten. U vindt er verder een geurige keuze in kaarsjes, leuk als presentje of voor uzelf.



Tebbens modehuis

Steenbergsestraat 30, Bergen op Zoom • Tel. 0164-234480
Kijk voor actuele info, acties ook eens op:
www.tebbensmodehuis.nl
www.facebook.com/tebbensmodehuis

DAGJE UIT PARKPOP DEN HAAG



HET ZUIDERPARK wordt weer omgetoverd tot hét festivalhart van Parkpop. In een nieuwe, intieme festivalsetting kun je als vanouds weer volop genieten van ruim dertig acts op zes verschillende podia.

Met nationale en internationale topartiesten, een gezellige festivalmarkt en meer dan genoeg food & drinks om de inwendige mens tevreden te houden. Naast de hoofdpodia presenteert het festival ook het Haags Podium met het beste dat Den Haag te bieden heeft. Parkpop is gratis toegankelijk!

Zondag 24 juni 2018

13.00 - 21.30 uur

Voor meer informatie en tickets:

www.parkpop.nl

FILMPJE KIJKEN THE BOOKSHOP

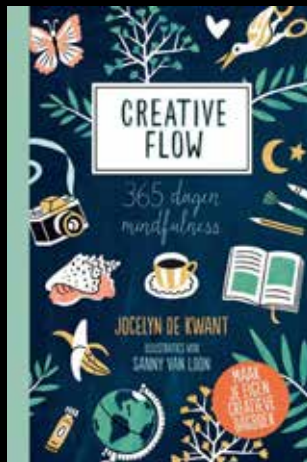
In de verfilming van Penelope Fitzgerald's *De Boekhandel* besluit weduwe Florence Green (Emily Mortimer) haar leven weer op te pakken door een boekwinkel te openen. Ze is een krachtige vrouw die haar dromen najaagt, maar eind jaren vijftig in het Britse kustplaatsje doet haar winkel meer stof opwaaien dan verwacht. Onder leiding van de welgestelde Violet Gamart (Patricia Clarkson) en haar man wordt Penelope door haar dorpsgenoten op slinkse wijze tegen-gewerkt. Toch vindt ze steun bij de mysterieuze Mr. Brundish (Bill Nighy).

The Bookshop gaat op 7 juni in première.



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN CREATIVE FLOW



ZIT JE ALTIJD IN JE HOOFD? REN JE VAN DE ENE TAAK NAAR DE ANDERE? Ben je non-stop aan het plannen en heb je geen moment voor jezelf? De eenvoudige, creatieve oefeningen in CREATIVE FLOW stimuleren je om mindful te leven en creatiever te zijn, waardoor je bewuster geniet van alle schoonheid om je heen. Creative flow is een prachtig geïllustreerd mindful werkboek dat je uitnodigt om elke dag iets kleins met volledige aandacht te doen. Rust en bezinning zijn namelijk mooie tegenhangers van stress en spanning.

**CREATIVE FLOW is nu te koop voor
€ 14,99**

De lente is nu echt begonnen.

Wilt u ook relaxed het voorjaar in? Kies dan voor een heerlijke kruidenstempel massage met geurende voorjaarskruiden. U bent er dan helemaal klaar voor. Of wilt u fris in uw hoofd beginnen, denk eens aan een Reiki behandeling.



Traditionele Indonesische massage-wellness-therapie praktijk Melati

Bruine Visstraat 32, unit 107, Bergen op Zoom
06-52348852, www.pitjitpraktijkmelati.nl

Aandacht voor mantelzorg, chronisch zieke en medewerker gezondheidszorg



AdAnte4U

Counseling en Coaching

Tuindersdreef 4, Bergen op Zoom
06-44898144

contact@adante4u.nl www.adante4u.nl

Een prachtige mond die spreekt zonder te praten

Boek een gratis en vrijblijvend intakegesprek en kom meer te weten over de mogelijkheden met permanente make-up en geniet tevens van 25% korting op een permanente Full Lips behandeling.

(actie is geldig tot eind mei 2018 op vertoon van deze advertentie)



MIDDELLAND 1, BERGEN OP ZOOM | 0164-273 230 | WWW.ROZALIEN.NL



DE ULTIEME SOKKEN VOOR IN LAARZEN

Nog maar vorig jaar gelanceerd, is het Nederlandse merk ZOOFF Socks nu al een daverend succes. De sokken die ervoor zorgen dat dames moeiteloos laarzen in en uit kunnen glijden, zijn omarmd door schoenenwinkels in het hele land. Bovendien is er ook grote interesse vanuit het buitenland.

Immiddels zijn er meerdere varianten op de markt zoals De Summer, om ook in de zomer voor trendy, korte laarzen het perfecte instapcomfort te bieden. En ook bij de heren is het merk ZOOFF Socks niet onopgemerkt gebleven. Voor hen is er ZOOFF Socks Men ontwikkeld, waarmee de heren moeiteloos in en uit hun motorlaarzen, cowboylaarzen en Chelsea boots kunnen stappen.

Introductie actie:
gratis verzending.
Kortingscode:
bruist1806
geldig t/m
30 JUNI 2018

Bezoek onze webshop
www.zooffsocks.com
om te zien of er een leuk
model voor je bij zit.

ZOOFF®
THE ULTIMATE BOOT SOCK

Boet Lifestyle/ZOOFF Socks
Postbus 4304 | 3102 GB Schiedam
010-2308007
info@zooffsocks.com





Into the

1. Couture Palette Collector Sumer van Yves Saint Laurent, € 71,- www.ysl.com
2. Lait Oligo Thermal Aftersun van Biotherm, € 30,- www.biotherm.nl
3. Curl Enhancing Shampoo van moroccanoil, € 27,50 www.moroccanoil.com/nl
4. Ipanema slippers, € 22,99 www.ipanema-slippers.nl
5. 60 Seconds Flip Flop Fashion Collection van Rimmel, € 3,99 www.rimmellonden.com



blue(s)

Welnee, 'into the blues' staat niet voor down zijn of voor een blauwtje lopen. Blue(s) staat voor water en energie, de mediterrané en een heerlijke zomer!

6. Sailing Day van Maison Martin Margiela, € 115,- www.iciparisxl.nl
 7. CK One summer Eau de Toilette spray van Calvin Klein, € 38,84 www.douglas.nl
 8. Horloge Co-designed door Gigi Hadid van Tommy Hilfiger, € 189,- www.pdagroup.nl
 9. Météorites Rainbow Pearls van Guerlain, € 56,- www.guerlain.nl
 10. Double Team Special Effect Colored Mascara van Urban Decay, € 27,50 www.urbandecay.com

BRUIST

Bergen op Zoom Bruist ligt iedere maand op minimaal 200 locaties. Het magazine wordt ook wisselend in verschillende wijken huis-aan-huis verspreid. Natuurlijk kun je het magazine ophalen bij een van onze adverteerders of online lezen op www.bergenopzoombruist.nl. Op onderstaande distributieadressen is het magazine elke maand in grotere aantallen af te halen.

BERGEN OP ZOOM

Brasserie de Berk
Braincare/Mindhulp
Cine-Service Bioscoop
De Draak
Gezond op Maat
Van der Kreek
Het Visgilde Oosterschelde
Fitplus
Tebbens Modehuis
Bakkerij Bart
Bowling & Resto-Lounge Bergen op Zoom
Melanie Hairstyliste on Wheels
Kringloop Zuidwesthoek
Sonja's Feet & Bodycare

HALSTEREN

Fitness Centrum Halsteren
Hotel café De Ram

HOogerHEIDE

Restaurant Het Portret
De Herstelknoop
Natuurgeneeskunde Plus
Vissers Petshop

LEPELSTRAAT

Beauty by Ivanka



OOK OP JOUW LOCATIE?

Heb je een locatie met een balie, wachtruimte of leestafel, neem dan contact met ons op via: nl@nederlandbruist.nl. Dan kan het gratis magazine Bergen op Zoom Bruist ook via jouw locatie worden verspreid.

Ga naar www.bergenopzoombruist.nl, meld je aan voor **onze nieuwsbrief** en lees het magazine online.

Creatieve vlecht tip



ThuisKapster
Melanie

Bel gerust eens om een afspraak te maken





Afvallen en genieten van wat je eet

Ben je klaar met het gejojo en diëten? Wij kunnen je als voedingsconsulenten helpen door je bewust te maken van je eet- en leefpatroon.



Onze voedingsconsulente



coacht je naar je ideale gewicht, door besef van wat je eet. Leer afvallen door lekker en gezond te eten.

Tevens kunt u bij ons terecht voor plaatselijk afslanken door middel van spierstimulatie, gegarandeerd centimeters verlies!



Gezond Gewicht

Auvergnestraat 27
Bergen op Zoom
06-22201520
www.afvallen-verstevigen.nl



- Dierenspecialzaak en dierenartsenpraktijk onder één dak.
- 400 m2 dierplezier met het grootste assortiment van de regio.
- Voldoende (gratis) parkeerplaatsen voor de deur.
- Professionele praktijk met operatiekamer en recovery.



Huijbergseweg 36
4631GG Hoogerheide



www.visserspetshop.nl

Geniet van *de Zon,* maar voorkom verbranding!

Als je te lang en te veel in de zon zit, loop je niet alleen de kans dat je verbrandt en eerder rimpels krijgt, maar loop je ook meer risico op huidkanker. Bruist geeft tips hoe je verstandig kunt zonnen.



LAAT DE HUID eerst voorzichtig wennen aan de zon. Dit biedt een natuurlijke bescherming tegen verbranding. **ZOEK DE SCHADUW OP** tussen 12.00 en 15.00 uur, de zon is dan het sterkst.

DRAAG IN DE VOLLE ZON EEN PET OF HOED en gebruik een zonnebril met UV-werende glazen om een zonnesteek te voorkomen.

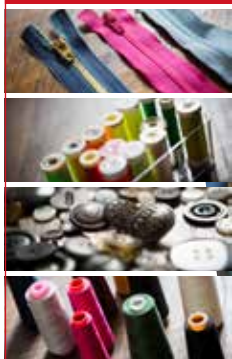
DRAAG BESCHERMENDE KLEDING. Donkere en dicht geweven stoffen laten minder UV-straling door. Je kunt dit zelf controleren door de stof tegen het licht te houden.

BESCHERM JE HUID met een goede zonnebrandcrème. Ook wanneer je al een bruine teint hebt. Wees bovendien voorzichtig in de bergen waar de stralen intenser zijn. Wees ook voorzichtig met medicijnen en alcohol in de zon. Smeer onbedekte huid een half uur voordat je de zon ingaat goed in. Na het zwemmen en sowieso elke twee uur weer opnieuw insmeren.

HOUD KINDEREN jonger dan een jaar altijd uit de directe zon en gebruik minstens factor dertig.

ZONNEBRILLEN ZIJN MEER DAN EEN FASHION ITEM. Het dragen van een zonnebril op zomerse dagen is belangrijk om onze gevoelige ogen te beschermen tegen de zon. En dat is voor ons weer een goede reden om deze zomer een nieuwe, hippe zonnebril aan te schaffen!

Herstelwerkzaamheden op maat. *Met unieke haal- en brengservice.*



Ook voor handgemaakte kleding op maat
met een uniek ontwerp ga je naar



Mary Willigers 
06-34339984
deherstellknoop@kpnmail.nl



Kastanjelaan 184, Halsteren
06 18011129



BRUIST

Je eigen
Evenement
promoten
doe je in **Bruist!**

Stuur alle gegevens en een foto naar events@nederlandbruist.nl
Indien mogelijk plaatsen wij jouw evenement dan in
onze magazines en/of op de Facebookpagina's.

LOFT 56 HOME FASHION & MORE

Halsterseweg 56
4661KP Halsteren
tel: 0164 681486
info@loft56.eu

 loft 56 halsteren
 loft_56.eu



De hele
zomer
mooi
haar...



Bescherm uw haar, net als uw huid,
tegen de zon!

UV filter Travelset € 14,95



Kapsalon Jose - 0164-685922
Dorpsstraat 120 Halsteren

DE PARKET EN LAMINAATWINKEL BERGEN OP ZOOM TOTAAL PAKKET

Laminaatvloer Balmoral in 4 kleuren. 7 mm met V-groef in hoogste hardheidsklasse incl. ondervloer, plinten en legservice door onze ervaren parketteurs voor maar € 28,95 per m².



Zelf leggen? Ook dan hebben wij superscherpe aanbiedingen voor u.
Kijk voor een impressie op www.laminaatwinkel.com



ASPERGESOEP MET HAM

Ingrediënten voor 4 personen | 30 minuten

500 gr asperges - 1 eetlepel bloem - 25 gr boter
1 blokje kippenbouillon - 100 gr hamreepjes - peper en zout
1 eierdooier - 100 ml kookroom

Bereiding

Schil de asperges en snijd ze in stukken. Kook ze ongeveer 15 minuten in ongeveer 1 liter water. Smelt de bloem en de boter in een andere pan en roer deze met een garde goed door. Giet de asperges af en voeg het kookvocht toe aan de gesmolten boter. Breng aan de kook en voeg het bouillonblokje, de asperges, de hamreepjes en peper en zout toe. Laat de soep 5 min koken. Haal de pan van het vuur, voeg de eierdooier en de room toe en roer er goed doorheen.



ASPERGES MET ZALM

Ingrediënten voor 2 personen | 45 minuten

Olie of boter om te bakken - 450 gr krieltjes - 500 gr asperges
scheutje melk - zout en peper - 125 ml crème fraîche - 1/2 citroen
1 theelepel maïzena - bosje verse bieslook - 200 gr gerookte zalm

Bereiding

Verhit een beetje olie of boter in een pan en bak de krieltjes krokant. Schil de asperges en snijd de laatste 3 cm eraf. Breng een grote (asperge)pan met water aan de kook met een scheut melk en snuffje zout. Doe de asperges in de pan, kook ze 7 minuten en laat ze nog 5 minuten nagaren in het water. Schep ondertussen een soeplepel van het kookvocht in een pannetje, voeg de crème fraîche toe en roer tot deze is opgenomen. Knijp de citroen uit bij de saus. Breng het mengsel net aan de kook, voeg de maïzena opgelost in een paar druppels water toe en laat de saus indikken. Breng op smaak met peper, zout en fijngehakte bieslook. Schep de asperges voorzichtig uit de pan en wikkel er een stukje zalm omheen. Serveer de asperges met zalm met de gebakken krieltjes en de bieslooksaus.

Uw **onderneming** ook
presenteren in dit
sprankelende **magazine?**

Neem dan **contact** op via
nl@nederlandbruist.nl of bel
076-7115340



Check ook
onze website!

Neem een kijkje op
www.bergenopzoombruist.nl





KOMKOMMERSALADE

Ingrediënten voor 4 personen | 20 minuten

1 komkommer - 1 rode ui - 1 groene appel

Dressing: 3 eetlepels Griekse yoghurt - 1 eetlepel water
1/2 limoen - 5 gr dille fijngehakt - 1 teen knoflook geperst
peper en zout - 2 eetlepels geroosterde pijnboompitten

Bereiding

Halveer de komkommer en verwijder de zaadlijsten. Snijd halve maantjes van de komkommer. Snijd de ui in halve ringen en de groene appel in blokjes. Meng voor de dressing de Griekse yoghurt met een eetlepel water, het sap van een halve limoen, de gehakte dille en geperste knoflook. Breng op smaak met peper en zout. Voeg de dressing nu aan de komkommer, appel en rode ui toe. Verdeel als laatste de pijnboompitten over de salade.



LUCHTIGE FRUITCAKE

Ingrediënten voor 10 stukken | 20 minuten + 60 min. oventijd

4 eieren - 150 gr suiker - 1 kopje olie à 200 ml - 200 gr bloem
2 theelepel bakpoeder - 1 blik perziken (of ander fruit)
poedersuiker om te bestrooien

Bereiding

Verwarm de oven voor op 180 graden. Klop de eieren en de suiker 5 minuten met de mixer luchtig. Giet langzaam al mixend de olie erbij. Voeg als laatste de bloem en het bakpoeder toe en mix nog 5 minuten goed door. Giet het beslag in een ingevette vorm. Snijd het fruit in partjes en verdeel over de bovenzijde van de cake. Zet de cake 50 tot 60 minuten in de oven. Laat afkoelen en bestrooi met wat poedersuiker.

ECM
COMPANY

Voor al uw
officewerkzaamheden

06-34590974

BRUIST

www.bergenopzoombruiст.nl

Hulp bij scheiding

Wie gaat scheiden krijgt veel over zich heen. Er moet van alles geregeld worden. Praktische zaken, zoals wat te doen met de eigen woning, maar ook dingen waar u wellicht niet direct aan denkt, zoals uw pensioen. En dat allemaal op een moment waarop u het waarschijnlijk emotioneel ook zwaar heeft. Daarom is het fijn om deze zaken uit handen te kunnen geven.



Marco der Otter

Gratis Scheidingsboekje

Wilt u thuis in alle rust verder lezen wat er bij uw scheiding komt kijken? Bestel dan ons gratis boekje 'Een nieuwe start...!'. Voor u zelf of voor iemand anders. In ons boekje vindt u alles wat u moet weten over scheiden. In heldere en duidelijke taal, zodat u precies weet wat belangrijk is in deze hectische periode. En voor verdere vragen staan we uiteraard ook graag voor u klaar.



de Scheidingsplanner®

Plan je nieuwe toekomst!

Bruinevisstraat 32
4611 HJ BERGEN OP ZOOM
088-62 62 620
www.scheidingsplanner.nl