

DE KEMPEN



JUNI 2020 WWW.DEKEMPENBRUIST.BE GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

*Welke vloer
past bij jou?*

*Deze maand
lekker veel
puzzels*



NIEUWBOUW te Kapellen?

Wij zijn uw makelaar voor residentieel vastgoed!

Queen Parc



Koningin Astridlaan 18, **Kapellen**

Oplevering december 2020

Prinsenpark



Prinsendreef 36, **Kapellen**

Oplevering augustus 2022

Hortensiahof



Ruysevettlei 12, **Kapellen**

Oplevering juni 2022



Freeze that fat

Intake is
gratis en
vrijblijvend!



PROMOPRIJZEN

LOVE HANDLES	NU €198	i.p.v €350
BUIKZONE GROOT	NU €198	i.p.v €350
BUIKZONE KLEIN	NU €98	i.p.v €175
BINNENKANT BENEN	NU €198	i.p.v €350
BUITENKANT BENEN	NU €198	i.p.v €350
ARMEN	NU €198	i.p.v €350

Cryolipolyse is een revolutionaire afslankmethode in België. Tijdens deze behandeling wordt het vet plaatselijk bevroren en vervolgens op een natuurlijke manier uit het lichaam afgevoerd. Geen naalden, geen speciaal dieet, geen operatie en bovenal geen hersteltijd. Bij ons wetenschappelijk onderbouwde techniek. Snelle, eenvoudige en veilige behandeling. Pijnloos en zonder operatie. Kortom, een unieke behandeling met betoverende resultaten!

SUPER DEAL!

Pakket voor 3 cryo-behandelingen (grote buik, benen & love handles) met alle koppen aan €98.

NAILSTYLE BY NATHALIE
**behandelingspakket
cryolipolyse**

€588 voor 3 sessies
(i.p.v. €1050)

€784 voor 4 sessies
(i.p.v. €1400)

14 dagen gratis begeleiding en 1/4
vrijblijvend!

Nailstyle By Nathalie

Berkenlaan 1, Sint-Job-in't-Goor | 0477 85 14 43
info@nailstyle-nathalie.be | www.nailstyle-nathalie.be

MEGA PROMO

HEERLIJK BUITEN KOKEN!

Het OFYR concept is een unieke combinatie van functionaliteit, mooi design en eenvoud waarbij het sociale aspect een belangrijke rol speelt. Samen zijn rond een knisperend vuur om voedsel, warmte en vriendschap te delen. Koken op een OFYR toestel is gemakkelijk, veelzijdig en gezellig. U heeft de keuze uit kooktoestellen van zwart staal, beton en natuurlijk het befaamde cortenstaal. Of u nu privé of professioneel wil koken, bakken en grillen als restauranthouder of cateraar, bakken met OFYR biedt u een ruime keuze!

**BIJ ONS GENIET
U VAN DE BESTE
PROFESSIELE SERVICE**

WWW.KACHELSERVICE.BE



ADVIES, VERKOOP EN INSTALLATIE:

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



KACHELSERVICE
Kalmthoutsesteenweg 290
2910 Essen (Wildert)
03 666 85 87
info@kachel-service.be
www.kachel-service.be



8



16



33



23

COLOFON

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout
T +31 (0)76-7115340 | nl@nederlandbruist.nl
www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be
facebook.com/belgiebruist

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist +31 (0)76-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Bjorn Gort
THEMATEKSTEN Maaïke van Helmond
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Floortje Thieleman

Like ons op Facebook.com/dekempenbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. De Kempen Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Bruisende lezer,

Langzaam begint het leven weer zijn normale vormen aan te nemen. Of, nu ja, normaal... Het voorlopig 'nieuwe normaal', laten we het daar maar even op houden. We bevinden ons momenteel in een zogenaamde 'anderhalvemeter-samenleving' waarin iedereen zijn of haar eigen draai moet zien te vinden.

Zo ook alle ondernemers met wie wij samenwerken. Elke beroepsgroep heeft met andere aspecten rekening te houden. Voor de één zijn deze wat ingrijpender dan voor de ander. Maar voor ieder van hen geldt dat ze er ook in deze vreemde tijden alles aan doen om er het beste van te maken. Respect! Dat mag ook weleens gezegd worden.

Bij Bruist doen we dit trouwens eveneens. We blijven naar de toekomst kijken en blijven onverminderd positief. Hoe kan het ook anders? De bruisende verhalen van alle ondernemers werken namelijk ontzettend inspirerend en motiverend om vol enthousiasme door te gaan en elke maand weer een mooi magazine voor jullie samen te stellen. Blader dus lekker verder en lees hoe jouw regio ook in deze tijd nog steeds bruist!

Manuela Kolkman

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



12



10



Inhoud

Welke vloer past bij jou?

Wie op zoek is naar een nieuwe vloer, zal het waarschijnlijk al hebben gemerkt: er is ontzettend veel keuze. Niet alleen qua kleur en uitstraling, maar zeker ook qua materiaal. Maar welke vloer past nu bij jou?

Dat hangt af van een aantal factoren. Om te beginnen natuurlijk van wat je mooi vindt, maar ook van wat voor eisen je aan een vloer stelt. Makkelijk schoon te maken, onderhoudsvrij, geschikt voor kids, et cetera.

Laminaat

De meest gekozen vloer is waarschijnlijk toch wel de laminaatvloer. Onderhoudsvriendelijk, relatief goedkoop en in vele uitvoeringen verkrijgbaar. Daarnaast is laminaat ook vrij eenvoudig (zelf) te leggen. Laminaat heeft als nadeel dat het gevoelig is voor krassen. En doordat het geluid niet wordt gedempt, kan een laminaatvloer zorgen voor geluidsoverlast.

Pvc

De pvc-vloer is tegenwoordig ook een steeds vaker gekozen optie. Groot voordeel van dit type vloer is dat deze vrijwel niet slijt, zeer gemakkelijk te onderhouden is en geluid dempt. De goede prijs-kwaliteitverhouding is ook niet onbelangrijk. Kies je voor de 'klikvariant', dan is deze net als laminaat makkelijk te leggen. Bij pvc-vloeren die gelijmd moeten worden komt echter wat meer werk kijken. Een van de weinige nadelen van een pvc-vloer is dat ook deze krasgevoelig is.

En meer

En zo zijn er nog veel meer opties in vloerenland: tapijt of tapijttegels, gietvloeren, vinyl, linoleum, plavuizen, natuursteen, parket, kurk, steentapijt en waarschijnlijk vergeten we er dan nog een paar. Ga niet over één nacht ijs bij de aanschaf, maar bedenk goed aan wat voor eisen een vloer voor jou moet voldoen. Laat je eventueel adviseren door een expert, dan heb je het langste plezier van de vloer die jij kiest.

Houten vloer

Al jaren onverminderd populair is de houten vloer. Door de natuurlijke en karakteristieke uitstraling past deze in de meeste interieurs en beschadigingen zijn eenvoudig te herstellen. Nadelen van een houten vloer zijn echter dat het onderhoud zorgvuldig moet gebeuren en dat de vloer niet watervast is. Daardoor is hij niet geschikt voor elke ruimte.



ELK TYPE VLOER
HEEFT ZIJN
EIGEN VOOR-
EN NADELEN



Op zoek naar een nieuwe vloer? Op www.belgiebruist.be vind je tal van vloerspecialisten. Ook bij jou in de regio!



WE MOGEN WEER NAAR BUITEN!

Waarom is het in coronatijden een goed idee om voor de fiets te kiezen? Social distancing werkt optimaal op de fiets. Bovendien sterk je je longen en kun je ook anderen niet besmetten.

Fiets kopen? Onze toonzaal is opnieuw toegankelijk voor het publiek! Breng ook eens een bezoekje aan onze nieuwe webshop: www.rijwielenhermans.be. Voor bijkomend advies mail naar info@rijwielenhermans.be of bel 03-311 65 97.

Wij helpen je graag met het maken van de juiste keuze. Indien gewenst is levering aan huis mogelijk!



RIJWIELEN HERMANS

Wanneer u binnenloopt bij Rijwielen Hermans, kunt u erop rekenen dat u de allerbeste service ontvangt. U wordt uitstekend geadviseerd en uw nieuwe fiets wordt gratis opgemeten en afgesteld. Dankzij de professionele herstel- en onderhoudsdienst blijft uw fiets altijd in topconditie. Nieuwe fiets nodig? Breng dan binnenkort eens een bezoekje aan Rijwielen Hermans!

Antwerpsesteenweg 325, Malle | +32 (0)3 311 65 97 | info@rijwielenhermans.be | www.rijwielenhermans.be

June, please be awesome to me

We zijn afgelopen maanden en weken enorm geschrokken door de veranderingen die COVID-19 met zich meebracht. En nog steeds blijven we bang afwachten wat de toekomst brengt.

Maar toch wil ik vooral de positieve toon brengen aan het terugkeren van onze minimalistische manier van leven en de terugkeer van het gelukkig zijn met die kleine dingen. Want eerlijk.. Genieten van de allerkleinste dingen begonnen we allemaal een beetje te vergeten. En genieten moeten we van elke dag en tijdens de maand juni laten we de zonnestralen helemaal tot ons komen. Want een verstandige hoeveelheid zon, vermindert het risico op verschillende vormen van kanker en andere ernstige gezondheidsproblemen. Dit is te danken aan vitamine D, ook wel de zonnevitamine genoemd. Vitamine D wordt in ons lichaam aangemaakt wanneer de zon op onze huid straalt.

MAAR VEILIG want onze tedere huid heeft bescherming nodig tegen elke zonnestraal en dit wordt met deze 3 toppers gegarandeerd. Bij aankoop van de skin defense cream & Balm, krijg je de lipstick gratis.

1) Skin defense DNA protective cream SPF 30, 200 ml. (€ 79,95)

Zorgt voor een intensieve hydratatie en wapent de huid tegen in- en externe invloeden die een rol spelen bij huidveroudering.

2) Skin defense DNA recovering post exposure balm, 200 ml. (€ 65,-)

Herstelt de natuurlijke vochtbalans van de door de zon en pollutie gestreste huid en helpt het vervellen van de huid te vertragen. Vermindert roodheid van de huid en helpt een lange, mooie bruine teint te behouden.

3) Skin defense dna emergency lipstick spf 30. (€ 14,95)

Bescherm je lippen op natuurlijke wijze met onze skin defense lipstick.



“Sinds 2018 is Pure Intense gevestigd in Malle, omgeven door de dorpskern en omringd met de volledige liefde van mezelf. Maxime is de naam achter schoonheidsinstituut Pure Intense. Inner and outer beauty staat centraal bij Pure Intense en ook in de toekomst streef ik daar steeds meer naar.”

“Ik kijk er naar uit om jullie te leren kennen en samen met jullie te werken naar ieders inner and outer beauty balance. Dus maak eens een afspraak!”



Pure Intense

Brechtsesteenweg 8, West Malle
0032-468227712
info@pure-intense.be



WIND IN JE HAREN

Fietsen door drukke steden doe je moeiteloos met de Shimano 7-versnellingsnaaf en krachtige Bosch-middenmotor. Maar ook tijdens dagtochten kan er volop worden genoten. De Union E-Fast strijkt elke hobbel glad dankzij de soepele voorvorkvering. www.union.nl

ZONDER ALCOHOL

Dat gin ook heerlijk kan smaken zonder alcohol, bewijst NONA June. NONA June is een heerlijke, Belgische, non-alcoholische spirit als alternatief voor de klassieke gin.

NONA - negen in het Latijn - verwijst naar de negen botanicals waaruit de spirit is gemaakt. Natuurlijk ontbreekt de hoofdcomponent van gin, de jeneverbes, niet. Vandaar de naam 'June'.

www.nonadrinks.com



PUUR GENIETEN

Little Love wil de lekkerste chocoladerepen maken en de mensen laten ontdekken hoe lekker de pure essentie van rauwe, koudgemalen cacao is. Ze streven naar 100% biologische kwaliteit en stoppen alleen hele stukjes (super)fruit en noten in hun repen. Dat is écht genieten!

Verkrijgbaar vanaf € 1,89 www.little.love

Geniet in eigen omgeving

win

LEZERSACTIE

Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash.

Begin fris aan je dag met deze heerlijke body wash op basis van perzikbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met deze Body Wash van O'right.

Like de Facebookpagina van België 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. #PEACH BLOSSOM naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



TROPIC IN DE TUIN

De Protective Zonneolie SPF 20 van Hawaiian Tropic is een gel-achtige olie verrijkt met kokosolie en guave.

De luxe formule beschermt de huid, verwent deze met vocht en geeft een natuurlijke glans zonder te plakken. De zonneolie is licht en verfrist je zintuigen dankzij een delicate tropische geur.

www.hawaiiantropic.com

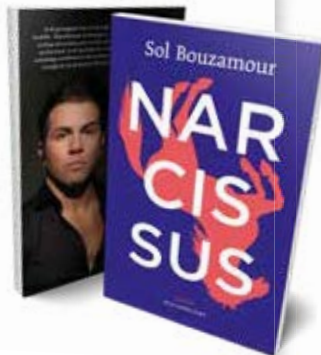


LEZERSACTIE

Maak kans op de roman van Sol Bouzamour.

In de gevangenis leert de Marokkaanse Joshua Klaas kennen, de koning van de Wallen. Deze veelal autobiografische debuutroman gaat over de wrijving tussen culturen.

Like de Facebookpagina van België 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. #NARCISSUS naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 10 Hop On Hop Off-tickets van Dordrecht Tours.



Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier. Aangeboden door:



Tickets blijven geldig!

Like de Facebookpagina van België 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. #DORDRECHTTOURS naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



NATUURLIJK LEKKER

De natuurlijke Boerderij Chips wordt elke dag vers gebakken in 100% zonnebloemolie. Hiervoor gebruiken de makers geen kunstmatige kleur-, geur- en smaakstoffen of conserveringsmiddelen. Verkrijgbaar in verschillende smaken zoals paprika, zeezout en puur.

Zo is er voor ieder wat wils! www.boerderijchips.nl



MY BEAUTY PARTNER

welkom zomer!

Tijd voor mooi verzorgde handen en voeten

Handen en voeten krijgen heel wat te verduren, zeker tijdens de herfst en winter. Het koude en wisselende weer maakt dat de huid sneller uitdroogt en meer voedingsstoffen nodig heeft. Bovendien dragen we in de winter vaak gesloten schoenen. Onze voeten kunnen minder goed ventileren of zitten te hard gekneld. Vaak is dit een oorzaak voor schimmels en kalknagels.

Daarom is de zomer een ideaal moment om een weldoende manicure en pedicure aan te bieden. Met de professionele verzorgingsproducten van LCN heb je alles in huis om op alle behoeftes van je klanten in te gaan. **Als kers op de taart kan je finaliseren met een trendy kleur uit een van onze nieuwe collecties.**

Happy klant, happy you!

Shop alle producten op www.totalbeautyconcept.be

— TOTAL  BEAUTY —
concept

Vaartdijk 15/3V2 | 2960 Brecht | +32 3 291 49 86
info@totalbeautyconcept.be | www.totalbeautyconcept.be

EXCELLENCE IN BEAUTY!

EEN BIOKAPSALON

Wat is dat nu eigenlijk?

In tegenstelling tot wat vele mensen denken, kan je bij ons terecht voor alle behandelingen! Wil je 100% natuurlijk gaan dan is er de stuifmeelkleuring die de hoofdhuid verzorgt, het haar versterkt en nog zo veel meer.



Biokapsalon Natur'Elle
Antwerpsesteenweg 265, Malle
03 344 41 82
info@biokapsalon-naturelle.be
www.biokapsalon-naturelle.be

Is dit nog net een brug te ver voor je maar wil je toch al kiezen voor een beter alternatief dan de standaard kleuring? Dan hebben we voor u So Pure Naturel Balanced Color. Met deze kleur is elke bewerking mogelijk zoals we die kennen bij de klassieke kapper, van balayages tot volledige kleuringen, beiden zonder ammonia en PPD!

Ammonia kan de hoofdhuid beschadigen, PPD is vaak de oorzaak van irritatie, jeuk en allergische reacties.

Onze laatste kleuringen kunnen we ook nog eens verrijken met organische keratine. Dit product herstelt tijdens het kleurproces de zwavelbruggen van het haar.

Oxilock Plasma zorgt ervoor dat de behandelingen minder schadelijk zijn voor uw haar. Het geeft uw haar enorm veel glans, veerkracht en verhoogt de breeksterkte van uw haar. De keratine is vrij van chemicaliën, siliconen, sulfaten, aldehyden of andere agressieve stoffen. Het bevat wél waardevolle organische zuren en aminozuren.

Verder werk ik ook met de verzorgingsproducten van So Pure. Deze bevatten geen sulfaten of parabenen en zijn vegan friendly! Al onze producten, ook de kleuringen, zijn verrijkt met organische arganolie. Deze olie hydrateert het haar en maakt het zacht en glanzend. Geen ammoniageur bij ons in het salon maar de geur van jasmijn, sandelhout en essentiële oliën.

Nieuwsgierig geworden? Kom dan eens langs of kijk op www.biokapsalon-naturelle.be voor meer informatie!

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

Laminaat is nog altijd de **populairste vloersoort**.

20 juni is het **Wereldvluchtelingendag**. 

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

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

Een **houten vloer** in je badkamer is meestal geen goed idee. Houten vloeren zijn namelijk allesbehalve watervast.

Zet **papa** op zondag 14 juni in het zonnetje tijdens **Vaderdag**.

Juni-kinderen zijn vaak **heel sociaal**.

Je zult dan ook heel wat vriendjes over de vloer krijgen.

Wel in wisselend gezelschap, want een juni-kind is **nieuwsgierig** en ontmoet graag nieuwe kinderen.

In Scandinavische landen wordt op 21 juni het **Midzomerfeest** gevierd.



OP VERTOON VAN DIT MAGAZINE KRIJGT U

250 euro korting*

OP UW BEHANDELING

€ 250 KORTING OP UW BEHANDELING*

Haartransplantatie: iets voor u?

Maar liefst 70% van de mannen wordt getroffen door haaruitval en kaalheid. Gelukkig is er een steeds toegankelijker manier om te voorkomen dat u kaal wordt. Bij haarkliniek Transhair hebben we verschillende soorten haartransplantaties die uw haarlijn en zelfvertrouwen herstellen. Op onze consultlocaties in Antwerpen en Gent geven we u graag advies over de beste behandeling voor u!

Overweegt u een haartransplantatie?

Graag vertellen onze adviseurs op onze consultlocaties in Antwerpen en Gent u meer over de mogelijkheden.

Voor meer informatie over ons en onze behandelingen verwijzen we u graag naar onze website www.transhair.nl. Graag tot ziens bij Transhair!

**Transhair
Nederland**

Wolput 30
5251 CG Vlijmen

**Transhair
Antwerpen**

Noorderlaan 147
2030 Antwerpen

**Transhair
Gent**

Gaston Crommenlaan 8
9050 Gent



transhair.nl
073 - 68 47 311

*O.b.v. de standaard Transhair prijslijst, niet geldig i.c.m. andere aanbiedingen en niet inwisselbaar voor contanten.

NJOY
by Yasmin

HEB JIJ IETS TE VIEREN?

Een huwelijk, communie of een andere gelegenheid?

Samen zorgen we ervoor dat jij en/of je kleine kapoen kan stralen op de grote dag.

Boek dan tijdig je afspraak, dit kan online of telefonisch.

Tot snel!

www.n-joybyyasmin.be | +32 3 430 68 06
Moerstraat 6 | 2970 's Gravenwezel



Met succes afvallen?

Ontdek Proti Balance!

Nu meer dan ooit hebben we geleerd hoe belangrijk onze gezondheid is. En een goede gezondheid hangt samen met een gezond voedingspatroon en een lichaam in balans. Niet iedereen kan die balans zelfstandig vinden en behouden, maar gelukkig kan je dan beroep doen op de professionele diëtcoaches van Proti Balance.

Bij Proti Balance luisteren we al jarenlang naar de problemen waarmee heel wat mensen worden geconfronteerd in het dagelijks leven; de valkuilen in hun beroep, gezinsleven, maar ook nu tijdens uitzonderlijke omstandigheden met verhoogde stress of verveling. We weten dat ieder individu uniek is en dus een persoonlijke begeleiding nodig heeft om die factoren te overwinnen. Om die begeleiding toegankelijk te houden, bieden we deze gratis aan voor al onze klanten, zelfs na het bereiken van hun doel. Zo zijn de resultaten gegarandeerd beter en blijvend zichtbaar. Daar streven onze diëtcoaches naar samen met u!

Kom langs om ons te vertellen over uw doelen en wij maken ze haalbaar voor u. Bovendien is onze uitgebreide begeleiding voor onze klanten volledig gratis!

Proti Balance is uw garantie op succes:

- Ruime keuze proteïnevoeding, snacks en voedingssupplementen
- Persoonlijk plan
- Uitgebreide (gratis!) begeleiding door een professionele diëtcoach
- Iedereen welkom; man of vrouw, jong of oud
- Ook gespecialiseerd in sportdieet & sportvoeding
- 6 dagen op 7 geopend
- Ook na het bereiken van uw doel blijft opvolging gratis!

Meer info of bestellingen:
www.proti-balance.be

Nieuw! Nu ook in Turnhout!



U vindt ons in: Antwerpen | Brasschaat | Geel | Oostmalle | Schilde | Sint-Katelijne-Waver | Vorselaar



Ibiza

terug naar de stilte

Acht weken stilte. Geen stemmen, geen voetstappen, geen vliegtuigen, geen boten, geen auto's, geen muziek, alleen maar stilte.

Laatst vroeg ik me af hoe Ibiza ooit moet zijn geweest, toen er nog stilte was. Het antwoord werd gegeven. In het begin wennen, daarna ook wel lekker, die heerlijke rust. Het zeewater werd met de dag helderder. Het eiland glimlachte. Een mooi moment voor overdenking.

Hoe lekker zou het zijn als we grotendeels groente en fruit van het eiland zouden kunnen eten? Als we het eiland niet overladen met te veel mensen, te veel auto's? Als we de stranden en de natuur schoonhouden? Als we respectvol omgaan met dit mooie eiland in de zee, met af en toe muziek en feest, waar we dansen en drinken. Maar dan vanuit een liefdevol bewustzijn.

Op 'ons eigen' Neverland, waar niemand ooit écht opgroeit en waar iedereen zijn eigen droom mag leven. Viva la vida!

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

@MichaelsMeditations

Foto Youri Claessens

E

ROPUI

FIETSEN IN DE NATUUR



Houd je van fietsen in de natuur? Niets is lekkerder dan even buiten uit te waaien en de gedachten te verzetten in één van de vele natuurgebieden die Vlaanderen rijk is. Natuur en Bos heeft talloze fietsroutes uitgezet. Talloze kilometers fietspad laten je genieten van het landschap en de natuur. En heb je zin in een georganiseerde fietstocht? Snuister dan eens in de agenda op de site. Stap op de fiets en voel de wind in je haren!

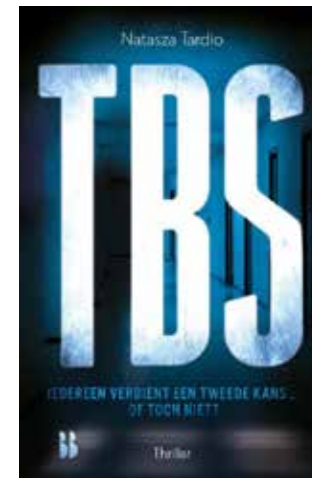
Ontdek de fietsroutes op www.natuurenbos.be/recreatietypes/fietsen.

BOEKJE LEZEN

TBS

De moeder van Maya werkt in een tbs-kliniek en maakt opeens veel meer overuren dan vroeger. Waarom gedraagt ze zich zo raar? Als Maya op een dag de krant leest, krijgt ze het antwoord: in het artikel wordt gesproken over grensoverschrijdend gedrag door een medewerker van de tbs-kliniek in haar woonplaats. Die medewerker is zonder twijfel Maya's moeder. Ze heeft een affaire met een tbs'er en hij kan elk moment vrijkomen. Als Maya's moeder verkondigt dat die moordenaar bij hen komt wonen, is de maat voor Maya vol. Hij moet weg. Koste wat het kost.

TBS van Natasza Tardio is vanaf 30 juni verkrijgbaar.



BOEKJE LEZEN BIJ MIJ BEN JE VEILIG



Het is 1943 en Stefania werkt bij de joodse familie Diamant in hun winkeltje. Als de nazi's de stad binnenvallen, verandert alles. De joodse familie moet in het getto gaan wonen en Stefania blijft achter in het huis van de familie Diamant. Er kloppen joden bij haar aan om onder te duiken en Stefania doet er alles aan om hen verborgen te houden en van voedsel te voorzien. Op een kwade dag wordt er op de deur geklopt. De nazi's confisqueren het huis en er komen Duitse verpleegsters wonen... Een krachtig, hoopvol en ontroerend verhaal over een jonge vrouw die bovenmenselijke moed toont. **BIJ MIJ BEN JE VEILIG van Sharon Cameron is vanaf 16 juni verkrijgbaar.**



“Sinds mijn kindertijd ben ik zeer intuïtief en hooggevoelig. Door middel van levenslessen, de nodige opleidingen en cursussen heb ik dit volledig kunnen ontwikkelen.

Graag help ik je op een liefdevolle en heldere manier naar een gezond en gelukkig leven.

Ik kijk er naar uit om jou ook beter te leren kennen.”

- Judith van den Houdt

Eigenaar: Judith van den Houdt
ROOTSHEALING
ENERGETISCHE THERAPIE EN
LEVENSCOACHING
Turnhoutsebaan 522, Schilde
info@rootshealing.be | 0032-476649338
www.rootshealing.be



Rootshealing helpt je!

JUIST
NU!

Rootshealing staat garant voor een prettige spirituele reis, op zoek naar je innerlijke zelf. Geluk en gezondheid staan bij mij centraal. Het is voor iedereen een ongewone periode geweest of nog steeds gaande. Samen met mij ontdekt u de achterliggende gedachten en gevoelens – zoals angst, schaamte, onzekerheid en schuld – die vaak minder bewust zijn, hun wortels in het verleden hebben en leiden tot herhalingspatronen. Soms gaat het ook om het verhelderen en onder woorden brengen van gedrag dat in het geheel niet bewust is en dat ook niet eerder geweest is.

Wil je dat je inzicht in jezelf krijgt? Ik kan je hierbij helpen. Met psychodynamische therapie worden je onbewuste gedachten en emoties aan het licht gebracht. Je leert ze te verwerken of er mee om te gaan. Rootshealing is er voor iedereen, van jong tot oud.

Benieuwd hoe ik je kan helpen? Neem dan eens contact op of maak een afspraak.

*relax,
be calm,
be spiritual*



Hoe hard er tegenwoordig ook wordt geroepen dat mannen en vrouwen gelijk zijn, in de meeste huishoudens is het nog steeds de man die het klussen op zich neemt. Uit onderzoek blijkt zelfs dat een derde van de ondervraagden vindt dat ‘een echte man’ kan klussen.



Datzelfde onderzoek kent nog meer opvallende resultaten. Maar liefst vijftig procent van de vrouwen heeft liever dat haar man goed kan klussen dan dat hij lekker kan koken en een derde vindt het kunnen klussen zelfs belangrijker dan een goed salaris. Bovendien noemt bijna negentig procent van de vrouwen het aantrekkelijk als een man kan klussen.

‘Geen tijd’

Hoge verwachtingen dus. Maar wat nou als je niet kunt klussen of er simpelweg geen zin in hebt? Veel huishoudens hebben momenteel een klus die al langer dan een jaar is blijven liggen. Reden hiervoor is volgens vrouwen vaak dat mannen zichzelf overschatten als ze aan een klus beginnen, waardoor de motivatie steeds minder wordt en het werk blijft liggen. Het merendeel van de mannen geeft echter aan dat zo’n klus blijft liggen omdat ze er ‘even’ geen tijd voor hebben. Zo’n klus kun je maar beter uit handen geven, tenzij je het risico wilt lopen dat op een dag het team van ‘Help, mijn man is klusser’ bij je voor de deur staat...



beschermingvooriedereen.nl

bescherming van jezelf, betekent bescherming voor een ander



chirurgisch mondneusmaskers



FFP2 mondneusmaskers



katoenen mondmaskers in diverse kleuren



desinfecterende handgels

Waarom een mondkapje dragen?

In tegenstelling tot in andere landen, was het dragen van een mondkapje in Nederland nog niet verplicht. Dat verandert. Vanaf 1 juni is het verplicht om in het openbaar vervoer een mondkapje te dragen. Daarnaast stellen ook vliegtuigmaatschappijen het dragen van neus- en mondbescherming op vluchten verplicht. Door preventief gebruik, bescherm je naast jezelf juist ook anderen.

Hoe goed beschermt een mondkapje?

De effectiviteit van een mondkapje valt of staat bij de wijze van gebruik. Het dragen geeft geen garantie. Bij correct gebruik, verkleint het dragen van persoonlijke bescherming wel de kans dat je een virus krijgt of doorgeeft.

Welke types zijn er?

Er zijn veel verschillende persoonlijke beschermingsmiddelen zoals mondkapjes in de omloop. Niet alle typen dienen hetzelfde doel. Op Beschermingvooriedereen.nl lees je duidelijk per product wat de eigenschappen zijn en wat het doel is. Je vindt er ook mondkapjes voor kinderen van 8 tot 12 jaar.

Hoe zit het met certificering?

Alle beschermingsmiddelen van Beschermingvooriedereen.nl voldoen aan de hoge vereisten die horen bij het vermelde certificaat. Door de strenge richtlijnen en regelgeving worden onze producten vaak nogmaals getest in het land van verkoop. Onze persoonlijke bescherming is steeds veilig bevonden en goedgekeurd.

Mondkapjes zijn door de overheid in ieder geval t/m 1 september vrijgesteld van btw. Daarnaast biedt Beschermingvooriedereen.nl lezers van Bruist een korting van 10% aan.

Nu 10% korting met de code **BRUIST10PROCENT**

✓ Voor 14:00 besteld is vandaag verstuurd

✓ Gratis verzending vanaf €40

✓ Ook voor kinderen

✓ Onze FFP2 mondkapjes zijn gecertificeerd



Terras *proof!*

Yes, de terrassen gaan weer open! Dat wordt weer zien en gezien worden. Shinen op gepaste afstand, met de mooiste producten.

1. Shoes van Unisa, € 119,95 www.debijkorf.be
 2. Shiny Nailpolish Rosy Wind van UNG, € 12,- www.ungcosmetics.com
 3. Tas van Banana Moon, € 79,- www.bananamoon.com 4. DermaSpa Tanning Mousse van Dove, € 8,99 www.dove.com
 5. Vernis à Lèvres van Yves Saint Laurent, € 38,75 www.debijkorf.be
 6. Summer Escape Marbled Bronzer van Pupa, € 21,95 www.pupamilano.com
 7. UV Bronze Mist SPF 50 van Filorga, € 29,90 www.iciparisxl.be

8. Moisture Surge™ Pop Triple Lip Balm van Clinique, € 24,50 www.clinique.be
 9. Eco Labelled Nordic Swan Waterlover Sunmilk SPF 50 van Biotherm, € 39,50 www.biotherm.com
 10. L'Homme Idéal Extrême van Guerlain, vanaf € 82,- www.guerlain.nl
 11. La Nuit Tresor Nude van Lancôme, € 88,- www.lancome.com
 12. See My Roar'some Eyes eyeshadow palette van essence, € 7,99 www.essence.eu
 13. Bambi Eye False Lash Mascara Waterproof van L'Oréal Paris, € 17,99 www.loreal-paris.be

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

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

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*



BESTEL ONLINE

Bloemen ° Bruidswerk ° Planten ° Rouwwerk

www.bloemenbabette.be/webshop/



BRUIST

Like ons op **facebook**.
www.facebook.com/DeKempenBruist

Laat je heerlijk verzorgen

Wat dacht je van een pedicure- of manicure-behandeling!

Meli-care | Melika Boucham
Kapelstraat 55, 2960 Brecht | +32 497/82 97 67

BRUIST

Zit je *in de put?*
Dan mag je een *wens* doen!

#HOUDVOL

Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



Met veel liefde en attentie giet ik jouw verhaal in een persoonlijk beeld. Op dezelfde manier creëer ik handgemaakte, geurende kaarsen die aansluiten bij jouw verhaal.

- Marissa Moerman

Creëer een tastbare herinnering



Ook een persoonlijke bodycasting?
Kijk eens op www.soy.be

Soy | Zwaluwlaan 6, St.Job-in't-Goor | 03 430 43 40 | mail@soy.be | www.soy.be
Volg ons op Facebook & Instagram @soybodycasting

EEN MOOI GEBIT
IS HET PERFECTE
VISITEKAARTJE



Voor een *stralende lach*

Een mooi en gezond gebit, wie wil dat nu niet? Een beter visitekaartje kun je jezelf niet wensen, aangezien een eerste indruk vaak wordt bepaald tijdens een gesprek of een lach. Maar hoe zorg je voor zo'n mooi en gezond gebit?

Om te beginnen door te poetsen! Minimaal twee keer per dag, minimaal twee minuten per poetsbeurt (fluoride in tandpasta doet pas na twee minuten zijn werk). Zo blijft je gebit schoon en fris en wordt het beschermd tegen schadelijke invloeden van tandplak. Focus je bij het poetsen niet alleen op je tanden, maar poets ook je tandvlees mee om te zorgen dat dat gezond blijft. En ben je dan toch bezig, reinig dan ook je tong even zachtjes met je tandenborstel (of gebruik hiervoor een speciale tongreiniger). Anders kunnen er alsnog bacteriën achterblijven die zorgen voor een slechte adem.

Dagelijks flossen

De volgende stap: flossen. Doe ook dit dagelijks, bij voorkeur 's avonds na je poetsbeurt. De flosdraad komt op plekken in je mond waar je tandenborstel niet kan komen en haalt alle etensresten tussen je tanden en kiezen vandaan. Een kleine moeite waardoor je gebit bovendien witter zal blijven.

Tandarts & mondhygiënist

Ook belangrijk: ga minimaal één keer per jaar naar de tandarts (ben je jonger dan zestien jaar of maak je veel tandsteen aan, ga dan bij voorkeur twee keer) en bezoek regelmatig een mondhygiënist. Deze bezoeken zijn helaas niet altijd even leuk, maar het gaat om het resultaat: een gezond en stralend gebit.

Niet iedereen heeft van zichzelf een stralend wit gebit. Wil je wittere tanden? Minder dan de hoeveelheid koffie en thee die je drinkt, beperk het eventuele roken en poets met een whitening tandpasta. Je tanden (laten) bleken kan natuurlijk ook!

Tip: poets elektrisch!

Met een elektrische tandenborstel verwijder je meer tandplak en kom je makkelijker in lastige hoekjes. Hierdoor blijft je gebit langer in goede conditie en heb je minder kans op een tandvleesontsteking. Mits je de borstel op de juiste manier gebruikt natuurlijk...

Wil jij ook een gezond en stralend gebit? Op www.belgiebruist.be vind je altijd wel een tandartspraktijk en/of mondhygiënist in jouw regio.

Kipfilet

in marsalawijn

4 PERSONEN - 30 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 4 kleine kipfilets
- zout en peper
- 4 dunne plakken rauwe hesp
- houten prikkertjes
- 2 eetlepels boterolie
- 1/2 rode en 1/2 groene paprika
- bakje champignons
- 3-4 eetlepels marsalawijn
- 150 gram crème fraîche

Spoel de kipfilets onder stromend koud water af. Dep ze droog en wrijf ze in met zout en peper. Wikkel om elke filet een plak rauwe hesp en prik deze met een houten prikkertje vast.

Verhit de boterolie en en braad hierin langzaam de kipfilets aan beide kanten gedurende ongeveer 15 minuten. Voeg dan de gesneden paprika's en champignons toe.

Haal de kipfilets uit de pan en houd ze warm. Kook de braadsaus los met de marsala. Meng het geheel met de crème fraîche en breng dit kort aan de kook. Ontdoe de kipfilets van de houten stokjes en leg ze in de marsalasaus. Verwarm nog circa 2 minuten.

Heerlijk bij risotto, met veldsla of gekruide, gebakken aardappeltjes. Ook stokbrood of groene sla passen prima bij dit heerlijke gerecht.



Frans, manager dtp en verspreiding bij Bruist

Als je van Italiaans eten houdt, zoals ik, dan is koken met marsalawijn een aanrader. Het is niet ingewikkeld, maar het geeft net een beetje een andere smaak aan het vlees. Pollo al Marsala is heerlijk, zeker als je het combineert met pasta of geroosterde broccoli. Het is maar net waar je van houdt. En vergeet dan niet om er een glas van jouw favoriete rode wijn bij te drinken.

En zeg nou eerlijk, het ziet er toch ook verrukkelijk uit? Smakelijk eten.





Iedere maand weer lekker puzzelen. Met deze maand twee prijspuzzels met leuke prijzen.

PUZZELPAGINA

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

Los de sukodu op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. Vanaf 1 juli staat de oplossing op www.belgiebruist.be.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

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

Zoek de zes verborgen letters in deze BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand wonen. Vanaf 1 juli staat de oplossing op www.belgiebruist.be.

Maak kans op deze stoere

rugzak

t.w.v.

€ 49,95



Van soepel canvas, stijlvol met subtiële details.

a+🐏=l j+🍌-i deur-ur

👁️a=+🐏🍌r=s 🍌-z ,

m+🐒p=k 🍌e=j+j 🐏d=k

👁️-a deur-ur+z+🍌-i

l+🏠-ro+🏠-rk p+🍌-t

Wil jij kans maken op deze leuke rugzak?

Los de rebus op en vul voor 1 juli de oplossing in op onze site: www.dekempenbruist.be

Maak kans op:

1 van de 5 streamingcodes

voor de serie **Between Us**, een pakkend Noors-Deens relatiedrama.



Aangeboden door lumiereseries.com

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

serie	ontspan
drama	deens
lumiere	noors
relatie	gezin

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 juli de oplossing in op onze site: www.dekempenbruist.be

Kom tot rust in de **badkamer** van uw dromen



Douchen tijdens de verbouwing!

Met het oog op het ontzorgen van onze klanten komen we uit met 'Showertime', onze mobiele badkamer! U kunt tijdens de verbouwing rustig thuis blijven douchen. Ook voor aannemers - verzekeringen - evenementen - of privé. Een snelle, comfortabele en goedkope oplossing.



Droomt u van een moderne en comfortabele badkamer? Dan zijn wij, De Vry Service uit Malle, uw professionele aannemer. Wij werken uw wensen vakkundig uit en realiseren uw droombadkamer zonder zorgen. Ondertussen bestaan we al 10 jaar en kunt u bij ons terecht voor totale badkamerrenovaties én voor kleinere sanitaire projecten en herstellingen.

Onze focus ligt steeds op comfort, duurzaamheid en kwaliteit en dit met de glimlach. Dat we een uitstekende service bieden, had onze naam u al verteld. Wij werken van ontwerp tot en met afwerking. U hoeft dus geen andere partij meer in te schakelen!

Dit jaar hebben we ook een aantal belangrijke investeringen kunnen doorvoeren om u als klant nog beter van dienst te kunnen zijn.

Kijk op Showertime.be of mail naar info@showertime.be.



Stijn Streuvelslaan 14 , Malle
0478 / 54 24 96
www.devryservice.be