

SCHILDE SCHOTEN
'S-GRAVENWEZEL



MEI 2021 GRATIS MEENEMEN!
WWW.SCHILDESCHOTENBRUIST.BE

BRUIST

André van Duin

‘Televisie is natuurlijk
gewoon doorgedaan’

Rokjesdag in zicht?

Maak je niet dik!



Gratis
brandhout bij
aankoop van een
Artola BBQ

*Genieten van heerlijk samenzijn met
BBQ's van Artola for La Cabane
nu verkrijgbaar bij Houthandel Maxwood*



Voorjaarsacties op alle carports, cottages,
poolhuizen, tuinhuizen en terrashout!



Met een ruime keuze aan vloeren (parket, vinyl en laminaat), gevel- en wandbekleding, binnendeuren, timmer- en tuinhout, plaatmateriaal, terrasvloeren en tuinhuizen, is Maxwood dé houtspecialist die kan meedenken, adviseren en begeleiden bij uw projecten.



maxwood
houthandel voor particulieren en professionals

BABYLUFF: meer dan een winkel!

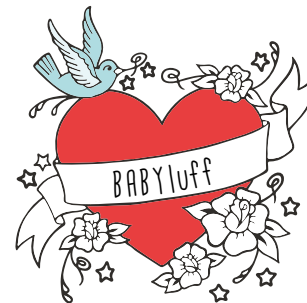
De wereld is veranderd, een virus heeft ons leven eventjes 'on hold' gezet, we nemen steeds vaker tijd om te genieten van alles rondom ons, intens genieten van alles dat je gelukkig maakt. In deze woelige 'rustige' tijden mag Babyluff reeds vier kaarsjes uitblazen. Dat is dik verdiend, want Ellen en haar team hebben hier een 'concept' neergezet met hard werken en liefde voor hetgeen ze doen. Elke dag wordt er gesleuteld aan nieuwe ideetjes, gezocht naar leuke spullen en nieuwe merken. Lokaal, betrokken, verantwoord, glimlach en service, deze woorden liggen nog steeds aan de basis waarop Babyluff is ontstaan, een krachtige basis die zijn vruchten afwerpt voor Ellen en haar team. Bij Babyluff nemen we even de tijd om te genieten van alles rondom: fluffy knuffels, mooie meubeltjes, spulletjes die een glimlach op je gezicht toveren, zowel bij groot als klein.



SINDS VORIG JAAR GAAN STEEDS MEER MENSEN ONLINE SHOPPEN, BABYLUFF HEEFT INTUSSEN EEN PRACHTIGE WEB-SHOP OP POTEN GEZET.

Ellen: Online shoppen is vandaag makkelijk. Je moet daarvoor niet naar buiten en met enkele klikken is je pakketje al bijna onderweg. Het is makkelijk, maar het neemt voor een groot stuk de beleving van winkelen weg. Klanten komen hier voor onze knowhow, service, de touch and feel van onze producten en ideetjes. Ikzelf heb echt een passie voor setjes maken. Wil een klant dit broekje, dan kan ik voor haar een hele outfit samenstellen. Dat is een service die je natuurlijk 'online' niet hebt. Voor onze geboortelijstjes komen onze klanten ook steeds op afspraak langs. Dit is geen lijstje maken en hup klaar, het is een gesprek met de toekomstige ouders. Je leert hen kennen, een eerste band wordt gesmeed. Mijn trouwe klanten ken ik ook bij naam, we vormen een soort van 'Babyluff Community' hier. Ik koester Babyluff in mijn hart, het is een warme plaats met een gezellige drukte waar iedereen zich welkom voelt. De webshop is natuurlijk ook wel belangrijk voor ons, we moeten mee met de tijd en daar steken we ook heel wat energie in. Het DNA van mijn winkel wil ik ook overbrengen op mijn webshop, maar dat creëer je natuurlijk niet in een korte tijd.

THE ONLY TRUE
LOVE IS...
BABYLuff



Brands

Sproet&Sprout, Büho, Nixnut, Emile et Ida, Little Hedonist, Gold, Little Indians, Moumout, Camomille London, Trixie, Liewood, Elodie details, Rêves d'anaïs, Jellycat, Bits&Bites, Mana'o Nani, Goodnight light, Juuwl, Bontoy, Bloom, Sebra, Leander, &Me, Charlie Crane, Bloomingville, Joolz, Koelstra, Petit bateau, Clio Goldbrenner, FUB, Kidscase, My little Cozmo, Bobo Choses, Konges Sloejd, Louis Louise, +1 In the family, Pequeno Tocon, Piupiuchick, Mondo Melocoton, Stokke, Bugaboo...

BABYLuff 

Turnhoutsebaan 320, Schilde
03 501 33 11
info@babyluff.com
www.babyluff.be



8



25



41



12



28



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
f i belgiebruist

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist +31 (0)76-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Carly Pastoors
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Floortje Thieleman

f Like ons op SchildeSchoten's-GravenwezelBruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl
of bel Rogier Jongerden, +31 647 885 009

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Schilde Schoten's-Gravenwezel Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Bruisende lezer,

Op sommige vlakken gelukkig ook een positieve invloed. Laten we ons daar dus maar op focussen. Positief is bijvoorbeeld dat alle ondernemers die wij elke maand weer spreken, bruisen van de creatieve ideeën om hun zaak toch gewoon draaiende te houden. Want natuurlijk willen ze er juist nu zijn voor hun klanten. Waar een wil is, is een weg en die weg wordt momenteel gelukkig maar al te vaak op creatieve wijze bewandeld.

Wil jij op jouw beurt iets terugdoen voor al deze bruisende ondernemers? Koop dan vooral lokaal, bij ondernemers uit jouw regio. Daar doe je ze een groot plezier mee. Bij wie je dan zoal terecht kunt, lees je uiteraard weer in deze nieuwste editie van Bruist.

Manuela Kolkman

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.



Inhoud

Rokjesdag in zicht? Maak je niet dik!

Wortels in plaats van chips, fanatiek sporten en heel veel water drinken. Nu de zomer voor de deur staat, is het hoog tijd om iets aan ons vetpercentage te doen. Onder een dikke trui zijn de extra kilo's niet te zien, maar in bikini of in een kort jurkje wordt dit een heel ander verhaal.

Caloriearme diëten zorgen ervoor dat jij je bewust wordt van het aantal calorieën die je per dag binnenkrijgt en ze laten je zien wat een gezonde manier is om jouw maaltijden samen te stellen. De gemiddelde vrouw heeft dagelijks tweeduizend kilocalorieën nodig om goed te kunnen functioneren. Door de hoeveelheid calorieën te verminderen val je af. Zorg er wel voor dat je voeding voldoende vitamines en mineralen bevat.

Ontbijt als een koning

Wereldwijd hebben mensen die ontbijten een beter gewichtsbehoud in vergelijking met mensen die het ontbijt overslaan. Maaltijden overslaan maakt dat je eetlust gaat schommelen en je verbranding lager wordt. Creëer daarom zes eetmomenten per dag om de vetverbranding op gang te houden.

No more koolhydraten

Een koolhydraatarm dieet is gebaseerd op het mini-maal nuttigen van brood, aardappelen, pasta en andere

producten die koolhydraten bevatten. Er zijn dieetgoeroes die het gebruik van (veel) koolhydraten afraden. Wil je toch blijven genieten van jouw favoriete pastagerecht of sandwich, kies dan voor de goede koolhydraten zoals volkoren producten.

Vervang cocktails door gember thee

Maak van gember thee je nieuwe beste vriend! Alcohol vermindert je gewichtsverlies en zit boordevol suikers. Gember thee daarentegen zuivert je lichaam. Toch zin in een vrolijk drankje? Natuurlijk kun jij je favoriete zomerdrankje ook maken zonder alcohol.

Run baby run

Met alleen gezond eten kom je er niet. Bewegen is noodzakelijk om af te vallen. Laat de auto eens iets vaker staan en leg korte afstanden te voet of per fiets af. Je kunt er natuurlijk ook voor kiezen om lekker buiten te gaan sporten. Ook regelmatig wandelen, met collega's of met je beste vriendin, loont. Succes!

Kun je wel een steuntje in de rug gebruiken om je gewenste gewicht te behalen?

Op www.belgiebruist.be vind je genoeg ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

HET MOMENT
OM CALORIEËN
TE TELLEN IS NU
AANGEBROKEN

Klaar voor het voorjaar?



gedreven door passie

Bandenservice Maco | Heiken 3A te Brecht | 03/313.54.55

10

MACO, UW PARTNER IN:

BANDEN NIEUW & OCCASIE
VELGEN
UITLIJNEN
BATTERIJEN
SNEEUWKETTINGEN
RUITENWISSERS
THULE FIETSDRAGERS
THULE DAKKOFFERS &
DRAGERS
H&R SPACERS &
VERLAGINGSVEREN

info@maco.be | www.maco.be

SNEL EN ZORGELOOS VERHUIZEN?

Al meer dan 75 jaar zorgen wij voor uw verhuizing. Of het nu gaat om grote of kleine vracht, wij kunnen u altijd helpen. Wenst u snel een verhuizing gerealiseerd te hebben? Persoonlijke, snelle service staat bij ons hoog in het vaandel en altijd voorop!

WE DENKEN
ACTIEF MET JE MEE



xxxx
Verhuizingen
Meys UITMUNTEND IN
VERHUZEN EN BEWAREN

Verhuizingen Meys | Lage kaart 460 - 2930, Brasschaat | 03 653 22 11 | info@meys.be | www.meys.be

11

EXTRA LIEFDE

Meehelpen om de wereld een stukje groener te maken? Dan is de Tuin Kneusjes box de juiste keus. Het pakket bevat een verrassend assortiment met buitenplanten die nét wat extra liefde nodig hebben. Ze hebben een schoonheidsfoutje of zijn van wat mindere kwaliteit, maar dat maakt ze niet minder leuk. Hiermee heeft Plantje.nl inmiddels meer dan een miljoen kamerplanten gered. www.plantje.be

**OPPEPPER VOOR JE HUID**

De Hawaiian Tropic Zonneolie is verrijkt met kokosolie en guave. De gelachtige olie verwerkt de huid met vocht, geeft haar een natuurlijke glans en verfrist de huid met een tropische geur. Ook als de zon niet schijnt, is deze olie geschikt als lichaamsolie na je bad of douche. www.hawaiiantropic.com

LEZERSACTIE

Maak kans op een sun care pakket van That'so.

Alle Sun Care Dry Oil Sprays bevatten de formule '3 SPF in 1' en je hoeft ze niet uit te smeren. Er is zelfs een aparte spray voor jouw tatoeages, zodat deze niet verkleuren door de zon en een zonneparty met anti-mug in één. Maak je verzorging compleet met de aftersun. www.thatso.nl



Getoonde producten kunnen afwijken van gewonnen prijs

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. #THAT'SO naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

LEZERSACTIE

Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash.

Dompel je onder in de geur van het voorjaar met deze body wash op basis van perzikbloesem. Deze body wash van O'right bevat ingrediënten die de huid intens verzorgen en hydrateren.



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. #BODYWASH naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

win

We gaan weer naar buiten!

BRUIN ZONDER ZON

Deze ultralichte sunless tan mousse is ontwikkeld om je in korte tijd aan een mooie teint te helpen. Kies de gewenste kleur (light/medium of dark), laat de zelfbruiner tot zes uur lang inwerken en verwen jezelf één tot twee keer per week met deze mousse die gemakkelijk aan te brengen is. www.hawaiiantropic.com



J

BRUIST Deals

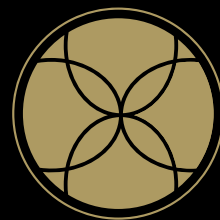
Ook deze maand hebben we weer enkele Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Neem een kijkje op www.belgiebruist.be/lezersacties en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.

**NATUURLIJK LEKKER**



Dit laag-alcoholische, caloriearme en koolzuurhoudende drankje van White Stork geeft overtuigend fruit een nieuwe kans door het sap te gebruiken voor een verfrissend drankje. De unieke bereidingswijze maakt de drank niet alleen honderd procent natuurlijk en duurzaam, maar bovenal verrassend van smaak. www.drinkstork.com



E



ROZEN & BOTTELS
— bloemen-decoratie —

Turnhoutsebaan 54 • 2970 Schilde • 03 336 53 44  
info@rozenenbottels.be • www.rozenenbottels.be • di - za 10.00 - 18.00 uur

Wijn van topkwaliteit!

DE
WIJNRANK
QUALITY WINES



DE WIJNRANK SHOP Turnhoutsebaan 165, Schilde | 03 435 87 57

OPEN: wo-vr van 13u tot 18u - zaterdag van 10u tot 18u - ma, di, zon- en feestdagen gesloten

WWW.DEWIJNRANK.BE

Dertig minuten **tuinieren** heeft al een positief effect op je gezondheid.

In de tuin bezig zijn geeft ook een **geluksgevoel**, omdat je iets doet wat vooruitgang laat zien.

Sommige **groentes groeien beter** wanneer je er bloemen naast zet. Zo trekt kamille een bepaald insect aan dat de groei van je kool bevordert. Zet je een goudsbloem naast je broccoli, dan heb je minder last van bladluizen.

Dus, waar wacht je nog op? **Zet de bloemetjes buiten!**

Zin in een **zomer in Ibiza-style?** Kies dan voor rotan meubels. Ze zorgen voor dat heerlijke laidback **vakantiegevoel**.

Met mooie cactussen in **gekleurde manden** versterk je het bohemian gevoel natuurlijk nog meer.

Maak je tuin 's avonds **extra gezellig** met leuke lampionnen en sfeerverlichting.

THEATER.NL EN BRUIST

SLAAN DE HANDEN INEEN!

Voor jouw complete theateruitje

Bruist vermeldt elke maand de leukste evenementen uit jouw regio in het glossy magazine. Reden genoeg om vanaf nu samen te werken met Theater.nl, het grootste theaterplatform van Nederland. We zijn bovendien óók actief in België! Zo blijf je perfect op de hoogte van het brede culturaanbod en maak je als echte theaterliefhebber kans op mooie prijzen!

Wil jij kans maken op mooie prijzen?
Registreer je dan via theater.nl/bruist en wie weet ben jij één van de gelukkigen!

COMPLEET THEATERUITJE

Theater.nl houdt je dagelijks op de hoogte van het laatste theaternieuws, recensies en natuurlijk de mooiste theatervoorstellingen die je direct kunt reserveren via de website. Daarnaast kun je bij ons terecht voor een compleet theateruitje. Wat denk je van een etentje vooraf of achteraf? Maak gemakkelijk via onze website een keuze uit de beste restaurants in de buurt van het theater, of boek zelfs een overnachting in de stad. Dankzij Theater.nl ligt een compleet dagje uit binnen handbereik!

MAAK KANS OP MOOIE PRIJZEN

Geniet elke maand in Bruist van een exclusief interview van Theater.nl met een bekende Nederlander of Vlaming. **Maar dat is nog niet alles: maandelijks geven we prachtige prijzen weg zoals voorstellingstickets of twee weken gratis streamen, want voor het bekijken van een theatervoorstelling hoef je tegenwoordig de deur niet meer uit.**

 **Theater.nl**
DE WERELD VAN THEATER

'GEVOEL VOOR HUMOR
IS ECHT EEN MUST'

LENGTE
183 CM

LEEFTIJD
47 JAAR

OGEN
GRIJS-
BLAUW

*Jij reageert
toch ook?*

Wil jij ook in deze rubriek op zoek naar jouw grote liefde? Mail dan naar contact@nederlandbruist.nl en je komt geheel kosteloos in Bruist.

BRUISENDE/VRIJGEZEL

Vrijgezel Jurjen stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. Vandaar dat we in deze rubriek graag aandacht besteden aan onze Bruisende Vrijgezellen. In mei hebben we speciale aandacht voor: Jurjen Bakker, woonachtig in het prachtige Grave. "Toen ik de rubriek zag, heb ik me meteen aangemeld. Al komt er maar één reactie binnen, dan is het al geslaagd."

Het is tekenend voor de positieve instelling van de 47-jarige Jurjen, vader van een 17-jarige zoon die bij zijn ex woont. "Ik zeg altijd: ik ben een 37-jarige met tien jaar levenservaring. Ik voel me jong van lijf en geest." In het dagelijks leven is hij ondersteunend administratief medewerker bij chipfabriek NXP. "Het is leuk, uitdagend werk en ik heb fijne collega's. Het enige wat in mijn leven nog ontbreekt, is een nieuwe liefde."

**Jurjen zoekt
de liefde van
zijn leven!**

Van onenightstands houdt hij niet, hij is op zoek naar een langdurige relatie. "Ik ben zo trouw als een hond en dat verwacht ik ook van een toekomstige partner." Zijn hobby's zijn onder andere lezen, USB-sticks en dvd's verzamelen, televisiekijken, muziek luisteren

(van Frank Boeijen tot Sarah Brightman), hardlopen en fietsen. "En natuurlijk mijn driejarige kater Joris bezighouden. Die houdt gelukkig wel van een knuffel."

Attent, sportief, eerlijk, betrouwbaar, opgewekt, optimistisch, creatief, een natuurmens, dat zijn de woorden die Jurjen het beste omschrijven. "Ik zoek een vriendelijke, gezellige dame met - net als ik - een goed gevoel voor humor. Met wie ik kan lachen en huilen en met wie ik samen leuke dingen kan ondernemen: een terrasje pakken, uit eten gaan, een avondje bankhangen. Maar ook iemand die mij in mijn waarde laat en me accepteert zoals ik ben. En nu maar hopen dat de bliksem inslaat tijdens onze eerste ontmoeting!"

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar jurjenbruist@gmail.com.

lingerie

STYLISH. SOPHISTICATED. SEXY.

Caress



Shop ook online
www.caress.be

met persoonlijk
advies!

Lingerie Caress | Dr. Roosenplein 43, Brasschaat | 03 651 86 17 | www.caress.be



DAGJE UIT BEAUFORT



Van 27 mei tot 7 november 2021 vindt inmiddels alweer de zevende editie van Beaufort plaats. Tijdens dit gratis toegankelijke, culturele regioproject aan de Belgische kust - dat om de drie jaar wordt georganiseerd - presenteren dit jaar 21 kunstenaars hun eenentwintig kunstwerken in de natuurlijke biotoop van het kustlandschap. De doelstelling is om de kust als een eigentijdse cultuurtoeristische bestemming in de kijker te plaatsen. Voor deze zevende editie is ervoor gekozen om de bijzondere kwaliteiten van Beaufort te benadrukken: het decor van de zee, de laagdrempeligheid van het project, de spreiding over de kustlijn en de uitbouw van een kwalitatief beeldenpark op termijn. **Meer info op www.dekust.be/nl/inspiratie/beeldenpark-beaufort.**

FILMPJE KIJKEN DE OOST

De Oost van Gouden Kalf-winnaar Jim Taihuttu speelt zich af in Indonesië, tijdens de Indonesische Onafhankelijkheidsoorlog in 1946. Johan (Martijn Lakemeier) is een jonge Nederlandse soldaat die samen met ruim honderdduizend anderen wordt uitgezonden om orde op zaken te stellen in Nederlands-Indië. Gaandeweg raakt Johan in de ban van de charismatische legerkapitein Westerling, bijgenaamd De Turk (Marwan Kenzari). Wanneer de oorlog escaleert en De Turk het verzet van de bevolking steeds genadelozer neerslaat, wordt de lijn tussen goed en kwaad voor Johan steeds vager. **DE OOST is vanaf 13 mei te zien via Amazon Prime Video.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN DODELIJK SPEL



Onderweg naar Californië maakt Aloysius Archer een tussenstop in Reno. Nog geen 24 uur later is hij de trotse eigenaar van een peperdure, zeldzame Franse sportauto, heeft hij een reisgenoot gevonden in de mysterieuze danseres Liberty Callahan en moet hij zich enkele zwaar bewapende criminelen van het lijf houden. Liberty blijkt niet alleen zeer verleidelijk te zijn, maar ook uitstekend met een pistool overweg te kunnen. Het zijn eigenschappen die van pas komen wanneer privédetective Archer in een politiek wespennest belandt waarin een schatrijke familie, een nachtclub en een militaire installatie de hoofdrol spelen. **DODELIJK SPEL van David Baldacci is vanaf 11 mei verkrijgbaar.**

Oud goud komt tot leven!

TROUWRINGEN • GOUDSMEDERIJ • KLOKKENMAKERIJ

Uw juweel betekent veel voor u, dat zetten wij voorop in alles wat we doen. Daarom behandelen wij uw juwelen met zorg, toewijding en ambacht. 50 jaar ervaring garanderen steeds betere procédés en de juiste materiaalkeuze. We praten samen over het design dat bij u past. En ook na aankoop kan u bij ons terecht voor advies en service.

Bij het ontwerpen van uw juweel luisteren wij eerst naar uw verhaal. Ook met uw oud goud kunt u trouwens bij ons terecht; wij verwerken het tot een nieuw ontwerp. Of we begeleiden u in uw keuze uit ons uitgebreide assortiment aan juwelen. Uw juwelen krijgen bij ons een nieuw leven: we beslissen samen over elke aanpassing en herstelling van uw juweel of uurwerk en herstellen zelfs klokken (maak hier een afspraak met de klokkenmaker). **Maak nu een afspraak en bespreek de mogelijkheden!**



DE PERFECTIE VAN 50 JAAR AMBACHT

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

#FABULICIOUS.EU

Schoolstraat 1B, Schilde | 0499 36 35 69

Fabulicious.eu | www.fabulicious.eu

Fotograaf: Shootyou.be | www.shootyou.be

De contactberoepen hebben weer eens 4 weken moeten sluiten, scholen hadden een weekje vroeger vakantie ook hebben we het nieuws gekregen dat we nog niet essentiële verplaatsingen mogen doen dus we geraken allemaal nog bij Fabulicious.

Het is alweer mei

Ook de winkels mochten nog verder verkopen, maar op afspraak. En op 30 minuten vind je makkelijk je top outfit bij Fabulicious. Neem gerust één persoon mee die zijn of haar mening kan geven. Ook kan je nog steeds online bestellen. Zo kan je thuis op je gemak je favoriete outfits samenstellen en zo shoppen. Je kan natuurlijk ook naar de winkel in Schilde gaan, op afspraak, en daar krijg je een private shopping experience door Sandra.

Er is nog leuk nieuws dat ik jullie mag zeggen.

In de maand mei is de **Que-collectie -20%**. Deze collectie gaat tot en met maat 52. Dit is een collectie die wat nonchalanter maar ook romantisch gedragen kan worden. Dus hier heb ik ook de look van de maand samengesteld.

Op deze foto draag ik de lange jurk van de Que-collectie met korte mouwen plus een leuke riem om mijn taille meer te accentueren. Deze riem krijg je erbij als je de jurk koopt.

Ik ben een klein persoon, dus voor mij is het beter dat ik de jurk een extra touch-up geef door deze riem te dragen, zodat je meer mijn figuur kan zien. Los was een heel ander zicht. Bij grote dames daarentegen zou het prachtig zijn om deze lange jurk los te dragen, gecombineerd met een hakje en een fijn tasje of een stoere boot met een stoere handtas en een lederen vest erover.

Ik kan jullie nog veel meer fashion tips en tricks leren, jullie mogen me zeker ook altijd een berichtje sturen op mijn instagram, op de naam **@Raniivdb**

Ik wil jullie steeds blijven inspireren met de nieuwe trends.

Ik ben benieuwd welke outfit jullie het leukst vinden.

Liefs, Ranike

Puur genieten bij 't Boerinneke

Bij 't Boerinneke vindt u niet alleen dagverse producten met het beste kwaliteitslabel, maar ook gerechten gemaakt op grootmoeders wijze.

Er is een uitgebreide keuze en variatie aan Belgische producten én er wordt ook gekeken naar wat voor moois andere landen te bieden hebben.

Elk seizoen heeft zijn specifieke producten, waarmee ze bij 't Boerinneke met veel plezier en inspiratie aan de slag gaan.

Wintertruffels, Belgische Leopold III-druiven, Hoogstraatse aardbeien, Hoogstraatse kersen en nog zoveel meer.

Proef ook zeker eens de ovenschotels, gezonde rauwkostsalades, quinoasalades en de lekkere boerenkost.

't Boerinneke probeert zoveel mogelijk op de hoogte te blijven van de nieuwe trends en zich daar in te verdiepen. En ook de klassiekers zijn blijvend. Zoals bijvoorbeeld bloemkool in bechamelsaus of peekes en erwttjes.

Bent u op zoek naar kwaliteitsvolle producten, lange openingstijden, een toplocatie met parking, vriendelijkheid en goede service? Dan bent u bij 't Boerinneke aan het juiste adres. De klant is altijd koning bij 't Boerinneke.
U vraagt, wij draaien!

Maandag: 07.00 - 18.00 uur
Dinsdag: 07.00 - 18.00 uur
Woensdag: gesloten
Donderdag: 07.00 - 18.00 uur
Vrijdag: 07.00 - 18.00 uur
Zaterdag: 07.00 - 17.00 uur

't Boerinneke | Turnhoutsebaan 147, Schilde | 03 384 18 24



BLOG/FAJAHLOURENS

SNACKEN ZONDER SCHULDGEVOEL

Als we ons allemaal nou eens niet meer zo schuldig zouden voelen over wat we eten.



Ik geloof heilig dat we veel te veel bezig zijn met hoe gezond en/of ongezond de voeding is die we naar binnen werken. We maken afspraken over wat we niet meer mogen eten, houden ons vervolgens niet aan deze afspraak, voelen ons vervolgens weer schuldig en verliezen het vertrouwen om ooit nog fit en sexy over het strand te lopen. Dat rottige gevoel zorgt ervoor dat we meer eten, aangezien eten ons troost biedt. Dit hebben we aangeleerd in de babytijd waarin we de tiet kregen als we verdrietig waren.

We verschuiven onze droom om fit en sexy te zijn maar weer naar het volgende jaar, want volgend jaar lukt het wel. Houd hier vandaag nog mee op, leg de lat niet te hoog. Bouw je training op en begin met vijftien minuten per dag. Wees lief voor jezelf en voel je nooit meer schuldig over wat je eet.



Proef mijn heerlijke KILLERBODY chocoladerepen met proteïne, want snacken zonder schuldgevoel... dat kan!

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

BESTEL MIJN NIEUWE BOEK OP WWW.MKBMSHOP.COM

André van Duin heeft geen coronahobby's nodig

“Nee, nee, ik heb het heel druk en het wordt heel druk komend jaar.” Dat zijn de woorden van André van Duin wanneer we opmerken dat hij geen man is die zich snel verveelt. Na een op zijn zachtst gezegd veelbewogen jaar zit de agenda van de zanger, komiek en presentator alweer behoorlijk vol.

‘TELEVISIE IS
NATUURLIJK
GEWOON
DOORGEGAAN’

André werd onder andere beroemd door zijn komische televisie- en theatershows. Ook de laatste tijd is hij regelmatig op televisie te zien. Daardoor heeft hij ook het afgelopen jaar genoeg te doen gehad, want televisie stopt nooit. “Televisie is natuurlijk gewoon doorgegaan. We hebben ook in coronatijd Heel Holland Bakt opgenomen en alle andere dingen gingen ook gewoon door. Dus ja, ik heb er niet zoveel problemen mee gehad.”

Heel Holland Bakt

Over Heel Holland Bakt gesproken: wie Heel Holland Bakt zegt, die zegt André van Duin. De presentator vormt al jaren het gezicht van het populaire televisieprogramma, samen met Janny van der Heijden en Robèrt van Beckhoven. Komend jaar

staat er voor de fans een ware traktatie op het menu: “Heel veel Holland Bakt. We gaan Holland Bakt maken voor bakkers die de afgelopen jaren hebben meegedaan, zij krijgen nog een keer een herkansing. Daarna komt Holland Bakt Kids en dan begint de gewone Holland Bakt. Dus tot oktober zit ik in ieder geval vol.”

Veelbewogen jaar

Veel mensen zijn het afgelopen jaar op zoek gegaan naar nieuwe coronahobby's, maar daar stond Andrés hoofd niet naar. Naast zijn eigen ziekte en het overlijden van zijn echtgenoot, verdween corona een beetje naar de achtergrond. Al mist hij wel dingen zoals gezellig ergens een terrasje pikken. “Het is voor ons allemaal te hopen dat het weer snel een beetje normaal wordt.”

KERAMISCHE OPLOSSINGEN VOOR DE MONDGEZONDHEID

Zirkonia implantaten en kronen zijn op dit moment **de mooiste en de beste oplossingen** met resultaten die amper onderdoen voor het natuurlijke gebit.

Zirkoniumoxide is een materiaal waarop het lichaam niet reageert en dat **geen afstotingsverschijnselen** vertoont, in tegenstelling tot metalen constructies.

Bovendien is zirkoniumoxide **uiterst sterk**.

Ons tandtechnisch laboratorium is gespecialiseerd in het maken van keramische kronen op keramische implantaten.

Voor meer info:
keramiek@dentalba.be



Welkom bij DENTALBA

Uw tandtechnisch labo bekwaam in keramische restauraties op implantaten.

Gespecialiseerd in keramische kronen, waarmee wij u graag van dienst zijn.

Ook bieden wij de mogelijkheid voor metaalvrije dentale prothesen.

Graag adviseren wij u.



Dentalba

Tandtechnisch laboratorium
Zwaantjeslei 4,
2930 Brasschaat

Guido Lambrechts
laboratoriumeigenaar



TUINTREND

WAALWIJK

Mooie, comfortabele en betaalbare tuinmeubelen. Een kleurrijke collectie met oog voor detail. Designmeubelen voor ieder budget. Kom naar onze mooie showroom en laat u informeren en inspireren!



SHOWROOM WAALWIJK
TUINTREND
Prof. Lorentzweg 18,
5144NP Waalwijk
The Netherlands

 @tuintrendwaalwijk
 @tuintrendwaalwijk
www.tuintrend.nl
+31733032999
sales@tuintrend.nl

Guño

OUTDOOR FURNITURE
BEACH
7



Word je *vrolijk van!*

Het is weer mei! Lekker naar buiten, heerlijk in de zon. We laten de afgelopen periode maar achter ons en richten ons op een vrolijke zomer!

1. Naturally Good Showergel Jasmin & Chamomile & Bio Oil van Nivea, € 6,99 www.nivea.nl
2. C.E.O. Glow Vitamin C and Turmeric Face Oil van Sunday Riley, € 80,- www.skincare.nl
3. Terra Cotta Light Bloom van Guerlain, € 52,- www.guerlain.nl
4. I WANT CHOO van JIMMY CHOO, vanaf € 50,- www.iciparisxl.be
5. Sakura Havaianas, € 24,- www.havaianas-store.com/en
6. Pure Hand Soap van Happy Earth, € 3,99 www.happyearthcare.com

7. Africa Organics Hair Treatment Oil, € 21,- www.africaorganics.nl
8. Bronzing Fluid van Dr. Hauschka, € 21,50 www.drhauschka.nl
9. Garden Tea Party 5 sachet Box, € 4,50 www.or-tea.com
10. Acqua Colonia Limited Edition Goji & Cactus van 4711, € 22,50 www.4711.com
11. +Rose Pixi Essence Oil, € 31,- www.babassu.nl
12. Nail laquer van essie, € 9,99 www.essie.be
13. Rouge Volupté Shine Burning Chillis van YSL, € 38,75 www.debijenkorf.be



Weg met die kilo's dankzij Proti Balance!

Heel wat mensen dragen de gevolgen van een gewijzigde levensstijl met zich mee. Ons opsluiten in ons kot sinds het afgelopen jaar zorgde dat 'coronakilo's' een echt begrip werd. Ze weer kwijtraken is een stuk lastiger.

Dat hoeft niet zo te zijn! Dankzij de professionele dieetcoaches van Proti Balance wordt gewicht verliezen op een gezonde, evenwichtige manier kinderspel. Zij bieden u gratis begeleiding en volledig op maat volgens uw behoeften, zodat het prima combineerbaar is met werk & gezin. Of u nu 3 of 30 kg wilt verliezen, bij ons bent u aan het juiste adres!

Bezoek ons vrijblijvend of bel voor een afspraak: www.proti-balance.be

Ontdek zelf hoe wij het verschil maken!

Openingsuren:

Maandag & donderdag: 09.00 tot 18.00

Dinsdag, woensdag & vrijdag: 10.00 tot 18.00

Zaterdag: 09.00 tot 17.00

Zondag gesloten



Officiële verdeler van Concap sportvoeding & supplementen

Officiële verdeler van X-Nutri supplementen

Het proteïnedieet dat écht werkt

U vindt ons in: Antwerpen | Brasschaat | Geel | Turnhout | Schilde | Sint-Katelijne-Waver | Vorselaar



MAATKASTEN IN ZELFBOUWPAKKET MET ONDERSTEUNING

www.yg-design.be

maatkasten | interieur | buitenkeukens

KAPSALON. .STUDIO

Something Else
Enkel op afspraak

+32 3568 75 52
Veldlei 20A | 2970 's Gravenwezel - Schilde
info@somethingelse.studio



Wij renoveren uw huis naar uw thuis!



Van dakwerken tot vloeren en van loodgieterij tot totaalrenovatie. Wij werken volgens uw budget.

Dus neem eens vrijblijvend contact met ons op!

Vraag nu **vrijblijvend** een offerte aan!



Zaakvoerder Nauwelaers Stefan
Groene Wandeling 29, 's Gravenwezel
+32 499 29 45 23 | info@rsjprojects.be
Voor meer info: www.rsjprojects.be



ADAPT • CUSTOMER
FOCUS

GA JIJ OOK VOOR EEN CLASSIC coupe?

JURGEN'S
CLASSIC BARBERSHOP



Jurgen's Classic Barbershop | Handelslei 120, Zoersel
0032-3-3364861 | www.jurgens-barbershop.optios.net

Zorg op maat?



Zorg op maat, precies hoe jij het wil. En dat bij jou thuis!

Onze regio's: Noordrand Antwerpen (Kalmthout, Schilde, Brecht, Zoersel, Rijkvorsel) Wuustwezel, Kapellen, Essen, Achterbroek, Nieuwmoer, Stabroek, Berendrecht, Zandvliet, Brasschaat, Schoten, Wijnegem



Met een enthousiast team van 42 verpleegkundigen en zorgkundigen staan wij elke dag voor je klaar. Wij bieden thuisverpleging, poetshulp en ondersteunen mensen op leeftijd na een operatie of bij een slepende ziekte. Dit laatste is via ons dienstenchequesysteem zeer betaalbaar. Wij bieden ook vervoer voor 60-plussers via ons dienstenchequestysteem. Personenalarm gaat ook via ons, maar is niet via dienstencheques.

Voor meer uitleg en/of informatie kun je ons bellen om een afspraak te maken. Je hoeft je huis niet te verlaten, want wij komen gewoon naar jou!

+32 486 66 15 45 | zorgassistentie.lemmens@telenet.be | 03 297 67 17

Elk gerecht is een kunstwerk!

“Wat er speciaal is aan onze keuken? Onze kok!” Roxanne en Orazio runnen samen Italiaans restaurant Sicilia Mia. Roxanne’s vader komt uit Sicilië en ze besloten de keuken om te gooien naar een volledig Siciliaanse keuken. De menukaart is veranderd en ze krijgen hele goede reacties op hun gerechten.



FREE HOME DELIVERY!
Bel ons: +32 3 645 63 63
Van woensdag tot zaterdag van 17 tot 21
Zondag van 12.30 tot 20.30
STAY HOME... AND ENJOY OUR FOOD



“Onze kok is speciaal uit Sicilië gekomen om de keuken over te nemen en hij leeft voor zijn keuken. Hij is heel gevoelig voor verse producten en vindt het echt belangrijk dat zijn klanten tevreden zijn en waar krijgen voor wat ze betalen.”

Waarom Sicilia Mia?

“Als je zuiver Siciliaans eten wil proberen, moet je bij ons zijn. We zijn geen doorsnee Italiaans restaurant, onze keuken is echt anders. We werken met veel vis, verse hapjes en eigen koekjes bij de koffie.”

Voor wie is Sicilia Mia?

“Iedereen is welkom bij ons. Het restaurant is toegankelijk voor ouderen en voor gehandicapten en we hebben een overdekte buitenbar. Daar kunnen mensen terecht voor hapjes en een drankje.”

Zin om te genieten van onze Siciliaanse keuken? Bestel dan bij Sicilia Mia!

Sicilia Mia

Sicilian gourmet restaurant

In 6 stappen *mooie en verzorgde voeten*

Zijn jouw voeten al weer netjes voor slippers? Maak je voeten nu klaar om je dichte schoenen uit te schoppen. Je voeten mogen weer gezien worden.



Verwijder nagellak

De eerste stap die je onderneemt is het verwijderen van je nagellak. Gebruik hiervoor acetonvrije nagellakremover, zodat je teennagels zo min mogelijk uitdrogen.

Neem een voetenbadje

Vul een teiltje met lauwwarm water. Doe er een scheutje olie in en laat je voeten tien minuten weken. Scrub je voeten daarna. Vergeet je hielen en enkels niet.

Verwijder eelt

Door het voetenbad is je eelt zachter geworden en kun je het makkelijker verwijderen. Dat doe je met een voetvijl of een puimsteen. Zorg dat je niet te veel verwijdert, dat kan pijnlijk zijn met lopen.

Vijl (of knip) je nagels

Knip of vijl je nagels mooi recht af. Dit om ingegroeide teennagels te voorkomen.

Smeer je voeten in

Gebruik een dikke laag crème. Smeer je voeten het liefst 's avonds in en trek daarna katoenen sokken aan, zodat de crème goed kan intrekken.

Lak je nagels

Een zomerse kleur nagellak op je nagels zorgt ervoor dat je voeten er weer vrolijk en verzorgd uitzien.

TE KOOP



SCHOTEN | Ruime op te frissen rijwoning met 4 slaapkamers en tuin op 240m² EPC: 285 Kwh. Wg, Vg, Gvv, Gvkr, Gmo € 279.000,-



BRECHT – ZUID | Rustig en bosrijk gelegen villagrond 1.429m², 23m breed, NO-oriëntatie, kindvriendelijke buurt, Wp, Vg, Vv, Gvkr, Gmo € 320.000,-



ZANDHOVEN | Centraal gelegen bouwgrond 1.440m² voor OB met kantoor, vrij beroep of dienstverlening, 35m breed, ZO-oriëntatie, Wg, Vg, Vv, Gvkr, Gmo € 295.000,-

Stijlvol & recent gelijkvloers appartement met 2 slaapkamers in Wechelderzande

Prijs: € 419.000



360°
Neem de 360°
virtuele tour!



- > Luxueuze afwerking
- > Bewoonbare oppervlakte 126 m²

- > Tuin met terras en tuinberging
- > Twee ondergrondse autostaanplaatsen via autolift

TE KOOP



GOOREIND – WUUSTWEZEL | Rustig gelegen bouwgrond 450m² voor HOB in recente verkaveling, 10m breed, ZO-oriëntatie, Wg, Vg, Vv, Gvkr, Gmo € 164.000,-



BRASSCHAAT | Recent luxe app. 166m² met 3 slaapkamers, meerdere terrassen en wellness met zwembad. EPC 104 kWh. Wg, Vg, Gvv, Gvkr, Gmo € 545.000,-

Gratis schatting
van uw eigendom



SENSUM
VASTGOED

03/502.58.78
GSM: 0476/50.54.25
welkom@sensumvastgoed.be
www.sensumvastgoed.be



Wie zijn we?

Bij De Groothandel is sinds enkele jaren specialist in de inkoop en verkoop van partijgoederen binnen Europa. Met een assortiment van **meer dan 1000 alledaagse producten** voor schoonmaak, huishouden, verzorging, speelgoed, decoratie, tuin, klussen, enz. biedt ze de oplossing voor iedereen die zichzelf of anderen graag betaalbaar verwent met veel fijne spullen.

Als snelgroeïende discounter staat ze bekend voor haar **lage prijzen** en **groot aanbod**. Daarnaast hecht ze enorm veel waarde aan **kwaliteit en duurzaamheid**. Met voornamelijk **A-merken** of vergelijkbare kwaliteit streeft ze ernaar de klant zoveel mogelijk waar voor hun geld te geven.

MERKBAAR BETER, STEEDS VOORDELIG!



**ALTIJD
LAGE
PRIJZEN**

Op werkdagen vóór 16:00 uur besteld, dezelfde dag verzonden • Gratis verzending vanaf €50,- • Niet goed, geld terug • Achteraf betalen mogelijk

WWW.BIJDEGROOTHANDEL.COM

Een specialist in schoonheidsverzorging

U kunt bij ons terecht voor diverse behandelingen, zoals gelnagels, permanente make-up en epilaties. Een warm onthaal, brede expertise en het gebruik van kwaliteitsvolle producten, liggen aan de basis van de uitstekende service.



Gelnagels

Als u graag mooie nagels wil, maar uw natuurlijke nagels niet wilt beschadigen, dan moet u gegarandeerd gaan voor gelnagels. Informeer bij Schoonheidsinstituut Berkenrode naar alle mogelijkheden. Dit schoonheidssalon streeft ernaar de gel zo dun mogelijk op uw nagel te leggen. Op die manier bekomt u een mooie en natuurlijke look.



Epilaties

Bij Schoonheidsinstituut Berkenrode zijn er heel wat mogelijkheden om uw lichaam te laten ontharen. Bij dit schoonheidssalon epilieren ze met hars. Dat is een snelle en efficiënte manier om te ontharen, met een gladdere en mooiere huid als resultaat.



Pedicure en gelaatsverzorging

De pedicure bij Schoonheidsinstituut Berkenrode is er om uw pijnlijke voeten te verlichten. Informeer gerust bij dit schoonheidssalon uit Schoten naar alle mogelijkheden. U kunt hier ook genieten van een gelaatsverzorging. Monique gebruikt gerenommeerde producten die uw gelaat de beste schoonheidsverzorging garanderen.

Schoonheidsinstituut Berkenrode is een schoonheidssalon te Schoten dat u laat stralen voor elke gelegenheid.

Zaakvoerders Monique en Patrick geven uw lichaam en gelaat de zorg die ze verdienen. Dit schoonheidssalon biedt verschillende soorten verzorging, zoals gelaatsverzorging, epilaties, pedicure of gelnagels. Wilt u dus schitteren voor een speciale gelegenheid of gewoon elke dag stralen? Spring dan gerust eens binnen.

Schoonheidsinstituut Berkenrode

Grimbertlaan 26 - Schoten
0499 43 40 64 (Monique)
0497 48 06 22 (Patrick)

www.schoonheidsinstituut-berkenrode.be

Deuren en ramen op maat?

Onze stijlvolle smeedijzeren producten zoals ramen en (binnen)deuren geven je woning, kantoor en andere (bij)gebouwen een exclusieve look. Dit kan zowel in landelijke als in strakke, moderne woningen geïntegreerd worden. Wij hebben enkele standaardmaten in huis doch worden 95% van onze bestellingen op maat gemaakt na professionele opmeting door één van onze specialisten ter zake.

Kijk op onze website voor meer informatie of bezoek eens onze showroom!



Ives Meulemans

 **Ferenco**

Kapelsesteenweg 364, Brasschaat



03 889 81 08 | info@ferenco.be | www.ferenco.be

STOP MET
PIEKEREN, ERVAAR
MINDER STRESS.
ZIT LEKKERDER
IN JE VEL

Mindfulness: leef met volle aandacht!

De meeste mensen leven constant in hun hoofd, in hun gedachten. Het grootste gedeelte van deze gedachten gaat over de toekomst: 'Ik moet morgen echt even langs mijn moeder', 'Maandag moet die presentatie af zijn' en 'Straks ga ik eerst de ramen zemen en daarna die telefoontjes plegen'.

Mindfulness staat voor 'leven met volle aandacht', genieten van het 'nu'. Je laat even alle gedachten over 'straks' of 'morgen' los en stuurt je aandacht naar wat je op dit moment aan het doen bent. Je kent het wel: je leest een boek, maar je bent er met je gedachten niet bij en hebt na twee pagina's geen idee wat je gelezen hebt. Of je fietst vanuit je werk naar huis. Straks moet je nog een boodschap doen, een was draaien en die notulen uitwerken. Dit is voor de meeste mensen de normale manier van denken.

Maar wat als je met mindfulness leeft?

Dan luister je naar het tikken van je kettingkast en de spelende kinderen op het voetbalveldje. Je voelt de warmte van de middagzon op je gezicht en handen. Je ziet wat er gebeurt om je heen: andere fietsers, de omgeving, de zonnestralen door de bomen heen. Je bent je bewust van de hobbels in de weg, de weerstand van het pedaal en ga zo maar door. Je zit helemaal in de beleving van het 'nu'. Dat is mindfulness. Met mindfulness leer je je makkelijker te ontspannen en te concentreren en

wordt je geest rustiger. Je ziet de wereld om je heen helderder en bewuster.

Mindfulness is een eenvoudige vorm van meditatie die je jezelf kunt aanleren. Ga rustig zitten en ontspan je schouders. Richt je aandacht op je ademhaling. Wees je bewust van alles wat er op dit moment om je heen gebeurt. Laat de gedachten in je hoofd rustig passeren zonder er aandacht aan te schenken. Hoor alleen de geluiden om je heen, voel de stoel waarop je zit, ruik de geur van de bloemen op tafel. Je zult merken dat je meer in het moment komt. En dat de focus op het 'nu' je meer rust in je hoofd geeft.

Gebruik alledaagse gebeurtenissen om vaker in het moment te leven. Poets vanavond eens mindful je tanden. Richt je aandacht op de smaak van de tandpasta en op het zoemen van de tandenborstel. Houd deze aandacht zo lang mogelijk vol. Misschien lukt dat niet de volledige twee minuten, maar door het te proberen oefen je je aandacht. Hoe vaker je oefent, hoe beter het zal gaan.

Wil je graag hulp bij deze vorm van mediteren? Op www.belgiebruist.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Wil je overtollige kilo's kwijt?

Wij helpen je verder!

Cryolipolyse is een medisch apparaat dat wordt gebruikt om vet te vernietigen. Het principe is gebaseerd op gecontroleerde koeling van bepaalde lichaamsdelen, voor niet-invasieve plaatselijke vermindering van vetophopingen, ter verbetering van de lichaamscontouren.

De blootstelling aan koeling zou celvernietiging veroorzaken van onderhuids vetweefsel, zonder schade aan te brengen aan ander omliggend weefsel. De methode wordt gepresenteerd als een niet-chirurgisch alternatief voor liposuctie.

Maak dus snel eens een afspraak of neem eens een kijkje op onze website!



Doe eens een **geschenbon** cadeau voor **20% korting**

Kleurenkit voor thuis ook verkrijgbaar tijdens deze coronaperiode*

Bij aankoop van 2 producten van Aveda **30% korting** + **GRATIS** levering aan huis

HAIR & BODYCARE *by Ellen*



Maak kennis met Hair & Bodycare by Ellen, een professioneel kapsalon dat gebruik maakt van natuurlijke producten. Naast knippen kun je hier ook terecht voor gelnagels, extensions, pedicure, wenkbrauwen, permanente make-up of een gelaatsverzorging van Aveda.

Boek nu online uw afspraak!

- Kapsalon
- Beauty-instituut
- Nagelstudio
- Permanente make-up

Alfons Schneiderlaan 166, Deurne
03 297 12 96
info@haircare-at-home.be
www.hairandbodycarebyellen.be

Gewoon gezellig!



“Wij zijn een taverne waar ik blij van word”, aldus Jeroen Proost, uitbater van taverne Den Inslag in Schilde. “De sfeer is hier echt heel leuk. We hebben zo veel vaste klanten. Je merkt het ook aan ons vaste team. Iedereen die hier werkt, werkt hier al lang. Wij werken hier graag en mensen komen hier graag. De klant is koning, wij zijn keizer. De bediening is los en familiaal, geen grand chic.”

LOCATIE

“We liggen in een mooie omgeving, langs een fietsroute, wandelroute en ruiterspad. Zeker als het zonnetje schijnt, zit ons terras helemaal vol. De zaak bestaat al 80 jaar, het gebouw iets van een honderd jaar. Vroeger kwamen mensen hierheen om te zwemmen in de vijver en om iets te drinken. Het is een heel oude hoeve, weer opgebouwd na een brand. En nog steeds heel kindvriendelijk met onze mooie speeltuin.”

ETEN EN DRINKEN

“Er wordt vooral veel gegeten bij ons. Onze keuken is lang open en goed. Bij ons kun je lunchen, dineren, zondags ontbijten of iets lekkers tussendoor nemen. Onze porties zijn groot, lekker en aan een goede prijs. De menukaart gaat van croque tot steak, heel divers dus. Je kan ook gerust gewoon iets drinken en een babbeltje doen aan tafel. Iedereen is welkom en we maken het mensen graag naar hun zin.”

Meer weten of reserveren? Bel 03 482 41 43

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

Taverne Den Inslag

Noorderlaan 16, 2970 Schilde | jeroenproost@hotmail.com

* Met bericht met al uw gegevens naar mijn gsm 0485/612963

MET WAT GELUK GAAN DE OUTDOOR-LESSEN DOOR!



Wij bieden ook **online** lessen aan!
Schrijf je in voor de nieuwsbrief
www.joyofyoga.be en blijf op de hoogte!

OUTDOORLESSEN

Maximaal 10 personen
Dinsdag en donderdag zowel in de voormiddag als in de vroege avond.
Zondagvoormiddag
Op het grasveld van het schooltje achter het Kerkplein in s Gravenwezel.

Outdoor yoga vanaf 8 mei.
Reserveren moet! Online via website

Wijnegemsteenweg 44a,
's Gravenwezel | 0497506861
joy.of.yoga@telenet.be
www.joyofyoga.be
f joyofyogastudio
i joyofyoga.be

CHANGES

Kontich heeft de perfecte haarkleur voor jou!



Hallo, ik ben Jeanine van Changes Inspired By Glenn.

Voor wie mij niet kent, ik ben al 25 jaar colorist. Mijn job is mijn passie en elke nieuwe kleur is een nieuw canvas waar ik mij volledig in uitleef. Ik ga elke uitdaging aan en zorg dat je met een glimlach naar buiten gaat.

We staan in Kontich met 4 stylisten/coloristen klaar om je professioneel advies te geven met een prachtig resultaat.

We werken met het merk Kevin Murphy en voor de bio liefhebbers hebben we Oway 100% organic.

Wil je Changes Kontich beter leren kennen?

Boek nu online via www.changesibg.com of via onze Facebookpagina.



Mechelsesteenweg 100 | 2550 Kontich | 03 290-6159
www.changesibg.com

CHANGE YOUR LOOK
€ 5 KORTING OP € 30
€ 10 KORTING OP € 50
€ 20 KORTING OP € 100
Breng deze advertentie mee en ontvang korting!
*geldig voor één persoon



LET'S BEGIN THE REAL FLOWERS GIN EXPERIENCE!

Bij **Natuurlijk Bloembinders** maken we al meer dan twee decennia de fraaiste boeketten en florale arrangementen met het mooiste wat de natuur ons biedt. Bloemen, planten, kruiden en groen zijn waardevolle basisgrondstoffen waarmee we elke dag werken.

In deze materialen zitten ook heel wat **verrassende smaken** verborgen, met dank aan moeder natuur. David Sels van Natuurlijk Bloembinders experimenteerde met die smaken en dat resulteerde in **een reeks bijzondere gins** die de seizoenen volgen.

Te koop bij **Natuurlijk Bloembinders** in 's-Gravenwezel, Wijnegemsteenweg 17.

SHOP THE BOTTLE ONLINE AT
FLOWERSNGIN.COM

FLOWERS GIN LEMONGRASS

Botanicals:

geplette jeneverbes
1/4 citroengras
muntblaadje

Double Dutch Indian Tonic

Bereiding:

Neem een groot glas en vul met ijs. Giet er **5cl FLOWERSNGIN** bij. Voeg de botanicals toe. Ruik en ervaar de aroma's. Overgiet met de tonic.

Proef en geniet met mate!



Mei geeft weer volop energie



Mei biedt je
de kans om
meer geld te
verdienen.

Ram 21-03/20-04

Deze maand zal de energie alleen maar toenemen. Als je wilt werken aan je loopbaan, zoek dan contact met een collega die graag tijd met je wil doorbrengen.

Stier 21-04/20-05

Als je een ondernemer bent, biedt mei je kansen om meer geld te verdienen. Stier mag familie echter ook niet vergeten.

Tweelingen 21-05/20-06

Mei is absoluut een ideale maand om de relaties met je naasten te versterken, ondanks dat je precies zegt wat je denkt.

Kreeft 21-06/22-07

Kreeft moet oppassen voor arrogante en pittige neigingen, omdat het andere mensen kan afschrikken. Dus voordat je iets zegt, moet je eerst even nadenken.

Leeuw 23-07/22-08

Het lijkt alsof alles gewoon op zijn plaats valt, of het nu gaat om relaties, carrière of persoonlijkheidsgroei.

Maagd 23-08/22-09

Beweging heeft een rustgevend effect voor zowel lichaam als geest. Maagd zal zich ook realiseren hoeveel effect voedsel heeft op het algemene welzijn.

Weegschaal 23-09/22-10

Je hebt al een paar maanden nagedacht over een interessant project dat je graag in de praktijk zou brengen. Als je dit nieuwe idee uitvoert, zul je zoete vruchten oogsten.

Schorpioen 23-10/22-11

Je zult je erg goed voelen in je relatie met je partner. Je doet het ook erg goed op je werk. De ingevingen komen uit het niets en je zult voortgang boeken.

Boogschutter 23-11/21-12

Er hangt een positieve energie om je heen en je zult je vasthoudend voelen. Het lijkt erop dat niets jou kan stoppen.

Steenbok 22-12/20-01

Je voelt de behoefte om orde te scheppen in de kast en oude kleren weg te gooien. Met deze schoonmaakactiviteiten zul je de mensen om je heen inspireren.

Waterman 21-01/19-02

Je zult vatbaar zijn voor gewrichtspijn en ook je huid zal erg gevoelig zijn. Investeer in kwaliteitsvolle bodylotions en vitamines.

Vissen 20-02/20-03

Deze periode kan spijt voor het verleden met zich meebrengen. Graaf hier maar niet te diep in, maar kijk juist positief vooruit.



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

Ons team bestaat uit:

Nathalie, zaakvoerder, reeds 20 jaar actief en gespecialiseerd in oa wimperextensies met meerdere masterdiploma's, acrylnagels en gediplomeerd ikari skin expert.

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

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

Ook **Ellen** van de laserclinique komt hier enkele dagen per maand laseren. Zij streeft met haar laserclinique ook steeds naar de beste en allernieuwste apparatuur die zich uit in resultaat.

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



Op natuurlijke manier vet verwijderen?

Cryolipolyse is een revolutionaire afslankmethode in België.

Tijdens deze behandeling wordt het vet plaatselijk bevroren en vervolgens op een natuurlijke manier uit het lichaam afgevoerd. Geen naalden, geen speciaal dieet, geen operatie en bovenal geen hersteltijd.

Een wetenschappelijke onderbouwde techniek. Snelle, eenvoudige en veilige behandeling. Pijnloos en zonder operatie. Kortom, een unieke behandeling met betoverende resultaten!



VOOR



NA

MEGA DEAL

bij aankoop abonnement krijgt u al u sessies aan promo prijzen

PROMOPRIJZEN

LOVE HANDLES	NU €196	l.p.v €350
BUIKZONE GROOT	NU €196	l.p.v €350
BUIKZONE KLEIN	NU €98	l.p.v €175
BINNENKANT BENEN	NU €196	l.p.v €350
BUITENKANT BENEN	NU €196	l.p.v €350
ARMEN	NU €196	l.p.v €350

Natural beauty by nathalie

Berkenlaan 1, Sint-Job-in't-Goor

0477 85 14 43 | info@naturalbeautysalon.be

Voor meer info en foto's resultaten: www.naturalbeautysalon.be

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL **GARBI**
IBIZA SPA ★★★★★

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

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*



Tagliatelle met hesp en asperges

Asperges met hesp 'vermomd' als een pastagerecht. En weet je wat? Het is overheerlijk! Een ware ode aan de asperge, met zoute blokjes hesp erbij, een parmezaansausje en tagliatelle. Dit moet je echt proeven!

2 PERSONEN - 25 MIN

INGREDIËNTEN

400 g witte asperges
10 g bieslook
200 g tagliatelle
2 el boter
2 el bloem
30 g parmezaan
150 g hespblokjes
peper en zout

BEREIDING

Breng een grote pan gezouten water aan de kook. Schil de asperges met een dunschiller en snijd er de houterige uiteinden af. Snijd ze in stukken van ongeveer 4 cm. Snijd de bieslook in ringetjes.

Voeg de stukjes asperges toe aan het kokende water. Laat 5 minuten koken en schep ze dan met een schuimschaaf uit het water. Schep ook per persoon 150 milliliter kookvocht van de asperges en houd apart. Kook nu de tagliatelle in 8 minuten beetgaar in het water. Giet af, maar houd wat van het kookvocht over.

Smelt de boter in een pan en voeg de bloem toe. Roer goed en voeg dan beetje bij beetje het kookvocht van de asperges toe, zodat de saus mooi indikt. Haal van het vuur en roer er de helft van de parmezaan, de asperges, de hespblokjes en de helft van de bieslook door. Breng op smaak met peper en zout.

Meng de gekookte pasta door de saus. Voeg eventueel nog wat kookvocht van de pasta toe voor een mooie vloeïende saus. Serveer en werk af met de rest van de bieslook en de parmezaan.

PUZZELPAGINA



Iedere maand weer lekker puzzelen. Met deze maand twee prijspuzzels met leuke prijzen.

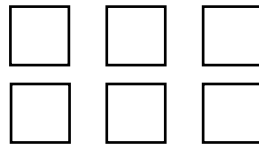
4		2					7
				8	4	2	
	5		3	2			6
	9			3			5
5	3		6		7		8
	7		1				6
9			4		6		3
	1	5		7		8	
2							9

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **5-4-4**.

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 lente. De oplossing van vorige maand was **geniet**.

Maak kans op dit bruisende

zomer-pakket



👁️-o+ 🍟-fr

🎷-x+ 🗡️s=n 🗡️s=t

👩d=s+t 🧠m=v

📖-ur ☀️-n+ 🗡️s=r

Wil jij kans maken op deze leuke prijs?

Los de rebus op en vul voor 1 juni de oplossing in op onze site: www.schildeschotenbruist.be

Maak kans op een

SodaStream bruiswater toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.

sodastream



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

soda smaken
lekker fris
drinken spa
bubbels water

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

Van Mossel USED CARS

Betrouwbare auto's met ervaring!

www.vanmossel.be

Van Mossel