

BERGEN OP ZOOM HALSTEREN
HOGERHEIDE



NOVEMBER 2019 GRATIS MEENEMEN!
WWW.BERGENOPZOOMBRUIST.NL

BRUIST

#Doeslief
13 november Wereld
Vriendelijkheidsdag

Win met onze
lezersacties

Genieten van
comfort food



MY ONLY BOTTLE

De enige fles voor onderweg waarmee je ook bruiswater kunt maken



KEEP IT CLEAN

Je stopt je herbruikbare fles gemakkelijk in de vaatwasser

sodastream®

Met de **MY ONLY BOTTLE** van SodaStream heb je **altijd en overal** een fashionable dorstlesser bij de hand. De My Only Bottle is perfect voor on-the-go en is ook nog eens vaatwasserbestendig. Daarnaast lever je ook een belangrijke bijdrage aan een **schonere wereld**. Je hebt namelijk geen wegwerpflessen meer nodig. **Better for you, better for the planet!**



HANDIG DINGETJE

Altijd en overal 0,5L dorstlessing aan je draagkoordje



HELP MEE AAN EEN WERELD ZONDER WEGWERPPLASTIC

Met een herbruikbare SodaStream-fles bespaar je duizenden plastic wegwerpflessen

SPORT TOP MET DE SPORTDOP

Altijd op en top gehydrateerd



Koop jouw My Only Bottle op sodastreamstore.nl

Hoera!

Kapsalon Haren Majesteit één jaar open!



Precies een jaar geleden besloot het gezellige kappersduo Sylvia en Melanie een eigen kapsalon te openen in Residentie Meilust in Bergen op Zoom. “Het motto van tijd is geld, dat geldt hier niet!”.

Met meer dan vijftig jaar ervaring in het kappersvak wisten de dames al snel welke richting ze op wilden. “Het moet leuk en aantrekkelijk zijn voor de mensen om naar een kapper te gaan. Bovendien nemen we echt de tijd voor onze klanten”, vertelt eigenaresse Sylvia. Van routinewerk is zeker geen sprake. De dames plannen voor iedere klant ruimschoots de tijd in. “We vinden het leuk om een goed gesprek te voeren en doen ons werk met heel veel plezier”, vertelt eigenaresse Melanie.

Wat de kapsalon Haren Majesteit vooral zo bijzonder maakt is informele en huiselijke sfeer. “Dat de klanten zich op hun gemak voelen is heel belangrijk en echt kenmerkend voor ons. Ook krijgen we veel complimenten over onze kapsalon, de goede bereikbaarheid en gratis parkeermogelijkheden. En als mensen ons eenmaal gevonden hebben, blijven ze iedere zes weken terugkomen”, zegt Sylvia. “Een ander groot pluspunt is dat we onder de gemiddelde kappersprijs zitten. Zo blijft het voor iedereen betaalbaar”, voegt Melanie toe.

TIPS VOOR DE FEESTDAGEN

OPENINGSUREN

Dinsdag, donderdag en vrijdag van 9.00 uur tot 17.00 uur
Woensdag en zaterdag van 9.00 uur tot 12.30 uur
(Zondag en maandag gesloten)

“Dit najaar zien we veel krullen, ultrakorte kapsels en natuurlijk warme kleuren zoals rood, koper, bruin en oranje. De mensen willen er netjes bij zitten met de feestdagen, dus onze vaste klanten boeken hun afspraken gewoon door. Wij raden altijd aan om tijdig een afspraak te maken, vooral in de aanloop naar kerst”, vertelt Melanie.

Bij Kapsalon Haren Majesteit is iedereen welkom. Mannen, vrouwen en kinderen van alle leeftijden, mensen uit de buurt én bewoners van de Meilust. Of je nu voor een knipbeurt, een watergolf of voor highlights komt! Iedere klant wordt met dezelfde zorg en persoonlijke aandacht behandeld.

Kapsalon Haren Majesteit is gevestigd aan de achterzijde van Residentie Meilust aan de Bloemendaal 61.

KAPSALON HAREN MAJESTEIT

Bloemendaal 61 Bergen op Zoom | 0164 271855
www.kapsaloharenmajesteit.nl
f kapsalon-Haren-Majesteit



BRUISENDE/ZAKEN

BIJ KAPSALON HAREN MAJESTEIT IS
IEDEREEN WELKOM.





COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
MANAGER Marcel Bossers
OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist
VORMGEVING Nederland Bruist - Ramon Heeren
THEMA'S Nederland Bruist - Annemiek Jansen
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Maaïke van Helmond
ACQUISITIE Catharina Coenrades, 06-46863834

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
 T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl
 www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be
 Like ons op Facebook.com/nederlandbruist

ABONNEMENT Ontvang de Bruist uit jouw regio(s) iedere maand in je brievenbus voor € 1,49 p.m. **Meer weten?** Stuur een e-mail naar abonnement@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2019 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: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Ibiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsengebék, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildep-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

ADVERTEREN?
 Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
 of bel
 06-46863834



November, de maand van Sint Maarten en natuurlijk de aankomst van Sinterklaas. Maar ook de maand waarin het steeds duidelijker wordt dat de winter echt niet lang meer op zich laat wachten. Kom dus maar op met die warme jassen, dikke truien en zachte plaids waaronder je je heerlijk kunt nestelen op de bank. Want wat ons betreft is november ook de start van het 'cocoonseizoen'.

Bruisende lezer,

En wat kun je nu het beste doen tijdens het 'cocoonen' op de bank? Natuurlijk, lekker bladeren door deze nieuwste editie van Bruist. We hebben namelijk weer heel wat bruisende en inspirerende verhalen voor je op papier gezet. Wat dacht je bijvoorbeeld van een kijkje in de keuken bij Damibelle? En ook Wendy van Salon de Engel laat ons vol trots haar onderneming zien.

Wat ontbreekt er nu nog in dit plaatje? Juist, heerlijk 'comfort food' om ook je innerlijke mens optimaal mee te verwennen. Ongetwijfeld heeft iedereen zijn eigen interpretatie van wat comfort food precies is, maar het is hoe dan ook eten waar je een goed gevoel van krijgt. Ook daar lees je verderop in deze editie van Bruist meer over...

Veel leesplezier en geniet van de herfst!
Lea en Marcel Bossers

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Roosendaal Bruist en Etten-Leur Bruist.

Inhoud

Comfort

Comfort food en de herfst horen bij elkaar. Als je het woord alleen al hoort, zie je jezelf in kleermakerszit op de bank zitten met een warme kom eten op schoot. Iedereen heeft uiteraard zijn eigen beeld bij het woord comfort food, maar deze definitie vat het goed samen: comfort food is eten waar je een goed gevoel van krijgt.

VOOR
EEN GOED
EN GELUKKIG
GEVOEL

food voor iedere mood

Het is vaak ook gemakkelijk te maken, zodat je je niet hoeft uit te sloven in de keuken. Dat wil niet zeggen dat comfort food per definitie ongezond is. Immers, je zou kunnen denken: een kant-en-klare pizza uit de vriezer is comfort food. Een diepvriespizza is snel klaar en geeft je misschien ook nog een goed gevoel als je deze eet. Maar hetzelfde kan gelden voor een makkelijke curry, bomvol groenten en verse ingrediënten. Gemaakt in een handomdraai, geserveerd in een bowl... supergezond, maar nog steeds comfort food. Ongezond of gezond, het gaat vooral om een bepaald gevoel dat je van het eten krijgt.

Wat ook echt bij comfort food hoort, zijn geuren, kleuren en smaken. De geur van warme appeltaart of van een hartverwarmende latte macchiato of de kleur van een dampende kom pompoensoep. En wat dacht je van een pruttelend stoofpotje met de kruidige smaken van de herfst?

WELK FOOD PAST BIJ JOUW MOOD?

Dat is natuurlijk heel persoonlijk. Immers, wat voor de een troostvoer is, is voor de ander een feestmaal. En waar sommige mensen geen hap door hun keel krijgen als ze verdrietig zijn, krijgen anderen juist een enorme eetbui.

Wanneer je ziek bent, eet je graag soep. Dat verwarmt en biedt troost. Als je heimwee hebt op reis, dan eet je graag iets dat je doet denken aan thuis. Bijvoorbeeld je eigen lievelingsontbijtje, zoals je het thuis ook altijd eet. Wanneer je moe bent, dan eet of drink je graag iets waarvan je weet dat je er extra energie van krijgt. Dingen met gember en chili erin, veel groenten, sapjes, enz. Wij geloven heilig dat gezond eten in combinatie met wat extra uurtjes slapen echt helpt.

Je hebt niet altijd een bepaalde emotie of gemoedstoestand nodig om comfort food te kunnen waarderen. Het is er in alle soorten en maten en op alle momenten van de dag. Het zijn allemaal recepten die eenvoudig te maken zijn, snel klaar en zonder poespas en die je bovenal een heel goed en gelukkig gevoel geven. En wie wil dat nou niet?



Thuiskomen in warmte



Hoge ISDE subsidie op pelletkachels



KACHELSERVICE
Kalmthoutsesteenweg 290
B-2910 Essen (Wildert) | 0165 788 120
info@kachelservice.nl | www.kachelservice.nl

ADVIES, VERKOOP EN INSTALLATIE:

- Pelletkachels
- Combikachels
- Houtfornuizen
- Houtkachels
- Inbouwhaarden
- Buiten(kook)toestellen



im-POSSIBLE Coaching Jolanda

Ik ben Jolanda Neefs.
Ik wil dat ook jij je mooiste
leven leeft! Wie ben je, wie
wil je zijn? Mag ik je helpen,
begeleiden en coachen?

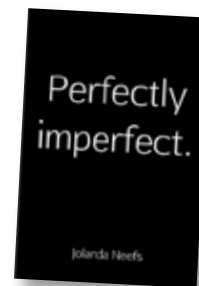


*En dan is daar
mijn tweede boek:*

Perfectly imperfect

Een positief zelfhulpboek waarin je coaching krijgt
in omdenken en zelfontplooiing. Een mengelmoes
van mijn blogs, van enkele ervaringen met cliënten
en autobiografie.

Perfectly imperfect, een
non-profit boek, ik hoef geen
winst te maken, ik voel me rijk
dat jij het wilt lezen. In de hoop
dat je op zoek gaat naar de
beste versie van jezelf. Een
gecoachte werd coach en
schreef een coachboek.



Coaching, Counseling & Care
0031 - (0)648267375
www.im-POSSIBLE.be

Slaapproblemen

Eén op vijf Nederlanders kampt met slaapproblemen.
Hierbij gaat het over moeite om in slaap te vallen, door
te slapen of te vroeg wakker worden. Bij 40% van deze
groep heeft dit ook effect op het dagelijks functioneren.

Slaapproblemen kunnen daarbovenop schade brengen
aan de geestelijke en lichamelijke gezondheid.

Herken je deze klachten? Probeer hypnose: een veilige
techniek waarbij je slaapritme hersteld kan worden.



Vraag GRATIS en
VRIJBLIJVEND een
adviesgesprek aan!

Hypno
Studio

Hypnostudio
Biezendreef 8 | Putte
NL: 0630137627 | BE: 0472887199
www.hypnostudio.nl | info@hypnostudio.nl



LEGALLY PINK

Deze webshop wil voor iedereen een geluksmomentje creëren met roze power artikelen. Dat kan een designertas zijn, een jurk of een sleutelhanger. Als het roze is, vind je het bij Legally Pink. Dit concept kwam tot leven dankzij een roze pen waarmee de oprichtster miljoenencontracten tekende. Een knipoog naar de voornamelijk mannelijke zakenwereld. De nieuwe - pink only - webshop zal tijdens de Masters of LXRY in december feestelijk gelanceerd worden.
kry.nl/exhibitor/legally-pink

HAAL BRUIS IN HUIS

Draag bij aan een wereld zonder wegwerp-plastic. Met een SodaStream-toestel wordt kraanwater in een handomdraai bruisend water. En met de toe te voegen smaken maak je jouw drankje extra bijzonder.
SodaStream, vanaf € 99,99
www.sodastream.nl



ADEM IN, ADEM UIT... EN RELAX!

Een momentje rust voor jezelf op elk moment van de dag. Dat kan nu met de Meditation Moments App. Tientallen geleide meditaties en heerlijke relaxte muziek, altijd bij je op je mobiel. **Je kunt de Meditation Moments App gratis downloaden in de stores.**



MEDITATIONMOMENTS

LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 3 dvd's van Detective Montalbano volume 7.

Vier nieuwe afleveringen van de sfeervolle Italiaanse misdaadserie over de Siciliaanse rechercheur Salvo Montalbano.
www.lumiereseries.com



Like de **Facebookpagina** van Nederland Bruist en van de glossy 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. #MONTALBANO naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

win

Voor *jou* geselecteerd!

LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 3 boeken van Wendy Wood.

Een helder, inzichtelijk en praktisch boek over gewoontegedrag en hoe we ons onderbewuste kunnen gebruiken om een beter leven voor onszelf te creëren.
www.harpercollins.nl



Like de **Facebookpagina** van Nederland Bruist en van de glossy 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. #WENDY WOOD naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

GELUKKIG MET GEWOONTES

Meer dan 43% van wat we dagelijks doen, gaat op de automatische piloot; we denken er niet eens over na. Wendy Wood doet al dertig jaar onderzoek naar de fascinerende wetenschap achter gewoontevorming. Ze schrijft over het houden van onze goede gewoontes in haar nieuwe, praktische boek 'Gelukkig Met Gewoontes'. Hoe kunnen we ons onderbewuste gebruiken om een beter leven voor onszelf te creëren?

www.harpercollins.nl
BRUIST mag 3 boeken van Wendy Wood weggeven. Lees hiernaast hoe jij kans maakt!



LEZERSACTIE

Maak kans op één van de boeken van Marjan Gorissen.

Ze werd in 1996 onterecht verdacht van de moord op het Bredase peutertje Robin. Ze schreef er een boek over: De verdwijning van Robin.



Like de **Facebookpagina** van Nederland Bruist en van de glossy 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 VERDWIJNING VAN ROBIN naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

BRUIST Deal

Bij Hotel de Leijhof in Oosterwijk

Overnachting in een Comfort Room van één van de meest luxe boutique hotels van het bosrijke Oosterwijk. Culinaire 3-Gangen Menu Du Chef - Luxueus ontbijt - Parkeren

Reserveer via www.leijhof.nl met promocode **BRUIST**

€ 79,50
p.p.*

*excl. lokale heffingen. Op basis van min. 2 pers.

MODE *met Style*

Tebbens modehuis

heeft een collectie die bestaat uit jonge, sportieve mode, naast stijlvol klassiek. Of het nu 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 najaar veel kleurtinten laten zien, maar anderzijds zorgen we voor een mooie basiscollectie. Iedere klant vindt daardoor bij ons iets wat bij haar past. Dat maakt onze mode uw mode!

Winkelen bij Tebbens modehuis wordt nog leuker dankzij het mooie aanbod in tassen, sjaals, sieraden en cadeauartikelen. U vindt er verder een geurige keuze in kaarsjes. Een cadeautje voor uzelf of voor iemand anders.



NAJAAR
COLLECTIE
2019

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



New in stores

Aandacht voor been- en ondermode is aandacht voor jezelf. Bij Sven&Sophie beseffen wij dat als geen ander. Daarom biedt onze winkel meer dan alleen een ruim assortiment eerste klas producten van toonaangevende merken.

OOK
KLEURRIJK
VOOR DE DAG
KOMEN?
Dat kan nu bij:

sven &
sophie

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

13 november is het **World Kindness Day**. Doe (niet alleen die dag) eens extra lief tegen elkaar, wie weet krijg jij dan zomaar een glimlach terug.

Steun jij **Movember** door je snor te laten staan? Movember streeft naar een gelukkiger, gezonder en langer leven voor mannen. Ga naar nl.movember.com en kijk wat jij kunt doen.

In sommige delen van België en Nederland viert men op 11 november **Sint-Maarten**. Volgens de traditie gaan de kinderen dan de straat op met een (zelfgemaakte) lampion.

Zet je schoen maar alvast klaar, want Sinterklaas komt op 17 november aan in **Apeldoorn**.

Sinterklaas heeft dit jaar een nieuw vervoersmiddel. Hij komt namelijk met een prachtige **stoomtrein** richting Nederland.

Het carnavalsseizoen start officieel op 11 november om elf over elf. Vaak wordt op deze dag ook de nieuwe **Prins Carnaval** bekendgemaakt.

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit 4 sterrenhotel 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-garde stijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je onze beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*



*Resultaat door
eigen kracht*



Problemen
op je werk?

Laten we
het samen
oplossen.



Isabelle Hulsman | Mediation, Coaching en Advies
Westerland 30, Bergen op Zoom
06-29077511 | info@hulsmanmediation.nl
www.hulsmanmediation.nl



Open buffet



Maak kennis met de rijke smaken van de Syrische keuken.
Laat ons open buffet u betoveren door de heerlijke oosterse smaken.

Elke vrijdag, zaterdag en zondag
Onbeperkt eten en drinken voor € 14,95 p.p.
Kinderen t/m 12 jaar € 9,95

1000 en 1 Nacht | Kremerstraat 30 Bergen op Zoom
0164-314576 | bozduizendeneennacht@gmail.com
www.facebook.com/duizendeneennachtbox

DE BLOEMENSTAL

Voor bloemen die niet direct voor de hand
liggen en net dat speciale tintje geven!
Van mooie boeketten tot zaalversieringen.



WIJ LEVEREN AL UW
BLOEMABONNEMENTEN
OP MAAT!

Dorpsstraat 73-K Halsteren | 0164 684 404
info@debloemenstal.nl | www.debloemenstal.nl



Bij Paul & Martijn
Lievrouwstraat 56
4611 JL Bergen op Zoom

Openingstijden:
Maandag t/m vrijdag
van 9:00 tot 15:00 uur



Kerstinkopen
direct naast de
Gevangenepoort...

Originele items
gemaakt door de
medewerkers

Leuke
cadeaus
onder de
€ 15,-!

Bent u op zoek naar een leuk en
origineel cadeau voor de feestdagen
dat met zorg voor u gemaakt is? Kom
dan eens langs bij ons in de winkel.
Het adres is Lievrouwstraat 56 in
Bergen op Zoom.

Vrijwel alle cadeaus zijn onder de
€ 15,00. Buiten hetgeen op de foto's
worden er in de winkel nog meer leuke
en originele items gemaakt.



Zakje complimenten

€ 3,50



Kletpot

€ 10,00



Eland

€ 15,00

Oog voor de **sociale kant** van revalideren

Bij multidisciplinair gezondheidscentrum Inspirante vind je **diverse disciplines** onder één dak: fysiotherapie, psychologie en een diëtiste. En dat is nog niet het enige, want in de ruime oefenzaal is het bovendien mogelijk om te werken aan herstel na een operatie en het opbouwen van conditie bijvoorbeeld bij hartproblemen, COPD of andere longaandoeningen.

Aan de hand van een trainingsschema op maat wordt gewerkt aan kracht, conditie en stabiliteit en is er meteen aandacht voor persoonlijke doelen. Deze kunnen per persoon erg verschillen. Afhankelijk van het persoonlijke verhaal en de behoeftes worden doelen opgesteld om samen aan te werken.

Behalve voor de fysieke doelen, hebben wij ook aandacht voor andere factoren. Vaak hebben



mensen al sporttrajecten doorlopen. Maar doordat ze in veel gevallen het sporten opbouwen met pijnklachten, geeft dit tevens emotionele problemen in de vorm van teleurstelling als iets niet lukt of als ze op sociaal niveau af moeten haken doordat ze door hun klachten bijvoorbeeld niet naar een feest kunnen. Bij Inspirante gaat revalideren dan ook verder dan alleen fysiek revalideren. Wij hebben oog voor de sociale kant van revalideren en kunnen je tools aanleren om beter om te gaan met stress en pijn.

**Voor meer informatie
bezoek je de website:
www.inspirante.nl**



Inspirante is een multi-disciplinaire praktijk, bestaande uit fysiotherapie, psychotherapie, psychosomatische fysiotherapie, diëtiëk en medische fitness.

Inspirante werkt als enige in de Zuid-westhoek met het David Spine Rug concept (DSC) en ook met het speciale David Cervicaal-trainingsapparaat (interessant bij nekklachten, whiplash e.d.).

Inspirante
het gezonde alternatief!

Louis Porquinlaan 1
Bergen op Zoom - 0164-620838
info@inspirante.nl
www.inspirante.nl

DAGJE UIT GLOW EINDHOVEN



Ieder jaar vindt in Eindhoven het internationale lichtkunstfestival GLOW plaats. Tientallen lichtkunstenaars geven met hun lichtinstallaties de binnenstad van Eindhoven een nieuw aangezicht. Gevels en openbare ruimtes veranderen in sprookjesachtige kunstwerken. Kom naar Eindhoven en beleef hoe bij het vallen van de avond het straatbeeld van de stad verandert van kleur en vorm. De lichtkunstprojecten zijn met een looproute aan elkaar verbonden. Naast grote internationale lichtkunstenaars, maakt GLOW ruimte voor innovatieve en unieke projecten van eigen bodem. Thema 2019: Living Colors.
Kijk voor meer informatie op www.gloweindhoven.nl

FILMPJE KIJKEN PENOZA: THE FINAL CHAPTER

De Zwarte Weduwe is niet dood... Drugskoningin Carmen van Walraven zit ondergedoken in Canada en leidt daar een anoniem leven. Ze houdt zich overal buiten, totdat er op een avond een collega lastiggevallen wordt. Uit zelfverdediging vermoordt ze de dader, wordt opgepakt en uitgeleverd aan Nederland. Terwijl haar kinderen in shock zijn dat hun moeder nog leeft, zijn er ook wat mensen die nog een rekening met Carmen hebben openstaan.
Penozo: The Final Chapter draait vanaf 28 november in de bioscoop.



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN EDGARD MEULEMAN



Leidinggevend laten zich vaak meer leiden door hun ego dan ze denken. Dat remt hen af om de bestaande organisatiestructuren in hun bedrijf in twijfel te trekken en te vernieuwen. De economische golfbewegingen vragen erom structuren en systemen in de huidige bedrijfsorganisatie anders te bekijken en uit te werken. Met zijn nieuwste boek 'EGO-Energie in arbeidsorganisaties' wil management consultant Edgard Meuleman managers en verantwoordelijken inspireren tot reflectie en actie. Nieuwsgierig? Lees het boek en laat de inspiratie zijn werk doen.
EGO-ENERGIE IN ARBEIDSORGANISATIES van Edgard Meuleman is als e-book te koop voor € 10,- via www.smartco-operation.be.

**GESTAMPTE
MEISJES
F*KE IT**

ZATERDAG 30 NOVEMBER | 20.15 U

De drie jonge meiden van Gestampte meisjes maken fysiek cabaret. Hun voorstellingen zijn snel met dans en beats, opgevolgd door kwetsbare verhalen en altijd een onverwachte twist. En niet te vergeten... met een schaamteloos rauw randje.

**JEROENS CLAN
TERE ZIELTJES**

VRIJDAG 8 NOVEMBER | 20.15 U

KEES VAN AMSTEL
EEN BANG JONGETJE DAT
HELE ENGE DINGEN DOET
WOENSDAG 20 NOVEMBER | 20.15 U

JELLE AMERSFOORT
PEPERNOTENPOPCONCERT
WOENSDAG 27 NOVEMBER | 14.30 U

De Cammeleur

Hoge Ham 126 | 5104 JK Dongen | 0162 31 20 00

WWW.DECAMMELEUR.NL

Zeg NEE tegen de winterdip

Blijf energiek en vrolijk tijdens de donkere dagen

Met de herfst voor de deur breken ook de donkere dagen weer aan. Letterlijk, maar voor veel mensen ook figuurlijk. Want heel veel Nederlanders hebben last van een winterdip. Heb jij of iemand in je naaste omgeving daar ook last van? Lees dan verder voor tips en een manier om dit jaar niet 'te dippen', maar te bruisen!

De dagen worden weer korter. Dat betekent helaas dat we ook minder zonlicht krijgen. En laten we dat nou net nodig hebben. Want zonder voldoende licht voel je jezelf minder energiek en soms zelfs een stuk minder goed. Een biologisch gevolg, maar gelukkig wel eentje waar je zelf wat aan kunt doen.

gebroken lijnzaad en extra groenten.
5. Schrijf elke dag eens drie dingen op waarvoor je dankbaar bent.

Geen ingewikkelde dingen, dus je kunt er zo mee aan de slag.

Toch een dipje?

Heb je alles al geprobeerd, maar werkt het niet? Kom dan eens langs voor een energiesessie bij Natuurgeneeskunde Plus. Door onze speciale therapie zorgen wij dat de (ongebruikte) energie in je lichaam gaat stromen. En dat voel je al direct tijdens en na de sessie.

Het gevolg? Meer energie, een beter humeur en simpelweg meer zin om dingen te ondernemen. Klinkt geweldig toch? Neem vrijblijvend contact op voor meer informatie of maak een afspraak en ontdek zelf wat het voor je doet. Want die winterdip, die is nergens voor nodig!

*Spiritualiteit,
Natuurgeneeskunde
en Coaching:
een gouden combinatie.*



Natuurgeneeskunde PLUS
Christien van Dijk
De Vuurdoorn 16, Hoogerheide
06-19709225
info@natuurgeneeskundeplus.nl
www.natuurgeneeskundeplus.nl



De Begeleidingscoach

De Begeleidingscoach
Christien van Dijk
De Vuurdoorn 16, Hoogerheide
06-19709225
christienvandijk@hotmail.com
www.debegeleidingscoach.nl



maxaro®

Ruim 5.000 m²
inspiratie & beleving

MAXIMAAL
GESLAAGD
GARANTIE



Vanaf
€ 1.099,-

keukens

Samen ontwerpen
wij uw droomkeuken



Vanaf
€ 7,95 m²

vloeren

Ervaar de perfecte vloer
voor iedere kamer in huis



Vanaf
€ 2.400,-

badkamers

Alle stijlen badkamers
voor ieder budget

Slaag maximaal op www.maxaro.nl óf in onze Experience Showroom
van 5000 m² aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal.**

Ma, Di, Do 09.00 - 17.30 uur | Wo 09.00 - 21.00 uur | Vr 09.00 - 20.00 uur
Za 09.00 - 16.00 uur | Zo. 11.00 - 17.00 uur



Express yourself

Voor sommigen is de maand november grauw en eigenlijk niets aan. Voor ons niet, want we fleuren onszelf gewoon op met de mooiste beautyproducten. November is niet de start van een winterdepressie, maar van winterexpressie!

1. Si Eau de Parfum Nacre Edition van Armani, € 140,- www.armanibeauty.com
2. Organic Vegan Body Wash van Beauty Kitchen, € 9,99 www.hollandandbarrett.nl
3. Tas Charley Coral van SMAAK Amsterdam, € 309,- www.smaakamsterdam.nl
4. Phyto-Nature Firming Serum van Dermalogica, € 154,90 www.dermalogica.nl
5. Mesmerising Oudh Accord & Gold Eau de Parfum van Molton Brown, € 130,- www.babassu.nl
6. Blusher Eyeshadow Multi-Effect van Collistar, € 34,50 www.collistar.nl

7. Sparkling Body Powder van Urban Decay, € 35,- www.urban-decay.nl
8. Rouge Pur Couture Fuchsia Allusion, € 38,50 www.ysl.com
9. Heart Defensor Eye <3 Palette van Pixi, € 23,50 www.debijenkorf.nl
10. nail polish rust-worthy van essie, € 9,99 www.essie.nl
11. Météorites Goldenland van Guerlain, € 59,- www.guerlain.nl
12. The Repulp Gel van Novexpert, € 49,95 www.iciparisxl.nl

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

1001 en 1 nacht Bergen op Zoom
Brasserie de Berk
Braincare/Mindhulp
Cine-Service Bioscoop
De Draak
Elle's Elegant Earrings
Gezond op Maat
Van der Kreek
Het Visgilde Oosterschelde
Tebbens Modehuis
Bakkerij Bart
Melanie Hairstyliste on Wheels
Sonja's Feet & Bodycare
Elly's Boutique
Cormat Finance BV
De Kristalloods
AdAnte4U
Inspirante
Make It Easy Praktijk
Grand café Hotel de Bourgondiër
LunaNova

HALSTEREN

Damibelle
Hotel café De Ram
Cafe zaal Tivoli
Salon De Engel
1633 Eten & Drinken
Elma Lifestyle Coaching

HOGERHEIDE

Restaurant Het Portret
De Herstelknoop
Natuurgeneeskunde Plus
De Tijd van Toen
Vissers Petfood
Watch Your Style

HUIJBERGEN

Kado- en Borduurshop Bodusha

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.

De mooiste houten vloeren

Een parketvloer heeft een rijke en warme uitstraling. U kunt deze vloer in de woonkamer laten leggen, maar ook in de hal, in de slaapkamer en ga zo maar door. Door ons grote aanbod met verschillende soorten parketvloeren, vindt u altijd wel een parketvloer die aan uw eisen, wensen en verwachtingen voldoet. Laat u een van onze parketvloeren in uw woning of bedrijfspand leggen, dan geeft u het pand meer warmte en sfeer.

Een groot aanbod parketvloeren

De Parket en Laminaatwinkel heeft een groot assortiment met verschillende soorten parketvloeren. Onze parketcollectie bestaat voor 90 procent uit eikenhouten vloeren. Verder heeft u de keuze uit gelakte of hardwax behandelde vloeren, naturel of gekleurde vloeren en vlakke vloeren of vloeren met vellingkant. En wilt u uw vloer iets ouder laten lijken, laten roken of laten schrappen? Dan is dit ook zeker mogelijk bij de **Parket en Laminaatwinkel**.



**pvc
vloeren**

laminaat

**houten
vloeren**



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

Van Konijnenburgweg 55, Bergen op Zoom | **0164-728291** | www.laminaatwinkel.com

Herstelwerk op maat.



Met unieke
haal- en
brengservice

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

de Herstelknoop



Mary Willigers | 06-34339984 | deherstelknoop@kpnmail.nl

Een **kristal**
in huis of op je werkplek
voor steun en positieve energie

30 NOVEMBER
OPEN
LOODS DAG



Aantrekkelijke
kortingsregeling voor
wederverkopers. Bel voor
meer info **06 12111601**

Op afspraak open
Gankelweg 1, Oud-Vossemeer
www.devijfwijzen.nl
www.facebook.com/DeVijfWijzen

De Kristalloods

Kapsalon Rian

Bij ons sta jij als klant
altijd op de eerste plaats.



Kerkstraat 30
Wouwse Plantage
0165-379511

kapsalonrian@home.nl

Di, wo, vr
08:30 - 17:30

za
08:00 - 15:00



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:



Deze aanbieding is geldig t/m juni 2020 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

Parel in 't groen

Oisterwijk

Oisterwijk is een gastvrije gemeente waar altijd iets te beleven is. Dankzij de ligging midden in de natuur wordt de gemeente ook wel 'Parel in 't groen' genoemd. Breng een bezoek aan de gezellige dorpskern of maak een wandeling door de mooie natuur. En sluit de dag af met een hapje en drankje op het grootste terras van Nederland.



SHOPPEN

Je vindt in Oisterwijk een mooie mix van landelijke winkelketens, lokale ondernemers en exclusievere winkels. Van bijzondere woonwinkels zoals **KOOS KLUYTMANS INTERIEUR** tot gezellige boetiekjes als **LO-LA KINDER-KLEDING**. En wat dacht je van de prachtige delicatessenzaak **LA CUCINA**? Na een dagje shoppen in Oisterwijk kom je altijd thuis met iets speciaals. In het bruisende centrum van Oisterwijk vind je talloze leuke winkeltjes op De Lind en in de Dorpsstraat. Houd tijdens het shoppen ook zeker je ogen open voor sfeervolle zijstraatjes, want juist daar vind je de meest bijzondere winkels.

WINTERGLO'W OISTERWIJK 2019

Dit sfeervolle winterevenement vindt plaats op vrijdag 13 en zaterdag 14 december in het centrum van Oisterwijk. Net als voorgaande jaren is het centrum op deze dagen omgetoerd tot een sfeervol decor met o.a. een kerstmarkt, foodtrucks, muziek- en theateroptredens, gezellige winterterrassen en een ijsbaan. En natuurlijk zijn de winkels geopend.

CULTUUR

Oisterwijk heeft verschillende bezienswaardigheden die stuk voor stuk de moeite waard zijn. Een bezoek aan de **KERKHOVENSE MOLEN** mag echt niet ontbreken als je naar Oisterwijk gaat. En iedere eerste dinsdag van de maand organiseert de levendige hotspot **LEERFABRIEK KVL** een gratis rondleiding op het terrein. Je bezoekt dan ook het 'Europees Keramisch Werkcentrum'.



BRUIST

Deal

OVERNACHTEN

Overnachten in Oisterwijk? Dat doe je natuurlijk bij **HOTEL DE LEIJHOF!** Gebruik bij het boeken kortingscode 'BRUIST' en profiteer van een mooie korting!



VERVOER

Oisterwijk ligt centraal in Noord-Brabant en is daardoor vanuit verschillende richtingen goed te bereiken. In het centrum is volop ruimte om (betaald) te parkeren. Ook heeft de stad een eigen NS-station. Reis je graag met bijzonder vervoer door de stad?



Ga dan met de **PAREL EXPRESS**, een bekende verschijning in Oisterwijk. Met deze toeristentrein rijd je langs de mooiste plekken in het centrum of door de mooie natuur.

FIETSEN EN WANDELEN

Dankzij de mooie omgeving is Oisterwijk de ideale plek om heerlijk te wandelen en fietsen. Geniet van de rust, de bijzondere natuur en al het moois dat Oisterwijk te bieden heeft. Je vindt er vele kilometers aan prachtige fiets- en wandelroutes. Bezoek bijvoorbeeld de Oisterwijkse **BOSSEN & VENNEN** of begin je wandeling bij een van de natuurpoorten. Onderweg zijn er volop mogelijkheden om te genieten van een hapje en een drankje.

CULINAIR GENIETEN

Oisterwijk is rijk aan horecazaken met elk hun eigen specialiteit. Ontdek de gezellige restaurants en ruime terrassen aan De Lind, waaronder dat van **MOOR**, één van de culinaire hotspots van Oisterwijk. Maar ook Keuken van Leer, de stoere en industriële zaak van Robèrt van Beekhoven verdient zeker een bezoekje.



Met 37 uitgaven is Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland, België en Spanje. Naast de glossy uit jouw regio, brengen we ook een stadsmagazine uit in Oisterwijk. JA, OOK OISTERWIJK BRUIST!



Wie jarig is trakteert!

Het is feest bij schoonheidssalon Damibelle. 20 oktober was het twaalf en een half jaar geleden dat ik de deur van mijn salon heb geopend.

De feestelijkheden zullen de hele maand november en december te beleven zijn in de salon. Er zijn hele mooie acties, aangepast aan ieders huidtype en wens, maar ook zeker aan het stukje persoonlijke aandacht is gedacht. Zo is er een cadeau bij elke behandeling en mag iedere klant een surprise enveloppe trekken.

Wanneer u voor het eerst een afspraak maakt in deze maanden, krijgt u na de behandeling een mooie goodiebag mee naar huis en 10 procent korting op één van de premium behandelingen.

Kom gezellig dit feestje met mij meevieren en ik voorzie u van een passend huidadvies en een heerlijke behandeling.

Wilt u een afspraak maken of wilt u een klantenblad ontvangen met daarop alle feestelijke acties?
Mail mij, stuur een appje of bel!

Groetjes *Anna-Marie*

Damibelle
 schoonheidssalon & nagelstyliste

Eenlandsweg 17, Halsteren | 06-53593380 | damibelle@ziggo.nl



Leef je mooiste leven!

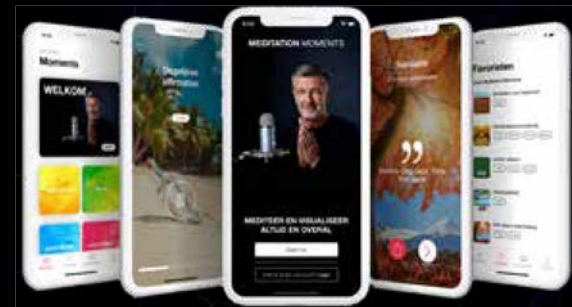
Een momentje rust voor jezelf op elk moment van de dag. Dat kan nu met de Meditation Moments App. Tientallen geleide meditaties en heerlijke relaxte muziek, altijd bij je op je mobiel.

Het begon twee jaar geleden met de Ibiza Meditations die ik live deed via Facebook vanaf het strand van Talamanca. Er was zoveel vraag naar dat we met trots deze app presenteren.

Je kunt de Meditation Moments App gratis downloaden in de stores. Geniet ervan.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk



UW BETROUWBARE
EN KUNDIGE
PARTNER VOOR
**HYPOTHEKEN EN
VERZEKERINGEN**



Eigenaren: *Matty Duijvelaar* en *Jack Groffen*



DUIDELIJK VERHAAL

Duijvelaar & Groffen Verzekeringen / De Hypotheekshop

Rijkebuurtstraat 5, Bergen op Zoom | 0164-258058

www.duijvelaar-groffen.nl | www.hypotheekshop.nl/bergenopzoom

Op de oude leest geschœid, maar dan met een hedendaags randje

Iedereen is welkom. Jong en oud, elke gast wordt door ons persoonlijk ontvangen en krijgt gegarandeerd waar voor zijn geld. Of je nu komt overnachten, lunchen of dineren, komt borrelen in het café of gewoon even gezellig een kopje koffie komt drinken met daarbij een heerlijk stukje gebak.



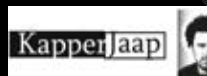
Hotel Café Restaurant De Ram

Steenbergseweg 1, Halsteren
0164-682350 www.hotelderam.nl



Als je haar maar goed zit...

Knippen zonder poespas, dat is waar kapper Jaap van den Akker voor staat. "Bij mij krijgen heren precies waarvoor ze naar de kapper gaan: een knipbeurt met een mooie coupe als resultaat."



Kapper Jaap

Bosstraat 8, Bergen op Zoom

0164-246917 / 06-53162714



Jij gaat trouwen! Moet je nu ineens lang haar?



Vaak wordt gedacht dat je pas echt een bruid bent als je je haar laat groeien. Maar misschien heb je slechts een paar maanden de tijd voor het jouw trouwdag is. Mijn advies?

Blijf jezelf!

Als je je haar nooit lang hebt, doe het dan nu ook niet. Je bent zoals jouw vrienden en familieleden je kennen. Niet anders.

Want stel dat je het laat groeien. De hele periode voor je bruiloft baal je van je haar. Op je trouwdag heb je je kapsel opgestoken of los. De volgende dag staat je afspraak bij de kapper om het kort te knippen.

Je kan prachtige accessoires en sieraden toevoegen om jou als bruid extra te laten stralen. Dat is niet afhankelijk van een bruidskapsel met lang haar. Je kan op meerdere manieren het net specialer maken voor deze mooie dag .

Via www.salondeengel.nl kan je een gratis adviesgesprek aanvragen. Ik adviseer je graag over welke mogelijkheden voor jou geschikt zijn.

Liefs Wendy



Mijn naam is Wendy Hagens, eigenaresse en oprichtster van Salon de Engel. Hier kunt u onder andere terecht voor een heerlijke schoonheidsbehandeling, haarverzorging en nagelverzorging.



Salon de Engel

Molenwijken 2a, Halsteren

06 11 30 91 93

www.salondeengel.nl

Welkom bij René en Diana Rens

Wij staan voor u klaar voor al uw feesten en BBQ's.
Ook voor de koffietafels en spelletjesmiddagen/avonden.
U kunt de zaal ook apart gebruiken voor vergaderingen
en demonstraties.

NIEUW is ons hapjesbuffet. Kijk voor meer informatie
op www.cafezaaltivoli.nl



Tivoli CAFE
ZAAL

Dorpsstraat 84, Halsteren
0164-683913
www.cafezaaltivoli.nl



Iedere maand een
muziekavond met
verschillende
artiesten.

Elle's Elegant Earrings

Apart Fris Bijzonder

Voor handgemaakte,
unieke, *echt aparte*
oorbellen.



Neem een kijkje in mijn webshop:
www.elleselegantearrings.nl
Ellemiek de Haas 06-28083214
ellemiekdehaas@hetnet.nl



Actuele info

www.facebook.com/elleselegantearrings.nl
www.instagram.com/ellemiek_de_haas

Geef voor nieuwe
doorbraken in
kankeronderzoek.

Ga naar
kwf.nl/doneer

Samen komen we steeds dichterbij



LOOKING/GOOD

Beautytips voor de *winter*

Buiten is het koud en binnen zetten we de verwarming lekker hoog. Die temperatuurverschillen zijn nou niet bepaald goed voor je huid. Gelukkig hebben wij voor jou alvast een aantal beautytips op een rijtje gezet om de winter door te komen!



GOED SMEREN

Smeer 's ochtends en 's avonds je huid lekker in met een extra dikke crème. Op deze manier breng je het vochtgehalte weer op peil en dat merk je!
Dit bescherm laagje zorgt ervoor dat je nét even wat meer kunt hebben.

DRINK VEEL

Een hele belangrijke tip: drink genoeg! Als je goed drinkt, voorkom je een droge en schrale huid. Zet bijvoorbeeld een flesje water op je bureau, of drink een extra kop van je favoriete thee.

VERWEN JE HAAR

Vrieskou en centrale verwarming in de winter doen je haar geen goed. Verwen je haar daarom eens met een lekker masker! En vergeet niet om je haren goed te drogen voor je op een koude ochtend de deur uitgaat. Hierdoor kan je haar namelijk flink beschadigen.

DOUCHE NIET TE HEET

Veel mensen snakken naar een heerlijke warme douche na een dag hard werken. Maar pas op, een hete douche droogt je huid enorm uit. Probeer iets minder heet te douchen en gebruik na het douchen nog een hydraterende bodylotion. Je huid is je dankbaar.

VERZORG JE LIPPEN

Iedereen kent het wel: die vervelende droge lippen met barstjes. Lekker smeren dus. En check even of je lipbalm een verzorgend ingrediënt zoals aloë vera bevat.

Wat is er mooier dan een *Rituele Verbinding* op een hele bijzondere plaats?



Joocke Scholte bruijt van enthousiasme als ze over haar mooie bedrijf **Rituele Verbindingen** praat. Niet zo wonderlijk, want wat is er nou mooier dan een ceremonie waarbij twee mensen hun relatie bezegelen en volmondig JA tegen elkaar zeggen?



Fianestraat 19, Bergen op Zoom
06 - 400 90 316
info@joocke-scholte.nl
www.joocke-scholte.nl

Juli 2019 5.30 uur in de morgen.
Ik ben met mijn man in Glastonbury, Engeland.

Ik ga zo een Rituele Verbinding doen met een hele bijzondere vrouw en haar partner aan de voet van de Tor. Een 'heilige' plaats waar diverse rituelen worden uitgevoerd, maar ook muziek wordt gemaakt, denk bijvoorbeeld aan het wereldberoemde Glastonbury festival met beroemde bands uit de hele wereld. Het is al stralend weer, de klim is steil en nadat we een altaar hebben gecreëerd met voor hen belangrijke voorwerpen - foto's, briefjes, herinneringen - gaan we beginnen, terwijl de zon boven de bomen klimt en het dal onder ons in een magisch licht zet. De nevelen (van Avalon) trekken op. Onder een esdoorn verbind ik twee mooie mensen met elkaar. Wat een energie... wat een liefde.

**Wil jij ook zo'n mooie ceremonie?
Neem dan contact met me op.**

Voor jong geliefden, maar ook als jullie al 25 jaar zijn getrouwd en jullie geloften willen vernieuwen. Helemaal 'in' op dit moment! In twee voorgesprekken leg ik uit wat de ceremonie inhoudt en bespreken we wat jullie wensen zijn. Kijk maar eens op mijn website www.joocke-scholte.nl



Bel of mail **Joocke Scholte**, kies voor een **Rituele Verbinding** en geef een diepere betekenis aan je relatie!

All-inclusive bedrijfsruimte te huur gratis parkeren



De Poort van Berrege is gelegen op het industrieterrein van Bergen op Zoom. U kunt in dit pand kantoorunits, opslagruimtes en bedrijfshallen van diverse formaten huren.

Al deze bedrijfsruimtes zijn inclusief: koffie/thee, vergaderruimtes, parkeerplaats, gas/water/licht en veel meer.

De Poort van Berrege
Poortweg 1
4613 BW Bergen op Zoom (NL)

+31 164 213 805
info@easyspaces.nl
www.easyspaces.nl

easyspaces.nl





hotstone massage

Hotstone kruidenstempel
voetreflex hoofdmassage

Maak tijd voor ontspanning en boek een
heerlijke massage met etherische oliën



S SONJA'S
FEET &
BODY CARE

Paulusberg 24
Bergen op Zoom
06-10483620

Eerste hulp bij leesproblemen



met de leuke
Pratende Letters
van methodiek Letterweg



Plantagelaan 1 Hoogerheide
0032-479448495
www.logopediedewaal.nl

World of Phones
EVERYTHING FOR YOUR SMART PHONE

**Mobiel stuk?
Wij repareren bij u
op locatie!**



Zuivelstraat 29, Bergen op Zoom | 06 44431332
info@worldofphones.nl | www.worldofphones.nl

COLUMN/MAJESTA

Poes

Zo heette ze. Gewoon Poes. Een zwerfkat
had haar in de stal geboren laten worden.
Een week later lag moederpoes dood langs de
weg. Kleine rode Poes heb ik met een flesje
grootgebracht. En natuurlijk kon ik haar toen
niet meer wegdoen! Zo lief, zo aanhalig en
spinnen dat ze kon! Kleine dondersteen,
hing in de gordijnen, krom in de bank.



Liet zich door mijn driejarige dochter ondersteboven
meedragen en door haar grote zus aankleden en in het
poppenbed leggen. Een keer was ze een paar dagen zoek,
gelukkig kwam ze terug. Een paar weken later toonde ze vol
trots haar drie jonkies die ze in de mand tussen de schone
was had gelegd! Later werd ze erg ziek: een ontstoken
baarmoeder en eierstokken. De risicovolle operatie ging
gelukkig goed en Poes herstelde. Ze lag bij mijn dochters
op het bureau tijdens het studeren en bij mij over mijn
toetsenbord als ik moest werken. Ze is twee keer mee
verhuisd, zag andere huisdieren komen en gaan en zag de
meiden het huis uit gaan. Bijna 19 jaar werd ze. Gelukkig is
ze maar even ziek geweest en rustig ingeslapen. Ik mis haar
erg. Iedere keer als ik het urntje zie staan, denk ik aan haar.

 **Dierencrematorium
Majesta Jori Roosendaal**

Belder 26, Roosendaal | 0165 - 567 168
info@dierencrematorium-roosendaal.nl
www.dierencrematorium-roosendaal.nl



Onderdeel van **Majesta** Uitvaartzorg voor dieren



Ma, Di, Wo,
Vr en Za OPEN
van 09.00 tot
18.00 uur
(do en zo
gesloten)

Kapsalon Chawisa

Wij knippen ook kinderen!

Make-up & de beste kapsels voor dames en heren

De Wilg 48, Hoogerheide | 06 31566798 | chawisa.k48@live.nl

Niet meer de deur uit voor een nieuwe beha!

Verkoop van onderkleding en nachtmode voor dames en heren bij u thuis.



Voor het aanmeten en aanpassen van:

- panty/corselets
- ondergoed
- beha's
- borstprothesen
- pantyslips
- nachtmode
- corsetten

Maak vrijblijvend een afspraak, zodat u thuis uw keuze kunt maken.

0164 68 77 99 of **06 53 26 69 44**

Nicole Foundation Service | Nicole Jansen Taheij | Rode Schouw 17a, Halsteren



VERBERG JE NIET LANGER

Persoonlijke begeleiding maakt het verschil

Met het Cambridge Weight Plan Stappenplan en de begeleiding van een consulent ga je van verantwoord afvallen naar bewust genieten. Op een manier die bij jouw leefstijl past. Maatwerk dus.

Gezond op Maat
Marcia van den Brand
Halsterseweg 129
4613 AL Bergen op Zoom
06 28 06 76 49
www.gezondopmaat.com

Cambridge
Weight Plan™
Gezond op Maat | Bergen op Zoom

Deze vegetarische salade met pompoen, geitenkaas en walnoten maakt een gure herfstdag meteen wat zonniger. En hij smaakt heerlijk in combinatie met de portobello's met verschillende soorten kaas in knapperig bladerdeeg.

Herfstsalade met pompoen

2 PERSONEN - 20 MIN. + 20 MIN. OVENTIJD

INGREDIËNTEN

400 gr pompoen in stukjes
scheut olijfolie
peper en zout
snuf tijm
3 tenen knoflook
1 rode ui
kneepje honing
1 eetlepel balsamicoazijn
200 gr linzen (pot/zak)
80 gr rucola melange
75 gr geitenkaas
2 eetlepels walnoten

Verwarm de oven voor op 200 graden. Doe de pompoenblokjes in een ovenschaal en besprenkel met een scheutje olie, peper, zout en wat tijm. Leg de tenen knoflook (in schil) ertussen. Zet de schaal 20 minuten in de oven. Voeg de laatste paar minuten de rode ui in ringetjes toe. Haal de knoflooktenen uit de ovenschaal en verwijder de schil. Mix ze fijn in een keukenmachine met een scheutje olie, kneepje koning en 1 eetlepel balsamicoazijn. Laat de linzen uitlekken. Verdeel de sla over 2 borden. Verdeel de linzen (eventueel verwarmen), de pompoen en de ui erover. Kruimel de geitenkaas en walnoten erover. Besprenkel met de zoete knoflookdressing.



Gevulde portobello in bladerdeeg

4 PERSONEN - 50 MINUTEN

INGREDIËNTEN

4 vellen bladerdeeg
100 gr geitenkaas
100 gr blauwe kaas
150 gr spinazie (ontdooit)
2 eetlepels pijnboompitten
4 portobello's

Haal de vellen bladerdeeg uit de vriezer. Verwarm de oven voor op 200 graden. Meng de geitenkaas met de blauwe kaas. Laat de spinazie uitlekken en druk met een lepel zoveel mogelijk vocht eruit. Meng de spinazie met de kazen. Schep een eetlepel pijnboompitten erdoor. Snijd de stelen uit de portobello's en doe het groene kaasmengsel hierin. Leg de portobello's op een vel bladerdeeg en vouw dit omhoog en druk goed vast aan de portobello. Verdeel wat pijnboompitten erover en zet circa 25 minuten in de oven. Serveer eventueel met een salade als hoofdgerecht of als lunch.



FOODHACKS - ZO IS KOKEN NOG LEUKER - FOODHACKS - KEUKENTIPS - FOODHACKS - HANDIGE WEETJES

GEBRUIK EEN IJSSCHEP

om eenvoudig de zaadjes uit komkommers, courgettes en pompoenen te verwijderen.



Strooi een beetje BAKING SODA in je pendaalemmer voor je de vuilniszak erin doet. Dit zal korte metten maken met vervelende geurtjes.



48

Prik het uiteinde van **EEN CITROEN** met een satéprikker terug op de andere helft. Dit blijft in een plastic zakje in de koelkast wel een maand houdbaar.



LEG EEN HOUTEN LEPEL op de pan als je rijst of pasta kookt. De kans dat het water overkookt is nu heel erg klein.

FOODHACKS - ZO IS KOKEN NOG LEUKER - FOODHACKS - SLIMME TRUCS - FOODHACKS - KEUKENTIPS

Gooi de uiteinden van **LENTE-UI** niet weg: in een glaasje water groeien ze opnieuw!



KOOK AARDAPPELEN in de schil en laat ze schrikken in ijskoud water. Het vel glijdt er vervolgens zo af!



49

Giet een laagje water op je zelfgemaakte **GUACAMOLE** en zet afgedekt in de koelkast. Giet het water eraf en roer even door als je hem weer wilt eten.



Hang **HANGMANDJES** aan je koelkastplanken. Zo creëer je extra opbergruimte en maak je maximaal gebruik van (de hoogte van) je koelkast.

SAMEN GENIETEN, SAMEN SPELEN

LOS DE PUZZEL OP EN MAAK KANS OP
EEN DINERBON T.W.V. € 100,- IN ONZE BRASSERIE

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

ontspanning diner geluk casino
roulette jackpot breda genieten

ONZE KEUKEN IS DAGELIJKS GEOPEND
VAN 17.00 UUR TOT 01.30 UUR

BREDA



HOLLANDCASINO.NL
VOOR MEER INFORMATIE EN ONZE VOORWAARDEN



HET ENIGE ECHTE CASINO

Streef 7 van de 8 woorden in de puzzel weg.
Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 december
de oplossing in op onze site: www.bergenopzoombruist.nl



Marius Terol & Suleika Terol - Schoumacher

Uw uitvaart; een weerspiegeling van uw leven.

marius terol
UITVAARTVERZORGING

Wassenaarstraat 25, Bergen op Zoom
0164 652 852
info@mariusterol.nl

Ongeacht of en waar u verzekerd bent.

www.mariusterol.nl

Maak kans op een:

ontspanningsmassage



t.w.v. € 41,-



Massagepraktijk ShuYang

Melanendreef 48A Bergen op Zoom | 0641060741
massagepraktijkshuyang@gmail.com
www.massagepraktijkshuyang.nl

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

massage	drukte
hotstone	stress
shuyang	praktijk
ontspannen	therapeut

Streef 7 van de 8 woorden in de puzzel weg.
Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 december
de oplossing in op onze site: www.bergenopzoombruist.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.



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