

BERGEN OP ZOOM HALSTEREN  
HOOGERHEIDE



OKTOBER 2020 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.BERGENOPZOOMBRUIST.NL

# BRUIST

Oktober  
*woonmaand*

Breng sfeer  
in huis met  
de *juiste*  
*lamp*



# Exclusiviteit en functionaliteit in één



**Flowing Art ontwikkelt,  
produceert en installeert  
decoratieve gietvloeren bij  
particulieren en bedrijven.**

Waar Flowing Art zich in onderscheidt is dat ze ook plinten en wandpanelen kunnen maken van hetzelfde materiaal als uw gietvloer.

U krijgt dan dezelfde uitstraling op de muur als op uw gietvloer.  
Ideaal voor bijv. de badkamer.  
Ook mooie printafbeeldingen voor aan de wand vindt u bij Flowing Art.

Voor bijzondere tafelbladen die bewerkt zijn met epoxy zoals ingegoten mosselschelpen bent u bij Flowing Art aan het juiste adres.

Kom vrijblijvend eens kijken in onze showroom. Het liefst op afspraak.

Ampèreweg 6,  
Hoogerheide  
0164-606148  
info@flowingart.eu  
[www.flowingart.eu](http://www.flowingart.eu)



# BLIND WALLS GALLERY



HET MUSEUM  
OP STRAAT



Ga mee op street art  
tour en ontdek de  
verhalen van Breda.



**Wandeltour** (c.a. 1,5 uur)

We vertellen je alles over de  
murals in de binnenstad van  
Breda.

**Fietstour** (c.a. 2,5 uur)

Stap met ons op de fiets en  
ontdek de murals in de  
wijken van Breda.

**De rondleidingen vinden buiten plaats en  
zijn geschikt voor groepen.**

Boek een tour via  
[www.blindwalls.gallery](http://www.blindwalls.gallery)



8



12



14

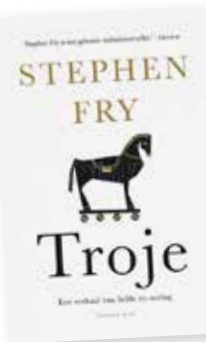
# Inhoud



22



27



23

## COLOFON

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

Het is oktober... en helaas leven we nog steeds in een wereld die in de greep is van het coronavirus. Het ene moment lijkt de situatie te verbeteren terwijl je een dag later weer overladen wordt met negatief nieuws. Er lijkt geen peil op te trekken...

## Bruisende lezer,

Uitspraken over het virus zullen we dan ook niet snel doen. Nee, wij richten ons liever op het positieve. Op de herfst die weer voor de deur staat en die de natuur verandert in een prachtig schilderij. En op alle bruisende ondernemers bij jou in de regio, die stuk voor stuk positief blijven en er alles aan doen om hun klanten, juist nu, zo goed mogelijk van dienst te kunnen zijn. Hoe ze dat doen, lees je in deze nieuwste editie van Bruist.

Stiekem hopen we op nog een aantal zomerse dagen, waarop we heerlijk in de buitenlucht kunnen genieten. Maar de tijd van het ultieme cocoonen onder een dekentje op de bank komt ook steeds dichterbij. Waar je dit magazine ook leest, in het zonnetje of onder een dekentje, we wensen je in ieder geval heel veel leesplezier. Tot volgende maand!

**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.**

GA JE  
VOOR LED  
OF NIET?

# De *juiste lamp* op de *juiste* plek

We gaan langzamerhand weer richting het einde van het jaar. De dagen worden korter, waardoor goede verlichting in huis weer steeds belangrijker wordt. Waar moet je allemaal rekening mee houden bij het kiezen van de juiste verlichting?

Bij het kiezen van verlichting is het belangrijk om rekening te houden met het doel ervan. Licht is niet alleen functioneel, maar ook van grote invloed op de sfeer in een ruimte en de kleuren van bijvoorbeeld je meubels. Grofweg kun je de verlichting in je huis verdelen in drie groepen: basis-, sfeer- en accentverlichting.

## Keuzes maken

Het doel van de verlichting is vooral van invloed op de lichtsterkte, de kleurtemperatuur en bijvoorbeeld de dimbaarheid van de lichtbron. De lamp aan het plafond die als doel heeft de hele ruimte goed te verlichten, moet nu eenmaal aan andere eisen voldoen dan de schemerlamp in de hoek. Houd daar dus rekening mee bij de aanschaf van de lamp. En dan heb je ook nog de keuze uit hanglampen, staande lampen, tafellampen, plafondlampen, wandlampen, et cetera. Er komen dus nog best wel wat keuzes kijken bij de aanschaf van de juiste

verlichting. Gaat het slechts om de aanschaf van één nieuwe lamp, dan zal dat vast geen probleem vormen. Moet je op pad voor alle verlichting voor je (nieuwe) huis, dan is het verstandig om van tevoren een lichtplan op te (laten) stellen.

## Led

Als je dan toch al zoveel keuzes moet maken, dan hebben we er nog eentje voor je: ga je voor led of niet? Tegenwoordig is het al led wat de klok slaat, maar waarom zou je daarvoor kiezen? Omdat led nu eenmaal een aantal voordelen heeft. Ledlampen gaan bijvoorbeeld langer mee, ze zijn energiezuinig en veiliger (ze worden slechts handwarm), kunnen tegen een stootje, geven geen trillend licht (waardoor het licht van deze lampen minder vermoeiend is voor de ogen), hebben geen opwarmtijd, vallen niet onder het chemisch afval, de kracht van het licht wordt niet minder sterk gedurende de levensduur van de lamp en elke lichtkleur is tegenwoordig mogelijk. Overtuigd?

Op zoek naar nieuwe verlichting voor in jouw huis?

Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je heel wat ondernemers in jouw regio die je hierbij kunnen helpen.



maxaro®



Megastore in  
Roosendaal

5.000 m<sup>2</sup> inspiratie



## Badkamers

Alle stijlen badkamers  
voor ieder budget

Vanaf

€ 1.799,-



## Tegels

Complete collectie tegels  
van de hoogste kwaliteit

Vanaf

€ 9,95 m<sup>2</sup>

Slaag maximaal op [www.maxaro.nl](http://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

### IN GEUREN EN KLEUREN

De collectie Baobab huisparfums met mondgeblazen glaskunstwerken hebben ieder een eigen design en specifieke geur. De Totems zijn allemaal mooi en ruiken heerlijk fris of juist zwoel zinnenprikkelend. Kom ze gerust eens bekijken en besnuffelen. Herken jezelf bij MEIJSWONEN in Tilburg.

De nieuwste CYPRIUM collectie is er nu te koop: [www.meijswonen.com](http://www.meijswonen.com)

**NIEUW!**  
CYPRIUM  
geurkaarsen  
en huisparfums  
van **Baobab**



### DE WILDE BAARD ZACHT

Deze baardolie maakt jouw snoren baardharen zacht en soepel en beschermt ze tegen de gure herfstwind. Tot ziens vervelende jeuk, hallo natuurlijke glans. Voor het beste resultaat gebruik je de olie in combinatie met de 2 in 1 Beard Shampoo & Conditioner en de baardbalsem. [www.bulldogskincare.com/nl](http://www.bulldogskincare.com/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:



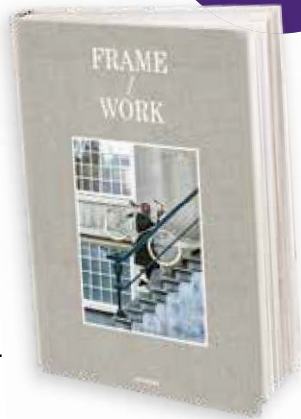
Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! Of stuur je gegevens o.v.v. #DORDRECHTTOURS naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).

win

# Warme must haves

## LEZERSACTIE

Maak kans op een uniek en stijlvol koffietafelboek t.w.v. € 40,-



FRAME/WORK gaat over bijzondere mensen en hun urban habitat. Markante persoonlijkheden die het best gedijen bij de energie die de stad hen geeft en die op hun beurt de stad karakter geven. Wil jij kans maken op dit prachtige boek?

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. #FRAME/WORK naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).

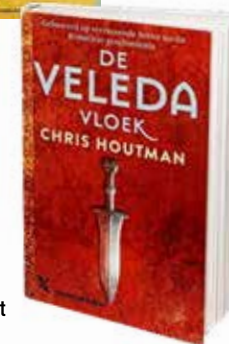
### WARME SMAKEN

Lovechock lanceert twee nieuwe chocoladerepen met de smaken speculaas & mandarijn en abrikoos & gember. Heerlijke winterse varianten die enkel biologische ingrediënten en eerlijke, rauwe cacao bevatten. Deze limited edition wintersmaken zijn verkrijgbaar zolang de voorraad strekt. [www.lovechock.nl](http://www.lovechock.nl)



### DE VELEDA TRILOGIE

De Veleida Voorspelling en De Veleida Vloek, respectievelijk het eerste en tweede deel van de trilogie over de Friese vrijheidsstrijdster Elfleda, liggen nu in de boekwinkels. Het laatste deel, De Veleida Erfenis, verschijnt in januari 2021. Chris Houtman schreef en regisseerde theaterproducties. Sinds 2016 legt hij zich - met veel succes - toe op zijn schrijverschap. Met de Veleida Trilogie bewijst Houtman zich nu ook in historische fictie. [www.xanderuitgevers.nl](http://www.xanderuitgevers.nl)



### LEKKER VOOR HET MILIEU

Bij Jones Brothers Coffee geloven ze dat jouw dagelijkse koffie-genietmomentje ook kan bestaan zonder vervuilende verpakking. De plant-based en composteerbare koffiecapsules van Jones Brother zijn 100% afbreekbaar en mogen in de gft-bak gedeponeerd worden. Ga voor jouw proefpakket composteerbare koffiecapsules naar [www.jonesbrotherscoffee.com/nl](http://www.jonesbrotherscoffee.com/nl)



# Waarom Cardiologie Centrum Zeeland?

Wij zijn een zelfstandige polikliniek voor cardiologische zorg. Ons streven is dat de patiënten met hart- en vaatziekten al binnen 24-48 uur terecht kunnen bij ons. Wij staan voor de beste innovatieve zorg met optimale service en persoonlijke begeleiding. Voor meer informatie over ons centrum kunt u terecht op onze website: [www.cardiologiecentra.nl](http://www.cardiologiecentra.nl)



## Binnen 24 uur een consult

Als u klachten heeft die zouden kunnen passen bij een hartziekte, dan wilt u zo snel mogelijk weten of deze klachten daadwerkelijk van uw hart komen en hoe ze eventueel behandeld kunnen worden. Daarom kunt u al binnen 24 uur bij ons voor een consult terecht.

Alle nodige onderzoeken en het evaluatiegesprek kunnen indien mogelijk al binnen twee uur plaatsvinden.

Tijdens het evaluatiegesprek zal de cardioloog met u de diagnose bespreken en zo nodig een behandelplan opstellen. Tevens kunt u bij ons terecht voor preventief onderzoek of een second opinion.

## De belangrijkste klachten bij hartziekten zijn:

- ✓ Pijn op de borst
- ✓ Hartkloppingen
- ✓ Kortademigheid
- ✓ Wegrakingen / onwelwording
- ✓ Vermoeidheid



Cardiologie Centra Nederland

Onze zorg klopt!

## Cardiologie Centrum Zeeland

Buitenruststraat 16, Middelburg | 0118-689340

[zeeland@cardiologiecentra.nl](mailto:zeeland@cardiologiecentra.nl) | [www.cardiologiecentra.nl](http://www.cardiologiecentra.nl)

## Verwijzing via de huisarts

Heeft u een of meerdere van de genoemde klachten? Ga dan naar uw huisarts. Deze zal besluiten of het nodig is dat u wordt doorverwezen naar ons centrum. Indien u door uw huisarts wordt doorverwezen, wordt de door Cardiologie Centrum Zeeland geleverde zorg volledig vergoed door uw verzekeraar. Wij hebben contracten met alle zorgverzekeraars in Nederland.

## 24/7 bereikbaar

Patiënten en verwijzers kunnen voor informatie ten alle tijden contact met ons opnemen. Wij zijn 24 uur per dag, 7 dagen per week bereikbaar.





# Je klachten te lijf met Medische Fitness

Bewegen is gezond, we weten het allemaal. We krijgen regelmatig te horen dat minimaal een half uur per dag 'matig intensief' bewegen goed voor ons is.

Maar wat is 'matig intensief bewegen'? Waarom een half uur en hoe dan? Ik krijg juist pijn als ik beweeg! Zitten is funest voor ons lichaam. De hele dag achter een beeldscherm geeft hoofd, nek en schouderklachten, en ga zo maar door. Kortom bewegen is een must, maar kan ook lastig zijn als je al klachten hebt. Daarom is sporten onder deskundige begeleiding, **medische fitness**, een goede oplossing om je klachten te lijf te gaan!

## Wat is medische Fitness?

Medische fitness is verantwoord bewegen met als doel je fysieke belastbaarheid te vergroten



en/of te behouden op een niveau waardoor je in het dagelijks leven goed kunt functioneren. Makkelijk de trap op en af zonder in ademnood te komen. Medische fitness is dus niet intensief sporten, maar gericht op het vergroten en/of behouden van je fysieke conditie met eventuele tijdelijke of definitieve fysieke beperkingen.

Bij medische fitness wordt door de fysiotherapeut samen met jou een programma op maat gemaakt en kan uit meerdere onderdelen bestaan, zoals oefeningen op fitnessapparatuur, losse grondoefeningen, oefeningen buiten en oefeningen die je tussendoor thuis kan doen.

Voor meer informatie  
bezoek je de website:  
[www.inspirante.nl](http://www.inspirante.nl)



**Inspirante is een multidisciplinaire 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 nekkklachten, whiplash e.d.).

*Inspirante*  
het gezonde alternatief!

Louis Porquinlaan 1  
Bergen op Zoom - 0164-620838  
info@inspirante.nl  
[www.inspirante.nl](http://www.inspirante.nl)

Valt je geboortedatum in **oktober**, dan ben je waarschijnlijk iets **sportiever** dan mensen die in een andere maand zijn geboren.

**Verlichting** is grofweg onder te verdelen in drie categorieën; basisverlichting, sfeerverlichting en accentverlichting.

De eerste **Wereldierendag** vond plaats op 4 oktober 1930.

**Proef** het seizoen! In de herfst zijn er volop cantharellen en oesterzwammen verkrijgbaar. En ze zijn nog gezond ook.

In de herfst kun je heerlijk **uitwaaien** aan de kust.

Geniet van de witte schuimkoppen op de Noordzee, prachtige wolkenpartijen en eindeloze stranden.

**Een goed lichtplan** voor je woonkamer kan je helpen de juiste verlichting te kiezen.

A

Tijdens het laatste weekend van oktober wordt de zomertijd omgeruild voor de **wintertijd**. De klok gaat dus een uur terug.

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

Word  
vrijwilliger!

[deluisterlijn.nl/  
vrijwilliger](https://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](https://www.deluisterlijn.nl).**

# 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!*



# 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

22



**OOK  
MASSAGES  
AAN HUIS**

# DAGJE UIT DUTCH DESIGN WEEK



Ook dit jaar vindt in Eindhoven de negendaagse Dutch Design Week (DDW) plaats. En wel van 17 tot 25 oktober. Het grootste design-evenement van Noord-Europa presenteert werk en concepten van ruim 2.600 ontwerpers. Verspreid over zo'n 120 locaties door de hele stad organiseert en faciliteert DDW onder andere tentoonstellingen, lezingen, prijsuitreikingen, netwerkbijeenkomsten, debatten en festiviteiten. Hoewel tijdens het evenement alle denkbare disciplines en aspecten van design aan bod komen, ligt de nadruk op experiment, vernieuwing en cross-overs. Bijzondere aandacht gaat jaarlijks uit naar werk en ontwikkeling van jong talent. **Kijk voor meer informatie op [www.ddw.nl](http://www.ddw.nl).**

# FILMPJE KIJKEN DE GROTE SINTERKLAAS FILM

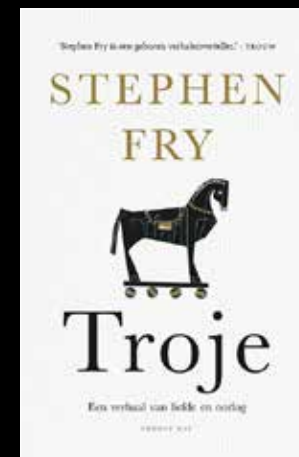
Sinterklaas en zijn pieten zitten met een groot probleem, het kasteel van Sinterklaas staat namelijk op instorten en moet gesloopt worden. Geen kasteel betekent geen cadeautjes en pepernoten voor de kinderen. Al doen Kim Kado, Marco Marsepein en Willem Wortel nog zo hun best, het Sinterklaasfeest lijkt bijna in de soep te lopen. Maar staat het kasteel van Sinterklaas wel écht op instorten of is het een sluw plan van Stan en Olivier? Kikkie en Paco vertrouwen de boel niet en gaan op onderzoek uit.

**DE GROTE SINTERKLAAS FILM is vanaf 7 oktober te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

# BOEKJE LEZEN STEPHEN FRY



Met zijn bestsellers Mythos en Helden heeft Stephen Fry de Griekse mythen weer naar onze tijd gehaald. Nu waagt hij zich met zijn derde mytheboek aan het verhaal van de Trojaanse Oorlog. Nadat Paris de beeldschone Helena heeft weggekaapt naar Troje, trekken de Grieken met een vloot van duizend schepen ten strijde tegen de Trojanen. Het is het begin van een huiveringwekkende strijd die maar liefst tien jaar zal duren. Troje is het klassieke verhaal waarin heldendom en haat, liefde en verdriet, wraak en spijt, hoop en wanhoop samenkomen.

**TROJE van Stephen Fry is vanaf 30 oktober verkrijgbaar in de boekhandel.**

23



# 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

# OPVALLEN?

ADVERTEER IN BRUIST

**NIJMEGEN**  
BRUIST  
Culinerie  
Bruidje slijnt  
in haar rook  
de laatste  
krimp

**JUST  
NU!**

Bel **076-7115340**  
of mail naar [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl)

Ieder uur  
krijgen  
11 mensen  
trombose

Ook u kunt risico lopen. Ontdek het op [trombosestichting.nl](http://trombosestichting.nl)

**TROMBOSESTICHTING**  
NEDERLAND



**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 Lievrouwestraat 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**

Kletsnet

**€ 10,00**

Eland

**€ 15,00**

# Wereld Kristallen

Jan van der Linden, eigenaar van **Kristallen Wereld in Breda**, heeft een uitgebreide collectie natuurstenen. Veel mensen komen naar de Nieuwe Ginnekenstraat om stenen te kopen voor decoratief gebruik, maar vooral ook voor de heling van lichamelijke kwalen.



**Kristallen en natuurgesteenten zijn er in allerlei vormen, maten en kleuren. Al sinds 2006 zoekt Jan van der Linden van de Kristallen Wereld naar prachtige en unieke stukken van museale kwaliteit.**

Nu, in deze tijd van geldontwaarding zijn steeds meer mensen op zoek naar een prachtig kristal dat een kunstobject is in hun woon- of werkomgeving.

Binnen Kristallen Wereld is speciaal daarvoor een nieuw concept ontstaan, onder de naam Wereld Kristallen. Onder deze naam worden er unieke kristallen van topkwaliteit aangeboden. Deze zijn te vinden in een aparte ruimte van de winkel van Kristallen Wereld in Breda.

**We zien u graag in onze winkel!**



**Kristallen  
Wereld**

Nieuwe Ginnekenstraat 21, Breda | +31 611 153 479  
info@kristallenwereld.nl | [www.kristallenwereld.nl](http://www.kristallenwereld.nl)

26



**Wat wil jij bereiken?**

- ✓ Afslanken
- ✓ Fit en vitaal voelen
- ✓ Meer energie hebben
- ✓ Gezond ouder worden

## Effectief afvallen?

## Plan een gratis fitcheck!

*Wil jij weer tevreden zijn met je gewicht?*

Elk coachingstraject begint vrijblijvend met een gratis intake en fitcheck. Dit geeft inzicht in je huidige leefstijl en gezondheid. Het doel is vervolgens om dit meer in balans te brengen. Zo raak je niet alleen de gewenste kilo's kwijt, maar voel je je van binnen ook een stuk gezonder. Daarbij richt Elma zich ook op werknemers van bedrijven met een fitprogramma op maat.

**Maak een afspraak voor een gratis fitcheck door te bellen naar 06-10325019 of mailen naar [elma.van.hoof@elisc.nl](mailto:elma.van.hoof@elisc.nl).**

27

Met een-op-eencoaching helpt Elma je om jouw gewichtsdoelen te behalen. Op basis van jouw huidige gewicht, vetpercentage en doelen berekent ze hoeveel calorieën je per dag zou moeten eten. Op basis hiervan stelt zij vervolgens een voedingschema op maat samen. Per dag eet je drie gezonde maaltijden en drie gezonde tussendoortjes.

Hierdoor is je lichaam constant in verbranding en eet je per maaltijd minder. Een coachingstraject duurt negentig dagen. Tijdens dit traject word je bewuster over jouw voeding en leefstijl en leer je hoe je een blijvende verandering kunt maken.

fitcheck

over Elma

ontbijtproducten

*Elma  
lifestyle  
Coaching*

Boerenverdriet 10,  
Bergen op Zoom  
06-10325019  
[elma.van.hoof@elisc.nl](mailto:elma.van.hoof@elisc.nl)  
[www.elisc.nl](http://www.elisc.nl)



# Klaar voor de *herfst*

Alhoewel we zouden willen dat de zomer eeuwig zou duren, de herfst heeft ook weer haar charme. Met deze heerlijke nieuwe beautyproducten wil jij niet meer terug!

1. Shake Fix Glow Spray van Catrice, € 4,99 [www.catrice.eu](http://www.catrice.eu)
2. Black Orchid van Tom Ford, vanaf € 125,- [www.debijkorf.nl](http://www.debijkorf.nl)
3. Stoned Eyeshadow Palette van Urban Decay, € 55,- [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)
4. Luxe Defining Lipstick All-Day Color van Bobbi Brown, € 38,- [www.debijkorf.nl](http://www.debijkorf.nl)
5. La Laque Couture van YSL, € 38,75 [www.ysl.com](http://www.ysl.com)
6. Global Repair Eyes & Lips van Filorga, € 79,90 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)

7. Bakuchiol Peptides van Medik8, € 64,50 [www.medik8.nl](http://www.medik8.nl)
8. Iris Torréfié L'Art & La Matière Eau de Parfum van Guerlain, € 205,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
9. Voce Viva Eau de Parfum van Valentino, vanaf € 63,- [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
10. Sicity Lemon tandpasta van Pasta del Capitano 1905, € 7,90 [www.ceradicupra.nl](http://www.ceradicupra.nl)
11. Aivy Orange van Alix & Baster, € 169,- [www.alixandbaxter.nl](http://www.alixandbaxter.nl)
12. Eyes to Kill Classico Mascara van Giorgio Armani, € 36,- [www.armanibeauty.com](http://www.armanibeauty.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](http://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  
Knipptique47  
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](mailto:nl@nederlandbruist.nl). Dan kan het gratis magazine Bergen op Zoom Bruist ook via jouw locatie worden verspreid.

## De kracht van bindweefselmassage



Een bindweefselmassage is een intensieve massage die wordt uitgevoerd in de dieper gelegen huiddelen, het onderhuidse bindweefsel, om je huid mooier te maken. Doordat de huid diep wordt gemasseerd, wordt het bindweefsel vrij gemaakt van de onderlaag en worden er verklevingen opgeheven. De doorbloeding wordt gestimuleerd waardoor de huid wordt aangezet tot versteviging en celvernieuwing.

Collageen wordt aangemaakt en de elasticiteit van je huid wordt verbeterd.

### Voor wie is een bindweefselmassage?

In principe voor iedereen! Bindweefselmassage is echt gericht op huidverbetering en kan hulp bieden bij acné, eczeem, littekens en huidveroudering. Veel mensen denken dat de bindweefselmassage alleen voor rimpels is, maar een bindweefselmassage kan ook erg huidverbeterend zijn als je nog helemaal geen rimpels hebt!

### Wat kunnen de resultaten van bindweefselmassage zijn?

Bindweefselmassage doet een heleboel voor je huid. Als eerste stimuleert het de doorbloeding (wat op allerlei vlakken heel goed is), werkt het op de verjonging van de huidstructuur en het verstevigen van het bindweefsel. Als je huid goed doorbloed is kan deze ook beter voedingsstoffen opnemen en afvalstoffen afvoeren. Als dat niet het geval is, kan je huidproblemen krijgen zoals acné, verklevingen en natuurlijk rimpels.

Een bindweefselmassage kan altijd in combinatie met een andere behandeling! Dat geeft nóg mooiere resultaten!

**Tot snel bij Sensa Bella!**



“Met veel plezier ontvang ik u, in alle rust en met persoonlijke aandacht, in mijn schoonheidssalon. In mijn salon werk ik met de huidverbeterende producten van Puurr en Decléor. Naast heerlijk ontspannende gezichtsbehandelingen voor hem en haar kunt u bij Sensa Bella ook terecht voor bindweefselmassage, minerale make-up en (bijna) mama-arrangementen. Ook duo-behandelingen zijn mogelijk.

**Voel de ontspanning en ervaar de rust en aandacht, ruik de aroma's van de etherische oliën en zie het resultaat van de huidverzorging afgestemd op uw wensen. Gun uzelf dat moment!”**

Sandra Schillemans

**Sensa Bella**  
SCHOONHEIDSSALON

Albert Cuijpsstraat 46, Bergen op Zoom  
06-57322272  
[www.sensabella.nl](http://www.sensabella.nl)

Ga naar [www.bergenopzoombruist.nl](http://www.bergenopzoombruist.nl), meld je aan voor **onze nieuwsbrief** en lees het magazine online.





Coach.

— Anrieta Luijks —



06-24718103 | [www.perfectpower.nl](http://www.perfectpower.nl) | [f afslankpraktijk](https://www.facebook.com/afslankpraktijk) | [ig perfect\\_power\\_slim](https://www.instagram.com/perfect_power_slim)

# Wil jij een gezonde leefstijl?



Met de Slimdiet producten kun je oneindig afwisselen en kiezen uit 36 smaakvolle gerechten die rijk zijn aan eiwitten. De eiwitten ondersteunen en zorgen

voor een verzadigd gevoel. Het zijn belangrijke bouwstenen voor je weefsel en cellen, waardoor je geen spiermassa verliest. De Slimdiet producten kun je onderverdelen in koude dranken, ontbijt, soepen, hoofdgerechten, toetjes en repen. Elk met zes verschillende smaken. Keuze genoeg dus. En bij lunch en avondeten eet je ook nog eens onbeperkt groenten. **Afvallen hoeft dus niet saai te zijn.**

Bel nu voor een GRATIS intakegesprek!  
06-24718103

# BRUIST

Like ons op **facebook**.  
[www.facebook.com/BergenopZoomBruist](http://www.facebook.com/BergenopZoomBruist)

## WHERE BEAUTY BEGINS...

Dé plek in Hoogerheide waar huidverbetering en wellness samenkomen. "Alles om je weer **jouw mooiste ik te laten zien!**"

- Ontspannende gezichtsbehandelingen
- Therapeutische (kuur)behandelingen
- Harsen van het gelaat en lichaam
- Lash Volume Lift



Wouwenbaan 102 Hoogerheide | 06-34044750 | [info@salonvronie.nl](mailto:info@salonvronie.nl) | [www.schoonheidssalonvronie.nl](http://www.schoonheidssalonvronie.nl)

# BRINCARE

VAN BRIESEN NAAR BRUISEN



De eerste vakantie is alweer bijna in zicht!  
Maar zit je kind niet lekker in zijn vel? Klaagt hij over hoofdpijn, buikpijn of slaapt hij slecht?  
Wacht niet te lang voor ondersteuning. Bel 0164-769080 en maak een afspraak.  
Doe het voor je kind.

## Van briesen naar bruisen! Zonder medicijnen.



### Concentratie problemen

Heeft je kind moeite zich te concentreren? Misschien heeft het de diagnose ADHD of ADD gekregen. Ook kinderen met autisme, angsten, depressies en een burn-out kunnen we weer laten bruisen.



### Problemen met informatieverwerking

Je weet dat je kind niet dom is, toch wil het maar niet lukken op school en dat frustrert enorm. Het kan zijn dat je kind informatie op een andere manier verwerkt. Met relatief simpele technieken kunnen we jouw kind weer laten bruisen.



### Hooggevoelig

Het hebben van een hooggevoelig kind lijkt lastig. Ze zijn eerder moe, ziek of boos, kunnen niet tegen drukte, hebben onbegrijpelijke uitbarstingen of zijn in zichzelf gekeerd. Wij leren jullie hiermee omgaan en laten jouw kind weer bruisen.

# 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

**PINNEN**

## Massage als moment van ontspanning

Graag heet ik u van harte welkom in **Massagepraktijk ShuYang**, zodat ook u een **moment van ontspanning** kunt ervaren.



Melanendreef 48A, Bergen op Zoom | **0641060741**  
[www.massagpraktijkshyang.nl](http://www.massagpraktijkshyang.nl)

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



## De toekomst weer positief tegemoet

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.

Velen van ons zien na deze crisis met hernieuwde kracht de toekomst weer positief tegemoet. 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 kom je er zelf niet meer uit, 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 bij klachten 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.

**Het kennismakings-/intakegesprek is gratis.**

COLUMN/ADDY VERHAGEN ANTENS



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](http://www.adante4u.nl)

# PUZZELPAGINA

Voel jij ze ook alweer? Die kriebels om weer van de huiselijke warmte te genieten nu het buiten niet altijd meer zo heerlijk warm is als van de zomer? Lekker knus op de bank met Bruist en misschien de verwarming al aan om het nog wat behaaglijker te maken. Los de puzzels op én maak kans op deze leuke prijzen.



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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **7-2-6**.

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 verlichting. De oplossing van de vorige maand was **vaasje**.

Maak kans op de *dvd*  
**My Brilliant Friend**

Deze achtdelige topserie toont de ontwikkeling van de levenslange vriendschap tussen twee Italiaanse vrouwen. Het is een verfilming door Saverio Costanzo van de immens populaire roman L'amica geniale van Elena Ferrante.



🔔 -l+ 🍷 p=j+k

📖 -ur+z+ 🔍 -i

s+ 🐛 -mi+ 🌍 -az

🔪 s=t j+ 🔍 -i

🔔 -l+ ⭐ -r 🍷 t=n+d

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 november de oplossing in op onze site: [www.bergenopzoombruist.nl](http://www.bergenopzoombruist.nl).

Maak kans op:  
**een massage  
+ een massage om  
cadeau te doen**



t.w.v. **€ 80,-**

Geldig tot een half jaar na uitreiking.

**GENTLEMAN  
MASSAGED**

Sasdijk 8 Dinteloord | 06-53422042  
[ed@gentleman-massaged.nl](mailto:ed@gentleman-massaged.nl) | [www.gentleman-massaged.nl](http://www.gentleman-massaged.nl)

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

massage                      techniek  
landelijk                      oosters  
ontspannen                      yoga  
behandelen                      rust

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 november de oplossing in op onze site: [www.bergenopzoombruist.nl](http://www.bergenopzoombruist.nl)

De 100 mogelijkheden van BLOX

# Geef je werkplek binnen één dag een luxe en tijdloze stijl

In no-time je complete interieur samenstellen, dat is mogelijk dankzij de geraffineerde Blox-elementen. Deze Blox-elementen omvatten onder andere eettafels, bartafels, salontafels, sidetables, tv-meubels et cetera, maar ook een complete slaapkamer in hotelsfeer met bijpassende nachtkastjes en dressoir.



Elk Blox-element wordt met de hand gemaakt. Hoogwaardig geborsteld eikenfineer kan in elke gewenste kleur gespoten worden. Eenheid en stijl vloeien naadloos samen van woonkamer, slaapkamer tot badkamer. Combineer de basis Blox-elementen desgewenst met diverse soorten hardsteen en/of stoffering.

## Blox - Dealers

Informeer vrijblijvend naar de vele mogelijkheden bij onze 50 Blox-verkooppunten.

Kijk op [www.blox.sale](http://www.blox.sale) verkooppunten



**THUISWERKEN?** Richt je eigen kantoor in binnen één dag in een luxe en tijdloze stijl. Met BLOX is het mogelijk om uw gehele woning of bedrijf in één gelijke stijl en kleur zelf in te richten.



### STAPPENPLAN

**Stap 1** Maak jouw persoonlijke keuze in kleur of beits.

**Stap 2** Maak jouw keuze in model en combineer desgewenst met luxe hardsteen en/of stoffering.

**Stap 3** Plaats jouw order bij of met jouw professionele Blox-dealer.

**MAAK NU EEN  
VRIJBLIJVENDE AFSpraak**

**.BLOX**<sup>®</sup> the creation is yours!

Blox Luxury Furniture | Raadhuisstraat 19, 5066 AP Moergestel NL | +31 (0)85 020 59 53  
[info@blox.sale](mailto:info@blox.sale) | [www.blox.sale](http://www.blox.sale)

# 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@mvvm.nu | [www.mooievloerenvanmano.nl](http://www.mooievloerenvanmano.nl)