

DE KEMPEN



AUGUSTUS 2022 WWW.DEKEMPENBRUIST.BE GRATIS MEENEMEN!

BRUIST



Waar zwem jij
deze zomer?

Linda Verstraten:
'We dwingen elkaar
vaak te kiezen'



Natural beauty, vroeger gekend als Nailstyle, is al jaren actief in de schoonheidsbranche.

Ons team bestaat uit:

Nathalie, zaakvoerster, reeds 22 jaar actief in de beautybranche: "Doorheen de jaren heb ik me vooral gericht op huidverbetering en ben ik gediplomeerde Ikari skin experte en mesoestetic experte, ook Medcos gecertificeerde partner in afslanking. We blijven met ons team ons voortdurend bijscholen om de allernieuwste en beste behandelingen aan u voor te leggen. Dit is mijn belangrijkste visie op mijn salon: enkel het beste voor mijn klanten en dit alles in een heel aangename en losse sfeer, tenslotte is dit UW me-time moment hier."

Marie, die ook al enkele jaren meedraait in ons team en gediplomeerd wimperstyliste en skin expert is: "We werken ook met Ikari. Door ons huidanalyse toestel kunnen we u ook producten voor thuis op maat van uw huid meegeven."

Chiara zal op maandag en dinsdag jullie in de watten leggen. Ze is al jaren actief in de beautybranche, en gepassioneerd in alles wat met huidverbetering te maken heeft.

Caroline komt ons team telkens op woensdag aanvullen en is gespecialiseerd in pedicures, gelaat en ontharingen.

Kortom, we staan klaar voor u, om u op de beste manier te helpen in verschillende facetten van de schoonheidsbranche.



Natural beauty by nathalie

Terheidelaan 1, Brecht
0477 85 14 43 | info@naturalbeautysalon.be
Voor meer info en foto's resultaten:
www.naturalbeautysalon.be

Op natuurlijke manier je huid verjongen?

Kies voor de allerlaatste nieuwe techniek, **superboost!**

Zachte, pijnloze behandeling, ook wel Botox lookalike genoemd, met de impact van een medische behandeling. Mogelijkheden zijn zeer gevarieerd, van snelle huidboost tot oplossing voor huidveroudering, fijne rimpels, couperose, oog- en wenkbrauwlift, grove poriën, acne, stevigheid van de huid, ...



2 STAPPEN

- 1 Er worden actieve stoffen in de huid gebracht via naaldloze injectie met jet stream, terwijl het diepere, overtollige vuil uit de poriën wordt gepompt. De bestaande kanalen in de huid vullen zich met een cocktail op maat van uw huid, vol met vitamines en mineralen.
- 2 Elektrostimulatie van de spieren (biofeedback voor re-educatie van de spier). De spier krijgt nieuwe impulsen, wordt automatisch strakker en de huid ontspant, de ogen trekken open en de wenkbrauwen liften.

Openingstijden

dinsdag - zaterdag:
10.00 tot 18.00 uur

maandag en zondag: gesloten

Confectie van gordijnen en overgordijnen mogelijk.

Samenwerking met gerenommeerd atelier.

Levering aan scholen, instituten, toneelgezelschappen, bejaardentehuizen.

Al onze stoffen voor betaalbare prijzen!

Een keuze gemaakt?

Wij maken voor u een vrijblijvende prijsofferte.

Stoffen nodig?

Aan diversiteit aan stoffen bij ons geen gebrek.

Wij bieden u een ruim assortiment aan van stoffen voor gordijnen en overgordijnen voor de inrichting van woningen, bedrijven, et cetera.

Hebt u niet genoeg ervaring om zelf uw gordijnen te maken met een van de stoffen uit ons grote assortiment? Dan is confectie ook mogelijk. Contacteer ons voor de mogelijkheden!

- glasgordijnen
- vouwgordijnen
- paneelgordijnen
- brandvertragende gordijnen
- brandvertragende overgordijnen
- verduisterende overgordijnen
- voering en black-outvoering
- zonwerende voering

Wat voor moois gaat u ervan maken?

Bent u op zoek naar de aankleding van uw babyborrel, communie of trouwfeest?

Wij hebben tule in alle kleuren



Alle naaibehoeften

Bij PP Textiel vindt u alle naaibehoeften: garen, knopen, naalden, ritsen, kantjes, kwasten, elastiek, et cetera in oneindig veel kleuren, maten en uitvoeringen.



Themastoffen

Bij ons vindt u een uitgebreid aanbod aan themastoffen voor alle festiviteiten en feestdagen. Themastoffen dienen niet enkel voor feesten, maar u kunt ze ook gebruiken voor de uitwerking van uw creatieve projecten.

Laat uw creativiteit gaan



TAFELBEKLEDING



Ook voor kussens en vullingen

Kledingstoffen

Met eigengemaakte kleding heeft u veel meer plezier. U kunt uw creativiteit kwijt bij het ontwerpen en maken van de kleding en bovendien maakt u een uniek product om te dragen! Kom snel naar PP Textiel en maak een keuze uit onze uitgebreide collectie aan stoffen voor kleding.



KNOPEN



RITSEN



8

COLOFON



10

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout
T +31 (0)76-7115340 | nl@nederlandbruist.nl
www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be
f i 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

f Like ons op Facebook.com/dekempenbruist

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. De Kempen 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 39 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Bruisende lezer,

Wat is er nu lekkerder op een warme, zomerse dag dan de verkoeling van een duik in de zee? België staat niet voor niets bekend als waterland, dus die verkoelende duik wordt door de meeste mensen – jong en oud – behoorlijk regelmatig genomen. Waar zouden we zijn zonder water? Je leest er meer over in deze nieuwste editie van Bruist.

Uiteraard hebben we ook deze maand nog steeds de zomer in ons hoofd, maar we blikken ook vooruit naar bijzondere dingen die ons te wachten staan. Zo lees je in het interview met Linda Verstraten meer over de musical Checkpoint Charlie die in januari in première gaat. Een musical over de Berlijnse Muur waarin Linda één van de hoofdrollen speelt. Mocht je opzien tegen de koude wintermaanden, dan heb je nu in ieder geval toch al iets om naar uit te kijken.

Ondertussen kijken al onze bruisende ondernemers uit naar jouw bezoekje aan hun onderneming. Stuk voor stuk staan ze klaar om jou te verwelkomen. Hoe ze dat doen? Je leest het als je snel verder bladert.

Maak er een mooie maand van!
Manuela Kolkman

Adverteren?
Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel +31 647 885 009.

Wist je trouwens dat wij vijf glossy magazines uitgeven in jouw regio? Neem eens een kijkje op www.belgiebruist.be en lees ze allemaal online.



12



11



28



23

Inhoud

WAAR GA JIJ
VAAK ZWEMMEN?

Zwemmend de zomer door

België staat bekend als waterland. De jongste kinderen worden al naar zwemles gestuurd, zodat ze zich op jonge leeftijd kunnen redden in het water. Ondanks de lage zeespiegel zijn we niet bang voor het zeewater. Sterker nog, tijdens de zomermaanden zijn we er niet weg te slaan.

Zo snel mogelijk de glijbaan af, golven in het golflslagbad en oefenen wie het langst onder water kan blijven. Kan jij je nog herinneren hoe je dat als kind deed? En misschien nu ook nog wel. Als je van glijbanen houdt, is het Tikibad Duinrell in Wassenaar een prima optie; je komt er glijbanen in alle soorten en maten tegen.

DIEP IN DE ZEE Heb je wel eens gedoken of gesnorkeld? Op verschillende plaatsen wereldwijd kun je genieten van de meest schitterende zeedieren. Van kleine kleurrijke visjes tot zeeschildpadden die zich op hun gemakje voortbewegen. Met een duikbrevet kun je tot wel zestig meter diep gaan en de meest vreemde wezens tegenkomen, waaronder zelfs reuze-inktvissen. Wist je dat een inktvis drie harten heeft? Als je geluk hebt – of pech – kom je onderweg een barracuda tegen. Geen zorgen, meestal laten ze de

mens met rust omdat ze ons niet als prooi zien. Ook net onder het wateroppervlak zie je soms al kleurrijke vissen en prachtig koraal. Ga maar eens een kijkje nemen in de Rode Zee en laat je verwonderen door het mooie onderwaterleven.

ZON, ZEE EN STRAND Water is, zoals iedereen weet, een van de eerste levensbehoeften van de mens. Probeer maar eens een dag zonder water uit de kraan te leven, dat lukt bijna niemand. Zonder water zou de wereld niet kunnen bestaan en zouden de zeeën land zijn. Dat is toch jammer, want tijdens de zomerse dagen brengen we namelijk heel wat uurtjes door aan het strand of aan natuurlijke meertjes. De meesten nemen een volle tas met handdoeken, zonnecrème en leesmateriaal mee, zodat je van 's morgens vroeg tot 's avonds laat kunt genieten van de golven, de meeuwen en de boulevard.

Ook op zoek naar zwemideeën? Op www.belgiebruist.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

K



Mijn baasje houdt mij aan het lijntje

Ik had jullie de vorige keer beloofd om meer uitleg te geven hoe je een hond aan leert van niet alles zomaar op te eten.

Je kan dit oefenen om een sleeplijntje aan te doen en je legt wat spullen met opzet op de grond, bijvoorbeeld een sok, borstel of sponsje. Wanneer de hond een van de spul en wil pakken zeg je "nee dat mag niet" en haal je hem in met het touwtje. Als hij er dan vanaf blijft krijgt hij een snoepje.

Zo leer je een hond dat hij niet alles zomaar kan pakken wat die wil zonder rekening te houden met zijn baasje. Maar wat ook heel belangrijk is, is dat honden ook eerst wat energie kwijt moeten voor dat ze goed kunnen leren anders geven ze aan al die commando's geen gehoor.

Daarom vertel ik je in mijn volgende verhaal hoe mijn hond zijn raakt energie kwijtraakt zonder dat hij nog meer opgefokt raakt.

Dus als e mijn story's blijft lezen kan je heel veel info halen om op een gemakkelijke manier je hond dingen aan te leren en te leren begrijpen wat mensen van hun verwachten wij spreken niet dezelfde taal als hun.

Lead more Follow Less



voor info: thebark@outlook.be | 0475311909

Het geeft uw haar enorm veel glans, veerkracht en maakt het haar sterker. Het verhoogt de breeksterkte van uw haar. Minder zichtbare schade van het beschadigd haar. Geeft zelfs de meest beschadigde haren hun gezondheidstoestand terug!



Biokapsalon Natur'Elle

Antwerpsesteenweg 265, Malle

03 344 41 82

info@biokapsalon-naturelle.be

www.biokapsalon-naturelle.be

[biokapsalonnaturelle](https://www.facebook.com/biokapsalonnaturelle)

[biokapsalon](https://www.instagram.com/biokapsalon)



GEEF JE HAAR EEN BOOST VOOR DE ZOMER

en bescherm zo je haren tegen de zon met Oxilock Plasma!

Oxilock Plasma nr. 1 herstelt en beschermt de zwavelbruggen en keratine vezels in het haar. Oxilock plasma nr. 2 werkt in samenwerking met nr. 1 en is ontwikkeld om de behandeling af te sluiten. Het zorgt ervoor dat de herstelde bruggen van het haar worden verzegeld en de schubbenlaag van het haar wordt hersteld en gesloten. Het is een concentraat van organische stoffen dat de gezondheid van het haar herstelt.

ECHT EEN AANRADER! Bevat geen chemicaliën, geen siliconen, sulfaten, aldehyden of andere agressieve stoffen maar waardevolle organische zuren en aminozuren.

WAT IS HET? Is geschikt om te gebruiken als 'Alone treatment' om het haar te herstellen voor 'poreus' haar, dat is beschadigd door zon, styling... of verzwakt door chemische behandelingen. Het is verrijkt met kostbare aminozuren en heermoes.



LEZERSACTIE*

Self Tan 125ml van That'so t.w.v. € 27,-

De vegan self tan spray van That'so is ongekend goed en geeft direct een prachtige egale echt bruine kleur die 2-3 uur na het aanbrengen door ontwikkeld. Geen vlekken, geen oranje/gele kleur of zwarte puntjes in je poriën. Ook verzorgt en hydrateert dit product je huid door toevoeging van onder andere Aloë Vera. Het perfecte product voor een verantwoorde bruine tint.

www.thatso.nl TAG #SELFTAN



LIBBEY HOBSTAR GLAZEN

De kans is groot dat je al eerder hebt gedronken uit glazen van één van de grootste glaswerk producenten ter wereld met een fabriek in Nederland. Eén van de klassiekers is de tijdloze Hobstar, waarvan de naam verwijst naar het specifiek geslepen glas met sterpatroon. De vintage 'look and feel' van de Hobstar vallen hierdoor in de smaak. www.libbey.eu



WILKINSON VROUWEN INTUITION COMPLETE BIKINI

Wilkinson heeft dé tool voor de bikinilijn uitgebracht: de Intuition Complete Bikini. Aan de ene kant vind je een trimmer, waarmee je veilig en nauwkeurig je schaamhaar kan bijwerken. De trimmer is smal, waardoor je makkelijk op lastige plekjes komt. Aan de andere kant zit een scheersysteem met vijf mesjes, waarmee je de bikinilijn snel en nauwkeurig scheert. Je hoeft niet bang te zijn voor huidirritaties, de scheermesjes zijn namelijk geïntegreerd met een huidvriendelijke gel.

www.wilkinsonsworld.nl



SCHELDEBROUWERIJ STRANGAPER

Geniet op het strand van de Strandgaper van Scheldebrouwerij. Zoals de naam al doet vermoeden is deze goudblonde dorstlesser perfect om luierend op het strand van te genieten. De evenwichtige smaak met het fruitige aroma hint naar zindering en gezamenlijkheid en doet verlangen naar meer. Deze sprankelende verfrissing komt als geroepen op een zwoele dag. Met een subtiel bittertje en een sprankelende afdronk is de Strandgaper een perfecte aanvulling op een warme avond.

www.scheldebrouwerij.com



SHOPPING/NEWS



BRUIST Deals

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



WILKINSON MANNEN HYDRO 5 WOOD

Wilkinson is helemaal bij met vernieuwde technologieën en de meest effectieve scheermessen. Een goed voorbeeld hiervan is de Wilkinson Hydro 5 Wood, een scheersysteem met een hoge kwaliteit beukenhouten handvat van duurzame bronnen en een verpakking van 90% gerecycled en recyclebaar papier. Met vijfvoudige mesjes en een innovatief gelreservoir is dit scheersysteem ideaal voor mannen die huidverzorging én duurzaamheid hoog in het vaandel hebben staan.

www.wilkinsonsworld.nl



HALLMARK BRIEVENBUS DROOGBLOEMEN

Verras iemand met kleurrijke droogbloemen van Hallmark, makkelijk en snel bezorgd door de brievenbus! Kies je favoriete pakketje en laat samen met een persoonlijk kaartje weten hoeveel je diegene waardeert. Wie verras jij met deze mooie droogbloemen en pluimen van Hallmark?

www.hallmark.nl



LEZERSACTIE*

Cheeky sauvignon

Deze (h)eerlijke Cheeky Sauvignon is tropisch, verfrissend en zit tjokvol citrus. Bovendien is de wijn 100% biologisch en vegan! Per verkochte fles wijn wordt 750 liter schoon drinkwater gedoneerd aan communities in Afrika!

www.thegoodwine.nl TAG #WIJN



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

NIX10
HET WISSEN - NIET DRINKEN

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

Uw badkamer laten renoveren?

Klop dan vandaag nog aan bij De Vry Service
0478 54 24 96

De Vry Service helpt u met kwaliteit, stiptheid en een straffe prijs-kwaliteitverhouding



GEDETAILLEERDE AFWERKING Wij hebben vooral enorm veel expertise opgebouwd in de volledige renovatie van badkamers van het ontwerp over de loodgieterij, elektriciteit, bezettings- en chapewerken, vloeren en wandtegels plaatsen, maatwerk en schrijnwerkerij, plaatsen van meubels en sanitair tot de herstellingen. Bij dit alles zorgen wij - ook als vloerder - voor een gedetailleerde afwerking.

ERVAREN EN BETROUWBAAR Met De Vry Service kiest u voor een ervaren en betrouwbare partner voor de uitvoering van een totale badkamerrenovatie. Wij zijn al jaren actief in de sector waardoor u alle advies mag vragen. U kan de zaak iedere dag bereiken van 7 tot maar liefst 22 uur 's avonds voor een badkamer op uw maat.



Kempelaan 15 Beerse 2340
0478 / 54 24 96

WWW.DEVRYSERVICE.BE



Klok stuk?

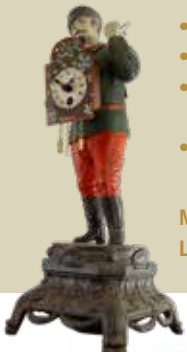
TROUWRINGEN • GOUDSMEDERIJ • KLOKKENMAKERIJ

Paul Van der Auwera is een van de weinige ambachtelijke klokkenmakers. Contacteer ons voor een huisbezoek en ophaling en perfecte reparatie van uw klok of uurwerk.



- Gratis huisconsult
- Alle merken
- Gratis opgehaald en teruggeplaatst met twee jaar waarborg
- Gespecialiseerd in antieke klokken

Maak nu een afspraak!
Laat je klokje weer tikken zoals het hoort!



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 | www.klokstuk.be

Je verbrandt gemiddeld **650 calorieën** tijdens een uurtje zwemmen.

Wist jij dat zwemmen een van de **gezondste sporten** is die er bestaan?

We zweten gemiddeld **600 tot 900 ml** per dag. **Yoga** heeft als doel

lichaam en geest te verbinden door middel van de **ademhaling**. Wist je dat bevroren water **9% lichter** is dan vloeibaar water?

Zo komt het dat **ijs op water drijft**.

De **kleur blauw** trekt muggen aan. Draag dus zo **min mogelijk kleren** met deze kleur. **Vitamine B1** kan helpen bij **lucht- en zeeziekte**.

Hoe goed je je ook wast, er leven meer dan **1000 bacteriesoorten** op je huid.

D



**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.

Love your skin

Maak je huid volledig klaar voor de zomer en kom genieten van een heerlijke gelaatsverzorging.

GRATIS
bij aankoop van
2 producten

MEAT & TREAT GELAATSVERZORGING
45 MIN. VERZORGING



“Sinds 2018 is Pure Intense gevestigd in Malle, omgeven door de dorpskern en omringd met de volledige liefde van mezelf. Maxime is de naam achter schoonheidsinstituut Pure Intense. Inner and outer beauty staat centraal bij Pure Intense en ook in de toekomst streef ik daar steeds meer naar.”

“Ik kijk er naar uit om jullie te leren kennen en samen met jullie te werken aan ieders inner and outer beauty balance. Dus maak eens een afspraak!”



Pure Intense
Brechtssteenweg 8, West Malle
0032-468227712
info@pure-intense.be



RIJWIELEN HERMANS



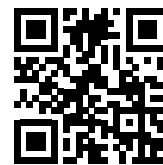
**GROTE KEUZE ELEKTRISCHE FIETSEN
ONMIDDELLIJK UIT STOCK LEVERBAAR**



E-BIKE - STADSFBIETSEN - RACE - GRAVEL - MTB - KIDS



WWW.RIJWIELENHERMANS.BE
WWW.RIJWIELENSHOP.BE



Ruim aanbod accessoires en kledij

Uitgebreide bikefitting mogelijk

Eigen hersteldienst met reservefietsen
(ook voor andere merken)

OPHALING EN LEVERING
AAN HUIS MOGELIJK

VRAAG NAAR ONZE
INTERESSANTE FIETSLAASING

Antwerpsesteenweg 325, Westmalle | +32 (0)3 311 65 97

Openingstijden: ma- di - wo - vr 8:30u - 12:00u en 13:00u - 18:00u
za 8:30u - 17:00u | donderdag & zondag gesloten

Kom op tegen Kanker

www.komoptegenkanker.be

WE HEBBEN MEER GELEIDEHONDEN NODIG

STEUN HET BELGISCH CENTRUM VOOR GELEIDEHONDEN VZW
BE49 0681 0550 1671
GELEIDEHOND.BE

Op zoek naar een ruime douche?

Ruime keuze in douchestoeltjes, beugels en verhoogde toiletten!

Werken die wij o.a. uitvoeren:

- Opmaak van een verwarmingsaudit voor ketels kleiner dan 100 kW (verplicht voor alle ketels ouder dan 15 jaar)
- Geven van het nodige advies betreft allerlei premies en attesten. Wij bezorgen u hiervoor ook de nodige papieren
- Volledige badkamerrenovatie en plaatsen en leveren van sanitaire toestellen
- Plaatsen en leveren van infraroodcabine

Maandag: 13.00 - 18.00
Dinsdag-vrijdag: 8.00-12.00 en 13.00 - 18.00
Zaterdag: 8.00-14.00
Kerkblokstraat 15, 2990 Loenhout
03/669 64 14 | vanhooydonck.bvba@skynet.be

sanitair - elektriciteit - verwarming
VANHOYDONCK
BVBA

DAGJE UIT PUKKELPOP

Pukkelpop is een vierdaags festival en wordt sinds 1985 door de Humanistische Jongeren van Leopoldsbuurg georganiseerd. Het groeide uit van een klein lokaal muziekgebeuren tot een alternatief openluchtfestival in Hasselt. Inmiddels behoort Pukkelpop tot de absolute top van de Europese muziek-evenementen. De organisatie kiest bewust voor een progressieve muziek- en randprogramma-tie. Bijna 200 actuele kleppers, levende legendes en visionaire alternatieve acts wisselen elkaar af op een van de verschillende podia. Van stevige rockacts, ingetogen singer-songwriters, pure pop en pompende house tot gloeiende metal; alles kan en mag op Pukkelpop. Dit jaar vindt Pukkelpop plaats van 18 tot en met 21 augustus. www.pukkelpop.be

FILMPJE KIJKEN TO OLIVIA

BINNEN/BUITEN

In 1962 was Roald Dahl (Hugh Bonneville) een opkomend kinderboekenschrijver en zijn vrouw, Patricia Neal (Keeley Hawes), een filmster uit Hollywood. Dit onwaarschijnlijke koppel trok zich samen terug op het Engelse platteland om daar hun groeiende jonge gezin groot te brengen. Hun leven werd alleen op zijn kop gezet toen hun dochter Olivia besmet raakte met het mazelenvirus en vervolgens overleed. Haar dood verwoestte het koppel, maar hun gedeelde verdriet werd ook een bron van verlossing en kracht. Neal zou hierna een Oscar winnen en Dahl schreef zijn kaskraker. **TO OLIVIA is vanaf 3 augustus te zien in de bioscoop.**

BOEKJE LEZEN DROMER

Na zijn eindexamen en de dood van zijn vader verhuist Jesper van München naar Berlijn. In de telefoongesprekken met zijn moeder en zijn thuiswonende broertje schetst Jesper een rooskleurig beeld van zijn leven, compleet met leuke kamer, vlot verlopende studie, succesvolle vriendin en een bijna voltooid romanmanuscript. Maar in werkelijkheid woont hij in een verkrot souterrain, heeft hij nog nooit een college bijgewoond, is de vriendin uit zijn duim gezogen en ook de roman gaat nergens heen. Jesper wil nog maar één ding: zijn leven radicaal veranderen. Hij beleeft een turbulente week en gaat op een wilde odyssee door Berlijn. **DROMER van Benedict Wells is vanaf 5 augustus verkrijgbaar.**

Als *zwemmen*
goed voor de lijn is,
hoe verklaar je dan
een *walvis?*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

BEWUSTWORDING

Als je je bewust wordt van ongewenste, vastzittende patronen, dan kan je ze veranderen. Het stukje bewustwording van die patronen is stap één.

Vaak levert bepaald gedrag ons iets op. Ik wilde bijvoorbeeld iedereen helpen. Ik gaf ongevraagd advies, leende geld uit en bood onderdak. Deze behulpzaamheid klinkt als een mooie eigenschap. Dat is het ook, alleen deed ik het onbewust niet voor de ander maar voor mezelf. Het leverde me schouderklopjes op. Die had ik nodig om me goed te voelen. Ik vond mezelf namelijk niet goed genoeg.

Ook zorgde mijn behulpzaamheid voor afleiding. Door met anderen bezig te zijn, hoefde ik niet naar mijn eigen problemen te kijken. Ik was veel te druk met andermans problemen. Toen ik mij bewust werd van dit gedrag, wilde ik het veranderen. Ik ben mezelf gaan waarderen, schouderklopjes gaan geven en ik heb trauma's verwerkt. Ik mediteer, relativeer en spreek mezelf toe met lieve woorden. Ook heb ik systemisch werk gedaan, waaronder paardencoaching en een NLP-opleiding. Dit heeft veel inzichten opgeleverd.

Genoeg hebben aan jezelf is alles wat je nodig hebt. Andermans mening verandert niks aan hoe ik naar mijzelf kijk. Dat is pure vrijheid.

Lukt het jou nog niet zo goed? Dan heb ik een online training gemaakt om onbewust gedrag te veranderen naar bewust gedrag en het van daaruit te veranderen. Je kan deze training vinden op www.mykillerbodymotivation.com.

Liefs, Fajah



Het grootste corso ter wereld

Ooit een wagen van negen meter hoog gezien? Een wagen die bedekt is met bloemen en door mensenkracht door de straten wordt geduwd? Corso Zundert toont u graag de magie van het grootste corso ter wereld. **Dit jaar op zondag 4 en maandag 5 september 2022.** Wil je erbij zijn? Zet dan de data nu in je agenda en bestel je kaarten online!

Het corso van Zundert is het grootste corso van de wereld. Het is louter vrijwilligerswerk. Twintig buurtschappen strijden met elkaar om de mooiste wagen te bouwen, ter beoordeling van een vakkundige jury. En dat al meer dan tachtig jaar.

Zomervakantie in een tent

Corsobouwers brengen de zomermaanden door in de corsotent. Het gaat van grof laswerk tot fijn tempexgepriegel en papiermaché.

Alleen dahlia's

Elke buurt heeft zijn eigen dahliaveld. Op de velden staan de dahlia's in tientallen soorten en kleuren. Het zijn vooral de ouderen van de buurtschap die de knollen planten, het onkruid wieden en de bloemen plukken.

Dag- en nachtwerk

Het 'tikken' van de half miljoen dahlia's per wagen begint pas een paar dagen voor het corso. De tent is een mierennest, iedereen helpt mee tot de wagen klaar is. Al duurt het de hele nacht.

Tachtig jaar corso

Het eerste corso vond in 1936 plaats ter ere van de verjaardag van koningin Wilhelmina. Vanaf het prille begin hebben de Zundertenaren hun corso gekoesterd en van generatie op generatie doorgegeven.

Nieuwsgierig?

Wilt u Corso Zundert zelf meemaken? Bestel dan uw tickets direct online of ga naar de website www.corsozundert.nl en ontdek wat Corso Zundert allemaal te bieden heeft.



Linda Verstraten:

‘We dwingen elkaar vaak om te kiezen’

Linda Verstraten is een van de hoofdrolspelers in Checkpoint Charlie, een nieuwe musical over de Berlijnse Muur. Theater.nl sprak haar over de musicalproductie.

Checkpoint Charlie is absoluut geen geschiedenisles, maar speelt zich af op microniveau. De musical zoekt naar de menselijkheid achter een grote historische gebeurtenis. Verstraten licht toe dat het juist belangrijk is om dat aspect te belichten. “Omdat we beter beseffen wat er gebeurt in de wereld wanneer we inzoomen op wat de mensen allemaal meemaken.”

LINDA SPEELT LENA “In de musical gaat het dus niet om Oost tegen West of goed tegen kwaad. Zo is mijn personage, Lena, een zangeres uit Oost-Duitsland die met haar muziek graag naar het Westen wil. Aan de andere kant zit Anna, gespeeld door Sanne den Besten. Zij is zwanger en wil juist graag terug naar familie in het Oosten.”

EEN ANDERE KANT BELICHTEN “In de geschiedenisboeken zien we vaak dat de val van de Muur beschreven wordt, maar wij willen een realistisch beeld schetsen van de beginperiode van de Muur”, vertelt ze. De musical zoomt in op de levens van zeven Berlijners en één Amerikaanse soldaat. Verstraten: “Daarin willen we geen zwart-witbeeld schetsen. In films en boeken zien we vaak dat het Oosten slecht is en het Westen goed, maar dat ligt genuanceerder.”

WAARHEID LIGT IN HET MIDDEN Verstraten benadrukt hoe belangrijk het is om de nuance te zoeken: “Ik denk dat iedereen tegenwoordig zo zwart-wit naar de wereld kijkt en dat ook verwacht van anderen. Terwijl ik denk: je mag het ook een beetje eens zijn met de ene kant en een beetje eens zijn met de andere kant. We dwingen elkaar vaak om te kiezen, terwijl de waarheid soms in het midden ligt.”

Checkpoint Charlie gaat in januari 2023 in première. Bekijk de speellijst op Theater.nl.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist

Yoga, waar moet ik beginnen?

Het is zomer! Door de warmte van de zon hebben we meer energie en de zonnestralen zorgen voor een gelukkiger gevoel, ook na de zomer als het drukke, dagelijkse leven weer begint. Gebruik de lange zomerse dagen eens om te kijken of yoga iets voor jou is.

Denk niet op voorhand dat yoga niets voor jou is. Yoga doet zijn werk bij iedereen. Feit blijft dat je een aantal houdingen gaat doen die je nog nooit gedaan hebt. Ook de ontspanningsoefeningen zullen in het begin wat vreemd zijn. Ga het gewoon doen, probeer zonder verwachtingen de yogales binnen te stappen en laat het lekker op je af komen. Eén proefles is te weinig om goed te kunnen bepalen of je het wat vindt of niet. Ons advies is: geef jezelf drie maanden de tijd om de positieve voordelen van yoga te ervaren.

WELKE VORM IS GESCHIKT VOOR MIJ

ALS BEGINNER Vraag jezelf af wat je wilt bereiken met yoga. Je doel is belangrijk in je keuze voor een specifieke yogavorm. Wil je vooral een sterker en soepeler lichaam, meer rust in je hoofd of werken aan een goede houding? Er zijn vormen waarbij de nadruk ligt op fysieke inspanning, maar ook op spirituele ontwikkeling of mentale ontspanning. Minstens zo belangrijk

als je keuze voor de juiste yogavorm, is de leraar/lerares waar je les van krijgt. Het is belangrijk dat deze persoon een voor jou prettige stem heeft, 'jouw taal spreekt' en jou op een fijne manier kan begeleiden. Als je deze klik niet hebt, zegt dat niets over de professionaliteit van de leraar, maar blijkbaar past hij of zij niet bij jou. Het is daarom aan te raden om een proefles bij verschillende scholen in jouw buurt te volgen. Zo ben je lekker breed georiënteerd en kun je de juiste keuze maken over wat jij prettig vindt. Ook als je al wat ervaring met yoga hebt, kan het soms fijn zijn om af en toe nog ergens anders een yogales te volgen.

WAT HEB IK NODIG Naast gemakkelijk zittende kleding, zijn in de meeste yogastudio's alle benodigdheden aanwezig. Soms moet je een matje huren, bij andere studio's zijn ze weer gratis te gebruiken. Ook is het fijn om eventueel een flesje water mee te nemen.

Meer weten over yoga? Op www.belgiebruist.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

CREËER
ONTSPANNING
EN RUST IN JOUW
DRUKKE LEVEN



€ 7,- KORTING P.P.



ATTRACTIEPARK TOVERLAND

ONTDEK JE EIGEN MAGIE IN TOVERLAND

Ben jij een echte snelheidsduivel, houd je van klimmen en klauteren of ben je een echte waterrat? Met ruim 35 attracties en shows beleeft jong en oud in Attractiepark Toverland een dag om nooit te vergeten. vergeten. Dompel je onder in 6 betoverende werelden vol magie. Voor de echte waaghals zijn er maar liefst 5 achtbanen, waaronder wing coaster Fénix! Deze wing coaster gaat maar liefst 3 keer over de kop! Dol op waterpret? Leef je dan uit in wildwaterbaan Djengu River. Daarnaast kun je samen genieten van de bootjesattractie Merlin's Quest waarin je door de ruïnes onder het kasteel van tovenaars Merlijn vaart. In Port Laguna kun je met een toverstaf en de toverkaart Mapa Magica zelf écht toveren!



COMBITICKET € 13,- KORTING P.P.



EFTELING

EN TOEN... WAS IK IN EEN WERELD VOL WONDEREN

In de Efteling maak je samen de mooiste herinneringen. Luister naar de mooie verhalen van de pratende Sprookjesboom of naar de bijzondere muziek van de paddenstoelen in het Sprookjesbos. Zweef tussen trollen en elfjes in Droomvlucht of ga op wereldreis met Jokie in Carnaval Festival. Vlieg op je kop in de Python of stort de diepte in met Baron 1898. Of beleef een doldwaze rit in de nieuwste familie-achtbaan Max & Moritz. Er is iedere dag genoeg te beleven. Welkom in de Efteling, Wereld vol Wonderen.

NU EEN UNIEK PRODUCT BESCHIKBAAR:
een combiticket voor de Efteling én Safaripark Beekse Bergen.



€ 4,50 KORTING P.P.



SAFARIPARK BEEKSE BERGEN

OOG IN OOG MET WILDE DIEREN

Waan je in Afrika, ontdek de uitgestrekte savannes en bosgebieden en sta oog in oog met de meest fascinerende Afrikaanse diersoorten! Prikkel je zintuigen tijdens één van de indrukwekkende safari's. Ga op avontuur met je eigen auto, stap op de boot voor een prachtige tocht over het water en laat je verrassen door de dieren langs de oevers. Wie nog meer wil weten over wat er achter de dieren en de natuur schuilgaat, gaat mee op bussafari. Een ranger vertelt je alle ins en outs over de dieren in het park én in de natuur. Wandelen kan ook! Ontdek het prachtige Safaripark in je eigen tempo en geniet samen van het buitenleven.



MOYA - MUSEUM OF YOUNG ART

VOOR IEDER WAT WILS

MOYA is gevestigd in het zuiden van Nederland, Brabant, op een unieke locatie in de voormalige Galvanitas fabriek, Oosterhout. Het werd geboren om een verandering teweeg te brengen in de kunstwereld. De drijfveer is om jonge kunst op de kaart te zetten. De tentoonstellingen en collectie van MOYA kenmerken zich door de diversiteit van kunst en haar makers. Van schilderkunst, beeldhouwkunst, textielkunst en fotografie tot digitale kunst. Transparantie, een open deur en innovatie zijn de kenmerken van MOYA. Voor de kunstenaar is het meer dan een tentoonstellingsruimte. MOYA begeleidt de jonge kunstenaar in zijn carrière; het motiveert, stimuleert, activeert en faciliteert.



Heerlijk frisse *panzanella*

Salade is altijd lekker in de zomer en makkelijk te bereiden. Panzella is een Italiaanse broodsalade die met van alles is klaar te maken. Van eieren, augurken en bonen tot stukjes worst. In dit recept gebruiken we tomaatjes en mozzarella, gecombineerd met oud brood dat je vast nog wel ergens in de kast hebt liggen.

4 PERSONEN - 20 MINUTEN (+ 1 UUR)

INGREDIËNTEN

1 rode ui
witte wijnazijn
400 gr tomaten
1 komkommer
180 gr gegrilde paprika
oud brood
mozzarella
verse basilicum

DRESSING

50 ml olijfolie
3 eetlepels rode wijnazijn
1 teentje knoflook
snufje zwarte peper

BEREIDING

Snijd de rode ui in dunne ringen en doe deze in een schaal met wijnazijn. Vul het aan met water tot de rode ui net onder staat. Zet het dan even apart.

Snijd de tomaten en komkommer in stukjes. Voeg de gegrilde paprika in reepjes toe.

Snijd de korst van het oude brood en scheur het brood in stukken. Schep dit door de tomaten, komkommer en paprika.

Giet de uienringen af en voeg deze toe aan de schaal en schep door. Meng de ingrediënten van de dressing door elkaar en schenk over de schaal met het brood en de groenten.

Voeg ten slotte de mozzarella in stukjes gescheurd toe en garneer met verse basilicum. Breng eventueel op smaak met olijfolie, zout en peper. Laat de panzanella een uur afgedekt in de koelkast staan zodat de smaken en sappen goed kunnen intrekken.





PUZZELPAGINA

De zomer staat voor heel wat uren speel-, zwem- en spetterplezier in het water. De zwemmers en zongenieters kunnen nu een hele zomer lekker bijbruinen onder het genot van een drankje en een Bruist puzzel. Daarnaast maak je ook nog eens kans op leuke prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **9-2-3**.

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 'zwemmen'. De oplossing van vorige maand was **waaiër**.

Maak kans op een

Bruist Ecofriendly Powerbank



Nooit meer een lege telefoon, want met de kleine, ecofriendly en herlaadbare Bruist Powerbank zit jij nooit meer zonder stroom. De powerbank is tot honderd keer oplaadbaar en biologisch afbreekbaar. Geschikt voor zowel iPhone als Android. Lever de Celltank na verbruik in bij een van de bekende inleverpunten.

s=t
 -ur+z+-i
+ b=p+-st
-v j+-i
 b=t+ i=f z=0
-n v+ s=l

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 september de oplossing in op onze site: www.dekempenbruist.be

Maak kans op een

SodaStream bruiswater toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

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

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

fris	sodastream
bubbel	water
zomer	lekker
spa	smaakjes

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

MAXLUUK.COM



ORIGINAL DUTCH DESIGN SINCE 1977

BOREK

parasols | outdoor furniture



BOREK.EU

ENJOYING THE OUTDOORS

Showroom Borek | Bedrijfsweg 7 | Oisterwijk | T +31 (0)13 528 88 66 | E mail@borek.eu

YOI-FURNITURE.COM



Van Mossel USED CARS

Betrouwbare auto's met ervaring!



www.vanmossel.be

Van Mossel