

KAPELLEN/PUTTE EO



AUGUSTUS 2021 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.KAPELLENBRUIST.BE

# BRUIST



Laten  
we vaker  
***lachen!***

***Philippe  
Geubels:*** 'Ik ga  
niet terug naar hoe  
ik het deed'

# Exclusieve verlichting.

Bij Labor Vincit kunt u terecht voor exclusieve binnen- en buitenverlichting. U ontvangt uitgebreid advies over verschillende soorten verlichting, zodat de gewenste sfeer gerealiseerd kan worden.

Op vertoon van deze advertentie ontvangt u bij aankoop van een armatuur een **GRATIS** lichtbron.

Bezoek onze showroom aan Spinveld 22a in Breda en maak kennis met onze merken, zoals Royal Botania, Aldo Bernardi, Catellani & Smith en meer.

Meer weten?  
[www.laborvincit.nl](http://www.laborvincit.nl)  
[info@laborvincit.nl](mailto:info@laborvincit.nl)  
+31 (0)76 - 520 4009



**LABOR  
VINCIT**  
exclusieve verlichting

**SHOWROOM  
SPINVELD 22A BREDA  
NEDERLAND**

# Tuin meubel show time.

Vondom-x-PW richt zich op het ontwerpen en realiseren van strakke, onderscheidende outdoor projecten voor zowel particuliere als zakelijke opdrachtgevers.

Bij aankoop van een complete tuin/loungeset ontvangt u op vertoon van deze advertentie een **GRATIS** Vondom-tafellamp uit de Gatsby of Marquis collectie (t.w.v. € 212,-)

Kom langs in onze showroom en maak kennis met de exclusieve meubelcollecties van Vondom. Alvast een voorproefje? Bekijk onze webshop: [www.vondom-x-pw.nl](http://www.vondom-x-pw.nl)



**VONDOM**® X



**SHOWROOM  
SPINVELD 22A BREDA  
NEDERLAND**



8



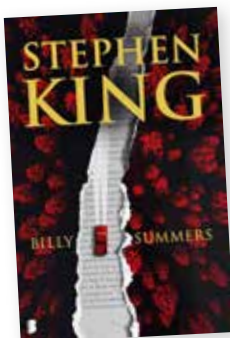
12



10



25



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  
fb ig belgiebruist

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist +31 (0)76-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Ramon Heeren  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Floortje Thieleman

fb Like ons op Facebook.com/kapellenbruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl  
of bel Rogier Jongerden, +31 647 885 009

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Kapellen 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,

Lachen is gezond! Niet zomaar een loze uitspraak, maar eentje die echt ergens op is gebaseerd, zoals je verderop in deze nieuwste editie van Bruist kunt lezen. En hoewel momenteel natuurlijk lang niet alles om te lachen is, raden we je toch aan om jezelf zo vaak als mogelijk over te geven aan een heerlijke lachbui. Dé manier om even helemaal te ontspannen, te genieten van het moment en al je zorgen te vergeten.

Makkelijker gezegd dan gedaan? Nee hoor... lachtherapie kan de oplossing zijn! En als dat niets voor jou is, maakt het bekijken van een van de oude shows van onze korniek Philippe Geubels je zeker ook aan het lachen. Een nieuwe show laat nog heel even op zich wachten – zoals je verderop kunt lezen in het interview met Philippe – maar gelukkig is er genoeg ‘oud werk’ om uit te putten.

Voor je ligt dus een magazine met een lach. Want ook de verhalen van alle bruisende ondernemers toveren ongetwijfeld een lach op je gezicht. Hun passie, enthousiasme en drive zijn namelijk zó aanstekelijk, daar kun je eigenlijk alleen maar vrolijk van worden...

Veel leesplezier,  
**Manuela Kolkman**

DIT NAJAAR  
STARTEN MET  
ADVERTEREN,  
MÉT SUPERVEEL EXTRA  
KORTING? Mail naar  
nl@nederlandbruist.nl  
of bel  
+31 647 885 009

Wist je trouwens dat wij vijf glossy magazines uitgeven in jouw regio?  
Neem eens een kijkje op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be) en lees ze allemaal online.

# Inhoud

LACHEN IS  
ECHT GEZOND!

# Waarom je vaker zou moeten *lachen*

Lachen is fijn. Lachen is gezond. Lachen is dé manier om je even helemaal te ontspannen, te genieten van het moment en even je zorgen te vergeten. Op het moment dat je lacht, komen er stofjes vrij in je lichaam waardoor je jezelf beter voelt.

Als je een lachbui hebt gehad, voel je jezelf goed. Maar toch lukt het veel mensen niet meer om ongeremd te lachen. Mensen hebben een te drukke leefstijl met veel stress en gepieker, waardoor ze vaak vergeten te lachen. Lachtherapie kan de oplossing zijn. Door af en toe een flinke lachbui te hebben, word je vrolijker, meer ontspannen en vergeet je even al je zorgen. Je leert te genieten van het moment, je leert te lachen zonder reden.

Eigenlijk is lachtherapie een hele simpele training die je het beste meteen 's ochtends toepast, want dan heb je er de hele dag plezier van. Probeer het eens tijdens het douchen, het aankleden of tijdens het ontbijten. Start een lachsessie met rek- en strekoefeningen om je lichaam soepel te maken. Dan begin je met lachen. Eerst een glimlach en daarna ga je over tot schaterlachen. Na het lachen is er een totale ontspanning, waarbij sommigen zelfs een gevoel van geluk ervaren.

Mensen die veel lachen, zien er in het algemeen gelukkiger en mooier uit. Iemand die lacht, zal ook sneller de mensen in zijn omgeving aan het lachen krijgen.

## Leren lachen

Vaak moet je over een bepaalde drempel stappen om, zeker in je eentje, te kunnen lachen zonder reden. In een groep gaat het meestal gemakkelijker. Probeer daarom eens een lesje lachyoga. Door middel van oefeningen worden de lachspieren aan het werk gezet. Lachen in een groep werkt aantekelijk. Zelfs een neplach verandert vaak in een echte lachbui. Iedereen kan meedoen aan lachyoga, je hoeft geen yoga-ervaring te hebben of lenig te zijn om mee te kunnen doen.

Soms gaat lachen zelfs over in huilen. Dat is helemaal niet erg. Lachen en huilen liggen dicht bij elkaar, dus laat die tranen maar stromen.

Gebruik een lachsessie met collega's eens als een methode voor teambuilding. Het geeft energie en brengt meer plezier op de werkvloer.

# Vrijgezel Saira

## stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. In december 2020 zijn we daarom van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze Bruisende Vrijgezellen. In augustus hebben we speciale aandacht voor: Saira Khadje.

Jarenlang maakten de wisseldiensten die ze op Schiphol draait een relatie praktisch onmogelijk. Maar wat Saira Khadje betreft mag daar nu weleens verandering in komen. "Binnenkort krijg ik wat meer vrije tijd. Tijd die ik heel graag met mijn vrienden door wil brengen, maar óók met een nieuwe partner!"

"Ik kom op Schiphol de hele wereld tegen", lacht Saira. "Maar helaas niet de juiste man..." En met die 'juiste man' heeft ze het over iemand die charmant en integer is, spontaan en gezellig, goed gekleed en betrouwbaar. "Ik zoek iemand die behalve mijn partner ook echt mijn beste maatje is... Met wie ik kan lachen en praten, strandwandelingen kan maken, een wijntje kan drinken en kan genieten van het leven. Op wie ik trots kan zijn en met wie ik samen mooie momenten kan beleven."

Dat die partner er nog niet is, moet haast wel aan die wisseldiensten liggen, want pratend met Saira ontdek je meteen dat zij ontzettend veel te bieden heeft. Super spontaan, goedlachs, gezellig en een gemakkelijke prater. En zoals op de foto te zien, is ze nog een prachtvrouw ook. "Ik krijg vaak te horen dat ik er veel jonger uitzie dan ik daadwerkelijk ben en zo voel ik me eigenlijk ook. Qua leeftijd moet een

nieuwe partner daar dus wel enigszins op aansluiten. En als hij dan ook nog eens in de buurt van Hilversum woont – waar ik binnenkort naar toe hoop te verhuizen – dan is dat nog een extra pluspunt. Nu is het mijn tijd om te gaan genieten en te gaan leven en dat doe ik het liefst met een leuke man naast mij!"

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar [contact@nederlandbruist.nl](mailto:contact@nederlandbruist.nl)





*Jij reageert toch ook?*

Wil jij ook in deze rubriek op zoek naar jouw grote liefde? Mail dan naar [contact@nederlandbruist.nl](mailto:contact@nederlandbruist.nl) en je komt geheel kosteloos in Bruist.

LENGTE  
163 CM

LEEFTIJD  
54 JAAR

OGEN  
BRUIN  
GROEN

**LEZERSACTIE****Maak kans op deze set van Hawaiian Tropic.**

Het merk geïnspireerd op de Hawaïaanse stranden, je trouwe metgezel. Bij elk product krijg je bovendien de energie en het enthousiasme mee waarmee het merk zijn producten vervaardigt.

[www.hawaiiantropic.com](http://www.hawaiiantropic.com)

TAG #TROPIC

**VOLLE, TROPISCHE SMAAK**

Onlangs lanceerde Amarula de nieuwe en zomerse smaak Raspberry Chocolate Baobab. Hierin proef je de vertrouwde smaak van Amarula, gemixt met framboos, chocolade en een vleugje baobabfruit. Het crème-achtige van Amarula heeft de leikur te danken aan de toegevoegde room. Je drinkt het puur, met ijs, maakt er een cocktail van of mixt het bijvoorbeeld met koffie.

[www.amarula.com](http://www.amarula.com)*Doe mee en win***LEZERSACTIE**  
**Maak kans op Perfect Hair Dry Shampoo van That'so.**

Moet je haar gewassen worden maar ontbreekt het je aan de tijd of zin? De Perfect Hair Dry Shampoo van That'so biedt uitkomst! Deze Dry Shampoo reinigt het haar zonder dat er water aan te pas komt. De formule is verrijkt met groene thee, dat het haar verfrist en zuivert. De zijdeproteïne in de formule heeft een voedende en beschermende werking van de wortel tot aan de punten. [www.thatso.nl](http://www.thatso.nl)

TAG #THATSO

**OUD MET EEN TWIST**

Gin 1689 neemt je mee naar het Nederlandse vakmanschap van meer dan drie eeuwen geleden. De gin dankt zijn naam aan het jaar waarin Willem III van Oranje de drank introduceerde in Engeland. 1689 Queen Mary Pink Gin, de allereerste pink gin van Nederland. Perfect serve met tonic, frambozen en aardbeien!

[www.gin1689.com](http://www.gin1689.com)**LEZERSACTIE****Maak kans op een echte Levy.**

Eén van Nederlands grootste online content creators - Levy van Wilgen - lanceerde onlangs zijn eigen underwear label: LevyUnderwear. De collectie bestaat uit briefs en boxers in de kleuren wit, zwart en groen met veel leuke details. [www.levy-store.com](http://www.levy-store.com)

TAG #LEVY



A

**BRUIST**  
*Deals**win*

Ook deze maand hebben we weer enkele Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Neem een kijkje op [www.belgiebruist.be/lezersacties](http://www.belgiebruist.be/lezersacties) en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.



Vier de

**zomer!****STRAAL NOG EVEN LANGER**

Net terug van vakantie en wil je je bruine glow langer behouden? Creëer moeiteloos een stralende teint zonder strepen. Het verwent de huid met vocht en zorgt voor een natuurlijke glans tijdens het bruinen.

[www.hawaiiantropic.com](http://www.hawaiiantropic.com)**HEBBEN HEBBEN HEBBEN!**

De nieuwe thriller van Esther Kreukniet vertelt een rauw en realistisch verhaal over advocate Liza Kreest die een schimmig geheim uit haar verleden verbergt. Ze heeft zich volledig op haar carrière gestort, maar door een aantal heftige gebeurtenissen ligt haar geheim uiteindelijk alsnog op straat...

[www.estherkreukniet.nl](http://www.estherkreukniet.nl)

13

12

**MEEDOEN MET DE LEZERSACTIES?**

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



**Wil jij kans maken  
op mooie prijzen?**

Registreer je dan via  
[theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist) en  
wie weet ben jij één  
van de gelukkigen!

# Ben jij een theaterliefhebber?

Dan ben je bij Theater.nl aan het juiste adres! Of je nou gek bent op musicals, houdt van cabaret of wegdroomt bij een toneelstuk: je vindt jouw favoriete voorstelling in onze uitgebreide theateragenda. Je koopt gemakkelijk je kaartje en maakt je dagje uit compleet met een diner en/of overnachting bij een van onze partners. Dan zit die pluchen theaterstoel straks nog net even wat lekkerder.

Maar Theater.nl biedt meer. Lees alles over jouw favoriete artiesten en gezelschappen, duik in een van de vele biografieën, bekijk de mooiste beelden of geniet van interviews met onder meer Karin Bloemen, André van Duin en Stef Bos.

#### **Altijd op de hoogte**

Natuurlijk houden we je ook op de hoogte van het laatste theaternieuws en geven we wekelijks de leukste theatertips voor

de nodige ontspanning. Bovendien maak je als bezoeker regelmatig kans op mooie prijzen!

#### **Volg ons op social media**

Wil je echt niets missen? Volg ons dan op social media. Je vindt hier niet alleen het belangrijkste nieuws, maar ook bijzondere foto's, video's en weetjes. Daarnaast zetten we elke week een bijzondere artiest in het zonnetje. Thumbs up!



**Theater.nl is hét platform voor theaterliefhebbers. Wij brengen het theatergevoel rechtstreeks bij jou thuis.**



# Heerlijke Pizzaparty



Een gezellige party bij u thuis met kraakverse pizza's uit de oven, dat is onze pizzaparty. Een leuke, originele variant op het gewone gourmet waar je zelf je eigen pizza's samenstelt aan tafel met een gevarieerde keuze aan verse ingrediënten. Wij zorgen voor alles, u dient enkel maar te genieten!

Een oventje, pizza-

bodems met een diameter van 10 cm en maar liefst 26 verschillende garneringen zorgen ervoor dat u de perfecte minipizza's kan maken. Combineer naar eigen smaak vis, vlees, verse groentjes of liever meer kaas, een extra sausje, alles is mogelijk. Genieten maar!  
Een echte aanrader voor jong en oud.  
Bestel tijdig! Bekijk ook de video!



**Een echte aanrader voor jong en oud.  
Bestel tijdig!**

Prijs 13,95 €/pers  
Huur pizzaoven 12 €  
Pizzaparty te verkrijgen vanaf 6 personen



Als erkend Ambachtsman werken wij volgens de traditie en het authentieke karakter van de slager van vroeger, maar dan in een modern jasje.



Maandag, dinsdag, woensdag en vrijdag: 8.00-12.30 en 13.15-18.00 | Zaterdag: 7.30-17.00

Slagerij De Laet | winkel Ekeren: 03 541 14 37 | winkel Stabroek: 03 344 06 07 | [www.slagerijdelat.be](http://www.slagerijdelat.be)

DITJES/DATJES

**We mogen weer!**  
Uit eten gaan en een drankje doen met vrienden op jullie favoriete terras.  
**Steun de horeca** en ga er een keertje extra op uit deze zomer.

Hoera, we mogen **weer sporten!**  
Het houdt je fit en zorgt voor een **ontspannen geest**. Dus meld je aan bij een fitnessclub en ga voor **jouw eigen killerbody**.

De reisbureaus staan weer klaar om jou te voorzien van de beste reisadviezen voor **een fijne vakantie**.

Loop **een winkel binnen** en maak een praatje met de ondernemers. Want ook die hebben het normale contact met hun klanten gemist. **Wees loyaal, shop lokaal!**





MERKBAAR BETER,  
STEEDS VOORDELIG!

5%  
KORTING

BIJ BESTEDING VAN €50,-

KORTINGSCODE: BDGBRUIST



ALTIJD  
LAGE  
PRIJZEN

Op werkdagen vóór 16:00 uur besteld, dezelfde dag verzonden • Gratis verzending vanaf €50,- • Niet goed, geld terug • Achteraf betalen mogelijk

WWW.BIJDEGROOTHANDEL.COM

\*Kortingscode geldig van 1/08/2021 t/m 31/08/2021 op een minimaal aankoop van €50,00, exclusief verzendkosten. Geldig op één winkelmandje. Niet te gebruiken in combinatie met andere kortingscodes en promoties, noch op eerder geplaatste bestellingen. Per persoon éénmalig te gebruiken.



20



Onze producten  
zijn staalhard de beste.  
**En dat ziet u aan het  
eindresultaat!**

In onze showroom  
ziet u het bewijs.

21

**Bij DR Metal Design  
kunt u terecht voor al  
uw staal designwerk.**

Wij ontwerpen en maken onder andere:

**STALEN DEUREN & KOZIJNEN**

**TRAPLEUNINGEN & BALUSTRADES**

**MEUBELS OP MAAT**

Neem contact met ons op voor een  
vrijblijvende offerte of kom langs in onze  
showroom. Deze is geopend op afspraak.



Everdenberg 341,  
Oosterhout (NL)  
0031(0)6-48487982  
info@drmetaldesign.nl  
www.drmetaldesign.nl

**Damien Rietvink**  
Eigenaar



# OP NAAR EEN KILLER-BOOTY!

Ronde en grote billen zijn hotter dan hot. Op mijn social media krijg ik vaak reacties over mijn goede kont (thank you!). Mijn booty heb ik vooral van mijn moeder geërfd en daarmee mag ik mijzelf gelukkig prijzen. De juiste genen zijn dan ook grotendeels bepalend voor zo'n opvallend achterwerk.

Maar ook als je dit cadeautje niet van je moeder hebt gehad, kun je veel doen om je booty te verbeteren. Bovendien moet ik ook keihard werken om alles in shape te houden. Shop een leuke sportlegging zoals de Billenbroek die je billen accentueert en maak plaats voor jouw killer-booty. **Dit is wat je kunt doen voor mooie ronde billen:**

- #1 Train drie keer per week je billen en benen.** Houd minimaal een maand exact dezelfde oefeningen aan, maar verhoog wel het gewicht. Na een maand verander je je trainingsschema.
- #2 Neem extra proteïne.** Om je achterwerk te laten groeien heb je voldoende proteïne nodig. Drink daarom na je training een proteïneshake om je spieren te voeden.
- #3 Train zwaar.** Verhoog de intensiteit om ronde billen te trainen. Gebruik hiervoor gewichten of weerstandsbandjes. Maak de oefeningen steeds zwaarder en blijf jezelf uitdagen.
- #4 Focus op je doel.** Elk stapje is er één en leg de lat niet te hoog.

**Geniet van het proces.**

**Ga naar [mykillerbodymotivation.com](http://mykillerbodymotivation.com) voor leuke traininginspiratie!**



De Billenbroek!

**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION

MET DE KORTINGSCODE **MKBMprotein** KRIJG JE 10% KORTING OP DE PROTEÏNEPRODUCTEN IN DE MKBMSHOP.

# DAGJE UIT SEVEN SENSES TOUR



Ontdek Gent door de ogen van Jan Van Eyck en gebruik al je zintuiglijke troeven. Ruiken, voelen, proeven, horen, zien, je zesde zintuig aanscherpen en bewegen; ze komen alle zeven aan bod tijdens de tour. Laat je meevoeren langs historische pareltjes. Bevaar de Gentse binnenwateren en aanschouw een spektakel van digitale projecties in de tunnel onder het François Laurentplein. Wissel zintuiglijke ervaringen en monumentale Gentse gebouwen af met verbluffende street art kunstwerken. Of houd halt bij een aantal gepassioneerde Gentse makers. Betreed hun winkel, werkplaats of atelier en krijg een unieke blik achter de schermen bij een van de vele vakmensen die de stad rijk is.

**Meer info op [www.visit.gent.be](http://www.visit.gent.be)**

# FILMPJE KIJKEN MADE IN ITALY

De eigenzinnige Londense kunstenaar Robert reist met zijn van hem vervreemde zoon Jack af naar Toscane om het huis dat ze van hun echtgenote en moeder hebben geërfd te verkopen. Tot hun teleurstelling treffen ze de villa compleet verwaarloosd aan. Wanneer de renovaties niet volgens plan verlopen, doet dat de toch al gespannen relatie tussen vader en zoon weinig goed. Dan ontmoet Jack de Italiaanse kokkin Natalia die met haar gerechten zijn lichaam en ziel voedt. Terwijl Robert en Jack het huis in volle glorie herstellen, werken de vader en zoon ook aan hun relatie. **MADE IN ITALY is vanaf 4 augustus te zien in de bioscoop.**



# BOEKJE LEZEN BILLY SUMMERS



Een verhaal over liefde, geluk, het lot en een complexe held die nog één laatste kans op verlossing krijgt. Billy Summers is een huurmoordenaar, de beste die er is. Hij stelt wel een voorwaarde: Billy neemt een klus alleen aan als het doelwit echt een slechterik is. En nu wil Billy ermee stoppen. Maar eerst is er nog één laatste opdracht. Als een van de beste sluipschutters ter wereld en een onderscheiden oorlogsveteraan uit Irak is hij een Houdini als het aankomt op verdwijnen nadat een klus is geklaard. Dus wat kan er misgaan? Wat dacht je van... alles?

**BILLY SUMMERS van Stephen King is vanaf 3 augustus verkrijgbaar.**

# Altijd een yogastijl die bij jou past!

Op zoek naar manieren om te ontspannen en gezond te blijven? Dan is yoga misschien iets voor jou! Voorbij de waan van de dag – even onthaasten. Laat de spanning van je afglijden en versoepel je lichaam.



We zijn een laagdrempelige studio en bieden yoga aan voor iedereen tussen 5 en 99 jaar. Actieve en passieve vormen, sportieve of meditatieve vormen. Je kan het zo gek niet bedenken, er is altijd een yogastijl die bij jou past.

## AANBOD

(zachte) Hatha yoga  
Yin yoga  
(Soft) Vinyasa yoga  
(zachte) D/stress yoga  
Pilates  
Yogalates  
Fitbarre  
Yin aerial yoga



### Gezondheid

We helpen je om bewuster en gezonder door het leven te gaan.



### Ondersteuning

Ons team staat klaar om al je vragen te beantwoorden.



### Aanvaarding

Onze studio staat open voor iedereen.



### Geweldloosheid

We staan in voor vrede door aan wereldwijde projecten mee te werken.



### Ecologische voetafdruk

Onze producten zijn fairtrade en milieuvriendelijk.

# Wat vind jij?

Ik leef mijn mooiste leven op mijn manier en als jou dat niet bevalt, heb ik daar geen last van.

'Hoe ga ik om met kritiek van anderen, met wat iedereen vindt en roept?' Die vragen ontvang ik dagelijks. Waarom zou jij je druk maken over wat 'ze' zeggen en wat 'ze' vinden? Iedereen vindt overal wel iets van. Meninge worden gratis verspreid, maar je hoeft ze niet aan te nemen. Die keuze is aan jou. Je hebt geen toestemming van anderen nodig om je blij en gelukkig te voelen. Leef je leven volgens jouw eigen regels. Wel met compassie, begrip en respect, maar zonder dat je heldere geest wordt volgeklieerd door het lawaai en de rommel van anderen.

Je mag van alles vinden, maar vind eerst rust en vrede in jezelf. En vergeet niet elke dag tweemaal tien minuten een momentje voor jezelf te nemen. Op naar jouw mooiste leven! Alle goeds en hasta la proxima,

*Michael Pilarczyk*

~ [MeditationMoments.nl](https://www.MeditationMoments.nl) ~  
Meditaties voor elk moment van de dag

# Luxe en riant chalet te koop

**Zeer sfeervolle, vrijstaande houten recreatie woning op Parc de Kievit te Baarle-Nassau NL**

- Riant chalet van 72 m<sup>2</sup>.
- Grote woonkamer met luxe open keuken.
- Luxe badkamer met stoomdouche, ligbad en toilet.
- Separaat tweede toilet.
- Twee grote slaapkamers en de mogelijkheid om een derde slaapkamer of tweede badkamer te realiseren.
- Vloerverwarming en centrale verwarming.
- De gehele woning is voorzien van een mooie houten vloer.
- Volledig gestoffeerd en gemeubileerd.
- Openslaande deuren naar overdekt terras.
- Tuin rondom.
- Schuurtje op eigen terrein.
- Eigen parkeerplaats.

Erfpacht: overname van bestaand recht van eeuwigdurende erfpacht. Inschrijving is helaas niet mogelijk, maar je mag er het hele jaar door verblijven.

Ook interessant als belegging voor verhuur. Verhuur kan via het park of zelfstandig.

Parc De Kievit heeft veel faciliteiten zoals een restaurant, een speeltuin, een tennisbaan en een zwembad.

**Voor informatie:** +31 6-34590975.  
Of stuur een bericht via WhatsApp onder vermelding van: interesse chalet 481



**PER DIRECT TE KOOP: € 132.000,- met eigen grond of € 99.000,- met gepachte grond**



PARC DE KIEVIT

VILLA'S  
BUNGALOWS

Omgeving erg geschikt om te wandelen of te fietsen.

Brasserie aanwezig.

Voorzien van een verwarmd buitenzwembad.

Kunstgras tennisbanen en speeltuin.



Parc de Kievit, Kievit 12,  
Baarle-Nassau (NL)

# *Philippe Geubels:* 'Ik ga het rustiger aan doen'

De Vlaamse komiek Philippe Geubels wist met zijn droge humor de afgelopen jaren het Belgische én Nederlandse publiek voor zich te winnen. Het resultaat: een drukbezette theateragenda en vele televisieoptredens. Hoewel hij het allemaal erg leuk vindt, mag het in de toekomst wat minder. "Ik werd een beetje geleefd", vertelt Philippe.

'IK GA NIET  
MEER TERUG  
NAAR HOE IK  
HET DEED'

De Vlaming stond de afgelopen jaren voor uitverkochte theaterzalen in België en Nederland en vulde met collega's Roué Verveer, Guido Weijers en Jandino Asporaat meerdere malen de Ziggo Dome. Daarnaast etaleerde hij op televisie zijn humoristische opmerkingen in programma's als *De Slimste Mens Ter Wereld*, *Is er een dokter in de zaal?* en *Geubels en de Hollanders*. Een bezig bijtje dus.

Maar de coronapandemie dwong hem om pas op de plaats te maken. Een welkome rustperiode, zo bleek achteraf. Philippe heeft het voornemen om het straks wat rustiger aan te doen. "Ik ga niet meer terug naar hoe ik het deed voor corona. Het was heel veel tegelijkertijd. Ik werd een beetje geleefd."

## **Nieuwe show**

Toch heeft Philippe ook weer veel zin om op te treden. Voor de pandemie zou hij rondtrekken met try-outs voor een nieuwe show, maar dit plan ging natuurlijk niet door. "Ik zal blij zijn als ik weer kan optreden, als ik weer voor het publiek mag staan."

Desondanks moeten fans waarschijnlijk tot volgend voorjaar wachten op zijn nieuwe voorstelling: "Ik ga niet te snel weer optreden. Ik heb geen zin om het onder corona-omstandigheden te doen. Dan wacht ik liever wat langer tot het weer helemaal normaal is", legt hij uit.

Een naam of onderwerp voor zijn nieuwe show is er nog niet, maar Philippe kan wel alvast één belofte maken: "Ik beloof hierbij aan iedereen: het zal met geen woord over corona gaan."

 **Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. [Ga naar theater.nl/bruist](https://www.theater.nl/bruist)

# HÉT HOTEL ★★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI  
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, gelegen aan het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit viersterrenhotel 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!*





# Droomplek met fenomenaal uitzicht!

Ben jij op zoek naar de mooiste accommodatie van de Costa del Sol waar je na een dag vol indrukken tot rust kunt komen? Die plek hebben wij en willen we graag met jullie delen. Ga naar onze website of scan de QR code, boek onze locatie en jouw ultieme vakantie kan beginnen.



MIJAS RESIDENCE

**10% KORTING**  
met code **BRUIST**  
als je boekt  
in september  
of oktober!



## BOEK NU



Vlak bij Mijas Pueblo, een pittoresk bergdorp, vind je Mijas-Residence, een luxe accommodatie met vier appartementen, een studio en een villa. Overal waar je staat is het uitzicht op de Middellandse Zee, Fuengirola en Mijas costa even mooi. En of je nu in het zwembad of relaxt op

je zonnenbed ligt of in onze bar zit, altijd ben je in contact met het adembenemende uitzicht. En dan realiseer je je... er is geen betere plek dan hier.

**Nieuwsgierig?** Onze accommodatie, inclusief het woonhuis, is ook in zijn geheel af te huren (max. 26 slaappleatsen).



# Summer fever

Summer fever door de hoge zomerse temperaturen? Cool down en geniet van een zomerse augustusmaand!

1. Magic Extension Mascara van M.A.C. Cosmetics, € 27,- [www.maccosmetics.be](http://www.maccosmetics.be)
2. Stimulating Shower Gel van Weleda, € 7,99 [www.weleda.be](http://www.weleda.be)
3. Scio Scio Hand Wash van tuttotoondo, € 18,- [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
4. Idôle Aura Eau de Parfum van Lancôme, vanaf € 61,- [www.lancome.com](http://www.lancome.com)
5. Labello Original Pride Kiss Edition, € 2,50 [www.labello.be](http://www.labello.be)
6. Handbag Paloma Shopper van Guess, € 149,- [www.guess.eu](http://www.guess.eu)

7. UV Sport Mist SPF50 van Garnier Ambre Solaire, € 18,99 [www.garnier-be.com](http://www.garnier-be.com)
8. Face & Eyes Waterproof Palette van Pupa, € 27,95 [www.pupa.nl](http://www.pupa.nl)
9. Hello Sunny Sun Stick Glow SPF50+ van Banila Co, € 27,95 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
10. Remix Neroli van 4711, € 19,95 [www.4711.com](http://www.4711.com)
11. Strawberry Blond Pigment van Mr. Smith, € 46,- [www.mrsmithhaircare.nl](http://www.mrsmithhaircare.nl)
12. Essie glitterlak, € 9,99 [www.essie.be](http://www.essie.be)

# Ik wil gewoon dat ie het doet!

Wij leveren en herstellen computers, notebooks, tablets, randapparatuur, IP-camera's.

**Dream PC | De gepaste oplossing voor jouw probleem!**

## Opkuisessie (groot onderhoud)

Voor particulieren (incl. btw)

- tijdelijke bestanden verwijderen
- bureaublad opruimen
- programmalist opschonen
- opstartprogramma's nalopen
- opstartservice nalopen
- volledige virusscan
- malware scan
- drivers nalopen
- Windows updates (geen upgrades)
- koelers proper maken



**BON**  
**Opkuisessie**  
nu € 30,-!

Witvenstraat 200, Hoevenen | 03 605 67 35  
info@dreampc.be | www.dreampc.be

36

# De kracht van perfectie

“Colebrants is een jong bedrijf in Wuustwezel, gespecialiseerd in schrijnwerk en interieur, kleine dakwerken en in de algemene renovatie van uw huis. De zaak is gestart in april 2018 door mij, Jitse Colebrants, maar de weg ernaartoe begon al een jaar eerder, op 1 oktober 2017. Toen startte ik er mee in bijberoep, door mijn passie voor schrijnwerk. Al snel kreeg ik het werk niet meer rond en begon ik mijn eigen zaak. Bij elke job die ik doe, is de afwerking het grootste aandachtspunt, daarom ook de slogan: ‘De kracht van perfectie.’”



Als schrijn- en algemene renovatiewerker zijn we actief in Antwerpen en omgeving. U kunt bij ons terecht voor al uw schrijnwerk en interieur, kleine dakwerken en voor de totaalrenovatie van uw huis.

Wij, de Colebrants, gebruiken alleen maar kwaliteitsmaterialen. Dit wil zeggen dat wij u een zeer goede garantie kunnen geven en dat u altijd het beste eindresultaat krijgt. Alle werken worden eerst tot in detail besproken, zodat er geen misverstanden ontstaan. Wij streven naar perfectie en hebben oog voor detail. Bij Colebrants wordt uw droom ook onze droom en deze helpen wij dan uiteraard ook graag te realiseren.

Op onze website vindt u enkele voorbeelden van realisaties die door ons gedaan zijn. Wilt u graag meer informatie over de diensten die wij aanbieden? **Ga dan zeker naar onze website [www.colebrants.be](http://www.colebrants.be) of vraag een gratis en vrijblijvende offerte aan.**

**COLEBRANTS**  
*de kracht van perfectie*

+32 (0)475962859 | info@colebrants.be  
www.colebrants.be | colebrants

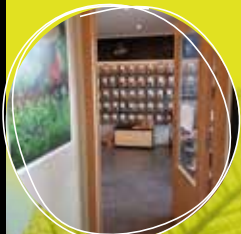


*Thee zoals  
thee hoort  
te zijn*



Dorpsstraat 154  
2940 Stabroek  
teekompleet@gmail.com  
www.teekompleet.be  
0495-126473 / 0476-908600

## Wij vieren ons 2-jarig bestaan!



De tijd gaat snel, op 10 augustus bestaan we reeds 2 jaar en dat willen we vieren! Kom op 12, 13 of 14 augustus naar onze winkel, breng deze bon mee en krijg een leuke attentie.

### *Cadeaubon*

**Deze bon is goed voor een theebloem.**

Eén bon per klant, enkel geldig op 12, 13 en 14 augustus en zolang de voorraad strekt!



*Veerle en Ludo*

Kom op  
tegen Kanker



[www.komoptegenkanker.be](http://www.komoptegenkanker.be)

*Alle hondenrassen  
tot in de puntjes verzorgd*



MAAK NU EEN  
AFSPRAAK  
0032-0484991131

Koningin Elisabethlaan 42, Kalmthout | 0484 99 11 31  
[www.trimsalonsocycorner.be](http://www.trimsalonsocycorner.be)

# Oud goud komt tot leven!

TROUWRINGEN • GOUDSMEDERIJ • KLOKKENMAKERIJ

Uw juweel betekent veel voor u, dat zetten wij voorop in alles wat we doen. Daarom behandelen wij uw juwelen met zorg, toewijding en ambacht. 50 jaar ervaring garanderen steeds betere procédés en de juiste materiaalkeuze. We praten samen over het design dat bij u past. En ook na aankoop kan u bij ons terecht voor advies en service.

Bij het ontwerpen van uw juweel luisteren wij eerst naar uw verhaal. Ook met uw oud goud kunt u trouwens bij ons terecht; wij verwerken het tot een nieuw ontwerp. Of we begeleiden u in uw keuze uit ons uitgebreide assortiment aan juwelen. Uw juwelen krijgen bij ons een nieuw leven: we beslissen samen over elke aanpassing en herstelling van uw juweel of uurwerk en herstellen zelfs klokken (maak hier een afspraak met de klokkenmaker). **Maak nu een afspraak en bespreek de mogelijkheden!**



DE PERFECTIE VAN 50 JAAR AMBACHT

JUWELIER • GOUDSMID\*  KLOKKENMAKER • KUNSTGALERIJ

*Paul Van der Auwera*

Augustijnslei 10, 2930 Brasschaat | 03 652 17 77 | 0497 62 15 62 | [info@klokstuk.be](mailto:info@klokstuk.be) | [www.klokstuk.be](http://www.klokstuk.be)

# Zomer: tijd om iemand uit *z'n tentje* te lokken



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



## Zorg op maat?

*Zorg op maat,  
precies hoe jij  
het wil. En dat  
bij jou thuis!*

**Onze regio's:** Noordrand Antwerpen (Kalmthout, Schilde, Brecht, Zoersel, Rijkevorsel), Wuustwezel, Kapellen, Essen, Achterbroek, Nieuwmoer, Stabroek, Berendrecht, Zandvliet, Brasschaat, Schoten, Wijnegem

Met een enthousiast team van 42 verpleegkundigen en zorgkundigen staan wij elke dag voor je klaar. Wij bieden thuisverpleging, poetshulp en ondersteunen mensen op leeftijd na een operatie of bij een slepende ziekte. Dit laatste is via ons dienstenchequesysteem zeer betaalbaar. Wij bieden ook vervoer voor 60-plussers via ons dienstenchequestysteem. Personenalarm gaat ook via ons, maar is niet via dienstencheques.

**Voor meer uitleg en/of informatie kun je ons bellen om een afspraak te maken. Je hoeft je huis niet te verlaten, want wij komen gewoon naar jou!**

+32 486 66 15 45 | [zorgassistentie.lemmens@telenet.be](mailto:zorgassistentie.lemmens@telenet.be) | 03 297 67 17

# Passie voor kinderspullen *bij Mon Bébé*

- Geboortelijsten
- Kleding 0-6 jaar
- Babykamers
- Decoratie
- Speelgoed
- Kinderwagens
- en nog veel meer!



Dorpsstraat 36, 2950 Kapellen  
monbebeide@gmail.com  
0472-693 223  
monbebe.geboortelijst.be



# RUIMTE NODIG? WIJ HEBBEN DE PLAATS!

Al meer dan 30 jaar zorgt Top Storage voor de stockage van vele meubelwinkels en zelfstandigen. Maar Top Storage heeft zijn storage-boxen uitgebreid zodat ook jij je spullen en persoonlijke goederen kan stockeren bij ons. Top Storage weet als geen ander dat properheid één van de belangrijkste redenen is bij het kiezen van je opslagruimte. Ons team leidt je persoonlijk rond in onze nieuwe self-storage ruimtes zodat je er zeker van bent dat je juist zit bij Top Storage.

BEL VOOR EEN  
AFSPRAAK OF  
MEER INFO  
03 651 30 30



Top Storage | Lage Kaart 460 - 2930, Brasschaat | 03 651 30 30 | welkom@topstorage.be | www.topstorage.be

# Huur wat extra koelte



Rekken  
zijn vanaf  
nu ook  
verkrijgbaar!

## De voordelen zijn:

- werkt op 220V netstroom
- kan vervoerd worden met rijbewijs B
- geen gedoe met plaatsgebrek in uw eigen koelkast
- voorzien van binnenverlichting
- geen gedoe met mini koelboxen

Heeft u geen trekhaak, dan bieden wij de service om onze koelwagen te leveren, mits in overleg.



44

Vooraf  
handig in  
de zomer!

## Hoeveel dagen kunt u deze huren?

U kunt deze per dag, per weekend, per midweek, per week, per maand of zelfs langdurig huren. Voor langere periodes wordt er een passende offerte opgemaakt.

Vanaf nu beschikken wij over 2 koelaanhangwagens. Namelijk 2 formaten: een van 7 m<sup>3</sup> en een van 5,25 m<sup>3</sup>.

**Nog vragen? Contacteer ons!**  
**Wij vertellen u graag meer.**

## Koel Rent

Steenovenstraat 56, Berendrecht  
0468 288 296  
info@koelrent.be  
[www.koelrent.be](http://www.koelrent.be)

# Deuren en ramen op maat?

Onze stijlvolle smeedijzeren producten zoals ramen en (binnen)deuren geven je woning, kantoor en andere (bij) gebouwen een exclusieve look. Dit kan zowel in landelijke als in strakke, moderne woningen geïntegreerd worden. Wij hebben enkele standaardmaten in huis. Doch worden 95% van onze bestellingen op maat gemaakt na professionele opmeting door één van onze specialisten ter zake.

**Kijk op onze website voor meer informatie of bezoek eens onze showroom!**



Ives Meulemans

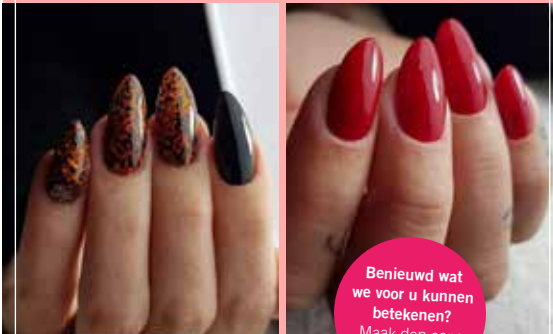
 **Ferenco**

Kapelsesteenweg 364, Brasschaat



03 889 81 08 | [info@ferenco.be](mailto:info@ferenco.be) | [www.ferenco.be](http://www.ferenco.be)

## Een verzorgde look



Benieuwd wat we voor u kunnen betekenen? Maak dan eens een afspraak!

### Diamond Look

Grote Molenweg 7, 2940 Stabroek  
03/295.00.02 | [www.diamondxlook.com](http://www.diamondxlook.com)



## Boeremarkt

Iedere zondag vanaf 8 uur!

- Bakker - Beenhouwer - Visboer - Bloemist
- Groenten en fruit
- Honing, kruiden, snoep, gebraden kip, gedroogde vruchten, noten en olijven, hamburgers, kaas, charcuterie, dierenvoeding
- Leg- en sierkippen, konijnen, eenden en ganzen en nog veel meer!

Café Starrenhof | Kapelsestraat 59, 2950 Kapellen



THE STORY OF

# FLORIS

Bloemen & planten  
Interieur accessoires  
Bridswerk

[www.thestoryoffloris.be](http://www.thestoryoffloris.be)

Stationstraat 58  
2950 Kapellen  
[info@thestoryoffloris.be](mailto:info@thestoryoffloris.be)  
+32 478 477 249



Nieuw in onze winkel!

Voltweg 2C  
4631 SR  
Hoogerheide (NL)

+31(0)6 41 00 65 75  
[mango-meubeltrends.com](http://mango-meubeltrends.com)

## Geniet van het zonnetje met

# MANGO MEUBELTRENDS



Lounge set  
**LUXE**

Lounge set  
**VIP**

Gemaakt van acaciahout wat zorgt voor een warme uitstraling.

Direct uit voorraad geleverd!

SCAN DE QR-CODE  
MET JE TELEFOON



## Op zoek naar stoere meubels?



Een kleine greep uit onze collectie

Kijk op onze webshop!

Direct uit voorraad geleverd!





# Heerlijk malse steak van de barbecue

Het is weer tijd voor de barbecue en wat is er lekkerder dan een groot stuk vlees? Een mooi stuk ribeye bereiden is veel makkelijker dan veel mensen denken. Je kunt het serveren met bijvoorbeeld gepofte aardappels en asperges en voor wat extra smaak kun je ook deze zelfgemaakte kruidenboter proberen.

4 PERSONEN - 20 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

4 stuks ribeye steaks  
olijfolie

250 gram roomboter  
5 takjes peterselie  
tijm  
5 takjes verse basilicum  
1 teen knoflook  
gerasppte citroenschil  
peper en zout

## BEREIDING RIBEYE

Laat het vlees op kamertemperatuur komen door het een uurtje op het aanrecht te laten staan. Verhit de barbecue tot een temperatuur van 250 °C.

Smeer een beetje olijfolie op het vlees en leg het met de geoliede kant, diagonaal op de grill. Als het vlees aan de zijkant begint uit te drogen en loslaat van de grill kun je het een kwartslag draaien (dus niet omdraaien). Wanneer de steak dof wordt aan de bovenkant draai je hem om. Laat de steak in totaal 3 tot 5 minuten grillen en minimaal 5 tot 10 minuten rusten. Houd daarbij een kerntemperatuur van 47 °C in de gaten.

## BEREIDING KRUIDENBOTER

Klop de boter los met een mixer. Draai in een keukenblender de geplukte peterselie, tijm, basilicum en knoflook fijn. Voeg hier de boter aan toe. Roer alles door elkaar en breng het op smaak met de citroenschil, peper en zout. Pak een stuk aluminiumfolie en leg daarop een stuk plasticfolie. Schep de kruidenboter in het midden op de folie en vouw er een rol van. Leg deze in de koeling om op te stijven. Snijd plakjes van de rol en laat die smelten op je gegrilde steak. Smakelijk eten!



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

# PUZZELPAGINA

	8		5	<span style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 2px;"> </span>			
7		2			4		1
1		3		7			2
	6	8	2				7
	<span style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 2px;"> </span>	4				9	
	9				3	5	6
	1			5		3	8
4			3			7	<span style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 2px;"> </span>
					7		5

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-8-1**.

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 editie van BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand zomer. De oplossing van vorige maand was **strand**.

Maak kans op dit bruisende

## zomer-pakket



l=g+-e+n

j+-i s=g

s=t y=e

-mp+-at

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

Maak kans op een

## Hawaiian Tropic

Satin Protection SPF 50 & Silk Hydration



Zon zonder zorgen en laat je huid mooi bruinen! Ontdek de zonnebrandcrèmes en oliën van Hawaiian Tropic voor echte liefhebbers van zonnebaden.

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

protectie      zonnebrand  
 huid            kleur  
 zon              hawaii  
 bruin            creme

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.kapellenbruist.be](http://www.kapellenbruist.be)

VOOR MOBILITEIT, VOOR IEDEREEN

officieel dealer van:



Jeep



KIA



MAXUS

ISUZU



[www.vanmossel.be](http://www.vanmossel.be)

**Van Mossel**