

KAPELLEN/PUTTE EO



JANUARI 2022 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.KAPELLENBRUIST.BE

# BRUIST

Wat is **geluk**  
eigenlijk?

**Richard Spijkers:**  
'De thematiek is heftig'



Renovaties  
Keukens  
Aanbouw  
Gevelrenovatie  
Totaalprojecten

Ons vakmanschap  
staat **garant voor**  
**succes!**

Doornenlaan 18, Kapellen | [winkelerbob@gmail.com](mailto:winkelerbob@gmail.com)  
036 77 37 90 | 0478 76 84 08 | [www.winkeler.be](http://www.winkeler.be)







Wil je kans  
maken om jouw foto  
in Kapellen Bruist  
terug te zien?

Stuur deze dan naar  
[ontwerp@nederlandbruist.nl](mailto:ontwerp@nederlandbruist.nl)  
o.v.v. Foto Kapellen

*Impressie*  
***Kapellen***





8



18



24



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  
belgiebruist

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**CUSTOMER CARE** 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

Like ons op Facebook.com/kapellenbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2022. 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 grootste 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,

Om te beginnen natuurlijk: een ontzettend gelukkig nieuwjaar namens iedereen bij Bruist! Laten we er met zijn allen een fantastisch jaar van maken. Wat 2022 voor ons in petto heeft, weet niemand, maar dat we zelf invloed hebben op ons eigen geluk, is een feit. Daar vertellen we je in deze nieuwste editie van Bruist meer over.

Januari is voor veel mensen dé tijd van het jaar om met al hun goede voornemens aan de slag te gaan. De een wil afvallen, de ander wil meer tijd doorbrengen met vrienden... Waar het uiteindelijk vrijwel allemaal op neerkomt, is dat we een fijner leven willen. En een leuker leven natuurlijk! Vol mooie momenten en plezier. Hoe zo'n leven eruitziet, is voor iedereen uiteraard anders.

Desondanks kunnen we je wel wat tips geven: breng een bezoekje aan een van onze bruisende ondernemers en laat je verwennen. Of plan een leuk dagje uit, bijvoorbeeld naar Titanic de musical. Acteur Richard Spijkers vertelt je daar verderop meer over... Na de afgelopen pittige jaren hebben we nu immers wel een wat leuker jaar verdiend!

**Manuela Kolkman**

**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.**



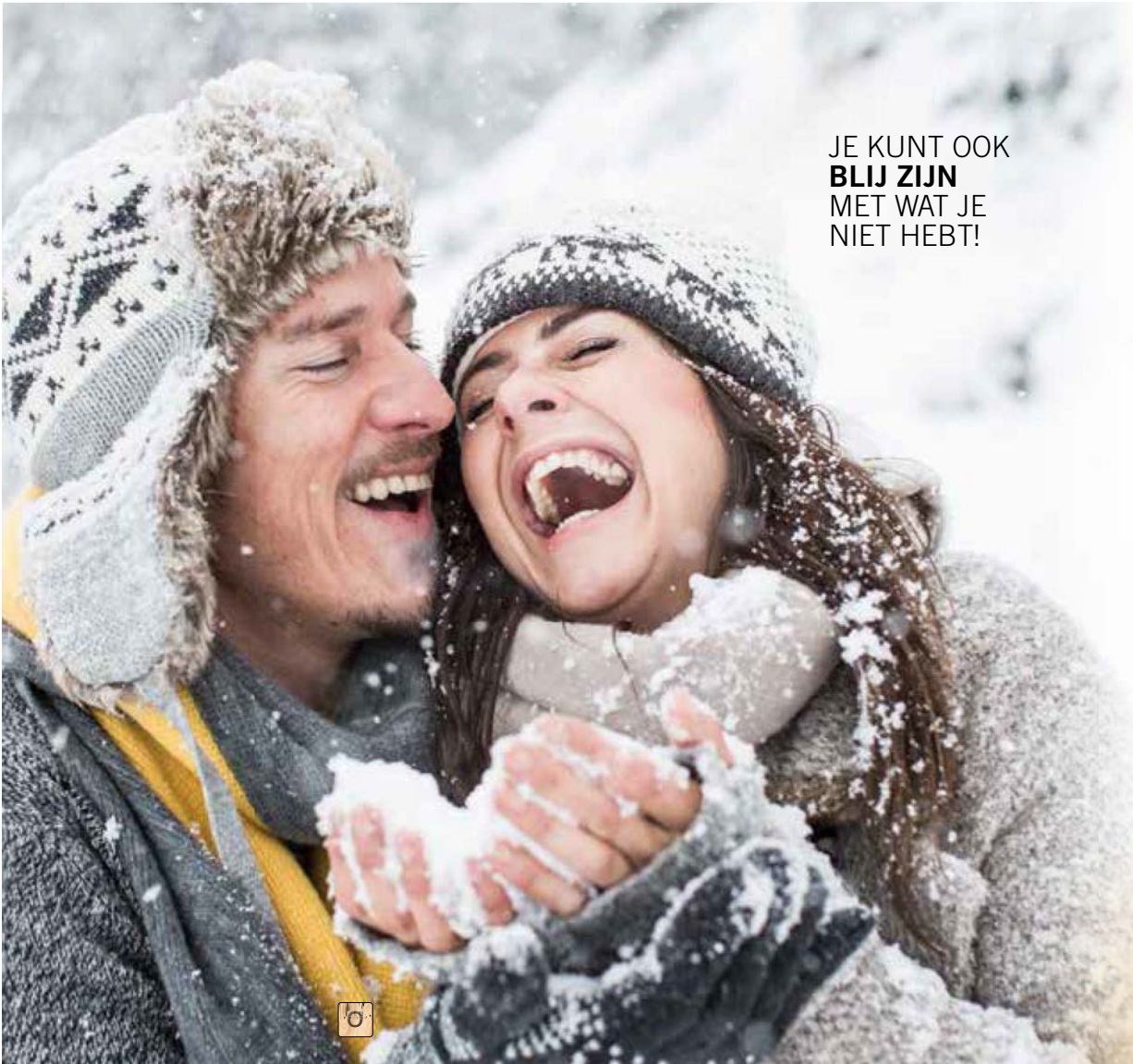
12



28

# Inhoud





JE KUNT OOK  
**BLIJ ZIJN**  
MET WAT JE  
NIET HEBT!

# Wat is *geluk* eigenlijk?

Hoe voel jij je? Geniet je van het leven of wil je dat graag maar lukt het niet? En wat is geluk eigenlijk?

Geluk is voor iedereen anders. Het is een gevoel, je kunt het niet aanraken en ook niet vasthouden. Toch is het belangrijk. Je voelt je er als persoon beter door wanneer je gelukkig bent, je denkt anders en je doet anders. Maar waarom is het soms zo moeilijk voor ons om gewoonweg gelukkig te zijn?

**JE BENT NIET PERFECT EN DAT HOEF JE OOK NIET TE ZIJN.** Stel geen onbereikbare doelen voor jezelf en raak ook niet in paniek als je een fout maakt. Mensen zijn niet onfeilbaar. Begin met onderzoeken waar je eigen grenzen liggen door elke dag te leren van je fouten, zodat je jezelf kunt verbeteren. En onthoud: vergelijk jezelf nooit met anderen. Stop met altijd en overal perfectie na te streven. Leef in het moment. Je kunt ook blij zijn met wat je niet hebt!

Houd goed in de gaten dat je jouw leven niet voor anderen leidt. En blijf ook niet een bepaalde koers aanhouden voor iemand anders als je hier zelf

niet gelukkig van wordt. Jezelf als prioriteit stellen is helemaal niet egoïstisch.

**HET LEVEN BEGINT AAN HET EINDE VAN JE COMFORTZONE!** Kun je niet meer genieten in je eigen omgeving, dan lukt dat misschien wel ergens anders. Bezoek plaatsen waar je normaal nooit zou komen, leer nieuwe mensen kennen of ga de uitdaging aan met jezelf en begin met een nieuwe sport. Het is goed om af te wijken van het vertrouwde. Zo maak je je leven een stuk interessanter.

**SAMEN STA JE STERKER.** Omring jezelf met mensen waar je bewondering voor hebt en waar je van wilt leren. Mensen die hun hulp bieden zonder hier iets voor terug te verwachten. Mensen die jou niet zullen beoordelen en jou waarderen om wie je bent. Zij voelen het ook direct aan wanneer je even niet lekker in je vel zit.

**Ook op zoek naar geluk?** Op [www.belgiebruist.nl](http://www.belgiebruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.





**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.**

**LEZERSACTIE \*****Maak kans op het boek van Michael Pilarczyk: Je Bent Zoals Je Denkt.**

'Je bent toch niet je gedachten?'. Maar wie of wat ben je dan wel? is dan mogelijk de volgende vraag. Mijn overtuiging is dat jij en ik het resultaat zijn van onze gedachten. In Je Bent Zoals Je Denkt lees en leer je over de kracht van je gedachten en hoe je door middel van die gedachten je dagelijks leven vormgeeft. **TAG #MICHAEL**



LIKE, TAG DOE MEE EN WIN

Doe mee en win

**AMARULA VEGAN**

De nieuwe Amarula Vegan Cream likeur komt tegemoet aan de toegenomen vraag naar vegan producten. Je proeft nog steeds de herkenbare smaak van het marulafruit dat de basis vormt voor alle likeuren van Amarula. Daarnaast heeft de likeur een exotische touch gekregen door de toevoeging van kokosnoot, karamel en vanille. Het is een heerlijk alternatief voor veganistische liefhebbers. Geheel glutenvrij en dus ook geschikt voor mensen met een lactose intolerantie.

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

12

**MANUKA ESSENTIAL OIL**

Manuka honing is perfect om je gezondheid gedurende het hele jaar een boost te geven.

Ook als beautyproduct is Manuka honing heel geschikt, bijvoorbeeld als masker en op eczeemplekken. Manuka New Zealand's hoogwaardige Manuka Oil is een essentiële olie die gebruikt wordt voor huidverzorging, voetverzorging en als hulpmiddel bij kleine wondjes wondjes. Indien toegevoegd aan een shampoo, bodylotion of masker is het bovendien een ware weldaad.

[www.manukanewzealand.eu/nl](http://www.manukanewzealand.eu/nl)**GUSTEAU**

Gusteau is een persoonlijke online wijngids waar je je smaakprofiel kunt ontdekken. Het draait namelijk niet om de druif, maar om de persoon. Want wijnvoorkeuren zijn persoonlijk. In herkenbare en toegankelijke taal vertelt Gusteau meer over smaakprofielen en wijnen. Tijdens een supersnelle smaaktest krijgt iedereen snel een perfecte wijnmatch voorgeschoteld.

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

Scan de QR-code en zie meer

# Nieuw hoofdstuk Nieuwjaar

**LEZERSACTIE \*****BH van By Jeane t.w.v. € 78,65**

De bralette is een beugellose bh die zowel gevormd als niet gevormd kan zijn. De By Jeane bralette biedt betere ondersteuning vanwege de zeer flexibele, zachte ondersteunende onderband en de verstelbare kruislings of recht te dragen schouderbandjes. Voel je op en top vrouw vanuit je eigen kracht. **www.byjeane.com TAG #BYJEANE**

**ROOSTER & WOLF**

Cognac mag dan misschien een beetje een stoffig imago hebben, brandy is dat allerminst. Een drankje dat door Rooster & Wolf - het merk met Nederlandse roots - nieuw leven is ingeblazen. Het staat voor kwaliteit en werkt samen met de vierde generatie meester-distilleerders in de Franse regio Cognac. Alleen de beste witte druiven worden geselecteerd. Het resultaat: een krachtige brandy met zachte afdrank, fruitig, bloemig en soepel om te drinken. Rooster & Wolf Fine Brandy is hét drankje om een feestelijk diner mee af te sluiten.

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

13

**LOWLANDER TRY OR DRY**

Vier de start van het nieuwe jaar in stijl met Lowlander's Try or Dry January. Of je nu kiest voor een maand met of zonder alcohol, met de botanisch gebrouwen bieren zorg je er hoe dan ook voor dat het een maand vol smaak wordt. Dus, voor welk team kies jij; Team Try of Team Dry?

[www.lowlander-beer.com](http://www.lowlander-beer.com)**LEZERSACTIES\***

Like de Facebookpagina van België 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)

# VERWEN JEZELF MET EEN LEUKE LOOK

Een brushing, een fris kleurtje, een klassiek of juist een heel trendy kapsel?

Salon Luxx: “Met jarenlang ervaring in het vak weten we van aanpakken. We doen er bovendien alles aan om op de hoogte te blijven van de nieuwste technieken en trends. Enkel op die manier kunnen we onze klanten de beste service garanderen. Onze missie? Jou met een glimlach de kapperszaak zien verlaten. Luisteren naar de specifieke wensen van elke klant is onze formule voor een perfect resultaat. We geloven dat iedereen een prachtige look verdient, dus hanteren we eerlijke prijzen.”

“Ook de kwaliteit van de gebruikte producten staat bij ons centraal. Daarom kiest ‘Salon Luxx’ enkel voor het beste van het merk KEUNE.

Opgericht in 1922 door Jan Keune – een van de grondleggers van de permanentbehandeling – is KEUNE uitgegroeid tot een multinational, gespecialiseerd in hoogwaardige professionele haarcosmetica voor de kappersbranche. Een gamma met uitgebreide zorg samengesteld en optimaal rekening houdend met je haarstructuur. Zo kunnen we je op het beste manier advies geven om ook thuis je kapsel mooi verzorgd te houden.”

**Kom gerust kennis maken met de gezellige en warme sfeer bij ‘SALON LUXX’.**  
**Verwen jezelf met een leuke look bij een lekker kopje koffie of thee.**

SALONLUXX  
by Sibel

THE ART OF HAIRDESIGN FOR MEN AND WOMEN

Kapelsesteenweg 310, Brasschaat | 03 225 11 13

Volg ons op:  Salon.luxx  Salon luxx



BRUISENDE/ZAKEN

“ Als kind hield ik me al bezig met iedereen mooi te maken en te verzorgen en dat doe ik nog steeds graag! Ik ben sinds 2007 allround kapster. Na 14 jaar beroepsactief te zijn in het vak, start ik mijn eigen onderneming als Salon Luxx in Brasschaat.

U kunt bij ons terecht voor diverse behandelingen, zoals olaplex, botox keratine verzorging, epilieren met draad en verlengen of volume van het haar met

extensions. Een warme begroeting, brede expertise en het gebruik van kwaliteitsvolle producten, liggen aan de basis van de uitstekende service.

Kwaliteit, vakkundigheid en eerlijkheid staat voor mij bovenaan.

Wie echt wil ontspannen, kan genieten van deugddoende hoofdmassage.

Ik sta graag voor u klaar. ”

*Sibel Eeren*



# 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.slagerijdeLaet.be](http://www.slagerijdeLaet.be)

**Gelukkig** zijn is een kwestie van geluk.

Maak tijd vrij voor die kleine **genietmomentjes** zoals op de bank zitten met je kinderen.

**Dansen** verhoogt je geluk. Ga de **natuur** in!

Een korte wandeling helpt je bij het ordenen

van je gedachten. Je geur verandert als

je gestrest of gelukkig bent. **Geluk** heeft dus

**een geur.** Zie het leven als **een cadeautje** dat je iedere dag weer

opnieuw mag uitpakken. De meest

effectieve manier om je geluksgevoel

te verhogen is om **iets voor een ander**

**te doen.** Zet je **zintuigen** open,

let op wat je ziet, hoort, ruikt en voelt.

Dat helpt in het moment te zijn

en **je batterij** op te laden.







## Kom tot rust aan de kust



al vanaf €8

Goedkoop kamperen op onze weide



al vanaf €40

Overnacht in een trekkershut



al vanaf €40

Ontdek onze vakantiewoningen

De Lombarde is een mooi, groen en betaalbaar vakantiepark gelegen te Lombardsijde aan de Belgische Kust. Deze gezellige familiale camping heeft zowel jaar- als toeristische plaatsen.

# BRUIST Deal

## 5% KORTING OP UW VERBLIJF

**PROMOCODE: BRUIST**  
BEL VOOR EEN RESERVATIE,  
VERMELD DE CODE EN  
GENIET VAN EEN HEERLIJK  
VERBLIJF AAN DE KUST

✔ Op 400 meter van het strand

✔ Huisdieren welkom

✔ Open heel het jaar door

✔ Kamperen & verblijven

✔ Mobilhomes zijn meer dan welkom

✔ 365 dagen per jaar open



# 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!*



# Passie en vakkennis

Uw raamwerk aan vervanging toe?



## Aard van onze werken

- Binnenschrijnwerk, maatkasten, dressings, trappen, binnendeuren, vloeren,...
- Ramen en deuren in aluminium, hout en pvc, vervangen van enkel naar dubbel glas, herstellingswerken, rolluiken en zonneweringen,...
- Buitenschrijnwerk, terras- en gevelbekledingen, carports,...

## Waarom exact voor ons kiezen?

- Meewerkend zaakvoerder
- Ontwerp en realisatie naar de wensen van de klant
- Vlotte communicatie en stiptheid
- Enkel kwaliteitsvolle en duurzame producten
- Klant is koning!

Neem nu contact op voor meer info en een vrijblijvende afspraak via 0484-745880 of onze website!



## VACATURE ALGEMEEN SCHRIJNWERK EN BOUW!

### Wij werven aan!

Full-/parttime, loondienst of op zelfstandige basis.

Enige ervaring vereist in de bouw.

Aantrekkelijk loon

Meer info via onze website of [info@vannunenwoodart.com](mailto:info@vannunenwoodart.com)



## Op zoek naar een vertrouwde partner voor uw schrijnwerk?

Dan ben je bij ons aan het juiste adres. Graag meer informatie? Neem dan zeker contact met ons op voor een vrijblijvende afspraak.



Ertrandstraat 107, Kapellen | 0484-745880 | [vannunenwoodart@gmail.com](mailto:vannunenwoodart@gmail.com) | [www.vannunenwoodart.com](http://www.vannunenwoodart.com)

# DAGJE UIT KNAL!



Wist je dat de bigbangtheorie in Leuven geschreven is? Professor Georges Lemaître lanceerde deze theorie over het oeratoom in 1931 en zette hiermee de wereld op zijn kop. Dus waar anders hoort een stadsfestival over de kosmos en zijn ontstaan thuis dan in Leuven? Tot en met 30 januari organiseert KU[N]ST Leuven een cultureel stadsfestival waarin de verwondering over de kosmos veelzijdig aan bod komt. KNAL! toont hoeveel culturele schoonheid de oerknal heeft opgeleverd. Van tentoonstellingen tot lezingen, van muziek tot stadswandelingen, van doe-evenementen tot kijk- en luistermomenten: iederéén beleeft tijdens KNAL! Stadsfestival van de Big Bang de sensationele impact van de oerknal.

Kijk voor meer info op [www.knalfestival.be](http://www.knalfestival.be).

# FILMPJE KIJKEN RITUEEL

BINNEN/BUITEN



Kiki is een duikster die is gespecialiseerd in forensisch duiken en het bergen van lijken. Ze heeft hard moeten knokken voor het respect van het kleine team macho's dat ze leidt. Wanneer Kiki een afgehakte hand opvist uit een Brussels kanaal, komt ze in aanraking met hoofdinspecteur Nick Cafmeyer. De hand blijkt levend te zijn afgezaagd. Nick zoekt het in een afrekening in het drugsmilieu, maar Kiki heeft, vanuit haar achtergrond, een heel andere kijk op de zaak dan Nick. Ze wordt meegezogen in een kolkende reeks gebeurtenissen waar ze niet ongeschonden uit kan komen... **RITUEEL is vanaf 26 januari te zien in de bioscoop.**

# BOEKJE LEZEN JE LIET MIJ LEVEN



Toen Eve twaalf was, overleefde ze als enige een aanval van een seriemoordenaar wiens identiteit nog altijd onbekend is. Jaren later is ze nog steeds geobsedeerd door de man die haar familie vermoordde. Ze is vastbesloten hem te ontmaskeren. Bewaker Jim is net begonnen in een nieuw boek. In deze true crime-bestseller vertelt Eve over haar pogingen om de moordenaar van haar familie op te sporen. Met elke pagina die hij omslaat, groeit Jims woede én zijn angst. Want Jim realiseert zich dat ze niet zal opgeven voor ze hem gevonden heeft. Tenzij hij haar eerst vindt.

**JE LIET MIJ LEVEN van Catherine Ryan Howard is vanaf 11 januari verkrijgbaar.**



# Vrijgezel Sarah stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Een jaar geleden zijn we daarom van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze Bruisende Vrijgezellen. Deze maand hebben we speciale aandacht voor: Sarah.

Haar sociale leven is bruisend en druk, maar toch mist Sarah een mooie vrouw naast zich in haar leven. "Iemand die net als ik heel sociaal en open is en graag onder de mensen is, maar tegelijkertijd ook houdt van een avondje lekker samen op de bank", vertelt Sarah als ze denkt aan haar 'ideale vrouw'. "Ze hoeft echt niet zo druk te zijn als ik ben, maar wel lekker spontaan", voegt ze lachend toe. "En net als ik moet ze op zoek zijn naar huisje-boompje-beestje, want ik heb geen zin meer om jaren te latten."

Ook qua uiterlijk weet Sarah vrij goed waar ze naar op zoek is: "Ik val op vrouwelijke vrouwen, met lang haar en lichte ogen. Niet al te lang en ook niet veel ouder dan ik zelf ben. Het innerlijk speelt uiteraard ook een

belangrijke rol. Ik hoop dan ook iemand te vinden met wie ik goed kan praten en die er ook echt voor mij kan zijn wanneer ik dat even nodig heb. Iemand om heel veel in mijn leven mee te delen, maar die daarnaast ook nog haar eigen leven heeft... En dan het liefst een leven enigszins in de buurt van Tilburg, waar ik woon en waar ik mijn (sociale) leven heb." Een leven dat bestaat uit veel sporten, lekker eten en drinken en één van haar grootste passies voetbalclub Willem II. "Ik heb een seizoenskaart en ga eigenlijk naar alle thuiswedstrijden. Dat is wel een vrij belangrijk onderdeel van mijn leven, net als mijn werk trouwens. Ik werk in de maatschappelijke zorg, waarin het sociale dat ik eerder al noemde dus ook weer tot uiting komt. Vandaar dat ik dat ook hoop terug te vinden in mijn toekomstige partner."

**Sarah zoekt  
de liefde van  
haar leven!**

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

BRUISENDE/VRIJGEZEL

LENGTE  
173 CM

LEEFTIJD  
35 JAAR

OGEN  
BLAUW

*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.

Wij bieden  
een complete  
service, inclusief  
installatie en  
onderhoud!

**ECOFLAMES**  
DÉ HAARD VOOR JOUW HUIS!



Op zoek naar de ideale verwarming, die niet alleen praktisch is maar ook gezelligheid uitstraalt? Dan moet u bij Ecoflames zijn. We zijn gespecialiseerd in de verkoop en installatie van diverse soorten kachels en haarden in alle stijlen.

**Vindt u iets dat u aanstaat of wenst u meer informatie? Kom bij ons langs of neem contact op.**

**Bij Ecoflames kunt u terecht voor alle types kachels.**

Wij verkopen o.a. pellet-, hout- en gaskachels, hout- en gashaarden en elektrische sfeerverwarming.

**ECOFLAMES**

Bosduinstraat 51, Wuustwezel  
**03-4256091**  
info@ecoflames.be  
www.ecoflames.be





### *Richard Spijkers is de kapitein in Titanic de musical:*

## 'Bij de repetities heb ik staan janken'

Na twintig jaar is Titanic de musical terug in Nederland. De historie van het beroemde schip is talloze keren opgetekend in theatervoorstellingen en films. Maar we mogen de tragische ramp niet te veel romantiseren: “De thematiek is heftig”, vertelt acteur Richard Spijkers.

Waar in 2001 onder meer Danny de Munk en Tony Neef op het toneel stonden in Titanic de musical, vertolken nu onder anderen René van Kooten, Han Oldigs en Mariska van Kolck de rollen. Richard Spijkers kruipt op zijn beurt in de huid van de trotse en statige kapitein Edward J. Smith. “Het is een totaal andere man dan wie ik ben en misschien daarom juist wel zo lekker om te spelen”, aldus Richard.

**ONTROEREND** “Ik ben nogal een emotioneel ei”, lacht de acteur. “Dus als bij de repetities de muziek erbij komt en mensen vol overgave staan te spelen dat ze doodgaan, dan sta ik te janken. Zo heftig is die thematiek.” Om de slachtoffers van de scheepsramp te herdenken valt er aan het eind van de voorstelling een doek met daarop

de namen van alle omgekomenen. “Dan beseft je opeens dat er 1.512 mensen de dood hebben gevonden, wat niet nodig was geweest.”

**HOOP** Het publiek hoeft overigens niet bang te zijn voor een deprimerende voorstelling. Het is een groot theaterspektakel met een live-orkest en een ijzersterke cast. “Titanic is een van die musicals waar ik van houd, omdat het een verhaal is over ambities, hoop en geloof”, besluit Richard.

Stap aan boord en reis mee op het wereldberoemde schip. Titanic de musical is tot en met 4 juni 2022 te zien in de Nederlandse theaters. Kijk op Theater.nl voor de speellijst.

# Van Mossel USED CARS

*Betrouwbare auto's met ervaring!*



www.vanmossel.be

## Van Mossel

# DROMEN, DURVEN, DOEN

Het is weer januari. Na hopelijk mooie en warme feestdagen met familie en vrienden is het tijd om jouw doelen voor dit nieuwe jaar uit te werken. Grote kans dat jij al goede voornemens hebt en dit jaar écht aan de slag wilt met het realiseren van jouw dromen en doelen, of die nou persoonlijk of zakelijk zijn.

Maar hoe begin je daarmee? En hoe houd je het vol? De sleutel tot succes is het vaststellen van wat echt betekenis voor je heeft. Is jouw doel afvallen, zoek dan uit wat voor jou de beweegreden hierachter is. Wanneer je jouw focus dagelijks legt op wat er voor jou écht toe doet, zullen andere (bij)zaken hun grip op jouw geluk verliezen. Zelf ben ik erachter gekomen dat mijn algehele gezondheid waardevol is voor mij, zodat ik mijn dromen kan realiseren en een goede tijd heb met mijn dierbaren. Een gezond gewicht behouden en wekelijks sporten helpen om mijn einddoel bereiken, maar ik doe deze handelingen niet meer puur om hoe ik er daardoor uitzie. Dat is alleen een mooie bijkomstigheid.

Door elke dag met het einddoel bezig te zijn en te leven alsof je het al bereikt hebt, zul je het uiteindelijk realiseren. Je hebt een droom, een top waar je naartoe wilt. Bedenk hoe het voelt om daar te zijn. Want als je het gevoel hebt dat je het dan voor de geest kunt halen, kun je het realiseren. Als je het kunt dromen, kun je het doen. Dit zul je mij vaker horen zeggen en ik geloof hier met volle overtuiging in. Visualiseer jouw einddoel en bedenk vervolgens wat je ervoor nodig hebt om dit te bereiken. Je zult automatisch de juiste keuzes maken, wanneer je jouw einddoel scherp en bewust voor ogen hebt.



**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION

Liefs, Fajah Lourens

**Heb je een duwtje in de rug nodig?** Bestel de Killer Planner in de MKBMshop. Deze is deze maand verkrijgbaar voor € 14,95. Onthoud: als ik het kan, kun jij het ook!



# 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
- programmalijst 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

# De van kracht 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



# SHOP

T'LL YOU DROP!

**\*Prijzen voor de lezers van Bruist**  
(30% korting met code DENMANBRUIST)



## D3 MEDIUM STYLINGBORSTEL 7 RIJEN

Door de wereldberoemde perfect gladde plastic borstelharen met afgeronde punt komt de borstel niet vast te zitten in het haar. Het verspringende borstelharenpatroon zorgt wel voor maximale grip en controle in het haar.

**Adviesverkoopprijs € 16,75**

**Bruistprijs\* € 11,73**



Niet gebruiken met föhn

## D90L TANGLE TAMER ULTRA PADDLE BRUSH – RAINBOW

De D90L is de grote broer van de kleinere D90 borstels. Door het grotere oppervlak van de D90L is deze borstel geschikter voor lang en dik haar. Alle borstels uit de D90 serie van Denman hebben zachte en flexibele nylon borstelharen waardoor deze borstel soepel door het haar glijdt, niet vast komt te zitten en zacht aanvoelt.

**Adviesverkoopprijs € 28,30 Bruistprijs\* € 19,81**



## D4 LARGE STYLING BORSTEL 9 RIJEN

Door de wereldberoemde perfect gladde plastic borstelharen met afgeronde punt komt de borstel niet vast te zitten in het haar. Het verspringende borstelharenpatroon zorgt wel voor maximale grip en controle in het haar.

**Adviesverkoopprijs € 19,75 Bruistprijs\* € 13,83**



Niet gebruiken met föhn

## D6 BEBOP MASSAGE BORSTEL - ZWART

De D6 borstels van Denman voor ontwarren van het haar, het masseren van de hoofdhuid en voor het verdelen van stylings- en verzorgingsproducten in het haar. De D6 borstels van Denman hebben drie functies; je kunt hem gebruiken voor het doorborstelen van nat haar waardoor je goed kunt ontwarren.

**Adviesverkoopprijs € 5,95 Bruistprijs\* € 4,17**



**DENMAN®**

# Iconische *styling!*

## D38 POWER PADDLE BRUSH - ROOD/ZWART/WIT

De Power Paddle borstels van Denman zijn een combinatie van de Klassieke styling borstels met de bekende Paddle Borstels. De wereldberoemde perfect gladde plastic borstelharen met afgeronde punt zijn soepeler dan de iconische borstels.

**Adviesverkoopprijs € 29,95**

**Bruistprijs\* € 20,97**



## D84 PADDLE BRUSH HANDTAS

De Denman Paddle borstels zijn multifunctionele borstels, geschikt voor het ontwarren, föhnen, shapen en stylen van alle haartypes en lengtes.

De plastic borstelharen met baleinde voorkomen schade aan de hoofdhuid en zorgen voor een zachte verzorging.

**Adviesverkoopprijs € 23,55**

**Bruistprijs\* € 16,49**



## D83 PADDLE BRUSH

De D83 Paddle brush van Denman zijn borstels voor het snel en zacht stylen van alle haarlengtes en -types. De D83 Paddle Brush is een multifunctionele borstel die zeer geschikt is voor het ontwarren, föhnen, stylen en shapen van alle haarlengtes en -types.

**Adviesverkoopprijs € 26,95**

**Bruistprijs\* € 18,87**



## D90 TANGLE TAMER ULTRA ZACHT – ZWART

De D90 serie borstels van Denman zijn krachtige borstels voor het pijnloos ontwarren van nat en droog haar. De borstels uit de D90 serie van Denman hebben zachte en flexibele nylon borstelharen waardoor deze borstel soepel door het haar glijdt, niet vast komt te zitten en zacht aanvoelt.

**Adviesverkoopprijs € 19,35**

**Bruistprijs\* € 13,55**



Niet gebruiken met föhn



## THERMO CERAMIC - D62 MEDIUM 33 MM

De keramische D60 borstels van Denman zijn licht van gewicht en door het met zacht rubber beklede handvat ligt deze borstel comfortabel en stevig in de hand. Het handvat is uit één stuk gemaakt waardoor het erg robuust is en hygiënisch blijft.

**Adviesverkoopprijs € € 22,05 Bruistprijs\* € 9,07**



## HANDTASSTYLINGBORSTEL 5 RIJEN

Door de wereldberoemde perfect gladde plastic borstelharen met afgeronde punt komt de borstel niet vast te zitten in het haar. Het verspringende borstelharenpatroon zorgt voor maximale grip en controle in het haar.

**Adviesverkoopprijs € 12,95**

**Bruistprijs\* € 9,07**



# Luxe en riant chalet te koop

Zeer sfeervolle, vrijstaande houten recreatiewoning op Parc de Kievit te Baarle-Nassau NL



Voor informatie:  
+31 6-34590975.  
Of stuur een Whats-  
app met melding:  
interesse  
Chalet 481

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



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 voor derde slaapkamer of tweede badkamer | Vloerverwarming en centrale verwarming | Volledig gestoffeerd en gemeubileerd | Openslaande deuren naar overdekt terras | 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

# 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, Rijkvorsel), 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 dienstenchequesysteem. Personalarms 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!**



Heidestatiestraat 45 2920 Heide Kalmthout  
Poets en strijkhuis Lemmens / Zorgassistentie Lemmens  
+32 486 66 15 45 | zorgassistentie.lemmens@telenet.be | 03 297 67 17

# 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



## Wees lief voor je lijf!

Sapkuren, ontgiften en je lichaam weer in balans brengen. Na al die winterse feestmaaltijden is het misschien goed om een tijdje te minderen.



**EEN DETOXKUUR** is een simpele manier om je lichaam te ontgiften. Dat wil zeggen: je ondersteunt je lijf bij het afbreken van ongewenste stoffen. Wil je leren hoe je je lichaam in een week kunt zuiveren van opgehoopte gifstoffen? Bruist geeft je nuttige tips.

Als je gaat detoxen is het aan te raden je van tevoren goed in te lezen. Voor het geval je iets meer begeleiding wilt, kun je contact opnemen met een voedingspecialist om een Detox Voedingsprogramma te volgen.

Je kunt er echter ook voor kiezen om geleidelijk te detoxen. Dit houdt in dat je je voedingspatroon stapsgewijs zo verandert dat je voornamelijk zuiverende voeding eet en dus stopt met het toevoegen van gifstoffen. Begin de week eens met een appeldag.

**DRINK DE HELE DAG** door regelmatig water en vul dit aan met groene thee en (zuiverende) kruidenthee. Water helpt je lichaam bij het afvoeren van gifstoffen. Vezels helpen je darmen als het ware 'schoon te maken'. Kies vooral voor vezels die te vinden zijn in groenten en voeg vezels toe aan je dagelijkse voeding en je smoothies in de vorm van lijnzaad en chiazaad. Begin het jaar goed en wees lief voor je lijf in januari.



*Thee zoals  
thee hoort  
te zijn*



Dorpsstraat 154  
2940 Stabroek, België  
teekompleet@gmail.com  
www.teekompleet.be  
0032-495126473 | 0032-476908600

## Welkom in de wereld van losse thee!



**bij Tee Kompleet**

De feestdagen zijn voorbij ... Maar de feestjes blijven doorgaan :-)  
Ben je op zoek naar een leuk cadeau en wil je iemand verrassen? Een cadeaubon is steeds een leuk geschenk !

Heb je een cadeaubon van ons gekregen? Kom dan snel naar onze winkel en kies uit ons grote gamma een leuk geschenk.



Wij wensen jullie een gelukkig, gezond en Happy T-year !

*Verle en Ludo*

Kapsalon Esli is een betaalbare kapsalon die kwaliteit, vriendelijkheid en persoonlijke aandacht waarmaakt en waar iedere klant met evenveel aandacht verwelkomd en geholpen wordt.

## Vitaal haar in de winter!



In onze vriendelijke en huiselijke sfeer zijn zowel vrouwen, mannen als kinderen welkom.

U kunt bij ons terecht voor:

- verschillende soorten kleuringen
- moderne en klassieker snitten
- opsteekkapsels voor bruiloften, feesten of communie
- brushingen

Heeft u vragen over type kleuring of verzorging van uw haren? Maak dan eens een afspraak!



**Kapsalon Esli**

Kapellensteenweg 173, Kalmthout | 03 666 87 95



MICHAEL PILARCZYK

# Tijd voor bezinning

2021 is voorbij. Maar wat er in de wereld gebeurt, is nog lang niet voorbij. Waar staan we nu en waar gaan we naartoe?

Vragen om over na te denken. Wat staat er op jouw wensenlijst? Tijd voor bezinning.

Het leven is een avontuur om te ondergaan, een mysterie om te ontdekken, een kans om te benutten, een uitdaging die we moeten aangaan. Het leven is zowel de reis als de bestemming. Het leven is zo mooi. Ontwaak, leef.

Om het nieuwe jaar te beginnen met positieve kracht en inspiratie, begin ik in januari met het Leef Je Mooiste Leven Jaarprogramma 2022. Alle info vind je op mijn website.

Ik wens je alle goeds, veel geluk en liefde.

*Michael Pilarczyk*

~ MeditationMoments.nl ~  
Meditaties voor elk moment van de dag





EEN NIEUWE  
KAMERPLANT IS DÉ  
MANIER OM HET JAAR  
GROEN TE BEGINNEN

# Help, mijn woonkamer voelt *zo leeg!*

Daar zit je dan. De kerstboom is de deur uit en in je woonkamer zit je tegen een leeg gat aan te kijken. Een hele maand, en misschien zelfs langer, was de kamer gevuld met de heerlijke geur van dennen en knipperende lichtjes. Maar aan alles komt een eind, dus ook aan kerst. En nu?

Er zijn verschillende manieren om de leegte van je kerstboom op te vullen. Je kunt er een mand of stoel neerzetten, maar wat te denken van een mooie, nieuwe kamerplant. Niet voor niets luidt de reclame 'kerstboom eruit, kamerplant erin'. Bovendien kan een nieuwe plant symbool staan voor een nieuw begin. Het is tenslotte al 2022 en dus tijd voor verandering!

**STRESSREMMERS** Er zijn heel wat kamerplanten die een geschikte vervanger zijn voor de kerstboom. Omdat ze bijvoorbeeld een stressverlagende werking hebben, wat niet verkeerd is na de drukke decembermaand. Neem nou de Yucca. Deze van oorsprong Mexicaanse plant is wel wat droogte gewend, dus mocht je een keer vergeten om water te geven, dan is dat niet meteen een ramp. Dat geldt ook voor de kentia en de dracaena die ook bekendstaan om hun luchtzuiverende werking.

## WEG DENNENBOOM, HALLO KAMERBOOM

Was je heel erg gehecht aan je kerstboom, probeer dan eens een kamerboom. Het voordeel is dat je meteen heel veel groen in huis haalt. Zoals de polyscias, een struikachtige boom die net als de kerstpiek recht omhoog groeit. De beaucarnea doet het binnen iets minder goed dan buiten, maar is dankzij zijn grote zwarte knol waaruit krullende bladeren groeien wel een mooie blikvanger in je kamer. Nog zo'n imposante plant is de alocasia. Hij valt vooral op dankzij de grote opvallende bladeren die vanuit het midden van de plant groeien. Elk nieuw blad is hoger dan het vorige.

**TOPPER** En dan heb je natuurlijk nog de ficus, die het uitstekend doet in de Nederlandse huiskamers. Ideaal voor iemand die de leegte wil opvullen, maar geen groene vingers heeft.

**Ook op zoek naar een kamerboom?** Op [www.belgiebruist.nl](http://www.belgiebruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



# High beer & high wine



## Wist je dat?

Wij verschillende rondes hapjes met bijpassende speciaal bieren en wijntjes serveren tijdens de high beer & high wine.

Houd social media in de gaten en ontdek waar u allemaal van kunt genieten, onder andere op ons gezellige terras.



Brasserie  
de Kar  
.com

Putsesteenweg 173, 2920  
Kalmthout  
+32 (0)3 295 00 50  
www.brasserie-dekar.com

Kijk op de  
website voor  
het menu!



## Wil je jouw bedrijf ook presenteren in *Kapellen Bruist*?

Neem dan contact op en we komen graag bij je langs om de unieke mogelijkheden te presenteren.  
Mail naar [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl)  
of bel **+31 (0)76-7115340**

# BRUIST

# 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)



Haardhout Woensdrecht streeft naar een complete en snelle levering van verschillende houtsoorten aan een scherpe prijs en een goede klantenservice.

Bestel via de website en ik neem zo spoedig mogelijk contact met u op.

Op afspraak:

Dinsdag tot vrijdag vanaf 17.00 uur  
Zaterdag & zondag 08.00 - 20.00 uur

Wij leveren uw bestelling tot in de houtopslag!

Zelf ophalen kan op afspraak.

Veilig Betalen via iDEAL of Bancontact

**Haardhout Woensdrecht**

Postbaan 29 | 4645 RN Putte  
**+31 (0)6 41 00 65 75**

info@haardhout-woensdrecht.nl

[www.haardhout-woensdrecht.nl](http://www.haardhout-woensdrecht.nl)

# WIJ LEVEREN UW BESTELLING TOT IN DE HOUTOPSLAG!

In welke  
houtsoort  
bent u  
geïnteresseerd?  
Bel ons!

# 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.



# Oud-Hollandse *hete bliksem*

De winter is natuurlijk dé tijd van het jaar om stampot op tafel te zetten. Hete bliksem is één van de weinige stampotten die niet met een groente gemaakt wordt, maar met appels en peren. De smaak is dan ook verrassend fris.

4 PERSONEN - 40 MIN.

## INGREDIËNTEN

750 gram aardappelen  
2 Conference peren  
2 grote Elstar appels  
1 ui  
1 kaneelstokje  
1 steranijs  
100 gram spekreepjes  
1 rookworst  
50 gram roomboter  
50 milliliter volle melk  
zout en peper

## BEREIDING

De aardappelen, peren en appels schillen. Verwijder het klokhuis bij de appels en peren. Snij de aardappels in stukken en de peren en appels in blokjes. Maak de ui schoon en snipper deze.

Doe de aardappelen, het kaneelstokje, de steranijs, de gesnipperde ui, de peren en de appels in een pan. Voeg water toe totdat het geheel net onder water staat en breng het aan de kook. Laat het gedurende 15 tot 20 minuten zachtjes koken.

Doe ondertussen de spekreepjes in een hete koekenpan en bak de reepjes zonder olie of boter krokant. Laat ze uitlekken op wat keukenpapier.

Verwarm de rookworst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet de aardappelen en de rest af en verwijder de steranijs en het kaneelstokje. Doe de rest weer terug in de pan en laat het even nadampen. Voeg de roomboter en de melk toe.

Stamp met een pureestamper en breng op smaak met zout en peper. Roer de spekreepjes door de stampot. Serveer de hete bliksem met de rookworst.



# PUZZELPAGINA



Lekker weer even tot jezelf komen én energie opdoen? Kom na de drukke decembermaand met veel gezelligheid weer even bij met een warm kopje koffie of thee. Nestel jezelf lekker op de bank en blader (online) door deze editie van Bruist en puzzel mee voor mooie prijzen.

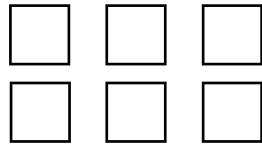
	6					1	
			6	5	1		
1	○	7				6	2
6	2		3		5		9
		3				2	
4	8		9		7	○	3
9		6	○			4	8
			7	9	4		
	5						7

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-7-8**.

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 geluk. De oplossing van vorige maand was **kribbe**.

Maak kans op een

## Peach blossom Smoothing Body Wash



Begin de dag fris met deze heerlijke body wash op basis van perzikbloesem en geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid dankzij dit fijne product van O'right.

-ur+z+Q-i   
 a=o+y  
 d=w+h   
 o=z+g+TV-v  
v+ y=e  
 k=s+bell=p+e   
 s=d+.

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

Maak kans op

## Perris Swiss Laboratory t.w.v. € 95,-



Anti-aging peeling van Perris Swiss Laboratory, geschikt voor alle huidtypen voor een optimaal resultaat. Werkt liftend en verstevigend en maakt de huid gladder en soepeler. Fijne lijntjes worden minder zichtbaar. Bevat 99% natuurlijke bestanddelen en is klinisch getest.

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

schoonheid      rimpel  
 leeftijd        veroudering  
 gelaat           mooi  
 creme            jong

Streef 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 februari de oplossing in op onze site: [www.kapellenbruist.be](http://www.kapellenbruist.be)



# BRILDESIGN INGRID

Puttestraat, 43 2940 PUTTE-STABROEK 03 / 605 23 65 [www.brildesign-ingrid.be](http://www.brildesign-ingrid.be)



*Ook in  
2022  
maakt  
de bril  
het verschil*



**30 JAAR** BRILDESIGN INGRID

**OPENINGSUREN :** ma : **GESLOTEN**  
di : 9-12:00 u. - 13:30 - 18:00 u.  
woe : 9-12:00 u. - **GESLOTEN**  
don : 9-12:00 u. - 13:30 - 18:00 u.  
vrij : 9-12:00 u. - 13:30 - 18:00 u.  
zat : 10 u. doorlopend tot 15:00 u.

Ook op afspraak.  
Gesloten op zon- en feestdagen.

**Tijdens de schoolvakanties  
open vanaf 10 u. ipv 9 u.**

[www.brildesign-ingrid.be](http://www.brildesign-ingrid.be)

