

BERGEN OP ZOOM HALSTEREN
HOOGHEIDE



NOVEMBER 2021 GRATIS MEENEMEN!
WWW.BERGENOPZOOMBRUIST.NL

BRUIST

Alles
even loslaten!

Christanne de Bruijn:
'Jazz, mijn muziekliefde!'



maxaro[®]

badkamers en tegels

Ruim **5.000 m²**
keuze, beleving
en aandacht



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



Bezoek onze megashowroom
in Roosendaal of shop op maxaro.nl

Bekijk de actuele openingstijden en
bereikbaarheid op onze website.



Kasten exact op uw maat!

Een kast kun je overal kopen...

45 jaar kennis, vakmanschap
en kwaliteit niet!

www.degraafbv.nl

Woonboulevard Hoogstad - Vlaardingen

De Graaf
Haalt alles uit de kast... **sinds 1975!**



8



12



28

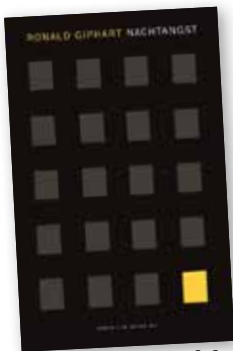
Inhoud



10



32



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist – Nesia Mamengko
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Astrid Berkhout
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Vanessa Stoltenhoff
EINDREDACTIE Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook/BergenopZoomBruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl of bel Marcel Bossers 06-34590975 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. 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.**



Foto: Ron Eskens, snowpictures.nl

DEZE WINTER STARTEN MET ADVERTEREN, MÉT SUPERVEEL EXTRA KORTING? Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel **076-7115340**

Bruisende lezer,

Goed zorgen voor jezelf en op tijd de nodige rust pakken. We kunnen niet vaak genoeg benadrukken hoe belangrijk dit is en je ziet dit onderwerp dan ook elke editie weer in heel wat artikelen voorbijkomen. Tal van ondernemers immers die je hierbij kunnen helpen. Maar ook zelf kun je het nodige doen om even echt tot rust te komen. Hoe je dat doet, lees je verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

Jij hebt zorg nodig, maar dat geldt net zo goed voor alles en iedereen om je heen. Je vrienden, familie, kennissen, burens... Iedereen kan wel wat extra zorg en aandacht gebruiken, helemaal nu we richting de koudste en donkerste maanden van het jaar gaan. Dat vinden onze bruisende ondernemers trouwens ook.

Zij zorgen maar al te graag voor jou als klant, helpen je zorgen voor anderen en delen in hun inspirerende verhalen in deze nieuwste editie van Bruist hoe zij dit zoal doen. Zorg jij als klant dan ook een beetje voor hen? Want samen komen we die koude wintermaanden wel door.

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

P.S. Dit jaar kregen we gezinsuitbreiding. Meet **Indy en Tofu**. Ze zijn nu vijf maanden oud en hebben een hoge aaibaarheidsfactor, gaan goed om met kinderen en zijn ontzettend lief. Dit ras heet Coton de Tulear en is afkomstig uit Madagaskar. Daar staan deze hondenbekend als de 'Royal dog of Madagascar'.



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



LAAT EVEN
ALLES LOS!

Hoe kom je echt tot rust?

Af en toe helemaal tot rust komen is erg belangrijk om de werkweek met genoeg energie door te komen. Maar hoe laat je alles los en heb je echt een momentje voor jezelf, zodat je daarna weer vol energie verder kunt? Tot rust komen is moeilijker dan het lijkt.

Iedereen herkent dit wel: je wilt even helemaal niks doen, maar je telefoon blijft steeds trillen en je gedachten gaan van je belastingaangifte naar de strijk die er nog ligt. Dit zorgt ervoor dat we ons, tijdens een momentje voor onszelf, alsnog onrustig voelen. We krijgen tegenwoordig zo veel stimulatie dat onze hersenen het eigenlijk niet meer gewend zijn om niks te doen. Het is gewoon een soort verslaving. Zodra je je even verveelt, krijg je de neiging om weer een nieuwe dopamineshot - een beloning van gedrag - op te wekken door je e-mail of je Facebook te checken.

Toch is het heel belangrijk om regelmatig echt tot rust te komen. Maar hoe pak je dit nou aan? Er zal vast een mogelijkheid zijn in je dag, misschien in je pauze, om heel even je ogen te sluiten en tijd in stilte door te brengen. Het sluiten van je ogen verbetert de kwaliteit van rust. Probeer het eens uit, het helpt echt. Blijft er tijdens zo'n rustmomentje van alles door je hoofd spoken? Om alle zorgen (tijdelijk) even uit te zetten, kun je drie minuten de tijd nemen om alle

to do's op te schrijven. Door het opschrijven van deze dingen hoeft je hoofd er niet meer mee bezig te zijn, aangezien het allemaal op papier staat. Is één van je zorgen iets wat je niet op korte termijn kunt oplossen? Dan heeft het ook niet erg veel zin om er op dat moment over in te zitten. Klinkt logisch, toch?

Pak jouw moment Weet je hoe vaak je even een momentje voor jezelf zou moeten nemen? Elke dag! Zorg ervoor dat je echt kunt rusten als je daaraan toe bent. Dat betekent telefoon, computer en televisie uit. Niet storen! Het is heel belangrijk dat je geest rust krijgt. Vijf minuten van stilte is effectiever dan dertig minuten voor de televisie zitten of je Facebookpagina checken.

Extra tip Gebruik je telefoon helemaal niet meer in de slaapkamer, zodat je slaapkamer altijd een plek is waar jij tot rust komt. Je telefoon is namelijk een van de hoofdfactoren van dat onrustige gevoel dat jij constant hebt. En ja, dit zal uiteindelijk tot meer energie leiden. **Wie wil dat nou niet?**

Ook op zoek naar rust? Op www.nederlandbruist.nl vind je genoeg ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

Verhuur je woonruimte via Oxrooms!

Nederland telt steeds meer arbeidsmigranten om de tekorten op de arbeidsmarkt op te lossen. Die moeten natuurlijk ook ergens wonen. Oxrooms bouwt leegstaande panden om tot compleet ingerichte woonruimtes waar met name uitzendbureaus hun internationale werknemers kunnen huisvesten. Een mooie business die ook interessant is voor jou! Door je eigen woning via Oxrooms te verhuren, kun je namelijk een stabiele vaste inkomstenbron realiseren.

De huisvesting van arbeidsmigranten komt nogal eens negatief in de publiciteit. "Dat zijn de huisjesmelkers die alleen snel geld willen verdienen.

Wij nemen onze business serieus en doen ons uiterste best om het allemaal zo goed mogelijk te doen. We richten de woning volledig in zodat de mensen er fijn kunnen wonen. Als ik langskom en ze zeggen 'het voelt echt als thuis', dan ben ik helemaal tevreden. Daar gaat het uiteindelijk om."

Tips zijn welkom

Oxrooms beschikt over een groot aanbod van woningen, appartementen, studio's en hotelkamers. "Dankzij ons uitgebreide netwerk hebben we op dat gebied niet te klagen. In deze krappe woningmarkt

zijn we echter voortdurend op zoek zijn naar nieuwe panden, dus tips zijn zeer welkom. Daar staat uiteraard een leuke beloning tegenover."

Hoog rendement

Niet alleen bedrijven maar ook particulieren kunnen hun woonruimte via Oxrooms verhuren. "Als ze willen, kunnen we zelfs voor hen op zoek naar een pand dat geschikt is als investering. Het werkt als volgt. Je verhuurt je woning aan ons, en wij verhuren het vervolgens aan onze klanten. Je hebt er zelf geen omkijken naar, wij regelen verder alles. Sowieso heb je bij deze doelgroep nooit veel problemen, dat is een heel ander verhaal wanneer je het zelf verhuurt aan particulieren. En het loont. Op deze manier behaal je een rendement van gemiddeld 10-12%. Dat is toch mooi meegenomen."

Is je interesse gewekt?

Neem contact op voor meer informatie!

'Een investering die loont'

HONING VAN GOUD

De bijzondere honing van Manuka New Zealand is een Nieuw-Zeelands wonder. De exclusieve Manuka honing staat bekend om zijn geneeskrachtige en helende eigenschappen. Manuka New Zealand honing is perfect om je gezondheid deze winter een boost te geven. www.manukanewzealand.eu



BRUIST Deals

Ook deze maand hebben we weer enkele Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Neem een kijkje op www.nederlandbruist.nl/lezersacties en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.

12



LEZERSACTIE WIN een foundationspray van That'so

Een foundationspray die je aanbrengt met een make-upkwast. Een echte gamechanger! Het product blendt samen met de huid en creëert een prachtige en egale glowy teint. Het geeft als het ware een filter over het gezicht. Het vermindert de zichtbaarheid van onvolkomenheden en bevordert een heldere en uniforme look. www.thatso.nl TAG #FACE UP



LEZERSACTIE Maak kans op tanning spray van That'so

De vegan tanning spray van That'so is ongeëvenaard goed en geeft direct een prachtige egale bruine kleur die zich 2-3 uur na het aanbrengen door ontwikkelt. Hiermee zie je er sunkissed uit! Geen vlekken, oranje/gele kleur of zwarte puntjes in je poriën. www.thatso.nl TAG #SELTAN

Doe mee en win

Geniet van November



ETHIOPIAN COFFEE

Een nieuwe variant van de smaakvolle Zuid-Afrikaanse crème likeur, de originele smaak van echt Marula fruit en doordrenkt met tonen van hoog-waardige Ethiopische koffie. Drink hem puur met een blokje ijs, doe een scheutje in een espresso of maak er je desserts mee af. www.amarula.com

www.amarula.com



BEGRIJPT MANNEN

Een droog uitziende huid in de winter? Geen probleem met deze hydraterende gezichtscreme voor mannen van Bulldog skincare. De moisturiser is verrijkt met natuurlijke ingrediënten zoals aloë vera, camelina olie en groene thee én is zacht genoeg om zowel 's ochtends als 's avonds te gebruiken. www.bulldogskincare.com

www.bulldogskincare.com

13

SHOPPING/NEWS

FRIS EN ELEGANT



Ayala Brut Majeur is de belichaming van de frisse en elegante stijl van dit relatief kleine champagnehuis. Langdurige rijping in de kelders en een lage dosage maken deze champagne geschikt voor iedere gelegenheid. Een uitnodigende, expressieve en fruitige drank met een heerlijke lange afdrank. www.champagne-ayala.fr/en



LEZERSACTIE Maak kans op droogshampoo van That'so

Moet je haar gewassen worden, maar ontbreekt het je aan de tijd? De Perfect Hair Dry Shampoo van That'so biedt uitkomst! Deze shampoo reinigt het haar zonder dat er water aan te pas komt. De formule is verrijkt met groene thee, wat het haar verfrist en zuivert. www.thatso.nl TAG #DRYSHAMPOO

www.thatso.nl TAG #DRYSHAMPOO



*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.



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

Registreer je dan via
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.

Herfst!



DITJES/DATJES

Een heerlijke tijd, de wereld transformeert, bladeren vallen, het wordt weer kouder. Soms heeft dit ook effect op je stemming. Zorg daarom extra goed voor jezelf, heb jezelf lief.

Massages hebben natuurlijk ook effect op je stemming, je kunt je er lichter, geliefd, aangeraakt, verbonden en gewoon ook lekkerder in je vel door voelen. Gun jezelf dit! Een massage kan zoveel meer zijn dan alleen maar het losmaken van spieren en even ontspannen. Al kan dit natuurlijk ook heel fijn zijn.



Met een energetische massagebehandeling bijvoorbeeld kun je op diepere lagen van je zijn werken. Hierdoor kun je thema's aanboren waaraan je graag wil werken. Door een intentie te stellen voor de behandeling kan de behandeling een veel diepere werking krijgen, meer op mentaal en emotioneel niveau. Er kan van alles loskomen... en dat mag. Ik zorg voor een veilige omgeving en ruimte waarin jouw gevoelens er mogen zijn en ook los mogen komen. Ik ben er voor je, om je te laten voelen wat je lichaam je wil vertellen.

Omdat veel mensen momenteel meer angst kennen en hierdoor stress ervaren is een energetische behandeling juist voor deze mensen geschikt. Maar ook voor mensen met (klein) trauma (geen verwondingen) kan een (of meerdere) behandeling(en) heel fijn werken. Dit doordat het je inzichten kan brengen met betrekking tot de nodige heling. Door middel van een gesprek voorafgaand aan de behandeling komen we samen tot een thema voor die behandeling. Om dit te ondersteunen gebruiken we je stem, inzichtkaarten of bijvoorbeeld een steen (of natuurlijk iets van jezelf). Ben jij er aan toe om op een dieper niveau aan jezelf te werken? Neem dan gerust contact op om de mogelijkheden te bespreken. Voor een wellness, sport- of ontspanningsmassage ben je natuurlijk ook hartstikke welkom.

Joyce

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

OOK
MASSAGES
AAN HUIS

Hoe **positiever** en rustiger je mindset, hoe sneller je **onrust los** kunt laten. Gedachten **op een rijtje** krijgen.

Meditatie is een goed moment om je op jezelf te richten, in stilte.

Breng **structuur** aan voor jezelf.

Bijvoorbeeld een vast **ritme** van de dagelijkse dingen. Jij bent goed zoals je bent! Zet **kleine, concrete** en behapbare **stappen**.

Moeten wordt **willen**.

Geef of vraag **een knuffel**.

Installeer **jouw uitknop**.

**sven &
sophie**

Aandacht voor
been- en ondermode is
aandacht voor jezelf.

Bij Sven & Sophie beseffen
wij dat als geen ander.

Daarom biedt onze winkel
meer dan alleen een ruim
assortiment eersteklas
producten van toonaangevende
merken.

Wouwsestraat 40, Bergen op Zoom
0164 - 21 06 15

Ginnekenstraat 19, Breda
076 - 521 44 27
(Schuin tegenover HEMA)

Winkelcentrum 21, Etten-Leur
076 502 1549

Arendshof 57, Oosterhout
0162 455 666

Nieuwsgierig?
bekijk meer op
www.svensophie.com

*Ondergoed voor
elke dag*



Levi's

Verfris je garderobe met de nieuwe Levi's-
ondergoedcollectie. High comfort shorts
voor mannen.

FALKE
GERMANY 1895

Bij FALKE vind je de perfecte damessokken
voor elke gelegenheid. Zoals deze Cotton Touch
damessokken. Comfortabel katoen en de
perfecte pasvorm.



*Optimaal
draagcomfort*

WIJ ZIJN KLAAR VOOR HET NAJAAR!

Goed in je vel zitten begint dicht op je huid bij Sven & Sophie!

*Verbazing en verrassing
aan je voeten*

HappySocks

Wat is er nou leuker dan een
druilerige herfstdag beginnen
met Happy Socks om je voeten?
Want de gekke prints maken elke
dag een stuk kleurrijker.



mey

Mey maakt gebruik van
hoogwaardig pima katoen en
basic dessins. Dit maakt een
ontwerp niet alleen tijdloos,
maar ook super comfortabel. Als
je voor Mey gaat, dan ga je voor
kwaliteit en comfort.

*Een tijdloze
essential!*



Rugklachten? Probeer het

David Spine Concept

Ongeveer twee miljoen mensen in Nederland hebben weleens last van rugklachten. Een groot deel van deze groep zelfs met herhaling.

In een aantal gevallen gaat een periode van lage rugklachten binnen een periode van zes weken vanzelf over, maar soms worden klachten langdurig. Je merkt hierbij beperkingen in het dagelijks functioneren of het niet of maar gedeeltelijk kunnen werken. Heb je al langer dan zes weken rugklachten of recidiverende rugklachten, dan bieden wij je een evidenced based rugrevalidatie programma met het **DAVID SPINE CONCEPT (DSC)**.

Het DSC biedt een zeer moderne en effectieve aanpak voor de behandeling van rugklachten.



Het DSC bestaat uit meet- en trainingsapparatuur waarbij op een wetenschappelijk bewezen manier de rugkracht en -mobiliteit in kaart kan worden gebracht en vervolgens de rug getraind kan worden. De apparaten zijn zo ontworpen dat je uitsluitend traint wat je moet trainen, doelgericht en op de juiste spieren/lichaamsdelen gericht.

Het DSC is geschikt voor rug- en nekpatiënten die lijden aan langdurige (subacute of chronische), terugkerende, postoperatieve of posttraumatische problemen.

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



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

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

Inspirante
het gezonde alternatief!

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

Leef je mooiste leven!

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

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

Beluister de podcast

In de Leef Je Mooiste Leven podcast beantwoorden wij vragen van luisteraars. We delen inspirerende verhalen, onze eigen ervaringen en inzichten. Meer informatie op www.michaelpilarczyk.nl/podcast.

Michael Pilarczyk


MEDITATIONMOMENTS



OMGAAN MET ANGSTIGE GEDACHTEN

Ons autonome zenuwstelsel is het deel van ons zenuwstelsel dat buiten onze wil om werkt en een belangrijke rol speelt als het gaat om angst en stress. Het bestaat uit een sympathisch en parasympatisch zenuwstelsel. Het sympathisch zenuwstelsel is verantwoordelijk voor de zogenaamde vecht- of vluchtreactie. Deze reactie is heel functioneel als er bijvoorbeeld een roofdier voor je neus staat en je direct in actie moet komen.

Het probleem is echter dat dit roofdier eruitziet als het coronavirus, ruzie met je partner, blijvende stress op je werk of in de huidige situatie bijvoorbeeld angstige gedachten over ziek worden. Angstige gedachten of reacties op je omgeving veroorzaken dezelfde reactie in je lichaam als dat roofdier. Je lichaam weet het verschil niet. Hierdoor maak je te veel stresshormonen aan en zal je immuunsysteem verzwakken, waardoor je vatbaarder bent om ziek te worden.

Als je merkt dat je in deze tijd angstig bent, is het ten eerste belangrijk om dit te zien bij jezelf. Word bewust van je eigen gedachten over de situatie en hoe dit angstige gevoelens bij je oproept. Een (korte) meditatie in de ochtend kan heel erg helpen om los te komen van je angst en om je te verbinden met jezelf. Daarnaast kan de focus op je ademhaling helpen om uit je gedachten te gaan en meer in je lichaam te komen. Adem een paar keer diep in door je neus en uit door je mond om sneller tot rust te komen. Bedenk waar jij van tot rust komt. Kom je er zelf niet helemaal uit, dan heb ik voor jou een online Feel Good Training gemaakt die je helpt om deze moeilijke tijd door te komen.

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

Liefs, Fajah Lourens

Kijk voor meer info op:

<https://mkbmshop.com/products/online-feel-good-training>

DAGJE UIT KUNSTMAAND AMELAND



Wie denkt dat er in de herfst niks te beleven is op Ameland, heeft het mis! Ameland staat namelijk de hele maand november in het teken van de kunst. En kunst is er in vele vormen! De Kunstmaand op Ameland biedt de kans om te genieten van inspirerende kunst, muziek, rondleidingen, films, workshops en lezingen. Net even anders kunst kijken, beleven en ervaren? Dit is Kunstmaand Ameland. Omdat het dit jaar de 25e editie is – oftewel een zilveren jubileum – heeft de organisatie gekozen voor een toepasselijk thema: Zilver. Zilver glanst en sprankelt, maar kan evengoed bescheiden zijn. Want 'every cloud has a silver lining'.

Meer info op www.kunstmaandameland.com.



FILMPJE KIJKEN SPENCER

Het huwelijk van Prinses Diana en Prins Charles is al lang bekoeld. Ondanks geruchten over affaires en een echtscheiding gaan de kerstfestiviteiten door op het landgoed van de koningin in Sandringham. Spencer speelt zich af tijdens deze cruciale kerstdagen in de vroege jaren negentig waarin prinses Diana besluit dat haar liefdeloze huwelijk met prins Charles niet werkt. Ze zal moeten afwijken van het pad dat voor haar was uitgestippeld als toekomstige koningin. Spencer is een verbeelding van wat er gebeurd zou kunnen zijn. **SPENCER is vanaf 11 november te zien in de bioscoop.**



BOEKJE LEZEN NACHTANGST



De van oorsprong Nederlandse schrijver P.J. Weber kan in New York niet van zijn pen alleen leven. Om in zijn levensonderhoud te voorzien, doet hij administratieve klussen. In de nachtelijke uren stuurt hij vanuit het kantoor lange e-mails aan zijn Amerikaanse agente. Op een avond wordt er ingebroken in het afgelegen pand. Terwijl de angst te worden ontdekt hem in een wurggreep houdt en de inbrekers steeds dichterbij komen, begint Weber aan een testament, een bekentenis wellicht. Hij vertelt over het huwelijk en de dood van zijn ouders, het schrijverschap, zijn zoon in Nederland, seksueel misbruik en de beschutting van taal. **NACHTANGST van Ronald Giphart is vanaf 4 november verkrijgbaar.**

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 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!*



PIJN IS NIET FIJN

Flex, thuis en op kantoor: elke werkplek vraagt én verdient gezonde aandacht

Het thuiswerken zal niet meer weg te denken zijn. Dat betekent een aanpassing van de toekomstige werkplekken: een combinatie van flex, thuis en kantoor. Een professioneel advies over welke stoel of kruk, type bureau en inrichting kan dan prettig zijn om samen de juiste keuze te maken.

Daarnaast vertel ik je hoe jij jouw werkplek het beste inricht en gebruikt, conform de arbowetgeving. Zo voorkom je het ontstaan van vervelende klachten in armen, nek en schouders (de zogenaamde KANS klachten). **Want pijn is niet fijn!**

In mijn home showroom in Bergen op Zoom kun je op afspraak, wanneer het

jou uitkomt, stoelen van diverse fabrikanten uitproberen om te voelen welke het beste bij je past. Er is ook ruimte om een werkplek instructie te verzorgen over de instelling van je stoel, de hoogte van het beeldscherm, beeldscherm, het gebruik van de muis, et cetera.

Inmiddels kan ik ook weer op locatie werkplekken bezoeken en een advies uitbrengen naar aanleiding van de RI&E.

Kortom: zorg goed voor jezelf en je medewerkers, thuis en op kantoor!

**ACTIE 10%
VITALITEITS-
KORTING**

Vraag naar de voorwaarden



Voor werkplek advies, inrichting en optimalisatie.

Gezondzittend
WERKEN.NL



Ondernemer: Helmy Bruning-Borghstijn | Westerland 13, Bergen op Zoom NL | +31 610202148
info@gezondzittendwerken.nl | www.gezondzittendwerken.nl

Rol Amélie is Christanne de Bruijn op het lijf geschreven:

“Muziek is het belangrijkste in mijn leven”

Door een uitstapje naar de filmwereld (De Dirigent) en een lockdown is het al een tijdje geleden dat we Christanne de Bruijn in het theater zagen. Maar gelukkig is het wachten voorbij. De actrice speelt namelijk sinds oktober de hoofdrol in Amélie de Musical. “Wij vertellen het verhaal van hoe Amélie zich ontwikkelt tot de eigennuttige vrouw die iedereen kent uit de film.”

Als kind was Christanne al weg van de fantasievolle film over de dromerige Amélie, in wie zij zich zeker herkent. “Zij is bijna een toeschouwer in het leven. Dan zit je naar iedereen om je heen te kijken en dan voelt het alsof je er zelf altijd nét buiten staat. Dat je zo in je eigen wereld zit en je je eigen fantasie en dromen creëert, dat had ik als kind echt gigantisch.”

'Jazz is mijn muziekliefde'

Naast acteren en zingen speelt Christanne ook cello in de musical. “Het is heel spannend, maar ook heel tof!” In de musical speelt muziek een hoofdrol, net als in Christannes eigen leven. “Muziek is wel echt het allerbelangrijkste in mijn

leven. Jazz is mijn grootste muziekliefde”, lacht ze. “Ik houd erg van het onvoorspelbare in muziek, maar ik luister ook heel graag naar Janice Joplin, Fleetwood Mac, Prince en dat soort artiesten.”

Iedereen mag er zijn

Amélie brengt een boodschap van tolerantie over die goed aansluit bij de huidige tijdsgeest. “We leren echt naar de ander te kijken. Ik kijk de hele eerste akte als toeschouwer naar alle personages om me heen, daar word je zo empathisch van”, aldus Christanne. “Iedereen komt ergens vandaan en heeft een verleden en bepaalde gedragingen. En dat is oké!”

Theaternl
DE WERELD VAN THEATER

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

Laat de *winter* maar komen!

We kunnen het niet meer ontkennen: de winter komt eraan, sneller zelfs dan we het door hebben. De verwarming staat aan en de dekentjes en plaids zijn waarschijnlijk al van zolder gehaald om de kou te bestrijden. Nu alleen de tuin nog, want ook die moet klaar worden gemaakt voor als het de komende maanden weer flink kan gaan vriezen...

Wat er allemaal gedaan moet worden om je tuin winterklaar te krijgen, verschilt natuurlijk per tuin. Maar met deze tips kom je ongetwijfeld een heel eind, mocht je (nog) niet zo goed weten waar te beginnen.

Tip 1 Bescherm je niet-winterharde planten tegen de ergste kou en vorst. Bijvoorbeeld met noppenfolie, vliesdoek of een rietmat. Niet alleen de vaste planten, maar ook de planten in potten die je niet naar binnen kunt halen. Kunnen ze wel naar binnen, dan heeft dat uiteraard de voorkeur.

Tip 2 Sluit de waterleidingen in je tuin op tijd af. Zolang het nog niet vriest, is dat natuurlijk niet nodig en kun je de buitenkraan gewoon nog gebruiken. Maar niets zo vervelend als wateroverlast door kapot gevoren leidingen. Draai ook lege potten, gieters of emmers in de tuin om, zodat er geen water in blijft staan. Zo voorkom je dat ze kapot vriezen.

Tip 3 Heb je een vijver in je tuin, zorg dan voor een onderwaterpompje. Dit voorkomt dat je vijver dichtvriest. Natuurlijk kun je er ook eigenhandig voor zorgen dat er continu een wak openblijft, maar dat is wel meer werk en je moet het natuurlijk niet vergeten, helemaal niet als er vissen in de vijver zwemmen.

Tip 4 Haal de eenjarige planten weg uit je borders. Verstandig is om dit nog voor de eerste nachtvorst te doen, zodat ze niet kunnen gaan rotten. Eventueel kun je de lege plekken nu opvullen met voorjaarsbollen.

Tip 5 Maai het gras zolang het nog groeit, maar niet te kort! Verwijder ook afgevallen bladeren van het gazon om het zo gezond mogelijk te houden. Deze bladeren hoeven overigens niet in de GFT-bak, je kunt er namelijk wél je planten mee bedekken als natuurlijke bescherming tegen de vorst.

Wil je je tuin een update geven? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



Waarom Cardiologie Centrum Zeeland?

Wij zijn een zelfstandige polikliniek voor cardiologische zorg. Ons streven is dat patiënten met hart- en vaatziekten al binnen 24-48 uur bij ons terecht kunnen. 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.



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 terecht voor een consult. Alle benodigde onderzoeken en het evaluatiegesprek kunnen indien mogelijk al binnen twee uur plaatsvinden.

Tijdens het evaluatiegesprek zal de cardioloog met u de diagnose bespreken en indien 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

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 te allen tijde contact met ons opnemen. Wij zijn 24 uur per dag, zeven dagen per week bereikbaar.

- ✓ Preventief screenen hart / 50+ vergoed door zorgverzekeraar
- ✓ 24/7 snel onderzoek en uitslag



Cardiologie Centra Nederland
Onze zorg klopt!

Cardiologie Centrum Zeeland

Buitenruststraat 16, Middelburg | 0118-689340
zeeland@cardiologiecentra.nl | www.cardiologiecentra.nl





Impressie
Bergen op Zoom



Bewust

Steeds meer merken brengen duurzame, natuurlijke producten en dat is maar goed ook! Zo kunnen we toch prachtige beautyproducten gebruiken terwijl we onze planeet respecteren.

1. Miracle Hair Mask van Eleven, € 23,50 www.elevenaustralia.nl
2. Conscious Style Everyday Shampoo van KMS, € 24,20
3. Shower Oil van Compagnie de Provence, € 24,- www.babassu.nl
4. Booster Serum Vitamine C van Novexpert, € 64,95 www.iciparisxl.nl
5. Skoon Solid Conditioner Bar van Skoon, € 7,95 www.drogist.nl
6. Tanning Facial Mist van TanOrganic, € 38,95 www.iciparisxl.nl
7. Crystal Quartz Body Mist van ANAS, € 30,- www.anascrystal.care

8. Showergel Cucumber Matcha van Happy Earth, € 6,99 www.happyearthcare.com
9. Intoxicated van Kilian, € 200,- www.skins.nl
10. Straight Up Peptide Mascara van RMS Beauty, € 28,- www.skins.nl
11. Facial Oil van ABYSK, € 39,95 www.abysk.nl
12. Protect Balm van weDO/, € 19,90 www.wedoact.com
13. Lip & Cheek van RMS Beauty € 39,- www.skins.nl

Mooi *de winter* in

De combinatie van kou, wind en grote temperatuurverschillen tussen buiten en binnen kan voor een droge, schilferige, gebarsten of geïrriteerde huid zorgen. Voorkom deze winterse irritaties met een goede dagverzorging.

In de zomer volstaan luchtige crèmes prima, maar in de winter heeft je huid toch net een beetje extra nodig. Kies in de winter daarom voor wat rijkere crèmes die je huid beter beschermen tegen de kou en de droge lucht in huis. Tip: door je huid dagelijks in te smeren met een goede hydraterende crème voorkom je een schrale, droge huid.

Peeling Ook in de winter moet je je huid regelmatig scrubben of peelen. Dit helpt om dode huidcellen te verwijderen, waardoor je huid weer een mooie glans krijgt. Vergeet niet om de huid goed te hydrateren na het scrubben, anders wordt deze snel schilferig en droog.

Help! Droge lippen Loszittende velletjes en lelijke kloven; gebarsten lippen zijn een typisch winterfenomeen. Een goede lippenbalsem is de meest effectieve manier om je lippen te voeden en te beschermen tegen de kou. Tip: loszittende velletjes verwijder je makkelijk en snel met een speciale lipscrub.

Uv filter Vergeet in de winter niet om iedere dag een UV-filter te gebruiken. Je huid dient het hele jaar beschermt te worden tegen de schadelijke invloeden van de zon. Hiermee voorkom je vroegtijdige veroudering van de huid. Tip: ga je op skivakantie, dan is een hogere factor vereist.

Zachte handen Ook je handen verdienen gedurende het winterseizoen de nodige aandacht. Maak er een gewoonte van om een paar keer per dag een handcrème aan te brengen. Let bij de aanschaf van een tube goed op het verschil tussen een handcrème en een handlotion. Een handcrème is effectiever dan een lotion. Een lotion trekt sneller in, maar kan de zeer droge en gebarsten huid vaak niet herstellen. Tip: met een paar warme hand-schoenen kunnen de ergste pijntjes voorkomen worden.

Voeding & vocht Niet alleen van buiten zul je je huid moeten hydrateren, ook van binnenuit zal het vocht voldoende moeten worden aangevuld. Zorg ervoor dat je voldoende drinkt. Ook een gezonde voeding draagt bij aan een mooi uiterlijk en verhoogt je weerstand.

Zin om jezelf een beetje te verwennen?

We leven op dit moment in bizarre tijden. Hierdoor is er juist meer behoefte om jezelf eens een beetje te verwennen. Daar ben je bij Kniptique47 voor aan het juiste adres.

Aandacht voor de klant is bij ons het allerbelangrijkste. Ook blijven we continu up-to-date op het gebied van de nieuwste technieken. Met name kleuringen.

Tevens zijn wij sinds kort begonnen met het aanbieden van accessoires. Denk hierbij aan sieraden, tassen, heerlijke body butters, parfum etc.

Nieuwsgierig?

Kom een kijkje nemen in onze salon.

Wil je informatie over de prijzen van onze behandelingen, dan kun je contact opnemen via 06-21344261.



Knptique47
Kladseweg 47
Lepelstraat
06-21344261

De kapsalon is geopend op
dinsdag van 10.00 tot 20.00 uur
woensdag van 10.00 tot 17.30 uur
zaterdag van 9.00 tot 15.00 uur



Nooit meer een bad hair day

Wat doe je als 'het' zich plotseling aandient?
Die 'bad hair day' die altijd op het verkeerde moment komt?



Stap onder de douche

Kom je er 's ochtends achter dat je haar in pieken langs je gezicht hangt? Was je haren met een verzorgende shampoo en gebruik vervolgens een conditioner voor een glanzende coupe. Weinig tijd? Er zijn diverse soorten shampoos en conditioners die je op droog haar aanbrengt.

Leg de nadruk niet op je haar

Doe eens iets gekks met je make-up, trek een outfit in een opvallende kleur aan of kies voor een in het oog springende bril. Niemand die nu nog op je haar let!

Zet een hoed op

Die zijn nu hartstikke hip, dus waarom zou je daar geen gebruik van maken? Kies bijvoorbeeld voor een flaphoed, gleufhoed of een bolhoed.

Kies voor een staart, vlecht of knot

Dan vallen je gekke pieken, pluizige punten of vette haardos veel minder op. Zijn er nog plukjes die zich niet aan jouw regels willen houden? Gebruik dan wat leuke speldjes.

Ga naar de kapper

Een goede knipbeurt kan wonderen verrichten. Al eens aan een leuk kleurtje gedacht? Je kapper kan je adviseren over de laatste haartrends.

Welkom bij René en Diana Rens

Wij staan voor u klaar voor al uw feesten en BBQ's.
Ook voor de koffietafels en spelletjesmiddagen/
avonden. U kunt de zaal ook apart gebruiken voor
vergaderingen en demonstraties.
NIEUW is ons hapjesbuffet. Kijk voor meer informatie
op www.cafezaaltivoli.nl



Tivoli CAFE
ZAAL

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



Resultaat door eigen kracht



Arbeidsmediation
Conflictbemiddeling
Gespreksbegeleiding

Coaching
Stress, burn-out en
re-integratie



MfN
REGISTERMEDIATOR



VESB ACSB
Voorlichtings- en Samenwerkingsorganisatie
Arbeidsbemiddeling en Opleiding
Arbeidsbemiddeling en Opleiding

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

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

Word
vrijwilliger!

[deluisterlijn.nl/
vrijwilliger](http://deluisterlijn.nl/vrijwilliger)

Help door
te luisteren
anoniem - dag en nacht

 **de luisterlijn**
wij geven gehoor



Wil je jouw bedrijf ook presenteren in *Bergen op Zoom Bruist*?

Neem dan contact op en we komen graag bij je langs om de unieke mogelijkheden te presenteren. Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel **076-7115340**

BRUIST

de **Herstell**knoop

voor het repareren en vermaken van uw kleding

Maar ook voor

- bruidsmode
- herenkostuums
- diverse kussens

Met unieke haal- en brengservice

Mary Willigers
06-34339984
deherstellknoop@kpnmail.nl

BRUIST

Vermijd *populariteit* als je *rust wilt* hebben.

Volg ons op social media @BelgieBruist en @NederlandBruist

Vind je balans in **november**

Ram 21-03/20-04

November brengt mentale energie. Je zult motivatie voelen, nieuwe ideeën opdoen en je progressief gedragen.

Stier 21-04/20-05

De energie van deze maand zal de voordelen van beweging versterken. Zorg voor voldoende vitamines.

Tweelingen 21-05/20-06

Volledige eerlijkheid is voor jou geen probleem. Je aarzelt niet om de hele waarheid te vertellen.

Kreeft 21-06/22-07

Pas op voor overmatige nervositeit. Het universum heeft veel emotionele uitdagingen voorbereid.

Leeuw 23-07/22-08

Je zult veel rust nodig hebben. Het jaar is niet bepaald rustig verlopen, waardoor je er vermoeid inkomt.

Maagd 23-08/22-09

Socialisatie is nu geen probleem voor jou, maar als het gaat om serieuze beslissingen kan je beter wegblijven.

Weegschaal 23-09/22-10

Waarschijnlijk zult u zich in de aanwezigheid van een persoon bevinden die u heel sterk beïnvloedt.

Schorpioen 23-10/22-11

Het zal je niet ontbreken aan een gevoel voor humor en je zal anderen verblijden met grappige verhalen.

Boogschutter 23-11/21-12

Je kan jezelf best eens verwennen deze maand. Het zal je helpen om je comfortabeler te voelen.

Steenbok 22-12/20-01

Misschien werkt u aan een plan voor financiële onafhankelijkheid. Je strijdlust bereikt z'n hoogtepunt.

Waterman 21-01/19-02

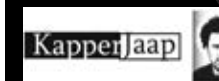
Je zal jezelf niet kunnen stoppen om te kopen en je koopt dan ook alles wat op je pad komt.

Vissen 20-02/20-03

Je wordt overweldigd door werk, maar je moet weten dat gezondheid de hoogste prioriteit moet hebben.

Als je haar maar goed zit...

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



Kapper Jaap

Bosstraat 8, Bergen op Zoom

0164-246917 / 06-53162714



Your gift FOR A X-MAS MOMENT

Wat hebben we een veelbewogen jaar achter de rug. Een jaar waarin de gevolgen van COVID-19 nog steeds voelbaar zijn. Veel gezinnen zijn getroffen door werkloosheid en leven in een onzekere periode. Dit raakt met name de kinderen uit deze gezinnen. Niet alle ouders zijn in staat om cadeautjes te kopen en hun kinderen een onbezorgde kerst te geven.



Ook de dak- en thuislozen hebben het zwaar, doordat ze in de maand december extra getroffen worden door eenzaamheid. De afgelopen 26 jaar heeft Victory Outreach Rotterdam tijdens het kerstfeest altijd succesvol uitgereikt naar de daklozen en minderbedeelden. Vorig jaar hebben we zelfs meer dan 1.000 mensen mogen trakteren op een heerlijke uitgebreide afhaalmaaltijd met daarin ook een boodschap van Jezus:

Er is hoop!

A X-mas Moment: 1.500 pakketten!

Ook dit jaar willen we Kerstmaaltijden uitdelen. Op vrijdag 17 december voorzien we van 16.00 tot 20.00 uur maar liefst 1.500 mensen van een Kerstafhaalmaaltijd en een goedgevuld kerstpakket. Kinderen tot 12 jaar mogen zaterdag 18 december genieten van een middag met volop spel, eten, drinken en cadeautjes.

Hoe helpt u mee?

1. Ondersteun ons financieel: 1.500 maaltijden en pakketten uitdelen is een kostbare onderneming. Elke gift telt! U kunt uw bijdrage overmaken naar NL53 RABO 0159 039 525 t.n.v. Victory Outreach Rotterdam o.v.v. Gift Kerst 2021. Of geef gemakkelijk via onze website www.vorotterdam.nl/geven.
2. Ondersteun ons materieel: er is een lijst beschikbaar van de spullen die we nog nodig hebben om deze twee dagen tot een succes te maken.
3. Word vrijwilliger: we hebben extra handen nodig om deze dagen succesvol te laten verlopen. Registreer u via backoffice@vorotterdam.nl. Let op: dit jaar kunt u alleen als vrijwilliger meehelpen als u van tevoren geregistreerd bent en de briefing heeft bijgewoond.

Heeft u vragen?

Neem dan contact met ons op.

We zijn bereikbaar via telefoonnummer 06-840 48 962 of 06-471 61 481 en via e-mail backoffice@vorotterdam.nl.

Namens ons, de vele daklozen, minderbedeelden en de kinderen die we gaan bereiken: hartelijk dank voor uw hulp!

Met vriendelijke groet,

Jerry en Xannelou Mendeszoon en het leiderschapsteam

N.B. Victory Outreach Rotterdam is een ANBI. Uw financiële gift is onder voorwaarden fiscaal aftrekbaar.

Draagt u ook uw steentje bij aan Gift Kerst 2021? Scan de QR code.



Romige venkelsoep met Parmezaanse kaas

Venkel is voor velen een onbekende groente en dat is zonde. Het zit bomvol smaak, is licht zoet, maakt je darmen rustig en combineert perfect met tal van ingrediënten. Bijvoorbeeld in deze heerlijke soep, met bouillon en Parmezaanse kaas.

4 PERSONEN - 30 MIN.

INGREDIËNTEN

3 venkelknollen
1 ui
olijfolie
2 aardappelen
½ tl gemalen komijn
1 liter kokend water
2 bouillonblokjes
100 ml room
peper en zout
50 g Parmezaanse kaas

BEREIDING

Snijd de stengels en het groen van de venkelknollen en bewaar eventueel wat voor de garnering. Snijd vervolgens de venkel in stukken en verwijder de harde kern.

Snipper de ui en bak deze tot de uit glazig is. Snijd vervolgens de aardappelen in kleine blokjes. Voeg de stukjes venkel, aardappel en gemalen komijn toe en roer alles goed door elkaar.

Giet het kokende water in de pan erbij en voeg eventueel bouillonblokjes toe. Meng goed totdat de bouillonblokjes opgelost zijn. Laat de ingrediënten 20 minuten koken.

Mix de ingrediënten met een staafmixer tot een gladde soep. Voeg de room toe en breng de soep op smaak met peper en zout.

Hak het venkelgroen fijn en strooi het over de soep. Rasp de Parmezaanse kaas erover.

PUZZELPAGINA

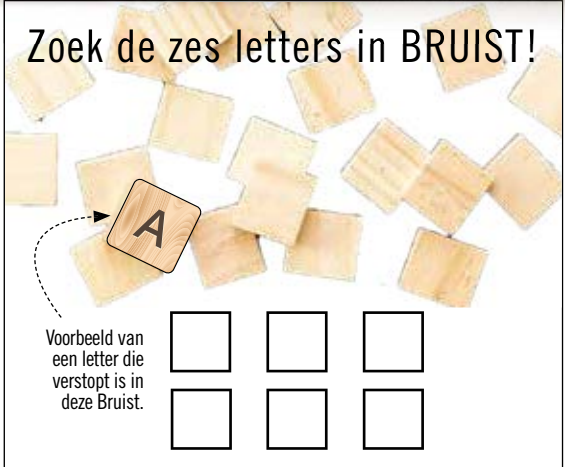


November is de maand waarin het steeds duidelijker wordt dat de winter echt niet lang meer op zich laat wachten. Kom dus maar op met die dikke truien en zachte plaids waaronder je je heerlijk kunt nestelen op de bank. En wat kun je nu het beste doen tijdens het cocoonen? Natuurlijk, lekker (online) bladeren door deze editie van Bruist en puzzelen voor mooie prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-9-2**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

□	□	□
□	□	□

Zoek de zes verborgen letters in deze editie van BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand: rust. De oplossing van vorige maand was **woning**.

Maak kans op deze fles

Kraken rum

Deze rum is afkomstig uit het Caribisch gebied en onderscheidt zich door de toevoeging van een geheime kruidenmix. Deze mix zorgt zowel voor een heerlijke spicy smaak als voor een stoer uiterlijk. Kraken Rum is zwart van kleur, net als de inkt van het zeemonster waarnaar de rum vernoemd is. Op het etiket van de fles zie je dit monster in inktzwarte stijl terugkeren...



🙈-o+ 🍷-fr 🧑‍🦱m=v
 📺y=e 🐑a=u
 🗑s=t z+ ⏪-ruit
 🚰-val+ 🍌l=n+k

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 december de oplossing in op onze site: www.bergenopzoombruist.nl.

Maak kans op een

SodaStream

bruiswater toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

[sodastream](http://sodastream.nl)

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

water fles
smaakje sodastream
genieten lekker
bruisend prik

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

De mooiste scooters voor ieder budget



TIP
Mats Scooters heeft
ook een webshop,
te vinden op
www.matsscooters.nl.

**Ben je op zoek naar een scooter?
Dan ben je bij Mats Scooters aan het juiste adres.**



Vespa-scooters, die bekend staan om hun stijlvolle ontwerp, zijn nog steeds populair. We verkopen echter ook MOMO scooters, net zo hip en met een aanmerkelijk lager prijskaartje. Een Vespa heb je 'kaal' vanaf 4.000 euro en een MOMO met alles erop en eraan vanaf 1.950 euro. Ook elektrische scooters behoren tot ons assortiment. Sinds kort zijn wij Segway-dealer en bieden we exclusieve elektrische fietsen van MultiCycle.