

GRENSSTREEK ESSEN, KALMTHOUT
WUUSTWEZEL



OKTOBER 2022 GRATIS MEENEMEN!
WWW.DEBELGISCHEGRENSSTREEK.BE

BRUIST

Martijn Koning:
'Het wordt theateraler
en meer thematisch'

De herfst is
begonnen!



Meer dan alleen afslanken

Afslanken, figuurcorrectie en verstevigen met gerichte programma's.

Jong en oud, dames of heren? Iedereen is welkom bij InfraLigne Brasschaat. Met onze unieke methode inspireren we al jaren mensen tot een blijvend fitter en gezonder leven, en met succes!

De combinatie van gezonde voeding en onze unieke infraroodcabines zorgt voor de nodige vitaliteit, meer energie én een betere gezondheid. En dat allemaal in een huiselijke, gezellige sfeer waar je nooit bekeken wordt en je helemaal tot rust komt. Een instant gevoelgoodgevoel, dat garanderen we bij InfraLigne Brasschaat.

Reken verder op een individuele aanpak, gepersonaliseerd advies en maatwerk. Geen twee lichamen zijn hetzelfde, dat blijkt al snel uit onze figuuranalyse. Of je nu meer wil bewegen, meer energie wil krijgen of gezonder door het leven wil: wij helpen graag een handje.

Kom het zeker eens proberen, onze deuren staan wagenwijd voor je open.

Sportieve groeten, Nathalie

InfraLigne
fit- en gezondheidscentrum

INFRALIGNE BRASSCHAAT
Bredabaan 824, Brasschaat | 03 689 20 29
brasschaat@infraligne.be | www.infraligne.be



“Met een unieke methode mensen inspireren tot een blijvend fitter en gezonder leven”



GRATIS OEFENBEURT

Maak snel een afspraak. Onze personal coach zal u begeleiden door het volledige traject.



FIGUURANALYSE

Metten is weten. Elk Infraligne-programma begint met een lichaamsmeting en de opmaak van een haalbaar individueel programma.



BEWEGING

Ja, je zal ervoor moeten werken. De basis van de Infraligne-methode zijn leuke en gerichte oefeningen die je uitvoert in een infraroodcabine.



PROFESSIELE BEGELEIDING

Je staat er nooit alleen voor. Een bewegingscoach volgt je oefeningen op en een voedingsspecialist denkt na over je maaltijden.

Scan de QR-code



SUSKE
EN WISKE
MUSEUM



Impressie
Kalmthout

Wil je kans
maken om jouw foto
in Grensstreek Bruist
terug te zien?
Stuur deze dan naar
ontwerp@nederlandbruist.nl
o.v.v. Foto Grensstreek



12



Inhoud



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
CUSTOMER CARE Nederland Bruist +31 (0)76-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Ramon Heeren
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Maaïke van Helmond
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Floortje Thieleman

fb Like ons op FB/DeBelgischeGrensstreekBruist

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 Belgische Grensstreek 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,

Het is officieel: de herfst is begonnen. Voor sommigen is dit de mooiste tijd van het jaar, maar er zijn ook heel wat mensen die last krijgen van een zogenaamde herfstdip. Ze zijn moe, hebben weinig energie en zouden het liefst de hele dag in bed blijven liggen. Gelukkig kun je daar zelf eenvoudig iets tegen doen. Wat? Je leest het verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

Bij deze alvast één goede tip tegen je herfstdip: koop een kaartje voor de nieuwste show van stand-upcomedian Martijn Koning; een avondvullende show waarmee hij het publiek vermaakt, zoals je kunt lezen in het interview dat we met hem hadden.

Herfstdip of niet, op de redactie van Bruist blijven wij gewoon hard doorwerken om elke maand weer een mooi magazine voor onze lezers te maken. En datzelfde geldt voor al onze bruisende ondernemers. Ook zij laten zich niet tegenhouden door een eventuele herfstdip, maar blijven er alles aan doen om hun klanten zo goed mogelijk van dienst te zijn. Blader snel verder voor hun inspirerende verhalen om te ontdekken hoe ze dat doen.

Veel leesplezier!

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.

MAAK EEN WANDELING
DOOR HET BOS



Hoera, het is herfst

Gebreide truien om lekker in weg te kruipen, warme chocolademelk met een toefje room en kaarsjes voor de nodige sfeer. Het is officieel: de herfst is begonnen en dat moet gevierd worden met een wandeling door het bos, happy food en heel veel licht.

Zodra de blaadjes van de bomen vallen, laat het lichaam ons af en toe een beetje in de steek. Moeheid, weinig energie, somberheid en een grote behoefte om te slapen zijn de meest voorkomende symptomen van een herfstdip. Het recept om een herfstdip te voorkomen: ga leuke dingen doen. Laat je niet kisten door een kleine regenbui, maar snuif de buitenlucht op tijdens een wandeling door het bos.

VITAMINE D De zon zorgt ervoor dat wij vitamine D aanmaken. Een belangrijke vitamine die onder andere zorgt voor de opname van calcium in ons lichaam, een belangrijke rol speelt in het in stand houden van onze weerstand en die ook depressies tegengaat. Omdat de grootste en belangrijkste bron van vitamine D zonlicht is, wordt aangeraden om minimaal een half uur per dag in de buitenlucht te zijn.

HAPPY FOOD Dat eten van invloed is op je lichaam, is logisch maar voeding kan ook heel veel doen voor je humeur. Ben je vaak slechtgehumeurd zonder aanwijsbare oorzaak? Kijk dan eens naar je voeding en ontdek hoe je jezelf een goed humeur kan eten. Van pure chocolade word je bijvoorbeeld heel vrolijk en energiek en met vette vis verminder je depressies.

DE KRACHT VAN LICHT Kijk je op tegen de eindeloze donkere avonden? Ga dan op zoek naar licht. Maak in je lunchpauze een kleine wandeling, ga dicht bij het raam zitten en trek er op vrije dagen eens wat vaker op uit. Voor wie echt last heeft van een hardnekkige herfstdip, is er altijd nog lichttherapie. Bij deze therapie word je kort blootgesteld aan intensief licht. Het effect: je krijgt meer energie en voelt je opgewekter.

Wil jij meer tips om een herfstdip tegen te gaan? Op www.belgiebruist.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

GEBR. VAN HOOYDONCK TEGELHANDEL

Onze firma bestaat al meer dan 30 jaar! Sinds enkele maanden zijn wij verhuisd van de Handelsstraat, naar Spijker 86 H te Essen. Marina en Ellen nemen graag de tijd om met u de juiste keuze te maken.

Een breed assortiment keramische tegels: nieuwe collecties houtlook, natuursteenimitatie, terrazzo & patroontegels. Voor buitentegels zijn wij verdeler van Mbi & Marshalls zowel beton, natuursteen als keramiek.

Materiaal om tegels te plaatsen zoals: lijm, voegsel en profielen kunnen wij voor u verzorgen.

U vindt bij ons ook een outlet afdeling met kleine en grote partijen aan fabrieksprijzen die u direct kunt meenemen.

Voor bestellingen van maatwerk in natuursteen en composiet kan u ook bij ons terecht.

Ook de plaatsing kunnen wij voor u verzorgen indien nodig.



GEBR. VAN HOOYDONCK TEGELS

Spijker 86 H, Essen (BE) | +32 (0)3 667 20 47 | gebr.vanhooydonck@skynet.be | www.gebroedersvanhooydonck.be

OPENINGSUREN:

Maandag: Gesloten | **Dinsdag:** 09:00 - 16:30 | **Woensdag:** 09:00-12:00/18:00-20:00 | **Donderdag:** 09:00-16:30
Vrijdag: 09:00-15:00 | **Zaterdag:** 09:00-13:00 | **Zondag:** Gesloten

**EEN
EIGEN-
WIJZE
GAST**
THE VISITOR



MEIJS WONEN
— TILBURG —

BRUIST
Deals

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



Scan de QR-code

KELLOGG'S ALL-BRAN ONTBIJTGRANEN



Met de veranderende seizoenen is het belangrijk om de juiste voedingsstoffen binnen te krijgen. Zo is je lichaam beter bestand tegen koudere temperaturen, minder zon en regen. De All-Bran ontbijtgranen van Kellogg's zijn een bron van vezels, vitamines van de B-groep, ijzer en koolhydraten zodat jij de dag goed begint. Een lekker, voedzaam en makkelijk ontbijt voor jong en oud!
www.kelloggs.nl



LED NACHTLAMPJES MET SENSOR



Zwenkbare ledlampjes in rvs look met bewegingssensor en instelbare brandtijd van 20 seconden tot 4 minuten. Ideaal om bijvoorbeeld onder het bed te monteren zodat er licht is tijdens het toiletbezoek. Maar ook in de vertrekken waar de lichtschakelaar niet bij de hand is, zijn deze lampjes erg handig. De lichtkleur is warmwit. Deze nachtlampjes worden geleverd in een set van twee stuks, inclusief trafo en 180 cm aansluitsnoer.

NU VOOR
€ 89,-

www.kastaccessoires.nl



KENWOOD – TITANIUM CHEF BAKER

Duik jij deze herfst de keuken in voor een huisgemaakte carrotcake, pompoen quiche of een ander baksel? Dan is de Titanium Chef Baker van Kenwood je favoriete keukentool. Hiermee maak je in een handomdraai de lekkerste (hartige) taarten, cakes en meringues.

www.kenwoodworld.com



SHOPPING/NEWS

Prachtige herfst

Doe mee en win

UNION – E-FLOW

Union laat met de gloednieuwe E-Flow zien dat elektrisch fietsen helemaal niet saai hoeft te zijn. Door de retro look is hij perfect voor de stijlbewuste fietser en met verschillende kleuren is er altijd een die bij je past. De E-Flow is voorzien van 7 versnellingen, een



Shimano motor en een stijlvolle voordrager. Opladen doe je gewoon met een stekertje of je haalt de accu eruit als je geen stalling hebt met elektriciteit. Alles wat jij nog hoeft te doen is: go with the E-Flow!
www.union.nl

HALLMARK – HAND-ZEEP & HANDLOTION

Maak mee op geurreis met Hallmark! Samen met illustratrice en tekenares Marjolein Bastin brengt Hallmark de home fragrance collectie 'Moments by Marjolein Bastin' uit. De drie geurlijnen zijn geïnspireerd op reizen naar tropische eilanden, de Zwitserse Alpen en de Nederlandse kust. Kies jouw favoriete geur en verwen jezelf of een ander met de heerlijk geurende handzeep en de fijne, verzorgende handlotion. Vanaf half oktober exclusief verkrijgbaar via DA.
www.hallmark.nl



LEZERSACTIE* Cheerful Merlot

YES! Lekkere wijn die ook nog eens bijdraagt aan wat belangrijk is: een eerlijke wereld voor iedereen. In samenwerking met The Good Roll Foundation & Made Blue doneren zij per verkochte fles 750 liter schoon drinkwater aan communities in Afrika. Bovendien is de wijn 100% biologisch, vegan & hartstikke lekker. Daarom is The Good Wine, goed voor jou en voor een ander!



www.thegoodwine.nl TAG #ROOD

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
NIET WINKEN - NIET DRINKEN

Kapsalon Edriel

alles naar wens

Een goede kapper is belangrijk. Je haar is je mooiste sieraad en een nieuw kapsel doet wonderen voor je uitstraling én je humeur. Wil je binnenkort een nieuwe coupe? Stap dan eens binnen bij Kapsalon Edriel. Deze vier klanten vertellen waarom ze zo blij zijn met Helena.

Ontdek wat Helena voor jou kan betekenen!

“Mevrouw Helena gaat heel vriendelijk met je om” Mijn naam is Belinda en ik wilde wat vertellen over mijn ervaringen bij mevr Helena Davide. Ik ken haar al wat jaren en door de jaren heen ben ik vaak geknipt of geverfd door haar. Ook wel eens naar andere kapsalons geweest, waarvan ik heel vaak spijt heb gehad. Mevrouw Helena gaat heel vriendelijk met je om en vraagt naar de wensen van haar klanten zowel ook met eigen inzicht ook omdat ze heel vaak weet wat voor kapsel bij je past. In mijn ervaringen heb ik altijd een goed gevoel als ik de kapsalon uitstap. En vanaf haar opleidingen al is mijn haar altijd behandeld door Helena en nooit heb ik daar spijt van gehad. Ik raad mensen zeker

aan om een keer naar haar kapsalon te komen om zelf hun ervaring op te doen. Gr Belinda

“Het voelt vertrouwd” Wanneer ik binnen kom bij kapsalon Edriel is het een soort van thuis komen. Het voelt vertrouwd. Je kan lekker je eigen zijn en er wordt naar je geluisterd. Het advies is altijd zo professioneel en er wordt echt tijd genomen om het perfecte eindresultaat te halen. Ik ga elke keer weer zeer tevreden naar huis. Ik heb mijn plek gevonden.

“Ben ervan overtuigd dat mensen blijven terugkomen” Met plezier ga ik

naar Helena wetende dat ik weer blij naar huis ga omdat mijn haar weer erg naar mijn zin zit. Ben ervan overtuigd dat mensen blijven terugkomen als ze eenmaal een keer door Helena geholpen zijn aan een mooi kapsel. Ik zou zeggen.... ga erheen en ervaar het zelf!!

“Natuurlijk talent” Helena is de beste kapster die ik ooit heb gehad!! Je kunt aan de manier van haar werkstijl al zien dat ze haar vak zeer goed beheerst en ze zonder meer een natuurlijk talent te noemen is. Ze geeft je zo nodig goede adviezen als het gaat om een nieuw kapsel en laat je als klant pas gaan als ze tevreden is over het resultaat.





MAC
Batida
Milano
Comma
Golléhaug
Frankwalder
YourConcept

Zondags open

13.00u - 17.00u

Een kleine boetiek met
persoonlijke service.
Vlotte damesmode van
mooie kwaliteit en
pavorm.
t/m maat 46

Antwerpsestraat 47
Putte NL
www.demoo-desjoo.nl

de moo-de sjoo

Oktober is de **traditionele woonmaand**
met volop **woonbeurzen.**

Pompoenen zijn eigenlijk **bessen.**

Bijna alle planten komen van oorsprong uit een
tropisch of subtropisch klimaat.

Thee is goed voor de **bloedvaten.**

Tijd om jouw woning **herfstproof** te maken!

Astronomisch gezien begint de herfst

als **dag en nacht** even lang duren.

Afgevallen bladeren zijn **heel nuttig**, want het
bladeren **beschermen** de bodem tegen **uitdroging**

en kunnen ook de wortels en vaste planten
beschermen tegen **bevriezing.**

Oktober wordt ook wel de
wijnmaand genoemd. Het woord 'Halloween'
betekent '**Allerheiligenavond**'.



**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.

Een jeugdige schoonheid op elke leeftijd

Een nieuw beautytijdperk begint: drink jezelf mooi!

De revolutionaire LR LIFETAKT 5in1 Beauty Elixir voldoet aan alle vijf de schoonheidswensen, en dat in één keer. Met slechts één shot per dag activeert een uniek dubbelcomplex diep de schoonheidsprocessen in het lichaam en beschermt preventief tegen de belangrijkste oorzaken van veroudering. Voor een jeugdige schoonheid van top tot teen op elke leeftijd.



1. JEUGDIGE VERSCHIJNING MET MINDER RIMPELS

Rimpelvermindering door vitamine C1 en diepe effectieve collageenpeptiden: vijftien procent meer huidelasticiteit door effectieve collageenpeptiden. Aloë vera gel, bloedappel-extract, rozenwortel-extract en groene thee-extract beschermen tegen de belangrijkste oorzaken van veroudering, zoals uv-straling.

2. EEN ZUIVERE EN GEZONDE HUID ZONDER IRRITATIES

Bescherming tegen externe milieu-invloeden door middel van bosbes-extract en vitamine E5. Verbeterde huidfunctie en pigmentatie met de sterk geconcentreerde vitaminen A, riboflavine, niacine, biotine, C en zink als essentiële sporenelementen.

3. STRAKKER LICHAAM MET MINDER CELLULITIS

Aangetoond is dat collageenpeptiden de huiddichtheid verhogen en cellulitis verminderen. Koper en aloë vera-gel versterken het bindweefsel.

4. KRACHTIG, GLANZEND HAAR

Biotine versterkt het haar en bouwt het van binnenuit op. Koper zorgt voor normale haarpigmentatie en geeft een gezonde glans.

5. STERKE, GEZONDE NAGELS

Er is aangetoond dat collageenpeptiden de nagelgroei versnellen. Schade aan de nagels wordt tot 42% gereduceerd. Zink versterkt de nagels. Uniek op de markt: Dubbel Complex, Complex Actief. Het actieve complex activeert de schoonheidsprocessen en bestrijdt tekenen van veroudering. Het combineert de bekendste en belangrijkste schoonheidsingrediënten in de hoogste concentratie.

5IN1 BEAUTY ELIXIR



LR

HEALTH & BEAUTY
by Claudia Matthijssen

Bestel nu deze unieke
schoonheidselixir
via de website of bel
(0031) 06-22831987

Voel je goed,

ook met een maatje meer

“Bij Damesmode Xtra ga je met een tevreden gevoel naar huis. We hebben voor ieder wat wils: ook voor dames met een maatje meer”, zegt de enthousiaste zaakvoester Vicky Devriese.

- Adelina
- Adia
- Choice
- No Secret
- Toni
- Via Appia Due
- Yesta
- Yoek



Houd onze Facebook in de gaten om op de hoogte te blijven van de laatste nieuwtjes!

Bestel op onze webshop!

DAGJE UIT BIERFESTIVAL MECHELEN



Na twee geannuleerde edities gaat Bierfestival Mechelen dit jaar eindelijk weer gewoon door, en wel op 7, 8 en 9 oktober. Tijdens dit festival stellen tientallen brouwerijen hun specialiteiten voor in een ontspannen sfeer. Kom kuieren in het gemoedelijke tentendorp op de Grote Markt, ontdek nieuwe smaken met een eeuwenoude traditie en proef van de rijke verscheidenheid van de Belgische biercultuur op de gezellige terrassen. Dj's zorgen ondertussen voor een fijne ambiance! Je kunt tijdens Bierfestival Mechelen ook de Limited Edition Beer Bar bezoeken bij brouwerij Het Anker, waar je een tiental andere, meer exclusieve bieren kunt proeven. **Kijk voor meer info op www.bierfestivalmechelen.be.**

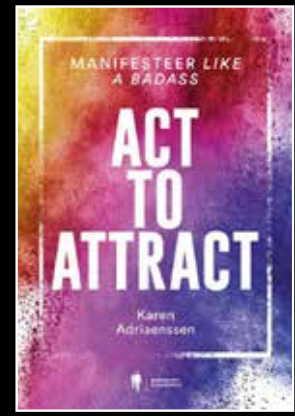
FILMPJE KIJKEN ZILLION

BINNEN/BUITEN

Frank Verstraeten, een computergenie met een onwaarschijnlijke neus voor zaken wil slechts één ding: een eigen discotheek die de concurrentie simpelweg vernedert. De futuristische megadiscotheek Zillion is een feit en Frank ontpopt zich tot de spilfiguur van het Antwerpse nachtleven. Hij paradeert met de mooiste vrouwen en smeedt een alliantie met Dennis Black Magic, de pornokoning die voor de pikante extra's zorgt. Frank creëert vijanden binnen en buiten zijn discotheek, verliest de controle en gaat met zijn eigen danstempel ten onder... **ZILLION is vanaf 26 oktober te zien in de bioscoop.**



BOEKJE LEZEN ACT TO ATTRACT



Voel je dat je veel meer uit je leven en business kunt halen dan je nu doet? Ben je klaar om je leven en onderneming op een hele andere manier aan te pakken? Karen Adriaenssen vertelt je haar bewogen levensverhaal en hoe haar dat tot een belangrijk inzicht bracht: you must act to attract! Via haar roadmap gidst de auteur je vastberaden maar liefdevol naar een succesmindset. Zo leer jij stap voor stap hoe je meer geluk en geld, vrijheid en impact kan creëren. Karen Adriaenssen is breakthrough coach. Ze hielp al honderden mensen op weg naar een gelukkiger leven en succesvolle onderneming. **ACT TO ATTRACT van Karen Adriaenssen is nu verkrijgbaar.**

Wil je aanwezig zijn op het Act to Attract Event? Claim je ticket op www.karenadriaenssen.com





UNIQUENESS
IS THAT WHAT MAKES
YOU BEAUTIFUL!



TRENDY FASHION
JUWELEN, DECO
SCHOENEN EN
HANDTASSEN



 FEMALESCONCEPT_HEIDE

HEIDESTATIESTRAAT 43 HEIDE

*Kom maar snel
eens langs!*

Exclusiviteit en functionaliteit in één



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

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

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

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

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

Ampèreweg 6,
Hoogerheide (NL)
+31 (0)164-606148
info@flowingart.eu
www.flowingart.eu



Martijn Koning:

‘Nederland is een sneaky land geworden’

Martijn Koning is een van Nederlands bekendste en populairste stand-upcomedians.

Sinds september staat hij met zijn gloednieuwe show Appeltjes Schillen op de planken. Koning heeft zin om het publiek weer te vermaken. “Deze show heeft een nieuw format, iets theaterler.”

In Appeltjes Schillen snijdt de cabaretier actuele maatschappelijke thema’s aan en ook over ons buurland heeft hij het nodige op te merken. “Nederland is een sneaky land geworden. Nu ook weer met die boeren en hun veeteelt. Ik heb echt met ze te doen.” Maar de boeren zijn niet het enige onderwerp van gesprek tijdens zijn avondvullende show. “Ik ga het over de coronapandemie en alle ellende eromheen hebben. Maar ook dieren komen aan bod: van apen tot de wesp en de teek. Dat zijn dieren die het ons erg ‘lastig’ maken. Daarom ga ik ze eens extra aandacht geven. Dat vind ik leuk.”

THEATRALER Appeltjes Schillen krijgt een ander *format* dan de bezoeker van Koning gewend is. “De vorige shows die ik opvoerde waren puur

improviseren. Nu ligt de focus meer op het verhaal an sich. Er is een intro, een eerste deel en een tweede stuk met een echte afsluiter. Dat geeft mij meer houvast. Het wordt theaterler en meer thematisch.”

DOORONTWIKKELD En hoewel de showopzet een wending krijgt, blijft de kenmerkende stijl van Koning intact. “Ik ben doorontwikkeld en in bepaalde dingen beter geworden. Dat gaat de kijker zeker merken. Bij de try-outs ga ik gelijk from scratch. Ik weet wat ik kan en doe.”, sluit Koning zelfverzekerd af.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist



accessoires | decoratie | geboortelijsten
baby- en kinderkleding
maat 50 tot 128

openingstijden:

maandag	gesloten
dinsdag	09.30u-17.00u
woensdag	09.30u-13.30u
donderdag	09.30-17.00u
vrijdag	09.30u-17.00u
zaterdag	09.30u-17.00u
zondag	gesloten

Kapellensteenweg 348,
Kalmthout (BE)



SCAN DE
QR-CODE
shop 24/7
online

handgemaakt,
uniek en
gepersonaliseerd

Hallo,

Ik ben Laura, oprichtster van mijn eigen merk voor pateekes. Wat kan je zoal vinden bij ons? Heel simpel, de leukste baby- en kinderartikelen. Dit gaat van kleding, tot accessoires, tot de leukste decoratie voor de baby- of kinderkamer.



En dit alles is volledig met de hand gemaakt door mezelf. Van ontwerp tot afgewerkt stuk. Elk stuk is dus een uniek stuk dat met veel liefde gemaakt wordt. Wij hebben een uitgebreid gamma aan verschillende stoffen en printjes. Je kan altijd jouw favoriete stuk bestellen in jouw favoriete stofje. Onze collectie wisselt heel vaak om er zeker van te zijn dat elk stuk uniek blijft.

Heeft u vragen of wensen die u niet direct kan terugvinden op onze webshop, aarzel dan niet om contact met mij op te nemen. Onze collectie shoppen kan online op www.voorpateekes.be of in onze winkel te Kalmthout.

Tot snel!?
Liefs, Laura

info@voorpateekes.be [voorpateekes](https://www.facebook.com/voorpateekes) [voorpateekes](https://www.instagram.com/voorpateekes)





Sereni | De Polder

UITVAARTPLANNER

03 568 63 37

Sereni | De Polder

Ook in Stabroek

Naast het filiaal in Berendrecht (vroeger Uitvaartverzorging Groffen) is er sinds augustus 2022 een **2^{de} filiaal** bijgekomen te **Stabroek** in de Dorpsstraat 52 (naast Slagerij De Laet). Onze uitvaartplanners Kim Roovers en Ken Pieters staan je met al hun kennis en ervaring bij. Jouw wensen en die van de overledene worden vertaald naar een uniek afscheid.

DEPOLDER.SERENI.BE

Kantoren

Monnikenhofstraat 87, 2040 Berendrecht-Zandvliet-Lillo
Dorpsstraat 52, 2940 Stabroek **NIEUW**

Aula / Koffietafels

Zandweg 1, 2040 Berendrecht





De herfst in geur en kleur

Na zo'n mooie zomer kunnen we ook genieten van het herfstseizoen, met nieuwe geuren en prachtige kleuren.

1. Impeccabile Mascara van Collistar, € 28,50 www.collistar.nl
2. Canyon Rush Men van Hollister, vanaf € 20,- www.iciparisxl.nl
3. Disney Villains inspired False Lashes by Catrice, € 4,99 www.catrice.eu
4. Halo Glow Liquid Filter van e.l.f. Cosmetics, € 16,- www.douglas.nl
5. Make me GLOW baked highlighter van essence, € 3,99 www.catrice.eu
6. Couture Color Clutch Radiant Nudes van YSL, € 106,- www.debijenkorf.nl
7. Rose Glow Blush Color Infusion Very Berry van Laura Mercier, € 34,- www.skins.nl

8. Lip Power 507 Pink van Armani Beauty € 39,- www.douglas.nl
9. Nail polish van essie, € 9,99 www.essie.nl
10. Bonne Brow Defining Pencil van Westman Atelier, € 40,- www.skins.nl
11. Evergreen Art Library Flame Boyant, € 50,- www.maccosmetics.nl
12. Laguna Bronzing Cream van NARS, € 39,- www.skins.nl
13. Ambre Safrano van BDK Parfums, € 195,- www.retreat.nl



#tipvanElien!

EEN NIEUW SEIZOEN, NIEUWE KLEUREN

**Het is tijd voor een andere
uitstraling, passend bij
je huis en bij jou.**

Creëer instant een andere sfeer in huis als je overstapt van een effen gordijn naar eentje met een print. Niet saai en zeker niet schreeuwerig wanneer je voor een dessin in rustige kleuren gaat.

Kom de nieuwste collecties ontdekken in onze winkel.

Ontdek deze tinten en dessins in de nieuwe gordijn- en behangcollecties in onze winkel.



RAAMDECORATIE
INTERIEURDECORATIE
BEHANG EN VERF
TAPIJTEN
KLEURADVIES

interieur.
RENDERS

Sint Lenaartsebaan 115, Malle
info@interieurpuntRenders.be

0032 3 290 36 50

www.interieurpuntRenders.be

Mertens Interieur is kiezen voor **vakmanschap**



In onze toonzaal kun je kiezen uit een groot en veelzijdig assortiment aan gordijnstoffen, behang, tapijten en vloerbekleding. Stuk voor stuk duurzame en kwaliteitsvolle materialen. Heb je een keuze gemaakt? Dan zorgen we ervoor dat alles vakkundig bij jou thuis geplaatst wordt.

-
- **Persoonlijk interieuradvies**

 - **Kwaliteitsvolle materialen**

 - **Frisse ideeën**

 - **Een creatief team**

 - **Uitgebreide toonzaal**

Mertens Interieur • Heilig Bloedlaan 277-279, 2320 Hoogstraten
+32 (0)3 314 52 78 • info@mertens-interieur.be
www.mertens-interieur.be

In de schaduw van het fraaie kasteel van Stabroek en gelegen langs drie wandelpaden biedt restaurant-brasserie 't Koetshuis een schitterende locatie om even halt te houden. Met zijn uniek historisch kader vormt het een innemend en ontspannen aanmeerpunt om op adem te komen en te genieten van de schitterende omgeving.

De keuken van 't Koetshuis is zowel gericht op wandelaars die met iets kleins lekker snel terug op krachten willen komen of met een smakelijk biertje willen bijtanken, als op lekkerbekken die uitgebreid willen tafelen. Het concept? Eerlijke keuken, pure ingrediënten, wisselende suggesties en een ongedwongen sfeer.

Als troefkaart beschikt 't Koetshuis over een rustig en ruim terras dat de exclusieve locatie extra cachet geeft.

Restaurant Brasserie 't Koetshuis
Oud Broek 2, Stabroek
0032-3-6058485
www.brasserie-tkoetshuis.be

Een gezellige oase van rust



Haarverzorging in de herfst

Terwijl jij buiten in de zon zat, heeft je haar het zwaar te voorduren gehad door uv-straling en hitte. Tijd dus voor maatregelen!



GOEDE VOEDING voedt je haar van binnenuit. Gezonde voeding zorgt dus niet alleen voor een gezonder lichaam, maar ook voor gezonder haar.

WAS JE HAAR ZO MIN MOGELIJK Hoe minder je je haar wast, hoe mooier het uiteindelijk wordt. De natuurlijke oliën in onze huid krijgen dan optimaal de tijd om onze schedel te voeden.

SPOEL JE HAAR NA HET WASSEN MET KOUD WATER De haarzakjes kunnen dan beter sluiten, waardoor de voedende producten van je natuurlijke shampoo langer aanwezig blijven in de haarzakjes en bij de hoofdhuid.

DE HERFST brengt koude wind en vochtigheid met zich mee. Daarvan kan je haar uitdrogen. Goed hydrateren is dan belangrijk en een voedend haarmasker is raadzaam.

HITTESTYLING, zoals föhnen en stylen, is nooit goed voor haar. Het is zelfs gezonder je haar te laten drogen aan de lucht. Droog het lichtjes met een handdoek en laat het vervolgens drogen. Kam het voorzichtig door als het al enigszins droog is.



MEDUSA
AUCTIONEERS

Heeft u iets te verkopen?

Medusa Auctioneers is een groot internationaal veilinghuis gevestigd op de grens van Nederland en België. Wij verkopen voor de zakelijke en particuliere markt.

U kunt ons bellen, mailen of appen voor een vrijblijvend gesprek.

Voor zakelijke aanbieders of aanbieders voor derden, vraag naar onze speciale voorwaarden.

Wat bieden wij?

- Toegang tot een grote internationale klantenkring. Miljoenen mensen zien uw objecten.
- Brede expertise en persoonlijke benadering.
- Hoge opbrengsten.
- Transparante verkoop en afwikkeling.
- Gunstige voorwaarden.

Wat zoeken wij?

- Schilderijen, tekeningen en fotografie van de 17^e - 21^e eeuw.
- Designmeubelen en -objecten.
- Designer en luxury goods.
- Chinees porselein en Aziatica.
- Zilver, goud en sieraden.
- Verzamelgoederen.
- Grote particuliere of zakelijke collecties.

Daarnaast zijn wij specialisten in:

Grote particuliere of zakelijk collecties • Nalatenschappen • Taxaties en expertise

WWW.MEDUSA-AUCTIONEERS.NL

info@medusa-auctioneers.nl • telefoon: 085 070 34 81 • whatsapp: +31 (0)6 114 548 45

't CRUYDT MANGERIE

Kom genieten van onze
tongstrelende culinaire creaties!

In de unieke ambiance van Mangerie 't Cruydt hebben kookkunstenaar Barry Smeekens en zijn team hun ideeën op smaakvolle wijze gestalte gegeven. De plannen werden daar in een eendrachtige samenwerking gesmeed en verwezenlijkt.

Het resultaat mag gezien worden: een fraaie samengang tussen de kook- en decoratiekunsten, tussen de tongstrelende culinaire creaties van 't Cruydt en het oogstrelende antiek, tussen de beeldende kunst en de interieur- en tuindecoraties van de Greenhouse brigade.

We zijn geopend van woensdag t/m maandag van 12.00 tot 21.30 uur en alle zon- en feestdagen! Wij zien u graag terug in ons restaurant.

Met culinaire groet,

Team Mangerie 't Cruydt

Wie niet alleen de smaakpapillen wil verwennen, maar ook de ogen de kost wil geven, raden wij aan om bij Mangerie 't Cruydt te reserveren.



Mangerie 't Cruydt Heilig Bloedlaan 259-261 2320 Hoogstraten, België
(+32) 3 322 77 37 | (+32)0476913992 | info@tcruydt-mangerie.eu



€ 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 beleven jong en oud in Attractiepark Toverland een dag om nooit te 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 Carnival 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 in 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 aan 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.





Kwaliteit, persoonlijke aandacht en vakkundige behandeling

Wij - Annie en Jenthe - verwelkomen onze klanten graag op een veilige manier. We werken nu ENKEL op afspraak, die u tevens online kunt maken.

In de tijd dat we gesloten waren, zijn we een webshop gestart om onze klanten nog beter te kunnen helpen. Heeft u geen tijd om naar de winkel te komen? Dan kunt u ook een adviserende videocall boeken. Die werkt op afspraak en kunt u ook online boeken.

Intake op huidadviezen gratis!

Wat doen wij zoal bij EsthetiQ:

- Huidadvies
- Gelaatsbehandelingen
- Wenkbrauwen
- Pedicures
- Manicures inclusief gelnagels en gellak
- Definitief ontharen
- Cryolipolise
- Make-up

Cryo-behandeling

IN 1,5 UUR AL MINDER VET

Tijdens een cryo-behandeling wordt het vet plaatselijk bevroren, wat vervolgens op een natuurlijke manier door het lichaam wordt afgevoerd. Geen naalden, geen speciaal dieet, geen operatie en bovenal geen hersteltijd!

Wij werken met het technisch hoogwaardig apparaat van MedCos Body-Wizard voor de reductie van vetcellen. Dankzij deze techniek vermindert het aantal vetcellen in de behandelde gebieden.



KIJK OOK EENS OP
ONZE WEBSHOP



-10%

op een TREATMENT BY
ESTHETIQ behandeling*

€102 > €91,80

ACTIE GELDIG T/M 15/11/22



esthetiQ
EXPERT IN SCHOONHEID

*Alle behandelingen worden afgestemd op de persoonlijkheid van de huid

Kerkeneind 3, Essen | 0032 (0)3 296 82 60 | www.esthetiQ.be

Lachen is echt gezond

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

Sommige mensen met een drukke leefstijl met veel stress lachen veel te weinig. Door lachtherapie te volgen leer je te lachen zonder reden. Het is een vorm van meditatie waar je vrolijker van wordt.

ALS JE EEN LACHBUI HEBT GEHAD, VOEL JE JEZELF GOED Maar toch lukt het veel mensen niet meer om ongeremd te lachen. Mensen hebben te veel stress en piekeren te veel. Lachtherapie kan de oplossing zijn. Door af en toe een flinke lachbui te hebben, word je vrolijker en vergeet je even al je zorgen. Je leert te genieten van het moment, je leert te lachen zonder reden. Eigenlijk is het een hele simpele therapie die je het beste meteen 's ochtends toe kunt passen. Probeer het eens tijdens het douchen of tijdens het ontbijten. Start een lachsessie met rek- en strekoefeningen om je lichaam soepel te maken. Dan begin je met lachen. Eerst een glimlach en

daarna ga je over tot schaterlachen. Na het lachen is er een totale ontspanning, waarbij sommigen zelfs een gevoel van geluk ervaren.

LEREN LACHEN Vaak moet je over een bepaalde weerstand stappen om, zeker in je eentje, te kunnen lachen zonder reden. In een groep gaat het meestal gemakkelijker. Probeer daarom eens een lesje lachyoga. Door middel van oefeningen worden de lachspieren aan het werk gezet. Lachen in een groep werkt aanstekelijk. Zelfs een neplach verandert vaak in een echte lachbui. Iedereen kan meedoen aan lachyoga, je hoeft geen yoga-ervaring te hebben of lenig te zijn om mee te kunnen doen. Soms gaat lachen zelfs over in huilen. Dat is helemaal niet erg. Lachen en huilen liggen dicht bij elkaar, dus laat die tranen maar stromen. Mensen die veel lachen zien er in het algemeen gelukkiger en mooier uit. Iemand die lacht zal ook sneller de mensen in zijn omgeving aan het lachen krijgen.

Tips om meer te gaan lachen? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

WAAROM
JE **VAKER** ZOU
MOETEN LACHEN

Ook dit jaar belooft het weer een magische kerst te worden, misschien zelfs nog net dat ietsje meer.

Een magische kerst & meer

Zowel in het restaurant als in de shop kan je onze prachtige kerstdecoratie komen bewonderen en zelfs aankopen voor thuis. Onze verschillende thema's worden elk jaar geüpdate en uitgebreid en dat is ook dit jaar niet anders.

In het eerste deel van onze shop leggen we de nadruk op Disney. In het tweede deel van onze shop, waar ook onze buffetten worden uitgesteld, kom je terecht bij 'Santa's kitchen', alsof je recht in de keuken van de kerstman terecht bent gekomen. Overall waar je kijkt zie je snoepgoed, zuurstokken, gingerbread-mannetjes en peperkoekenhuisjes.

In het restaurant kiezen we voor een gezellige klassieke sfeer 'cosy Christmas' met warme, gezellige kleuren en ornamenten. Hier voel je jezelf direct helemaal thuis.

Als laatste thema kan je in onze veranda 'Natuurlijke winter' terug vinden, met natuurlijke elementen, knipooigjes naar de natuur en niet te vergeten onze grootste kerstboom. Daarmee maken we het hier op natuurlijke wijze lekker knus.

Al onze decoraties zijn ook te koop! Bekijk alvast een kleine greep uit het assortiment op onze webshop.

Kerstbrunch buffet

Aanvang 10:00
Prijs volw €40.00
Prijs kind €20.00

- Glaasje cava of fruitsap
- Uitgebreid broodbuffet met verschillende soorten beleg
- Soep
- Warme gerechten
- Uitgebreid dessertassortiment
- Inclusief koffie en thee (uitgezonderd speciale)

Reserveren kan via onderstaande QR-code en vervolgens in de reservatietabel naar onder te scrollen en de formule aan te klikken in onze experiences lijst.



Scan de QR-code en reserveer hier alvast je tafel!

Stationsstraat 27 Essen | 0032-3-3379988
info@step2essen.be | www.step2essen.be

Kerstlunch aan tafel

Vanaf 13u00
Prijs volw €45.00

Amuse

Voorgerecht
Rundercarpaccio of scampi

Soep
Tomatensoepje met mascarpone en kip

Hoofdgerecht
Varkenshaas in een kruidig jasje met knolselderpuree
of
Gebakken zalmfilet met zeekraal en venkel

Dessert
Jingle bells dessert

Reserveren kan via onderstaande QR-code en vervolgens in de reservatietabel naar onder te scrollen en de formule aan te klikken in onze experiences lijst.



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



Wij houden uw energie laag!





Op zoek naar iets unieks?

— **Leer, ambachtelijk mooi bewerkt!** —

Mijn naam is Wendy Rombouts en ik wil jullie graag een beetje vertellen over hoe ik met dit concept ben begonnen.

In 2016 ben ik met leder in aanraking gekomen door het volgen van een workshop. Ik vond het zo leuk om te doen dat ik op zoek ben gegaan naar meer. Ondertussen heb ik al een tal van workshops, cursussen en opleidingen gevolgd en ik blijf ze volgen.



Zowel ambachtelijk leer bewerken met handnaaien, vlechten, carven, tools, enz... Maar ook de meer haute couture tassen, gemaakt met de naaimachine.

Voor wie zelf graag aan de slag gaat geeft Artistiki de workshop 'Maak je Eigen! Unieke! Lederen Tas!' volledig HandMade, volgens de principes van het oude ambacht. Er wordt enkel gewerkt met rundleder van goede kwaliteit.

De tassen en accessoires zijn uniek en worden tevens op bestelling gemaakt, voorbeelden vind je op www.artistiki.be

HANDGENAAID



HANDMADE



ACCESSOIRES



Het leven is beter met een BAKFIETS



ZOWEL NIEUW ALS TWEDEHANDS!



Wij leveren en doen ook onderhoud aan huis!

Adam's Bike | Brekelen 4 unit 13, Wuustwezel | +32 456 08 33 84
@adams-bike.com | www.adams-bike.com

Wij van Adam's Bike zijn enkel gespecialiseerd in bakfietsen en longtails!

Kwaliteit, deskundigheid, klantvriendelijkheid, persoonlijkheid, budgetvriendelijk, daar staan wij voor!

Kom vrijblijvend onze bakfietsen testen, neem uw kinderen, huisdieren, boodschappen of gereedschap mee, om zo een 100% beleving te hebben.

Wij hebben voor ieder wat wils!



SLAAP JE GEZOND!

Gezond oud worden – dat willen we allemaal wel! Om dit fijne doel te bereiken is een goed én gezond slaappatroon ontzettend belangrijk. Een gezond slaappatroon zorgt voor een beter humeur, versterkt je immuunsysteem en geeft meer energie.

Onze slaapkwaliteit is echter sterk aan verandering onderhevig naarmate we ouder worden. Dat heeft onder andere te maken met onze hormonen. Vrouwen krijgen last van opvliegers, nachtelijk transpireren en toenemende gevoeligheid voor omgevingsfactoren. Ook krijgen vrouwen na de overgang vaker last van slaapkrachten. Ook de mannen komen naarmate ze ouders worden, moeilijker in slaap. Voor zowel mannen als vrouwen geldt dat de aanmaak van melatonine daalt. Dit hormoon reguleert ons dag- en nachtritme. Naarmate we ouder worden verkalkt de pijnappelklier, het deel van de hersenen dat melatonine aanmaakt.

Slecht slapen heeft een grote impact op de gezondheid. Van langdurige klachten zoals diabetes tot hart- en vaatziektes. Neem daarom je omgevingsfactoren en levensstijl onder de loep, als je jouw slaapkwaliteit wilt verbeteren. Zorg voor een frisse slaapkamer, verminder stress, mediteer en vermijd alcohol/caffeïne voor het slapen gaan.

Liefs, Fajah



ONZE MERKEN

Only Carmakoma

Vero Moda Curve

Zhenzi

Via Appia Due

Frapp

Excellent

Sandgaard

Gozzip

Studio

Stark

Adelina

SeeYou

Nr 1 by OX

Zoey

Kaffe Curve

SeeYou

Fox Factor

Volg ons op
Facebook,
scan de
QR-code



  @bewonderjcurves

MET EEN MAATJE
MEER, LEUK EN HIP!



& Bewonder

love your curves

Omarm je rondingen, laat je maat los en koop kleding die je blij maakt. Vanuit die overtuiging startte Debby Tieman in 2018 met & Bewonder: the place to be als je curves hebt, ze omarmt en leuke kleding zoekt. “Ik laat zien dat je er ook met ‘een maatje meer’ leuk en hip uit kunt zien”, vertelt Debby enthousiast.

Bij & Bewonder vind je heel bewust een breed scala aan merken in verschillende prijsklassen om het voor iedereen leuk te maken om hier eens te gaan shoppen. “Damesmode vanaf maatje 42 tot 54, van hippe merken als Only Carmakoma en Vero Moda Curve. Daarnaast verkopen we natuurlijk nog veel meer merken, maar dit zijn wel de twee hardlopers wat dat betreft.” Groot voordeel van deze merken is dat ze ook vrijwel wekelijks nieuwe items aan leveren. “Daardoor blijft het leuk om hier regelmatig even lekker te komen snuffelen. Er hangt altijd wel weer wat nieuws in de rekken.” Kleding die door Debby persoonlijk wordt geselecteerd. “Ik stel de collectie samen op basis van de wensen van mijn klanten, uiteraard in combinatie met wat ik zelf mooi vind aan combinaties, kleuren en prints.”

Wintercollectie

Nu oktober is aangebroken, hangen de rekken langzaam weer steeds voller met kleding voor de feestdagen. “En ook voor het kopen van een nieuwe winterjas is dit het perfecte moment. Wacht je daarmee tot de echte kou is aangebroken, dan kan het goed zijn dat de voorjaarscollectie al bijna weer in de winkel hangt”, lacht Debby. “Dus wees er op tijd bij!”

Waar je ook voor komt, of je nu alleen even wilt snuffelen of met tassen vol de deur weer uitgaat, iedereen is welkom bij & Bewonder. “Ik hoop dat mijn enthousiasme en positiviteit eraan bij kunnen dragen dat dames met curves zich net als ik lekker in hun vel gaan voelen en dat ook uitstralen met een mooie, nieuwe outfit.”

Passage 2 (hoek Raadhuisstraat), Roosendaal
info@bydebster.nl | www.bewonderjcurves.nl

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



TOPSTORAGE

HEB JE RUIMTE NODIG. WIJ HEBBEN DE PLAATS

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

Ferenco

SPECIALIST IN
STALEN RAMEN EN DEUREN



ALLE MATEN EN INDELINGEN ZIJN MOGELIJK!

Kapelsesteenweg 364, 2930 Brasschaat | 03 889 81 08 | info@ferenco.be | www.ferenco.be

OOK IN DEZE TIJDEN KAN ER **BINNEN EEN BEPERKT BUDGET** GEBOUWD OF VERBOUWD WORDEN.

Alles draait rond drie pijlers: uw bouw wensen, uw budget en de werken die u eventueel zelf wil uitvoeren.

DAAR SLAGEN WIJ BIJ **LOOK 'N FEEL** NOG ALTIJD IN

Een gratis infogesprek? Maak dan vrijblijvend een afspraak.



Melkerijstaat 7, 2910 Essen
0492 17 55 55
Johan.looknfeel@gmail.com

www.looknfeel.be

BOUWADVIES

VOOR BEPERKTE VERBOUWINGEN
TOT VOLLEDIGE NIEUWBOUW



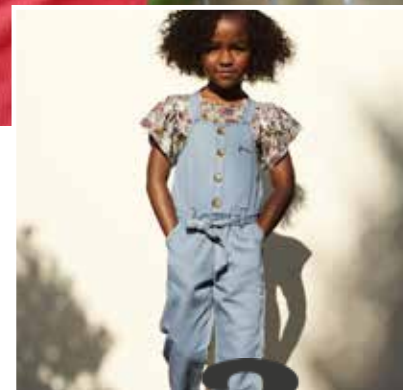
Nieuw in Essen

JOENG boys & girls fashion.
Stationsstraat 115 in Essen

Shop online via www.joeng.be en volg ons op Facebook en Instagram

Van casual tot feestelijk en van hip en trendy tot lekker draagbaar

Stationsstraat 73, Essen | 0032 477510643 | Volg ons op facebook.com/au3fashion | www.au3fashion.be



au3 Fashion ♀

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 procedés 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

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 of vraag een gratis en vrijblijvende offerte aan.



COLEBRANTS
de kracht van perfectie

+32 (0)475962859 | info@colebrants.be
www.colebrants.be |  [colebrants](https://www.facebook.com/colebrants)

SINCE 1968
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



MEN

ZUNDERT

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



Met hart en ziel

Beautique

Onze aanbeveling
3 STAPPEN 30 MINUTEN
DE BESTE HUID VAN JE LEVEN

Ontdek onze nieuwste verzorging de HYDRAFACIAL die zorgt voor een onmiddellijke gezonde glow op je huid, de verzorging die je huid in 1,2,3 een gezonde boost geeft waardoor je resultaat de hoogte in gaat.

Boek nu je afspraak!

Heidestatiestraat 43 2920 Kalmthout | 0032-4-85254418 | info@schoonheidssalon-beautique.be | www.schoonheidssalon-beautique.be

EEN GOEDE EERSTE INDRUK MAKEN?
Zorg voor verzorgde handen en nagels.
 Ga langs bij
Nails by Palmira
 in Kalmthout!



Nood aan een manicure?
 Bel dan:
 0479 04 29 20

PERMANENTE MAKE UP OOK MOGELIJK

Zilverenhoeksteenweg 74, 2920 Kalmthout | +32479042920
 Nails by palmira | www.nailsbypalmira.be

Zorg en aandacht voor jouw hond

Uw hond is in goede handen bij Leen van Oh! My Dog en zal met veel zorg en aandacht worden getrimd.

Had jij graag wat meer info of wil je graag een afspraak maken, aarzel dan zeker niet om me te contacteren.



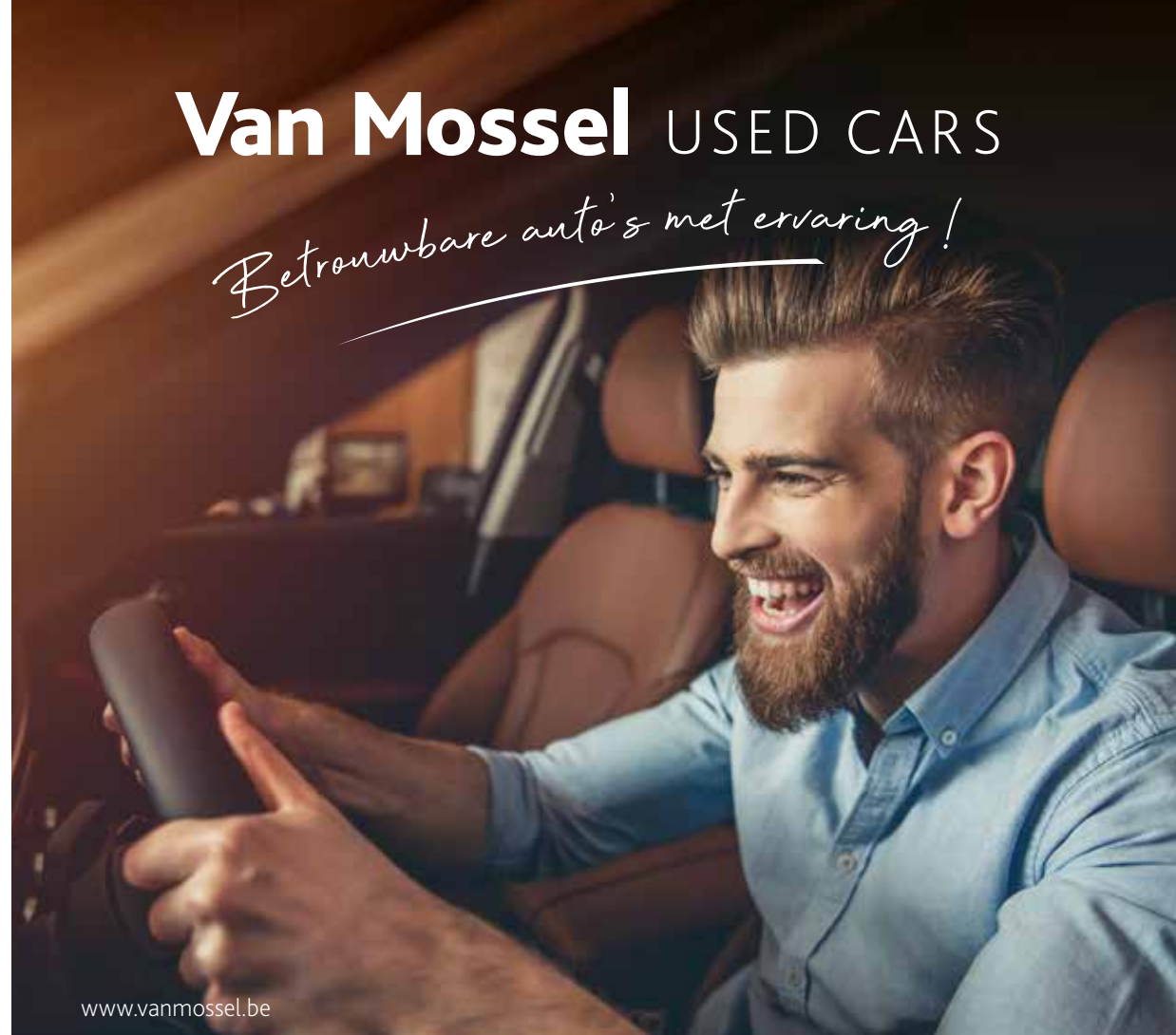
Maak snel een afspraak

Oh! My Dog

Brasschaatsteenweg 236, Kalmthout
 0473 22 23 50 | leen@oh-mydog.be

Van Mossel USED CARS

Betrouwbare auto's met ervaring!



www.vanmossel.be

Van Mossel

Geniet thuis van uw infraroodcabine!

Gun uzelf de kwaliteit van echte onthaasting!



ACTIE!

Bij inlevering van deze advertentie: gratis plaatsing van uw infraroodcabine.

Werken die wij o.a. uitvoeren:

- Plaatsen van nieuwe cv-installaties.
- Plaatsen van nieuwe sanitaire installaties, uitgevoerd naar uw wensen, tekeningen en/of plannen.
- Plaatsen van zonnecollectoren voor warm water en eventueel ondersteuning van uw verwarming.
- Plaatsen van warmtepompen voor uw verwarming en sanitaire warm water.

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

Kinderkleding

★ voor stoere, hippe jongens en meisjes ★
tussen de 2 - 14 jaar



Welkom bij Viva Kids Kinderkleding. Wij hebben superleuke, kwalitatieve, betaalbare merkjes zoals:

- Name It
- B Noso
- Nono
- Stones and Bones
- Like Flo
- Daily seven
- Jubel & Sturdy
- Tygo&Vito
- Moodstreet
- Quapi

Spring gerust eens binnen in de winkel, zodat jullie mijn collectie, die ik met veel zorg uitkiekt met de juiste hulp en advies van mijn leveranciers, leren kennen. Ook kun jij mij vinden bij Winkel vol Winkels te Essen.



Ook online kan je me vinden op www.viva-kids.be

viva kids

KINDERKLEDING

Essensteinweg 16
2920 Kalmthout-Nieuwmoer



Gratis parkeren in de straat

Bent u op zoek naar een winkel in Zundert waar u lekker kunt lunchen of een bakje koffie kunt doen?

Soms is het zo fijn om, na heel wat uren te hebben rondgelopen in Zundert, even te zitten met een lekker broodje en een goede kop koffie.

Bij Wouwi! da's lekker bent u daarvoor aan het juiste adres.

Wij doen onze uiterste best om onze klanten een fijne, gezellige en vooral lekkere lunch te bieden. Benieuwd wat wij u kunnen bieden? Kom eens langs om ons grote aanbod te bekijken!

WOUWI!
da's lekker!

Molenstraat 26a, Zundert (NL)
0031 76 597 5175
www.wouwdaslekker.nl

Winkel in Zundert, vol met lekkernijen!

Lekker lunchen met heerlijk belegde broodjes

Voor een lekkere lunch in Zundert bent u bij onze winkel aan het juiste adres. Koffie, broodjes en nog veel meer lekkere dingen! Zin in een broodje in Zundert? Wij hebben allerlei lekkere dingen voor u klaarstaan. Verschillende broodjes die goed en lekker belegd zijn. Een broodje vlees of een broodje gezond? Geen probleem! Van een broodje Salsa tot een simpel broodje kaas, wij hebben het allemaal! Er zit dus voor ieder wat wils bij, zelfs voor de vegetariërs onder ons. Naast het lekkere eten, kunt u ook nog eens gezellig zitten en genieten van het mooie stadscentrum.



Broodjes:

- Klein zundert € 4,25 gerookte kip
- Molenstraat € 4,25 ham-kaas
- Raamberg € 4,- filet american
- Veldstraat € 4,75 gerookte zalm
- Wernhout € 5,- carpaccio



Taarten

Naast onze heerlijke belegde broodjes, verkopen wij in onze winkel in Zundert ook andere heerlijke producten. Wij hebben allerlei verschillende soorten taart, voor feestelijke gelegenheden of gewoon voor op een vrijdagmiddag. Taarten maken wij in allerlei soorten en smaken, van appeltaart tot chocoladetaart.



f Wouwi! da's 'n broodje

Pompoenquiche met gorgonzola

Deze pompoenquiche met gorgonzola is echt te gek! En helemaal niet ingewikkeld om te maken. Neem pompoen, gorgonzola en spinazie en gooi ze allemaal samen in een quiche. Perfect om het begin van de herfst mee te vieren.

6 PERSONEN - 90 MINUTEN

INGREDIËNTEN

225 gram ongezouten boter
180 gram bloem
2 eetlepels water
800 gram pompoen,
in grote stukken gesneden
2 eetlepels olijfolie
1 grote ui, gesnipperd
2 theelepels suiker
450 gram spinazie
4 eieren
200 gram gorgonzola
65 gram walnoten
snufje nootmuskaat
peper en zout

BEREIDING

Voor de quichebodem: verwarm de oven voor op 200 °C. Snijd de boter in blokjes en meng deze met bloem en water tot de ingrediënten aan elkaar plakken en een stevig deeg vormen. Rol dit uit en bekleed de quichevorm hiermee. Bak 10-15 minuten en haal het hierna uit de oven.

Kook de gehakte pompoen in een grote hoeveelheid water tot de stukken zacht en gaar zijn. Zeef de pompoenstukken hierna en pureer ze met een vork.

Verhit olijfolie in een koekenpan koekenpan en bak hierin de ui. Zodra deze goudbruin begint te worden, voeg je de suiker toe en karameliseer je de ui in ongeveer 5-10 minuten. Bak in een andere koekenpan de spinazie met olijfolie tot ze voor de helft inkoken. Breng op smaak met peper en zout en zet apart.

Meng de eieren met de gorgonzola. Voeg de walnoten, pompoenpuree, uien en spinazie toe. Breng op smaak met peper, zout en een snufje nootmuskaat.

Giet het mengsel op de korst en bak ongeveer 40 minuten, of tot de quiche gaar is.

PUZZELPAGINA

De herfst is in volle gang. Tijd om te genieten van die kleine, maar oh zo fijne dingen van dit seizoen. Het wordt steeds vroeger donker. Dit is juist het moment om lekker veel sfeer aan te brengen in huis. Maak je huis gezellig met kaarsjes, lichtjes, een warme plaid op de bank en los de puzzels op, waarbij je kans maakt op leuke prijzen.



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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **9-7-4**.

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 'herfst'. De oplossing van vorige maand was **werken**.

Maak kans op

Good4fun giftcard t.w.v. € 25,-

Deze Good4Fun giftcard is fun om te geven en krijgen! Circuit rijden, eten, unieke overnachtingen, fashion en alle fun die er is. Online shoppen en te besteden bij fun mogelijkheden. Heel simpel, veilig en origineel. www.good4fun.nl



- 🐕 -it+👁️i=f 🧱y=e
- 🚿b=c+e 🚗t=b+n
- v+👂 🧱y=e
- 🐕 -it+💰g=w+i+🐕 -it
- 🔔+e+🧱y=v+🐟-v

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

Maak kans op flinke korting voor een:

Manilla hoekbank

Op voorraad in ál onze Megastores, ook bij u in de buurt!

vanaf **899,-**



Meer Seats and Sofas? Bezoek de website



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

- | | |
|-----------|-----------|
| meubels | fauteuils |
| banken | kwaliteit |
| hoekbank | zitten |
| slaapbank | deal |

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 november de oplossing in op onze site: www.belgiebruist.be

BRILDESIGN INGRID

Puttestraat, 43 2940 PUTTE-STABROEK 03/605 23 65
www.brildesign-ingrid.be mail : brildesign.ingrid@telenet.be



-300€

op montuur met progressieve glazen

Niet cumuleerbaar met andere promoties.



Aktie
Oktober 2022



Z
O
B

-30€

op ALLE monturen

BRILDESIGN INGRID

* Niet cumuleerbaar met andere promoties. Voorwaarden in de winkel.

GELDIG in oktober 2022

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.

Bij voorkeur op afspraak.
Gesloten op zon- en feestdagen.

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