

BERGEN OP ZOOM HALSTEREN
HOOGHEIDE



AUGUST 2020 GRATIS MEENEMEN!
WWW.BERGENOPZOOMBRUIST.NL

BRUIST

Veilig zonnen
Bescherm
je haar

Vakantie?
Puzzelen
maar!



Even weg uit de hectiek van alledag



*“Bij ons komen mensen om te onthaasten,
te fietsen en nadien lekker te eten”*



Midden in een groene omgeving langs fiets-, wandel- en ruiters/menneroutes.
Langs de grens België – Nederland op de as tussen Antwerpen – Rotterdam.

Grote parkeerplaats voor auto's, fietsen, campers en paardenaanhangwagens
in een beschermd monument van oude gerenoveerde veestallen.

HERBERG QUARANTAINE biedt u

Gerenameerde bier en wijnkaart
Fresh, fruity en healthy drinks
Eigen theemengelingen
Fingerfood, snacks en wereldse dagschotels



HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



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!*



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★





8



18



21



12

win



20



23

COLOFON

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
 Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout
 T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl
 www.nederlandbruist.nl
 f i nederlandbruist

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Ramon Heeren
THEMATEKSTEN Maaike van Helmond
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook/BergenopZoomBruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl
 of bel Catharina Coenrades, 06-46863834 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Bergen op Zoom 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.**



ADVERTEREN?

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



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Wat vliegt de tijd. Inmiddels is het augustus en hebben we alweer maanden te dealen met alle corona-perikelen. We leren met z'n allen steeds beter omgaan met deze situatie. Zie je een vakantie in het buitenland bijvoorbeeld momenteel niet zitten? Dan blijf je toch gewoon lekker in Nederland.

Bruisende lezer,

Datzelfde geldt voor alle ondernemers met wie wij samenwerken. Kan iets momenteel even niet gaan zoals normaal, dan zoeken ze stuk voor stuk naar een passende oplossing om hun klanten toch zo goed mogelijk van dienst te kunnen zijn. Hoe vervelend de situatie ook is, het blijft mooi om te zien hoe iedereen er de schouders onder zet.

Gelukkig is er meer in het leven dan corona en zijn er leukere onderwerpen om over te schrijven. In deze nieuwste editie van Bruist vind je dan ook weer heel wat inspirerende verhalen van de bruisende ondernemers uit jouw regio. En ook de nodige tips natuurlijk. Zo vertellen we je meer over hoe je het beste je haar kunt beschermen tegen de zon. Ook nuttig voor een vakantie in eigen land!

Geniet van de zomer!

Lea en Marcel Bossers

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

Inhoud

Bescherm *je haar* tegen de zon!

VERGEET JE SCHEIDING NIET!

Dat we onze huid moeten beschermen tegen de zon, is bekend. Maar wist je dat uv-stralen ook schadelijk kunnen zijn voor je haren? Om nog maar te zwijgen over het chloor- en zeewater waar je je haar in de zomermaanden aan blootstelt...

De boodschap mag duidelijk zijn: bescherm ook je haar goed tegen deze invloeden van buitenaf. Doe je dat niet, dan loop je het risico op droge lokken, gespleten haarpunten, een dofte kleur en pluizig haar. Maar hoe doe je dat dan, je haar beschermen?

Gebruik stylingproducten met een SPF-factor (Sun Protection Factor, zoals bij zonnebrandcrème). Deze beschermen je haar tegen de zon.

Draag je haar vast als je de zon ingaat. Hierdoor wordt minder haar blootgesteld aan de zon. Is je haar te kort om het vast te doen? Of houd je daar gewoon niet van? Draag dan een hoed of knoop bijvoorbeeld een shawl om je haar.

Vermijd in de zomer chemische behandelingen in je haar. Je haar kan daardoor namelijk licht beschadigen en droog worden. En droog haar is niet echt bestand tegen zon, zout en chloor... Wil je toch per se je haar verven of bijvoorbeeld permanenten

of juist straighten? Laat dit dan door een professional doen. Die kan je het juiste advies meegeven over de verzorging om (nog meer) beschadiging te voorkomen.

Ga je lekker zwemmen, probeer je haar dan zo min mogelijk aan het chloor- of zeewater bloot te stellen. Je loopt dan het risico op droog haar. Geblondeerd haar kan door het water zelfs groen worden. Spoel je haar sowieso vóór en ná het zwemmen met kraanwater, dat beperkt het risico op beschadiging.

Verzorg je haar regelmatig met een voedende conditioner en een lekker haarmasker die het haar intensief voeden en het zo weer een boost geven voor de volgende zomerse dag.

Last but zeker not least: vergeet je scheiding niet in te smeren. Als je die ooit een keer hebt verbrand, weet je namelijk hoe pijnlijk dat kan zijn...

Wil jij weten hoe je jouw haar het beste kunt beschermen tegen zon, zee en chloor? Op www.nederlandbruist.nl vind je heel wat haarspecialisten die jou hierover kunnen adviseren.



maxaro®



Megastore in
Roosendaal

5.000 m² inspiratie



Badkamers

Alle stijlen badkamers
voor ieder budget

Vanaf

€ 1.799,-



Tegels

Complete collectie tegels
van de hoogste kwaliteit

Vanaf

€ 9,95 m²

Slaag maximaal op www.maxaro.nl óf in één van onze megastores
aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal** of aan de **Hertogswetering 175 te Utrecht**.

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



DE SMAAK VAN ITALIË

Een frisse citroenlikeur gemaakt volgens een authentiek familiecept. Pallini Limoncello heeft de perfecte balans gevonden en een unieke frisse smaak gecreëerd die niet te zoet of te zuur is. Dat komt door het gebruik van citroenen die speciaal worden gekweekt aan de Amalfi kust. Een likeur die heerlijk te nuttigen is, als aperitief of als digestief, en die cocktails een unieke smaak geeft.

Pallini limoncello



KLAAR VOOR DE ZON

Wilkinson introduceert de Intuition Complete, speciaal voor vrouwen. Door de slanke scheerkop met vijf Skin Perfect-mesjes kom je nu nog gemakkelijker bij alle lastig bereikbare plekjes. Het mooie design en roze kleurtje maken van elke scheerbeurt een fijne beauty treatment! Zo zijn jouw benen, oksels en bikinilijn in een handomdraai zijdezacht.

www.wilkinsonsword.nl



BEWUST GENIETEN

De chocolade van Little Love is meer dan een traktatie. Hier ontmoet de kracht van rauwe chocolade superfoods zoals lucuma, bosbessen, hennepzaad, baobab en goji. De bars zijn als een kleine beloning voor wie bewust wil genieten!

Verkrijgbaar vanaf € 1,89 **www.little.love**

Vier de *vakantie!*

win

LEZERSACTIE

Maak kans op deze trendy sneakers Nora II van Woden.



Trendy sneakers, vervaardigd uit luchtdoorlatende materialen zoals kalfsleider en textiel. Geen vermoeide voeten meer voor jou!

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 mét je schoenmaat o.v.v. #WOVEN naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

BEKROOND MET GOUD

Born Rosé is een bijzondere rosé, geboren in Barcelona. Die stad, met haar licht en open karakter, dient als inspiratie voor een bepaalde levensstijl. Born Rosé is heerlijk fris, met een geweldige zalmroze kleur. Drink de rosé koud op speciale momenten met vrienden en geniet!

www.bornrose.com



LEZERSACTIE

Maak kans op het boek Costa del Coke.

Een zinderende roadtrip langs de Zuid-Spaanse kust in het spoor van de cokemaffia, geschreven door Arthur van Amerongen en Ivo Teulings.

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. #COSTA DEL COKE 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:

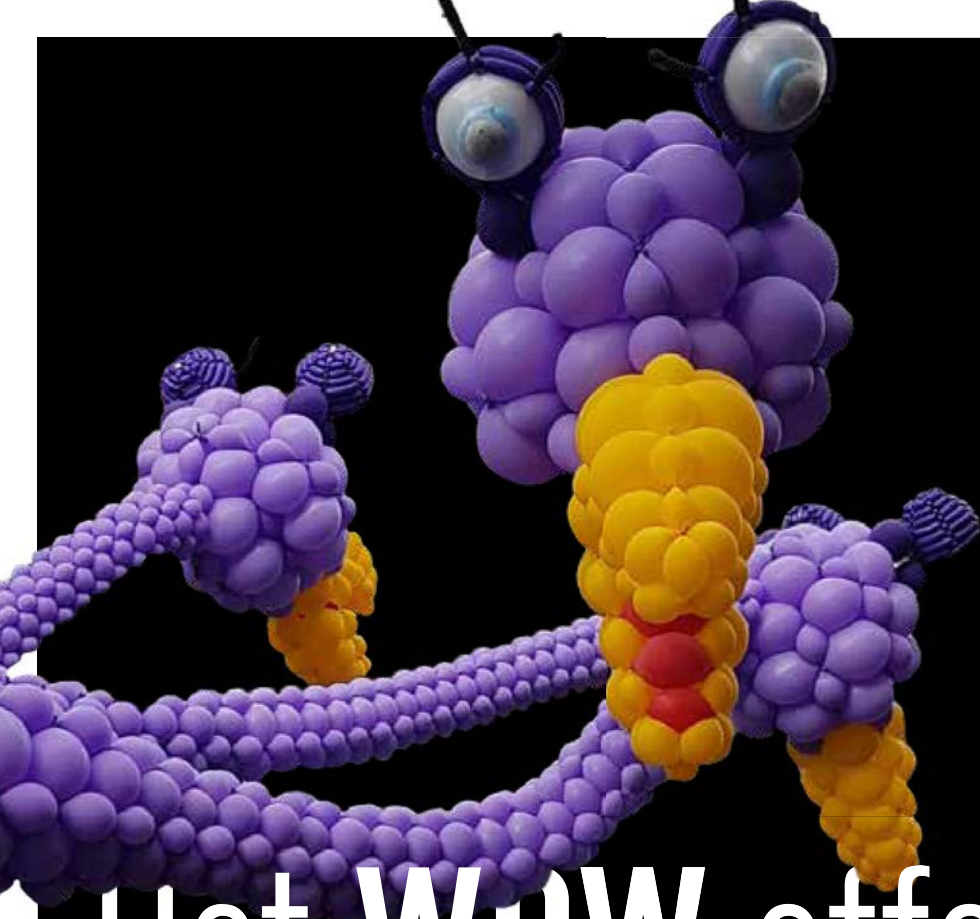


Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #DORDRECHTTOURS naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



PROEF JOUW FAVORIETE FESTIVAL

Dankzij ingrediënten van de beste kwaliteit, zonder kunstmatige kleur- of smaakstoffen, maakt Pinkyroze het verschil tussen een gewoon drankje en een superieure limonade of cocktail. Drink Pinkyroze Spiced Lemon & Rose of Floral Ginger & Orange direct gekoeld uit het blikje of serveer het in een mooi glas met ijsblokjes. **www.pinkyroze.nl**



KIJK OP DE WEBSITE VOOR DE MOGELIJKHEDEN EN BEL 06-10737941

Het WOW effect

Dat is wat wij creëren met onze balloninstallaties. Of het nu gaat om een totaaldecoratie, een eyecatcher of een interactieve beleving. Wij zorgen ervoor dat jouw verhaal op de juiste manier verteld wordt en dat jouw doelen behaald worden.

De ballon is namelijk veel meer dan alleen een decoratiemiddel, het is een communicatiemiddel.

Artiventz is opgericht in mei 2013. Begonnen als klein ballondecoratiebedrijf en ballonvouwer, maar al snel steeg het niveau en vond Artiventz zijn weg binnen grotere projecten als designer en ondersteunende partner.

Inmiddels is Artiventz welbekend en werken we hard aan onze reputatie binnen de evenementenbranche. Met onze kennis en ervaring kunnen we bedrijven en organisaties helpen met het vinden van de perfecte installatie.

Event Styling

Breng jouw speciale gelegenheid naar het volgende niveau met verwondering, kleur en een onverslaanbare esthetiek, die alleen ballonnen kunnen brengen. Wij brengen jou en je gasten in de stemming met levendige arrangementen die volledig naar jouw smaak en budget kunnen worden aangepast. Voor ieder thema en iedere sfeer is er een passende

ballondecoratie. Wij denken met je mee en gebruiken onze kennis om de ballon zo goed mogelijk in te zetten voor jouw evenement en de gewenste look te bereiken.

Bijzonder ballonentertainment

Artiventz verzorgt entertainment dat je bijblijft. Een bijzondere ontmoeting en een belevenis om nooit te vergeten. Wij brengen ballonnen tot leven!



De hype van dit moment: ballonnenkostuums. Echte Party Animals zijn het! Ballonnen zijn het ultieme symbool voor feest. Als er ballonnen zijn, dan weet je dat er iets te vieren valt. Wat is er leuker dan een drie meter hoge ballonnensculptuur die tot leven komt? Onze ballonnenkostuums zorgen gegarandeerd voor veel plezier, geweldige foto's/video's en een onvergetelijke ontmoeting voor je gasten.



Denise van Dooren
Founder & Creative Director

Het creatieve brein achter Artiventz. In 2012 kwam ze voor het eerst in contact met de ballonindustrie. Ze werkte mee aan een groot project in Barcelona. Direct was ze verkocht door de impact die ballonnen hebben op mensen. De vrolijkheid en instant happiness, iedereen had een glimlach op zijn gezicht. Met deze inspiratie is ze op 19-jarige leeftijd aan de slag gegaan met het ontwikkelen van Artiventz.

Nu is Denise een bekend gezicht binnen haar branche en wereldwijd actief als ballonartiest en -designer. Ze werkt mee aan grootschalige kunstprojecten en geeft les aan mede-ballonprofessionals.

Haar missie: mensen verwonderen met haar ballonnenkunst, creatieve concepten ontwikkelen om evenementen en feesten memorabel te maken en geïnspireerd worden.

Het *magische* medicijn

Soms weet je dat iets goed voor je is en doe je het toch niet. Want je hebt altijd wel een goede reden - een excuus - om het niet te doen.

Maar stel nou eens dat het heel veel voordelen biedt, zoals een hoger energieniveau, betere focus, meer rust in je hoofd, beter slapen, minder stress en het is ook nog eens goed voor je lichaam. En het kost je maar twee keer tien minuten per dag.

Je hoeft er bijna niets voor te doen, je moet het alleen wel doen. Een momentje voor jezelf nemen, een meditation-moment. Inmiddels gebruiken meer dan 150.000 mensen in Nederland en België elke dag de Meditation Moments-app. Met tienduizend top reviews. Probeer het zelf tien dagen en ontdek wat het met jou doet. Download hem gratis in de app-stores.

Op naar jouw mooiste leven!
Alle goeds en hasta la proxima,

Michael Pilarczyk

~ www.meditationmoments.nl ~

Vakantie in eigen land is beter voor ons geluksgevoel.

Reistijd en tijdsverschil zorgen ervoor dat het langer duurt voordat we echt profijt hebben van onze vakantie.

Eén zonnepaneel levert per jaar genoeg energie voor 2.276 liter thee, oftewel **30 kopjes** per dag.

In een **schrikkeljaar** begint augustus op dezelfde dag van de week als februari.

Leonardo da Vinci voorspelde al in 1447 dat er in de toekomst **zonne-energie** gebruikt zou worden.

De allereerste **Koninginnedag** van Nederland werd gevierd in augustus, en wel op 31 augustus 1890.

Wanneer jouw zonnepanelen meer energie produceren dan je zelf nodig hebt, zie je letterlijk je **energiemeter** teruglopen.

13 augustus is het internationale **linkshandigendag**. Deze dag is ontstaan om aandacht te vragen voor de ongemakken waar linkshandigen tegenaan lopen in onze rechtshandige wereld.

TREASURETOYS

HET EERSTE SPEELGOED ABONNEMENT VAN NEDERLAND



SCAN ME

Hoi! Wij zijn Petra en Ivo van TreasureToys en wij vinden het belangrijk dat ieder kind de kans krijgt om allerlei soorten speelgoed te ontdekken. Helaas is speelgoed duur en weet u, als ouder van een jong kind, dat uw zoon of dochter al snel weer is uitgekeken op zijn of haar speelgoed waardoor het vaak op zolder of marktplaats belandt.

TreasureToys lost dit probleem op! Wij leveren elke drie maanden een schatkist vol met speelgoed van de beste merken, afgestemd op de leeftijd van uw kind. Aan het einde van de drie maanden ruilen wij de schatkist om voor een nieuwe kist, zodat uw kind nooit meer verveeld raakt door zijn of haar speelgoed.

Interesse? Scan de QR-code en neem een kijkje op onze website of surf zelf naar www.treasuretoys.nl. Hopelijk tot snel!



0 tot 6 maanden



6 tot 12 maanden



1 tot 3 jaar



3 tot 5 jaar

WWW.TREASURETOYS.NL | INFO@TREASURETOYS.NL



Van harte welkom in De Grote Slok



Na 37 jaar schilderen waarvan 20 jaar als zelfstandig ondernemer was ik toe aan een nieuwe uitdaging. Het hebben van een eigen horecazaak was altijd al een wens. Maar dat doe je niet zomaar even. We hebben ons goed laten informeren en zijn op 11 november 2019 overstag gegaan. Op deze toepasselijke datum hebben we het koopcontract getekend. Het duurde nog even voor het echt zover was maar uiteindelijk kregen we groen licht.

Een maand later op 15 maart jl. volgde de coronacrisis. Dat was voor ons een enorme tegenslag want we dachten meteen "zou dit nog wel goed komen?" en de angst werd duidelijk zichtbaar. Gelukkig ligt het niet in onze aard om meteen in paniek te raken, dus we gaan ervoor. En met de goede raad van Rens en Josien wist ik zeker dat het wel goed zou komen. Op 10 juni jl. zijn we officieel eigenaar geworden van Grandcafé De Grote Slok. Mijn vrouw Monique werkt vier dagen per week als begeleider op een arbeidscentrum en helpt ook in de zaak. Wie weet mogen wij u nog eens begroeten in De Grote Slok.

Met vriendelijke groet,
Ad en Monique van Oorschot

Grandcafé De Grote Slok

Hofstraat 5
Bergen op Zoom
advano@home.nl
Tel: 06-20122016

Open: van donderdag
tot en met zondag
vanaf 15.00 uur

OP ZOEK NAAR ONTSPANNING EN GEZONDHEID?

Dan ben je hier aan het goede adres! Bij LunaNova Massage & Kruidengeneeskunde vind je diverse ontspanningsmassages waarmee je een verwenmoment voor jezelf kunt beleven.

Je kunt bij LunaNova terecht voor diverse massages. Bijvoorbeeld een klassieke ontspanningsmassage, een heerlijke hotstonemassage of een wellness freestyle massage. Hierbij wordt gekeken naar jouw wensen en eventuele klachten op dat moment. De massage en technieken worden hierop aangepast.

Lomi Lomi massage

Uniek bij LunaNova zijn de Lomi Lomi massages. Dit is een authentieke Hawaïaanse massage waarbij voornamelijk de onderarmen worden gebruikt om het hele lichaam te masseren. Tijdens deze massage wordt de kracht van de Hawaïaanse traditie doorgegeven. Blokkades worden opgeheven waardoor de energiestroom zich herstelt. Ook kun je bij LunaNova terecht voor helende massages waarbij emotionele blokkades worden opgeheven en je zowel fysiek als mentaal helemaal tot rust komt.

**Heb jij een druk leven en wil je graag volledig ontspannen?
Even een momentje voor jezelf beleven en helemaal tot rust komen? Maak dan eens een afspraak bij LunaNova!**



Kastanjelaan 87, Bergen op Zoom | 06 22940604
info@lunanovamassage.nl | www.lunanovamassage.nl



**OOK
MASSAGES
AAN HUIS**

Vloeren van nu met de service van vroeger

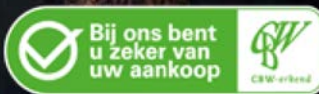
Sinds 1 november 2018 zijn Mano Demmers samen met zijn vrouw Cindy de trotse eigenaren van een schitterende showroom in 't Vierkantje te Bergen op Zoom. In een schitterend, ruim 700 jaar oud pand worden fantastisch mooie vloeren getoond.

Mooie Vloeren Van Mano is voor Bergen op Zoom en omgeving onder andere exclusief dealer van de schitterende houten vloeren van Origineel Chapel Parket. Daarnaast staan er sterke merken als het Amerikaanse COREtec met zijn zwevend te leggen pvc-vloeren. Deze zijn overigens ook in een visgraatpatroon leverbaar en geschikt voor plaatsing in appartementen. Dure egalisatiekosten hoeven bij de verwerking van dit product in 90% van de gevallen niet meer gemaakt te worden. Ook het topmerk laminaat Quick Step met zijn twee collecties – 100% watervast laminaatvloeren – alsook de Majesticcollectie met ruim 2 meter lange delen zijn te bewonderen in de showroom.

Ook voor schaderapportage bent u bij Mooie Vloeren van Mano aan het juiste adres.



Kom gerust eens langs in de showroom om onder het genot van een kopje koffie of thee de diverse mogelijkheden te bespreken.



Mooie Vloeren Van Mano

Kortemeestraat 19, Bergen op Zoom | 0164 785 440
mano@mvm.nu | www.mooievloerenvanmano.nl

DAGJE UIT WORLD OF DINOS



Deze zomervakantie is de grootste Dino Expo van Europa weer in Utrecht te bewonderen. Kom oog in oog te staan met meer dan tachtig levensgrote, bewegende dinosaurussen, zoals de brullende T-Rex en de razendsnelle Velociraptor. De attractie is compleet vernieuwd en geschikt voor de hele familie. Interactieve elementen worden gecombineerd met realistische dino-modellen en een grote 'kidszone'. Naast de dino-modellen zijn er speurtochten, een bioscoop waar doorlopend documentaires getoond worden en je kunt een ritje maken op een dino. Ook kunnen kinderen zelf op zoek gaan naar fossielen in opgravingen met zand. **Kijk voor meer info op www.worldofdinos.nl.**

FILMPJE KIJKEN TE VER WEG

Omdat zijn geboortedorp plaats moet maken voor een kolenmijn, verhuizen de twaalfjarige Ben en zijn familie naar de stad. Op zijn nieuwe school is hij aanvankelijk een buitenstaander. Ook bij zijn nieuwe voetbalclub loopt het niet zoals gehoopt voor de talentvolle aanval. Bovendien is er nog een nieuwe scholier in de klas, de elfjarige Syrische vluchteling Tariq die niet alleen op school, maar ook op het voetbalveld de show steelt. Blijft Ben buitenspel staan of hebben de twee jongens meer met elkaar gemeen dan ze eerst dachten?

TE VER WEG is een zomers avontuur voor de hele familie. Vanaf 6 augustus in de bioscoop.



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN CHRISTIAN WHITE



Het is winter en griezelig stil op vakantie-eiland Belport. Slecht nieuws brengt Kate naar dit uitgestorven oord en haar verdriet wordt met de dag groter als ze meer te weten komt over het geheime leven van haar man. Eilandbewoner Abby is gewend aan de stille winters, maar dit jaar wordt haar wereld op zijn kop gezet, wanneer ze bewijzen vindt die haar man in een wel heel kwaad daglicht stellen. Niets op dit eiland is wat het lijkt en pas als de twee vrouwen samenkomen, kunnen ze de waarheid ontdekken over de mannen in hun levens...

DE VROUW EN DE WEDUWE van Christian White verschijnt 18 augustus.





Bij Paul & Martijn

Lievrouwstraat 56
4611 JL Bergen op Zoom

Openingstijden:

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



De leukste cadeaus onder de € 15

Originele items
gemaakt door de
medewerkers

Bent u op zoek naar een leuk en origineel cadeau 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. Naast de spullen op de foto's worden in de winkel nog meer leuke en originele items gemaakt.



Zakje complimenten

€ 3,50



Kletpot

€ 10,00



Eland

€ 15,00

Sterker en weerbaarder dan voorheen

Ingrijpende gebeurtenissen kunnen je leven een verrassende wending geven. De huidige coronacrisis is zo'n gebeurtenis, die ons allen min of meer raakt en onze verdere levensloop gaat beïnvloeden.

Of het nu het krijgen van het covid-19 virus is, de zorg voor zieken, het verliezen van dierbaren, je inkomsten, een baan of andere zaken. Het is veelal heftig en ingrijpend.

“Sterker en weerbaarder dan voorheen”. Kan dat?

Jazeker, velen van ons zullen na deze crisis met hernieuwde kracht de toekomst weer positief tegemoetzien.

Maar dit is niet voor iedereen even vanzelfsprekend. Blijven gevoelens van angst, verdriet, boosheid, onmacht, eenzaamheid en kwetsbaarheid aanwezig en blijf je hangen in vervelende ervaringen, dan kan dit onder andere veelvuldig piekeren, slecht slapen, lichamelijke klachten en overbelasting tot gevolg hebben.

Is dit herkenbaar en kun je zelf niet meer je koers bepalen, dan kan het raadzaam zijn met iemand te praten en samen op zoek te gaan naar jouw manier om met de situatie om te gaan.

Addy Verhagen van praktijk AdAnte4U biedt psychosociale hulp en begeleidt je naar het vinden van een nieuw evenwicht.

“Niet alleen gerelateerd aan de coronacrisis kun je een beroep doen op mij als counselor”, vertelt Addy. In haar praktijk helpt zij tevens mensen die belast zijn met mantelzorg en/of geraakt door kanker, een chronische ziekte hebben of te dealen hebben met rouw en verlies.



De persoon achter AdAnte4U, Counseling en Coaching ben ik, **Addy Verhagen Antens**.

Als registertherapeut bied ik professionele, laagdrempelige zorg. Verwijzing is niet nodig, start behandeling kan veelal binnen een week, vergoeding vanuit de aanvullende zorg is mogelijk en geen aanspraak op het jaarlijkse eigen risico.

AdAnte4U

Counseling en Coaching

Tuindersdreef 4,
Bergen op Zoom
Tel. 06-44898144
www.adante4u.nl

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 met 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 schrapen? Dan is dit ook zeker mogelijk bij de **Parket en Laminaatwinkel**.



pvc
vloeren

laminaat

houten
vloeren



Bewegen op een leuke manier?

BOOTDANCE!



Vind jij het belangrijk om in beweging te zijn, calorieën te verbranden en in shape te komen, **maar** geen zin om in een 'saai' sportschool te belanden?

GEEN PROBLEEM! GET FIT THE FUN WAY.

Bootdance is een combinatie van het trainen en versterken van spieren en Zumba. De Bootdance is altijd op woensdag van 19:30 tot 20:30 uur.

Dus vind je het leuk om in een ontspannen en gezellige sfeer fit te worden, meld je dan aan bij Elma van Hoof, tel. 06-10325019, email: elma@activelifestyleclub.nl. De kosten bedragen € 20 voor 8 weken en de locatie is Boerenverdriet 10 in Bergen op Zoom.





Thuis *shinen!*

Of je nu wel of niet op vakantie gaat, in de zomer willen we allemaal shinen, dus ook als je gewoon lekker thuisblijft. Zo val jij op in de augustusmaand!

1. Anti-Aging Sun Cream SPF 50 van Annemarie Börlind, € 25,50 www.boerlind.com
2. Spicebomb Night Vision Eau de Parfum van Viktor & Rolf, vanaf € 68,- www.douglas.nl
3. Bathingsuit van Banana Moon, € 87,- www.bananamoon.com
4. Good Girl Eau de Parfum Légère van Carolina Herrera, vanaf € 63,- www.iciparisxl.nl
5. Moisture surge 72 hour auto-replenishing hydrator van Clinique, vanaf € 54,50 www.clinique.nl
6. Two-Phase After Sun Spray with aloe van Collistar, € 27,- www.collistar.nl

7. FIX+ Setting Spray Compassion van Mac Cosmetics, € 13,- www.maccosmetics.nl
8. Angel Nova Eau de Parfum van Mugler, vanaf € 66,- www.douglas.nl
9. Naked Ultraviolet Eyeshadow Palette van Urban Decay, € 55,- www.iciparisxl.nl
10. Twist to Glow van Clarins, € 32,- www.clarins.nl
11. Terracotta Pacific Avenue van Guerlain, € 68,- www.guerlain.nl
12. Rouge Velvet Ink 07 van Bourjois, € 16,99 www.bourjois.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

1001 en 1 nacht Bergen op Zoom
Brasserie de Berk
Braincare/Mindhulp
Cine-Service Bioscoop
Elle's Elegant Earrings
Gezond op Maat
Het Visgilde Oosterschelde
Tebbens Modehuis
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

HOogerHEIDE

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
Knipstique47
Gezondzittendwerken.nl



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.

Dé gietvloeren specialist

van Noord-Brabant en omgeving

Zeg ja tegen een gietvloer van Céjess Flooring!



“Waarom voor ons kiezen?
Natuurlijk vanwege ons vakmanschap en jarenlange ervaring”

Voor elk type vloer bieden wij de perfecte oplossing. Gietvloeren zijn overigens niet het enige wat Céjess Flooring te bieden heeft. Daarnaast verkopen we namelijk ook coatingvloeren en mortelvloeren. **Bel dus gewoon eens voor een afspraak om de mogelijkheden bij u thuis of binnen uw bedrijf te bespreken.**

Céjess Flooring | Eigenaar: Frederick Mann | Roosendaal | 06-20955772 | www.cejess.nl



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

de Herstelknoop

voor het repareren en vermaken
van uw kleding

Ook voor

bruidsmode

herenkostuums

wiegjes aankleden

Met unieke
haal- en
brengservice

Mary Willigers
06-34339984

deherstelknoop@kpnmail.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

Fysieke klachten door thuiswerken?



Doe de gratis online werkplekcheck!

Gezondzittend
WERKEN.NL



Westerland 13 Bergen op Zoom
06-10202148
info@gezondzittendwerken.nl
gezondzittendwerken.nl

ONTSPANNING
door massage



**GENTLEMAN
MASSAGED**

Sasdijk 8 Dinteloord | 06-53422042

ed@gentleman-massaged.nl | www.gentleman-massaged.nl

Luister jij?
Als iemand zijn verhaal kwijt wil...

Word vrijwilliger!

deluisterlijn.nl/vrijwilliger

Help door
te luisteren
anoniem - dag en nacht



Lichtpuntje in coronacrisis

Honderden extra oren voor de Luisterlijn

Het is al weken extra druk bij de Luisterlijn. Nederlanders nemen massaal contact op voor emotionele steun of voor een praatje. Gelukkig is er ook een andere kant: de afgelopen maand boden ruim achthonderd nieuwe vrijwilligers hulp aan om die extra oproepen te beantwoorden. Met een verkort opleidingstraject én een extra telefoonlijn, 'de Coronapraatlijn', is de Luisterlijn er nu voor nog meer mensen die om een praatje verlegen zitten.

In deze tijd waarin sociaal contact beperkt is, is de behoefte aan contact of een luisterend oor groot. Door nieuwe vrijwilligers versneld (online) op te leiden hoopt de Luisterlijn nog meer oproepen te kunnen beantwoorden. Deze vrijwilligers gaan de tijdelijke 'Coronapraatlijn' bemensen, een extra telefoonlijn die speciaal is geopend voor als je even een praatje wilt maken, je verhaal kwijt wilt, wilt kletsen of omdat je bezorgd bent. De extra lijn is te bereiken via het reguliere Luisterlijn-nummer 0900-0767.

Dubbel zoveel gesprekken

Waar vrijwilligers van de Luisterlijn normaal gesproken zo'n zevenhonderd tot achthonderd gesprekken per dag voeren, is dat aantal bijna verdubbeld tot zo'n twaalfhonderd gesprekken per dag. Meer dan de helft van de gesprekken gaat over corona en de bezorgdheid daarover. En een deel van de mensen die over corona belt, wil gewoon even iemand spreken, hun bezorgdheid uitspreken en iemand die luistert zonder oordeel.

Overspoeld met mensen die willen helpen

De afgelopen maand werd de Luisterlijn overspoeld met aanmeldingen van mensen die zich (tijdelijk) willen inzetten. Een groot deel hiervan bestaat uit mensen die in deze drukke tijd willen helpen nu ze zelf minder of helemaal niet kunnen werken. "Het is echt hartverwarmend om te zien hoeveel mensen willen helpen door er even te zijn voor een ander", zegt Helen Maier, manager locaties en projecten. "Onze uitdaging was hoe deze nieuwe mensen snel, eenvoudig en met zo weinig mogelijk kosten in te zetten. Samen met onze telefoonprovider Cloud Contact kwamen we met de oplossing: een telefonieplatform, waarop elke nieuwe vrijwilliger vanuit huis kan inloggen. Hierdoor kunnen we meer mensen te woord staan die even hun hart willen luchten over de huidige situatie."

De Luisterlijn is dag en nacht bereikbaar voor een anoniem gesprek. Bel naar 0900-0767 of chat of mail via www.deluisterlijn.nl.

Spinazietaart

met feta

4 PERSONEN - 80 MINUTEN

INGREDIËNTEN

2 uien
 2 teentjes knoflook
 600 g jonge spinazie
 boter
 bloem
 2 vellen bladerdeeg
 peper
 zout
 nootmuskaat
 5 eieren
 350 g fetakaas
 100 g babyspinazie
 1 tros tomaten
 olijfolie

Verwarm de oven voor tot 180 °C. Pel en snipper de uien en de knoflook. Was de spinazie en laat deze uitlekken in een vergiet. Smelt een flinke klont boter in een pan. Stoof hierin de uien en doe er de knoflook bij. Voeg de spinazie toe en laat deze slinken. Laat de spinazie uitlekken in een vergiet en goed afkoelen. Beboter een ronde taartvorm en bestuif met wat bloem. Vul de taartvorm met het bladerdeeg en prik er met een vork gaatjes in. Dat zorgt ervoor dat het bladerdeeg goed omhoog komt. Bewaar wat bladerdeeg om later bovenop de taart te leggen.

Doe de afgekoelde spinazie in een kom. Kruid met peper, zout en nootmuskaat. Roer er vier eieren en de verbrokkelde fetakaas doorheen. Stort het spinaziemengsel in de taartvorm. Leg het achtergehouden bladerdeeg als een dakje over de spinazie.

Splits een ei en klop de eierdooier los met een scheutje water. Bestrijk de bovenkant van de taart met de eierdooier. Rol een schoorsteentje van aluminiumfolie en zet het rechtop in het midden van de taart. Zo kan het vocht ontsnappen en blijft het deeg krokant. Bak 50 minuten in de voorverwarmde oven.

Maak de babyspinazie schoon. Halveer de tomaatjes. Breng op smaak met een scheutje olijfolie, peper en zout. Haal het schoorsteentje uit de taart. Serveer een punt van de spinazietaart met de salade.



Ron, creative manager bij Bruist

Er zijn van die gerechten waar je me 's nachts voor wakker kunt maken en dit is er een van. De combinatie van gehakt, feta en spinazie is een heerlijke smaakbeleving in je mond. Het krokante bladerdeegdakje is mijn favoriete stukje van deze taart.

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

Tip: zorg dat de spinazie goed afgekoeld is, anders bakt het deeg onder de spinazie niet mooi krokant.



PUZZELPAGINA

Het is vakantie! Zeeën van tijd om lekker te puzzelen. Deze maand geven we een uniek Bruist Zomerpakket weg. Puzzel jij weer mee?

BRUIST
wenst iedereen
een heerlijke
en zonnige
zomer!

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **5-4-4**

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

Zoek de zes verborgen letters in deze BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand vakantie.

De oplossing van de vorige maand was **strand**.

Maak kans op dit bruisende

zomer-pakket



👁️-o+ 🍟-fr

🎷-x+ 🗑️ s=n 🗑️ s=t

👩 d=s+t 🧑 m=v

🚪-ur ☀️-n+ 🗑️ s=r

Wil jij kans maken op deze leuke prijs?

Los de rebus op en vul voor 1 september de oplossing in op onze site: www.bergenopzoombruiist.nl

Maak kans op een:

ontspanningsmassage



t.w.v. € 41,-



Massagepraktijk ShuYang

Melanendreef 48A Bergen op Zoom | 0641060741

massagepraktijkshuyang@gmail.com

www.massagpraktijkshuyang.nl

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

wellness	hotstone
ontspannen	praktijk
stress	shuyang
massage	zorg

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



Summer Treatment bij Sensa Bella!

Dé ultieme behandeling in de zomer!

Met de nadruk op het hydrateren van je huid, die nogal wat vocht verliest in de zomermaanden.

Inclusief een heerlijk hydraterend verzorgingswater van Decléor t.w.v. € 55,- om je huid thuis van extra vocht te voorzien!

Behandeling inclusief
Decléor verzorgingswater
t.w.v. € 55,-

Tijdelijk voor slechts

€ 84,50

Sensa Bella
SCHOONHEIDSSALON

Albert Cuijpraat 46, Bergen op Zoom
06-57322272 | www.sensabella.nl