

DE KEMPEN



MAART 2023 WWW.DEKEMPENBRUIST.BE GRATIS MEENEMEN!

BRUIST



Heb jij al
lentekriebels?

*Geef jezelf
een boost!*

Seraphina's *Boutique*

Damesfashion voor vrouwen met stijl en smaak

Graag helpen wij je jouw ideale outfit te vinden. Wij staan iedere dag graag voor jullie klaar met persoonlijk en eerlijk advies en een brede glimlach!

Scan de QR-
code en bestel
jouw look!



BABOUCHE



BIBA ESQUALO

TRAMONTANA

RINO&PELLE

Onado
Paris

PARA MI
all about the trousers

TYPICAL JILL

3 summum
WOMAN

Impressie **Malle**





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
 belgiebruist

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

 Like ons op Facebook.com/dekempenbruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2023. 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.**



18



Heb jij ze ook al, de lentekriebels? Hier op de redactie van Bruist kunnen we in ieder geval niet wachten tot het voorjaar weer aanbreekt. Laat dat mooie lenteweer dus maar komen. Wil je optimaal van dit seizoen kunnen genieten, blader dan snel verder en laat je inspireren door onze bruisende lentetips.

Bruisende lezer,

En dat is natuurlijk niet het enige wat we deze maand voor je op papier hebben gezet. Uiteraard hadden we ook weer mooie gesprekken met heel wat bruisende ondernemers en ook vind je de leukste tips voor een avondje uit in deze nieuwste editie van Bruist.

Laat de lentekriebels maar kriebelen, ga naar buiten, laaf je aan de stralen van de zon, doe nieuwe energie op en bereid je voor op alle mooie maanden die weer voor ons liggen. Zet de bloemetjes buiten, letterlijk en figuurlijk, en vier samen met ons dat het voorjaar weer in aantocht is. Wij kunnen in ieder geval niet wachten tot het zover is...

Leve de lente!

Manuela Kolkman



Adverteren?

Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel **0477-841299**.

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.

win



12



14



23

Inhoud

Lentekriebels: *geef jezelf een boost!*

Zodra de eerste voorjaarszonnestrallen zich laten zien, komen ze tevoorschijn: de lentekriebels. We willen naar buiten, flirten meer, voelen ons vrolijker en zijn uitbundiger dan in de winter. Laat de lente nog meer in je leven met onze bruisende tips.

DE A VAN AFGELOPEN MAANDEN hebben we voornamelijk binnenshuis genoten. Nu de temperatuur stijgt, is het tijd om de deur uit te gaan. Ga op de fiets naar je werk, maak een voorjaarswandeling of neem de tuin onder handen. Bewegen is niet alleen goed voor je lichaam, het maakt je ook gelukkiger.

DE D VAN VITAMINE D Zon zorgt voor de aanmaak van vitamine D en dat is heel goed voor je lichaam. Bovendien maakt zonlicht dat we ons beter voelen. Breng daarom je lunchpauze een paar keer per week door in het voorjaarszonnetje.

DE F VAN FRISSE ENERGIE In de lente ontwaakt de natuur, breekt de zon door en worden onschuldige lammetjes en andere dieren geboren. Laat je inspireren door de frisse energie die de lente met zich meebrengt en trek er samen met je vriend(in), ouders, vrienden en/of kinderen op uit.

DE L VAN LICHAAM Ga aan de slag met je body. Scrub die oude wintercellen van je huid. Geef je voeten, die de hele winter opgesloten hebben gezeten, een 'grote beurt' en lak je teennagels alvast in een vrolijk kleurtje. Breng een bezoekje aan de kapper en ga de lente stralend tegemoet.

DE T VAN TULPEN Verwen jezelf met een grote bos tulpen. De lente is in aantocht en dat mag best gevierd worden!

DE W VAN WINKELN Langzaam loopt het kwik op en prikt het eerste lentezonnetje voorzichtig door de winterse wolken. Hoog tijd voor een bezoekje aan de stad, waar de voorjaarscollectie al enige tijd in de rekken hangt. Gun jezelf een nieuwe aankoop waarmee je de wintermaanden definitief gedag zegt.

Wil jij tips hoe jij dit jaar aan de lente begint? Op www.belgiebruist.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

ONTDEK HOE JIJ DEZE
LENTE LEKKER **LICHT**
EN **LUCHTIG** BEGINT!

Uitwaaien en genieten aan de Zeeuwse kust



Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied De Zeepe Duinen en het strand van Westerschouwen, vind je sinds circa anderhalf jaar het luxe **Boutique Hotel Ter Zand**. Perfect om heerlijk te genieten van alles wat de veelzijdige Zeeuwse kust te bieden heeft.

Uniek aan het concept van Boutique Hotel Ter Zand zijn onder andere de **32 Garden Suites**, die zich verspreid over het terrein bevinden. En ook de **53 kamers in het hotel** zelf vormen een goede reden om hier vaker terug te keren. De kamers zijn gloednieuw en voorzien van alle gemakken. Doordat de kamers over drie panden zijn verdeeld, voelt het hier bovendien toch aan als een kleinschalig hotel waar je als gast alle aandacht krijgt die je verdient. De medewerkers van het hotel hebben dan ook vooral oog voor het welzijn van de gasten.



Boutique Hotel Ter Zand
Hogeweg 59, Burgh-Haamstede
Tel. 0111-764799
www.sheetz.nl/boutiquehotelterzand



*Gewoon er even
helemaal uit!*

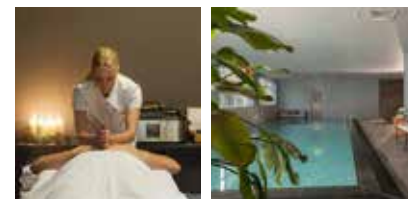
Optimaal genieten!

Boutique Hotel Ter Zand biedt zijn gasten allerlei faciliteiten, zoals **het verhuren van fietsen**, waardoor ze heerlijk de omgeving kunnen verkennen.

Vergeet daarnaast ook niet **het restaurant Le Poirier** waar verrassende gerechten worden bereid met de mooiste streekproducten.



Daarnaast kunt u gebruikmaken van de **wellness en fitness** die zich op slechts tweehonderd meter van het hotel bevinden.



*Scan de QR-code en ga naar
de website voor meer info of
om meteen te reserveren*

LEZERSACTIE***Maak kans op het boek van Sol Bouzamour**

Gebaseerd op waar gebeurde feiten. Een actueel verhaal over liefde en loyaliteit in een harde wereld, de weerspiegeling van de maatschappij hoe we met elkaar omgaan, discriminatie, de verschillen in klassen, maar vooral over de zoektocht naar eigen identiteit.



www.deschrijverscentrale.nl TAG #SOL

**HALLMARK COMPLIMENTEN DAG**

Hoe vaak geef jij eigenlijk een compliment? Het lijkt zo gewoon, maar eigenlijk staan we er te weinig bij stil hoe belangrijk complimenten zijn. Verstuur daarom met Hallmark een mooi compliment! 1 maart is het namelijk weer Nationale Complimentendag. Wie ga jij dit jaar verrassen met een onverwachts compliment? Bestellen doe je met een paar klikken op de website van Hallmark.

www.hallmark.be

**UNION E-LANE**

In het voorjaar is het heerlijk om fietstochten te maken. Met de elektrische E-Lane van Union heb je altijd een elektrisch windje in de rug. Mocht de accu na je vele ritten aan wat power toe zijn, dan kan je deze eenvoudig opladen met een stekkertje. Geen stopcontact in je schuur of fietsenstalling? Geen ramp, dan haal je de accu er gemakkelijk uit en laad je die binnenshuis op. www.union.nl

**HAWAIIAN TROPIC MINERAL SUN MILK FACE LOTION**

Op zoek naar een natuurlijke zonnebrand? Hawaiian Tropic heeft een nieuwe Mineral lijn gelanceerd. Deze producten bevatten geen chemische uv-filters. Bovendien zijn de producten vegan. Perfect voor mensen met een gevoelige huid. De producten voelen licht aan op de huid en plakken niet. Met de Mineral Sun Milk Face Lotion ga je goed beschermd het voorjaarszonnetje in. hawaiiantropic.com



Zet de bloemetjes *buiten!*



BRUIST Deals

Ook 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.

ZORG WEER VOOR GRIP OP JE EIGEN LEVEN!

Verkeer je in een persoonlijk faillissement of heb je (enorme) schulden en zie jij het licht aan het einde van de tunnel niet meer?

In mijn boek 'Laat het kaas niet van je brood eten' geef ik je vanuit mijn eigen ervaring concrete inzichten om echt stappen in de juiste richting te kunnen zetten.

PS: dit boek kun je ook als pdf bestellen, dan hoeft het niet gelijk afgerekend te worden bij bestelling.

PRE-ORDER NOW!
via onderstaande mail



Jolanda.Philipse@icloud.com

**WILKINSON**

Wilkinson Hydro 5 Wood is een scheersysteem met een hoge kwaliteit beukenhouten handvat van duurzame bronnen en een verpakking van negentig procent gerecycled en recyclebaar papier. Met vijfvoudige mesjes en een innovatief gel-reservoir ideaal voor elke man die huidverzorging én duurzaamheid belangrijk vindt. www.wilkinsonsword.com

**LEZERSACTIE***
Maak kans op het nieuwe boek van Faya Lourens

Fajah 'Faya' Lourens is terug met Killerbody Lifestyle waarin het draait om mindset. Val makkelijker af, behoud je resultaat en voel je gelukkiger. Met nieuwe vega(n) recepten en voedingsplannen.



www.fayaofficial.com TAG #FAYA

**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



#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



Klok stuk?

TROUWRINGEN • GOUDSMEDERIJ • KLOKKENMAKERIJ

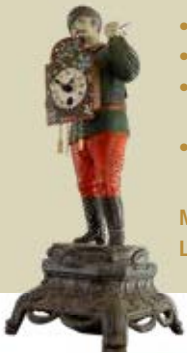
Paul Van der Auwera is een van de weinige ambachtelijke klokkenmakers. Contacteer ons voor een huisbezoek en ophaling en perfecte reparatie van uw klok of uurwerk.



DE PERFECTIE VAN 50 JAAR AMBACHT

- 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!



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

1 maart is het in België
nationale complimentendag.

Mensen die in maart geboren zijn, zijn volgens antropoloog Gerhard Weber over het algemeen **langer** dan gemiddeld.

Internationale **Vrouwendag** wordt elk jaar gevierd op 8 maart.

Op deze dag vragen vrouwen wereldwijd aandacht voor onder andere **gelijkheid** en **economische zelfstandigheid**.

Maart is de regenmaand bij uitstek. Vandaar ook de uitspraak 'maartse buien en aprilse grillen'.

20 maart is het weer zover: het is **lente!**

In het laatste weekend van maart wordt in de nacht van zaterdag op zondag **de klok** een uur vooruitgezet.



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!



Onze menukaart gaat van croque tot steak

ONZE PORTIES ZIJN GROOT,
LEKKER EN AAN EEN GOEDE PRIJS



Welkom in Taverne Den Inslag, een oude hoeve in de bossen van Schilde. Onze keuken is lang open en goed. Bij ons kun je lunchen, dineren en zondags ontbijten.

Wij beschikken ook over een ruime feestzaal met eigen terras, welke geschikt is voor recepties, bruiloften, uitvaarten en feesten van 10 tot 150 personen.

Kom tot rust met een drankje en een lekkere snack op ons terras, in een groene oase aan het kruispunt van verschillende fietsroutes waar jong en oud zijn gading vindt.

Voor de liefhebbers staat er een pool- en biljarttafel ter beschikking en er is een mooie speeltuin voor de kinderen.

Open: dagelijks van 9:00 tot sluiting
Dinsdag en woensdag gesloten
Keuken: dagelijks van 11:30 tot 20:45
Zondag uitgebreid ontbijtbuffet van 9:00 tot 12:00

Meer weten
of reserveren?
Bel 03 482 41 43



DEN  **NSLAG**

Noorderlaan 16, 2970 Schilde
jeroenproost@hotmail.com

Kom tot rust in de **badkamer** van uw dromen



Douchen tijdens de verbouwing!

Met het oog op het ontzorgen van onze klanten hebben we nu 'Showertime', onze mobiele badkamer! U kunt tijdens de verbouwing rustig thuis blijven douchen. Ook voor aannemers - verzekeringen - evenementen - of privé.



Droomt u van een moderne en comfortabele badkamer? Dan zijn wij, De Vry Service uit Beerse, uw professionele aannemer. Wij werken uw wensen vakkundig uit en realiseren uw droombadkamer zonder zorgen. Ondertussen bestaan we al 12 jaar en kunt u bij ons terecht voor totale badkamerrenovaties én voor kleinere sanitaire projecten en herstellingen.

Onze focus ligt steeds op comfort, duurzaamheid en kwaliteit en dit met de glimlach. Dat we een uitstekende service bieden, had onze naam u al verteld. Wij werken van ontwerp tot en met afwerking. U hoeft dus geen andere partij meer in te schakelen!

Kijk op devryservice.be of mail naar info@devryservice.be.



Beemdenstraat 5, 2340 Beerse
+32 (0) 478 54 24 96
www.devryservice.be

DAGJE UIT OOIEVAARS-WEEKEND



De Zwinoeievaars keren al terug uit hun winterverblijf vóór de lente echt begint en zoeken een nest op in het Zwin Natuur Park om vervolgens tot augustus in het park te blijven. Tijdens het Oeievaarsweekend op 11 en 12 maart wordt deze bijzondere vogelsoort tussen 10.00 en 17.00 uur extra in de kijker gezet in het Zwin Natuur Park. Zo neemt de parkgids je mee voor een tocht langs de nestpalen in het park en kunnen de jongste bezoekers onderweg luisteren naar het verhaal van 'Stork' of zelf in de huid van een oeievaar kruipen en een leuk oeievaarsspel spelen. **Kijk voor meer info op www.zwin.be.**

FILMPJE KIJKEN THE WHALE

Charlie leeft teruggetrokken en geeft online Engelse les. Hij heeft ernstig overgewicht en lijkt alles in zijn leven te zijn kwijtgeraakt. Toch probeert Charlie, vol hoop, o, het contact met zijn zeventienjarige dochter Ellie te herstellen. Maar die neemt het hem kwalijk dat hij zijn gezin in de steek heeft gelaten. Langzaamaan ontdekken we hoe Charlie de man is geworden die we zien en hoe hij hoopt toch een vader voor Ellie te kunnen zijn. Oscargenomineerde regisseur Darren Aronofsky maakt je onderdeel van een leven waar je van weg wilt kijken, maar dat je tot tranen toe beroert. **THE WHALE is vanaf 8 maart te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN KOEKOEKJONG



Twee verschrikkelijke gebeurtenissen schudden Fjällbacka op haar grondvesten. Een beroemde fotograaf wordt dood aangetroffen in een showroom en Henning Bauer, de Nobelprijswinnaar voor literatuur, wordt aangevallen op het eiland waar hij het tiende boek in zijn wereldberoemde serie schrijft. Patrik Hedström en zijn collega's van het politiebureau van Tanumshede storten zich op beide zaken. Ondertussen verdiept Erica Falck zich in een cold case: de nooit opgeloste moord op een transgender man in de jaren tachtig. Langzaam realiseert ze zich dat het verleden onlosmakelijk verbonden is met het heden... **KOEKOEKJONG van Camilla Läckberg is vanaf 1 maart verkrijgbaar.**

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

Wilt u een huis kopen op Ibiza?

Do you want to buy a property? • Deseas comprar una propiedad?



Ibiza Finest Real Estate S L. · Franchisee of KENSINGTON Finest Properties International AG
c/Joan Tur Tur 9B, bajos Edificio Punta d' en Mayol 07840 Santa Eulalia · Ibiza · Spain

www.kensington-international.com
www.kensington-ibiza.com

noelle.politiek@kensington-international.com
0034 971 863 943 /// 0034 660 301 454

Townhouse met uitzicht op zee en voorzien van alle moderne faciliteiten

**Dit townhouse heeft zeer veel te bieden.
Een geweldige locatie, uitzicht op zee en het is
voorzien van alle moderne faciliteiten.**

Parkeer uw auto onder de carport en loop direct het huis binnen via een van de twee ingangen. De bovenste ingang leidt u naar een woonruimte met volledig uitgeruste open keuken en zithoek met grote ramen, veel licht, uitzicht op zee en overzicht op Santa Eularia. Via de trap omhoog is er een zonnig dakterras, een infinity pool van 21m² en een nog beter uitzicht. De vier niveaus van dit huis zijn allemaal verbonden door een robuuste en stijlvolle metalen trap. Op de tweede verdieping vindt u twee ruime slaapkamers waarvan de masterbedroom met een badkamer en suite. Toegankelijk via een eigen ingang vinden we een ander woongedeelte dat kan worden gebruikt als een onafhankelijk appartement, met een volledig uitgeruste keuken en drie gescheiden dubbele slaapkamers met ingebouwde kasten. Eén met een badkamer en suite en twee met een gedeelde badkamer. Ook is de opslagruimte hier te vinden. De gezellige stadstuin is een echt goede plek om te ontspannen en te genieten van lange zomeravonden. De tuin is voorzien van een BBQ en een spa-house met een geïntegreerde verwarmde jacuzzi.



REFERENTIE	KPI810
TYPE OBJECT	Villa
WOONOPPERVLAKTE	246 m ²
OPPERVLAKTE VAN HET PERCEEL	306 m ²
SLAAPKAMERS	5
BADKAMERS	4
ZWEMBAD	1

PRIJS
€1.995.000,-

Houd je gebit gezond

Een stralend gebit is het visitekaartje van jouw gezicht; het ziet er verzorgd en gezond uit. Maar hoe houd je je gebit mooi en gezond?



POETS JE GEBIT TWEEMAAL PER DAG zo blijft je gebit schoon en fris en bescherm je jezelf tegen de schadelijke invloeden van tandplak. Tandplak bestaat uit bacteriën en veroorzaakt gaatjes.

POETS MINIMAAL 2 MINUTEN per poetsbeurt, zo krijgen de enzymen in de tandpasta de tijd om goed hun werk te doen en je tandvles en gebit goed te reinigen.

BESTEED AANDACHT AAN JE TANDVLEES Masseer tijdens het poetsen zachtjes het tandvles. Zet je borstel zo op het tandvles dat de borstelharen tussen de tand en het tandvles kunnen komen. Op die manier blijft je tandvles gezond en mooi roze.

VERVANG JE TANDENBORSTEL OP TIJD Als de uiteinden van de borstelharen verder uitwijken dan de steel van de borstel breed is, dan is het tijd om de borstel te vervangen.

DAGELIJKS FLOSSEN is een belangrijk onderdeel van je mondverzorgingsroutine. Zo help je tandplak te verwijderen uit de zones waar je met een tandenborstel niet goed bij kan.

LOOKING/GOOD

DE ROMA

AGENDA/MAART

OVER DE ROMA

Twintig jaar geleden sloegen honderden vrijwilligers uit Borgerhout en omstreken de handen in mekaar om een totaal vervallen zaal Roma na jaren van leegstand te renoveren en te heropenen. Het begin van een fantastisch verhaal van samenwerking, volharding, engagement en vriendschap. Vandaag is De Roma een gevestigde waarde in Borgerhout en één van de trekpleisters van Antwerpen. Dat vieren we dit jaar met tal van mooie namen op de affiche. Een greep uit het ruime aanbod.

CINEMA ROMA

Wist je dat je in De Roma ook naar de film kan? Voor slechts 5 euro vertonen we de beste kwaliteitsfilms. Nestel je in onze gezellige stoeltjes op het balkon voor een heerlijke filmavond. Je drankje mag je gewoon meenemen in de zaal. De actuele filmprogrammatie vind je terug op www.deroma.be/film



Alle info en tickets via www.deroma.be

Turnhoutsebaan 286
2140 Borgerhout
E. info@deroma.be
T. +32 (0)3 600 16 60

DO 9
MRT
2023
20:00
ROOSBEEF
CONCERT KLEINKUNST NEDERLANDSTALIG
SINGER-SONGWRITER POP
€ 18 - € 20



DO 16
MRT
2023
20:00
RUMBA DIVAS
EVENEMENT CONCERT
RUMBA
€ 14 - € 16



DI 21
MRT
2023
20:00
THE HOUSE OF LOVE
CONCERT POP/ROCK INDIE GITAAR
POSTROCK BRITPOP
€ 23 - € 25



WO 22
MRT
2023
20:00
MOONEYE
CONCERT POP/ROCK BELGEN
INDIE POP ROCK
€ 14 - € 16



DO 23
MRT
2023
20:00
HENRY ROLLINS
VOORSTELLING STORYTELLING COMEDY POËZIE
SPOKEN WORD ENGELSTALIG
€ 24 - € 26



VR 24
MRT
2023
20:00
NNEKA
CONCERT SOUL FUNK HIPHOP
AFROBEAT R&B POP
€ 24 - € 26



WO 29
MRT
2023
20:00
EMILIANA TORRINI & THE COLORIST ORCHESTRA
CONCERT BELGEN KLASIEK SINGER-SONGWRITER
ORKEST POP
€ 24 - € 26



VR 31
MRT
2023
20:00
COELY
CONCERT BELGEN SOUL HIPHOP
R&B POP
€ 23 - € 25



Gun jezelf even een moment van rust.

Kom genieten van een heerlijke massage

- volledige lichaamsmassage
- massage volledige achterzijde
- rug/nek schouder massage
- hoofdhuid en gelaatsmassage
- voetmassage

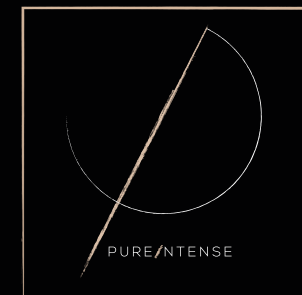
“Sinds 2018 is Pure Intense gevestigd in Malle, omgeven door de dorpskern en omringd met de volledige liefde van mezelf. Maxime is de naam achter schoonheidsinstituut Pure Intense. Inner and outer beauty staat centraal bij Pure Intense en ook in de toekomst streef ik daar steeds meer naar.”

“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!”

Graag op de hoogte van leuke promotie's of kortingen? Volg dan zeker onze facebook!



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





NJOY
by Yasmin

MAAK EEN AFSPRAAK
Telefonisch of via de website

ma 10.00 tot 15.00
di 09.00 tot 18.00
wo 09.00 tot 18.00
do 09.00 tot 20.00
vr 08.00 tot 18.00
za 08.00 tot 16.00



JOUW HAAR IS ONZE PASSIE!

Bij N-Joy by Yasmin komt u voor alle haarmode in 's-Gravenwezel in een losse, huiselijke sfeer terecht waar een Scandinavisch interieur u verwelkomt. Yasmin en haar team leggen u graag in de watten en zorgen voor een mooi kapsel passend bij uw persoonlijkheid. In het kapsalon wordt er stevast gewerkt met de

haarproducten van Redken en Mediceuticals, die zorgen voor gezond, glanzend haar en enorm doeltreffend zijn. Geregeld volgt Yasmin ook cursussen om up-to-date te blijven bij de allerlaatste technieken, zoals kleurtechnieken voor een optimaal resultaat.





Ruiken naar de *lente*

Om alvast een beetje in voorjaarsstemming te komen, parfumeer je jezelf met de heerlijkste lentegeuren!

1. Lily Of The Valley van 4711, € 22,50,- www.4711.nl
2. Desert Rosewood Eau de Parfum van Goldfield & Banks, 100ml, € 165,- www.skins.nl
3. Sugar Cashmere Detergent van Tangent GC, € 20,- www.skins.nl
4. Afrika-Olifant Extrait de Parfum van NISHANE, 50 ml, € 220,- www.skins.nl
5. Invictus Victory Elixir Parfum Intense van Rabanne vanaf € 98,20 www.douglas.nl
6. Bella Bouquet van Oscar de la Renta, vanaf € 52,- www.douglas.nl
7. Angel Elixir Eau de Parfum van Mugler vanaf € 50,92 www.iciparisxl.be

8. My Way Le parfum van Giorgio Armani, vanaf € 98,90 www.douglas.nl
9. Black Opium Le Parfum van YSL, vanaf € 98,- www.iciparisxl.be
10. Citrus Rivièra van BDK parfums, € 150,- www.retreat.nl
11. Olympéa Flora Eau de Parfum Intense van Rabanne, 30ml € 76,40 www.douglas.nl
12. Un Été van Obvious Parfums, € 110,- www.retreat.nl
13. Strawberry van Malin + Goetz, € 88,- www.retreat.nl
14. Islander Eau de Parfum van Ligne St. Barth, €104,- www.thecofcosmetics.com



YASMIEN BEAUTY ARTIST

KAMPIOEN IN 2 CATEGORIEËN

'SHADED EYELINER' EN 'NATUREL NANO HAIRSTROKES'
maakt dat Yasmien behoort bij de top van België in permanente make-up.

MASTER IN COSMETISCHE EN MEDISCHE MICROPIGMENTATIE

Ze zal in oktober meedoen met de wereldkampioenschappen waar meer dan 44 landen aan deelnemen, zo zal ze met nog vier andere pmu artiesten van België proberen een titel in de wacht te slepen.

Je kan voor alle pmu behandelingen terecht bij Yasmien maar haar hoofdspecialiteit zijn de nano hairstrokes (machinale techniek), die quasi uniek is in België en Nederland en die heel weinigen toepassen. Het is 1 van de moeilijkste technieken. De soft shaded eyeliner valt ook heel hard in de smaak, ze doet het zo subtiel dat het natuurlijke nog steeds aanwezig is. Ook kan je terecht voor soft powderbrows (heel hard in trek bij de jongere generatie) en de full lip blush.

Yasmien houdt van naturel en de permanente make-up van heden is zo naturel dat het niet meer te vergelijken is met die van vroeger. Het is de bedoeling om je gezicht beter te doen uitkomen maar op een manier dat mensen dit niet zien.



Eye design

Deze techniek is het zetten van een ultrastrakke eyeliner... Van het intensifiëren van de wimpers (deepliner) tot een op maat gemaakte 'wing' of een shadowliner..



Hair strokes

Een machinale techniek waarbij ultrafijne haartjes gezet worden (3D-effect) en dus als het ware lijken op echte wenkbrauwen. Afhankelijk van je huidtype en wenkbrauw wordt er bepaald welke techniek het beste bij je past.



Lash Lifting

Met deze wimperlift behandeling krijg je volle, gelifte wimpers die wekenlang mooi blijven! Het is een geweldige alternatief als je geen extensions wilt/kunt dragen of als je je natuurlijke wimpers niet langer wilt beschadigen door de wimperkruller.



Lips

Met een fijne naald (machinaal) kan de vorm aangepast worden en kunnen we de lipkleur opfrissen door het toepassen van een schaduw effect of het volledig opvullen van de lippen. Er wordt gewerkt met zachte kleuren zodat het resultaat na genezing heel natuurlijk is.



Areola (tepelhofpigmentatie)

Een zeer dankbare en prachtige techniek om 3D-areola's geheel of gedeeltelijk nieuw op te bouwen. Na een borstreconstructie, als kers op de taart...



Powderbrows/ Ombre

Een machinale techniek waarbij een zachte schaduw gecreëerd wordt en deze kan overgaan in een ombre techniek.

Meer info en prijzen kan u terugvinden op de website
www.yasmienbeautyartist.be of scan de QR-code.



EINDELIJK WEER LENTE
EN MODE DIE VOOR
LEVENSVREUGDE ZORGT

Fashion *lente*

Dé term om het begin van het warmere weer te omschrijven is al jarenlang 'rokjesdag'. Het is de oh zo mooie dag dat je je rokjes, en natuurlijk je andere zomerse kleding, weer aan kunt trekken en vooraan in de kast kunt leggen. De dag die je waarschijnlijk op een terrasje in de zon doorbrengt in een luchtig kloffie. Bruist zet de modetrends voor dit voorjaar op een rijtje.

COOL: PASTELTINTEN De trend voor het voorjaar: pasteltinten. Mooie koele én zachte, warme tinten sieren de winkelschappen. Zacht suikerspinnenroze, puddinggeel, amandelbeige, gletsjerblauw... het wordt een zoete lente. Met name mintgroen wordt een hit! Pasteltinten mogen dit voorjaar gerust gecombineerd worden met felle kleuren. Houd je het kleurenschema gelijk, dan blijft het één geheel.

HET MOOIESTE IS... BIJNA ALLES IS GOED Suède stoffen, franjes, etnische prints, kleding die de seventies doen herleven, doorzichtige stoffen, zwierig chiffon, glinsterende pailletten, bijoux in de trendkleur goud, gladiatorsandalen, spaghetti-topjes, elegante bomberjacks en zelfs de broekrok... het is allemaal voorbijgekomen op de catwalks. Fijn om te weten: ook jeanskleding mag nog steeds. En dat is mooi nieuws voor iedereen in Nederland Spijkerbroekenland, waar niet alleen veel

jeans worden ontworpen, maar waar wereldwijd gezien per hoofd van de bevolking de meeste spijkerbroeken worden aangeschaft.

LEKKER UITBUNDIG In sterk contrast met de rustige pastelkleuren staat de trend van de felgekleurde prints, het liefst futuristisch, abstract en met een tropisch tintje. Een enorme ananas, grote uitbundige bloemen in alle kleuren van de regenboog, een uitheemse vogel met bonte veren... hoe exotischer hoe beter. En verschillende prints met elkaar combineren is geen enkel bezwaar.

MANNEN OPGELET Wil jij dit voorjaar helemaal trendy voor de dag komen, zorg dan voor enkele items in de trendkleuren papaya (dat is een oranjetint, niet te verwarren met het oranje dat je draagt als het Nederlands elftal speelt) en korenblauw. Of combineer een mooi pak of designerdenim met sneakers en steel de show.

Inspiratie nodig voor lente fashion? Op www.belgiebruist.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

HÉT HOTEL★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel aan het strand van Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit viersterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**



SCAN DE QR-CODE
En laat jouw
vakantie beginnen!

HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

Calle de La murtra 5, 07817 San Jordi, Ibiza | info@garbi-hotel.com | +34 971 300007 | www.hotelgarbi-ibiza.com



Kom tot rust aan de kust



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

- Op 400 meter van het strand
- Mobilhomes zijn meer dan welkom
- 365 dagen per jaar open
- Kamperen & verblijven

BRUIST
Deal
**5% KORTING
OP UW VERBLIJF**

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

Theater en concerten in GC Kadans

TICKETS: www.curieus-wuustwezel.be
Geen internet? sms 0478 03 72 55



VRIJDAG 31 MAART OM 20:15
IERSE AVOND - DUBBELCONCERT

TRUE GODS OF SOUND AND STONE
Songs from the Emerald Isle

BRIAN BRODY
Irish ballads for the World



ZATERDAG 22 APRIL 2023 OM 20:15
LENOISE

CELEBRATING NEIL YOUNG
LeNoise speelt zijn favoriete Neil Young-songs met wat de bandleiden verstaan onder de Crazy Horse-feel. LeNoise, top musicians inspired by the horse. Voor alle fans van Neil Young.



ZATERDAG 29 APRIL OM 20:15
EN ZONDAG 30 APRIL OM 14:30

KOBRA, GONUTS EN DE NOTENKRAKERS
APRILSE GRILLEN

De zangkoren Kobra, GoNuts en De Notenkraakers brengen een bruisend lenteconcert met zang, muziek en voordracht, rond thema's van de lente. Ze worden bijgestaan door Erik Claessens (piano) en Hans Van Hecke (gitaar).



VRIJDAG 12 MEI OM 20:15
JAN GEYSEN & BAND
THE SILVER LINING

Zanger/gitarist Jan Geysen stelt zijn eerste soloalbum voor in zijn hometown Wuustwezel: 'The Silver Lining'. Met songs over zijn levensweg tijdens de afgelopen jaren, bezaaid met kuilen en hobbels. Jan wordt begeleid door enkele Vlaamse topmuzikanten.



GEZELLIGHEID ÉN
EEN PICOBELLO
KAPSEL?

JA HET KAN!

ID Coiffures Zundert
Molenstraat 35
076-5973460

ID Coiffures Hoogstraten (B.)
Heiligbloedlaan 269
03-3147742

www.idcoiffures.com



BRUIST

Hallo *lente!*
Wat fijn dat je er
weer bent.



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

Meer info:
geleidehond.be

GEZOCHT:
Pleeggezinnen
voor onze pups



Belgisch Centrum voor Geleidehonden
Sint-Truidersteenweg 309 Tongeren



Ontdek zelf hoe
wij het verschil
maken!

**PROTI
BALANCE**

concap

**Je gezondheid
is je meest
kostbare bezit!**

**Wees er dus goed voor en geef het
de juiste brandstoffen om er zorg
voor te dragen.**

Bij Proti Balance vind je proteïnerijke producten
voor gezond gewichtsverlies, kwalitatieve en
betaalbare supplementen voor de ondersteuning
van je gezondheid en sportvoeding van Concap
om je prestaties naar een hoger niveau te tillen.

Ons advies en begeleiding bij de aankoop van je
producten zijn bovendien volledig gratis, want zo
maken we samen echt het verschil.

Heeft u interesse?
Neem dan contact op

U vindt ons in: Brasschaat | Schilde | Vorselaar
www.proti-balance.be | Geopend maandag t/m zaterdag ook zonder afspraak

Orecchiette met broccoli

Een heerlijk pastagerecht dat gemakkelijk klaar te maken is op een drukke, doordeweekse avond. Broccoli, knoflook en olijfolie voegen gezonde voedingsstoffen toe aan dit lekkere lentegerecht.

4 PERSONEN - 20 MINUTEN

INGREDIËNTEN

8 ons orecchiette
1 eetlepel olijfolie
2 teentjes knoflook, gehakt
1 bos broccolistengels
1 theelepel grof zout
2 eetlepels geraspte pecorinokaas
gemalen zwarte peper

BEREIDING

Breng een grote soeppan met water aan de kook. Voeg de pasta toe en en kook in ongeveer 8 minuten al dente. Roer af en toe om te voorkomen dat de pasta blijft plakken. Breng over naar een vergiet om uit te lekken en bewaar een halve kop kookvloeistof. Zet de pasta opzij.

Verhit 1 theelepel olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Voeg de knoflook toe en bak deze ongeveer 2 minuten tot de knoflook goudbruin is. Roer om aanbranden te voorkomen. Voeg de broccoli en het bewaarde kookvocht toe en kook al roerend tot de broccoli zacht en heldergroen is, ongeveer 3 minuten. Voeg het zout toe en breng op smaak met peper. Haal van het vuur.

Voeg de pasta toe aan de pan en meng alles goed door. Verdeel het gerecht over vier borden en besprenkel elk bord met 1/2 theelepel olijfolie en 1/2 theelepel geraspte pecorinokaas.



Veel uitdagingen in **maart**



Vissen

Je gevoelens kunnen je beïnvloeden

Ram 21-03/20-04

Maart zal veel emotionele ervaringen brengen voor Rammen. Je zal erg gevoelig zijn en de hormonen zullen op hol slaan.

Stier 21-04/20-05

De Stier kan zich verheugen op een eindeloze hoeveelheid moed. Dit is het moment om obstakels te overwinnen.

Tweelingen 21-05/20-06

Maart zal veel energie en kracht brengen, die ten goede komen van je lichamelijke conditie. Overdrijf echter niet.

Kreeft 21-06/22-07

Maart zal een rustige tijd zijn. Deze maand zal je vatbaarder zijn voor verkoudheid, dus neem rust en overdrijf niet onnodig.

Leeuw 23-07/22-08

De Leeuw zal zijn temperament ondersteunen. Met groot enthousiasme begin je aan alles wat op je pad komt en je zal in alles uitblinken.

Maagd 23-08/22-09

In maart zal Maagd veel nieuwe dingen leren. Je geheugen zal in deze periode erg goed zijn, dus stel je open voor nieuwe informatie en probeer activiteiten die analytisch denken vereisen.

Weegschaal 23-09/22-10

Maart wordt een drukke maand. Bereid je voor op grote veranderingen in je persoonlijke leven. Het is tijd om daar iets aan te doen.

Schorpioen 23-10/22-11

In maart zullen Schorpioenen beginnen te verlangen naar een gevoel van veiligheid. Je voelt je het beste als je wordt omhelsd.

Boogschutter 23-11/21-12

Je zal je heel zelfverzekerd en ontspannen gaan voelen en positieve energie uitstralen, wat je vrienden en naasten zal aantrekken.

Steenbok 22-12/20-01

In maart zullen Steenbokken enige teleurstelling ervaren in verband met hun relaties.

Waterman 21-01/19-02

Maart zal voor Watermannen een rustige tijd zijn gevuld met het opdoen van nieuwe kennis.

Vissen 20-02/20-03

In maart kunnen de gevoelens van Vissen over een toekomst met hun partner nogal rommelig zijn. Die gevoelens zullen je beïnvloeden.

Bourgondisch genieten

High beer, high wine én high tea

Wist je dat wij verschillende rondes hapjes met bijpassende speciaal bieren en wijntjes serveren tijdens de high beer & high wine.

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



Scan de QR-code, laat je inspireren en reserveer een tafel!

Maak kans op een:

high tea

t.w.v. € 39,-



Brasserie
de Kar
.com



Putsesteenweg 173,
2920 Kalmthout
+32 (0)3 295 00 50

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

highbeer	kalmthout
hightea	bier
brasserie	wijn
highwine	thee

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



PUZZELPAGINA

Het was even koud, maar de lente is er weer! Heb jij de eerste lenteverstijpselen al gezien? Het is weer langer licht, er beginnen weer prachtige bloemen te komen, het wordt beetje bij beetje warmer en de vogels gaan fluiten. Heerlijk, daar zijn we wel aan toe. Lekker genieten en... puzzelen helpt ook om heerlijk te ontspannen.

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

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

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

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

Maak kans op

1 jaar abonnement op Bruist

Wil jij iedere maand twee edities naar keuze van het leukste magazine van Nederland en België in je brievenbus ontvangen? Los de puzzel op en lees alles over onze bruisende ondernemers. Daarnaast geniet je van exclusieve acties, aanbiedingen en kortingen. Veel leesplezier.



Scan de QR-code voor meer info en line-up of kijk op de website www.fairytale-festival.nl

-j	-d	h=j	-s	sl=tw
-b f=i-t -t	p=n -d	o=eUZ	m=v	-r
-e -r	b=m g=zin	b=v -k	us=d l=r	

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

WIN 2 x Vrijkaarten



FAIRYTALE FESTIVAL
12 • 13 MEI 2023
KAATSHEUVEL

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

festival	fairytale
winnen	feest
tickets	eindshow
evenement	artiesten

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

Van Mossel.

**Voor de
mobiliteit
van morgen.**

www.vanmossel.be

Van Mossel