

KAPellen/PuTTE EO



JULI 2021 GRATIS MEENEMEN!
WWW.KAPellenBRUIST.BE

BRUIST

De vijf grote
voordelen
van *water*

Frits Sissing
'De magie van
theater is heerlijk'



Exclusieve verlichting.

Bij Labor Vincit kunt u terecht voor exclusieve binnen- en buitenverlichting. Samen stellen we een doordacht lichtplan op om de gewenste sfeer te realiseren. Bezoek onze showroom aan Spinveld 22a in Breda en maak kennis met onze merken, zoals Royal Botania, Aldo Bernardi en meer.

Meer weten?
www.laborvincit.nl
info@laborvincit.nl
+31 76 520 4009



LABOR
VINCIT
exclusieve verlichting

SHOWROOM
SPINVELD 22A BREDA
NEDERLAND

Nergens is zoveel sfeer als op je eigen terras.

Vondom X PW richt zich op het ontwerpen en realiseren van strakke, onderscheidende outdoor projecten voor zowel particuliere als zakelijke opdrachtgevers.
Maak een afspraak via info@vondom-x-pw.nl of bel +316 12 55 05 73. Kijk op www.vondom-x-pw.nl



VONDOM® X



**SHOWROOM
SPINVELD 22A BREDA
NEDERLAND**



8



12



28

Inhoud



10



16



23

COLOFON

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

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

fb Like ons op Facebook.com/kapellenbruist

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. Kapellen 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,

Je merkt het aan alles: de zomer is begonnen! De zon schijnt, de mensen zijn vrolijk en we hebben al de nodige 'rokjesdagen' achter de rug. Gelukkig kan en mag er ook weer steeds meer, dus in plaats van 'veilig' binnen te blijven verplaatst het leven zich weer naar buiten. Heerlijk naar het strand bijvoorbeeld, of gezellig barbecueën in de tuin met een lekker drankje erbij.

Nu we het toch over drankjes hebben, de keuze is wat dat betreft enorm. Bier, wijn, cocktails, sapjes en... water! Vooral wat dat water betreft, raden we je aan om er elke dag genoeg van te drinken. Het kan namelijk zo ontzettend veel voor je lichaam betekenen, los van dat het natuurlijk ook de dorst lest. Je leest er verderop in deze nieuwste editie van Bruist meer over. En vind je zo'n glas water maar saai? Ook daar geven we je wat verfrissende tips voor.

En tips krijg je niet alleen van ons. Ook alle bruisende ondernemers die we voor deze editie spraken, hebben weer heel wat voor je in petto. Wat precies? Blader verder en ontdek het zelf...

Veel leesplezier,
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.

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

De vijf grote voordelen *van water*

FRISDRANK
VERVANGEN DOOR
WATER SCHEELT
VEEL CALORIEËN

Ons lichaam bestaat voor zestig procent uit water. Misschien is dat ook wel de reden dat we zo graag ontspannen aan zee of bij een meer. Maar ook het drinken van water is belangrijk voor onze gezondheid.

Wanneer je niet voldoende drinkt, kan het zijn dat je lichaam uitdroogt zonder dat je het in de gaten hebt. Het voedingscentrum raadt aan om zo'n anderhalve tot twee liter per dag te drinken. Dat geldt zeker voor warme dagen. Gebruik gewoon (kraan)water of een kruidenthee om de vochtbalans in je lichaam op peil te houden. Alcoholische dranken worden niet als drinkvocht meegerekend, omdat deze dranken juist vocht aan het lichaam onttrekken.

Wat kan water voor ons lichaam betekenen?

Water is goed voor je huid. Een van de eerste signalen van uitdroging is waar te nemen aan de huid. Als je de huid iets omhoog trekt en de huid blijft staan, is dat een teken van uitdroging. Door water te drinken houd jij je huid van binnenuit gehydrateerd. Hierdoor zal jouw huid er gezonder en stralender uitzien.

Ook jouw spieren hebben water nodig om goed te functioneren. Water drinken tijdens het sporten of

bewegen is daarom heel belangrijk. Je zorgt hiermee voor een goede aanvulling van het vocht dat je verliest door het zweten.

Water helpt je nieren om afvalstoffen kwijt te raken. Jouw nieren zorgen ervoor dat afvalstoffen je lijf kunnen verlaten via je urine. Drink je te weinig, dan kunnen deze stoffen moeilijker weg. Hoe helderder de urine, hoe beter. Troebele, donkergele urine is dan ook een teken dat je meer moet drinken. Het drinken van een extra glas water geeft bovendien een vol gevoel waardoor je minder snel zult snacken.

Verfrissend: water met een twist

Op een warme dag is het heerlijk om iets toe te voegen aan jouw water. Vul een kan met fris water, voeg hier het sap van een uitgeperste citroen aan toe en een paar blaadjes munt of plakjes komkommer. Zet deze kan in de koelkast en je geniet later van een verfrissend glas water met een heerlijke smaak.

Wil je meer weten over de vochtbalans in jouw lichaam? Op www.belgiebruist.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Geef een waardig en uniek afscheid



Een overlijden komt altijd onverwacht. Afscheid nemen is niet eenvoudig. In deze moeilijke tijden staan wij je bij en verzorgen we de uitvaart van je geliefde of familielid. We garanderen een persoonlijke aanpak en komen tot bij je thuis indien gewenst.



 **Uitvaartzorg
De Lelie**

UW VERDRIET, ONZE ZORG

“Alles draait om zorg bij een uitvaart. Wij kiezen dan ook heel bewust voor de benaming *uitvaartzorg*. Wij nemen je zorgen over en helpen bij het opstellen van de ceremonie, het regelen van de uitvaart en de muziek en het kiezen van een locatie voor de koffietafel. Hierbij kan je naast de traditionele en klassieke stijlen ook kiezen voor een modernere manier.

Het rouwproces komt voor ons op de eerste plaats bij het heengaan van een geliefde. Om de familie van de overledene dit in alle rust te laten verwerken, nemen wij alle administratieve en financiële zaken van jou over: het opzeggen van je water-, elektriciteit-, telefoonabonnementen enz. We zijn ook dag en nacht bereikbaar om je vragen te beantwoorden en de beste hulp te verlenen.”

EIGEN MANIER

“Elke familie verwerkt een overlijden op haar eigen manier. Wij geloven sterk dat alles kan en mag wanneer men afscheid neemt van een geliefde. Zo is het mogelijk om een plechtigheid thuis of op eender welke locatie te laten doorgaan. Je kan ook kiezen voor een biologisch afbreekbare urn zodat deze kan uitgroeien tot plant of boom.

Ons professionele team heeft zowel dragers als draagsters.. De keuze ligt echter volledig bij jullie. Het is ook mogelijk dat je zelf de kist of urn mee wil begeleiden. Alles moet mogelijk zijn om het afscheid op een eigen, persoonlijke manier te verwezenlijken.”

Contacteer ons gerust voor vrijblijvende informatie over alles wat met een uitvaart te maken heeft.

*Onze nieuwe winkel te Brasschaat is klaar!
Vanaf nu mogelijkheid tot groeten in ons eigen rouwcentrum.
Onze locatie is gevestigd te Bredabaan 408 - tegenover Manus in Brasschaat.*

Wist je dat?

Ook als u reeds van een uitvaartverzekering geniet, u steeds vrije keuze van begrafenisondernemer heeft.

Wij kiezen heel bewust voor de naam *Uitvaartzorg*, omdat zorg de belangrijkste eigenschap hoort te zijn van een uitvaartondernemer. Bij ons staat dit centraal.

Alles draait om zorg. Zorg voor de overledene: wij behandelen uw dierbare met respect en eerbied.

Zorg voor de familie: wij willen u begeleiden in dit proces om op een hele mooie en persoonlijke manier afscheid te nemen van uw dierbare.

Want uw verdriet is onze zorg!

Kapelsesteenweg 309, Ekeren
Bredabaan 408, Brasschaat
03 434 33 32 – 0497 83 05 40

info@uitvaartzorg-delelie.be
www.uitvaartzorg-delelie.be

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.



TOFFE PEER

White Stork onderscheidt zich als eerste duurzame hard seltzer in Nederland. De roze variant met peer, hibiscus en lavendel is een verfrissende dorstlesser waarvoor afgekeurde peren een tweede leven krijgen. De unieke bereidingswijze maakt de drank niet alleen honderd procent natuurlijk en duurzaam, maar bovenal verrassend in smaak. Een ware zomertrend! www.drinkstork.com



HIPPE BUBBELS

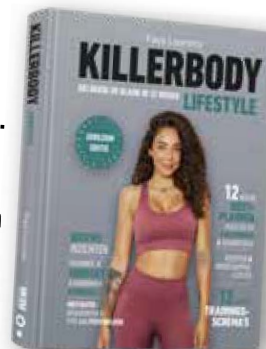
Kroatië als wijnland is hip. Deze bubbels zijn het Kroatisch antwoord op prosecco en laten zien (en proeven) dat er inmiddels een jonge generatie gepassioneerde wijnmakers aan het roer staat. Beide bubbels zijn verfrissend als aperitief en uitstekend geschikt voor zomerse wijncocktails. Fles 75cl vanaf € 12,95 www.croatiangrapes.com/hipkroatie



LEZERSACTIE

Maak kans op het Killerbody Lifestyle boek van Faya Lourens.

Ontwikkel jouw eigen killer body! In haar boek besteedt Faya niet alleen aandacht aan voeding, sport en persoonlijke verhalen van mensen die haar dieet hebben gevolgd, maar ook aan mindset.



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

win

Daar is de zon!

LEZERSACTIE

Maak kans op Musk Extreme parfum van Perris Monte Carlo.

Musk Extreme is één van de eerste geuren uit de Perris Monte Carlo Fragrance Collection en wordt ook wel geur van de verleiding genoemd. Dit parfum is warm, geraffineerd en zeer sensueel te noemen en verrijkt met o.a. musk moleculen, bergamot, vanille, rozen en civet. Voor dames en heren. www.perrismontecarlo.com.



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

LEKKER SOEPEL

Wilkinson lanceert de Hi Audrey. Het Duo-Intense serum zorgt ervoor dat het mesje soepel over je huid glijdt. Tegelijkertijd verbetert het de vochtbalans tijdens het scheren om irritaties te voorkomen. Dat maakt de Intuition Hi Audrey ideaal voor de gevoelige huid. Voor een zorgeloze beautytreatment! www.wilkinsonsword.nl



LEZERSACTIE

Maak kans op een Hawaiian Tropic Satin Protection SPF 50.

Deze luxe formule laat de huid stralen en biedt tegelijkertijd een effectieve bescherming tegen de zon.



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

HELLO SUNSHINE

Goede zonbescherming is belangrijk tijdens de zomer. De zon schijnt fel en we hebben niet altijd in de gaten hoe snel je huid beschadigd wordt. Dankzij Hawaiian Tropic Satin Protection SPF 50 bescherm je jezelf zonder de vervelende witte waas. De verfrissende lotion heeft een lichte textuur die snel intrekt. Ook verkrijgbaar in factor 15 en 30. www.hawaiiantropic.com



Doe mee en win



Ben jij een theaterliefhebber?

Dan ben je bij Theater.nl aan het juiste adres! Of je nou gek bent op musicals, houdt van cabaret of wegdroomt bij een toneelstuk: je vindt jouw favoriete voorstelling in onze uitgebreide theateragenda. Je koopt gemakkelijk je kaartje en maakt je dagje uit compleet met een diner en/of overnachting bij een van onze partners. Dan zit die pluchen theaterstoel straks nog net even wat lekkerder.

Maar Theater.nl biedt meer. Lees alles over jouw favoriete artiesten en gezelschappen, duik in een van de vele biografieën, bekijk de mooiste beelden of geniet van interviews met onder meer Karin Bloemen, André van Duin en Stef Bos.

Altijd op de hoogte

Natuurlijk houden we je ook op de hoogte van het laatste theaternieuws en geven we wekelijks de leukste theatertips voor

de nodige ontspanning. Bovendien maak je als bezoeker regelmatig kans op leuke prijzen!

Volg ons op social media

Wil je echt niets missen? Volg ons dan op social media. Je vindt hier niet alleen het belangrijkste nieuws, maar ook bijzondere foto's, video's en weetjes. Daarnaast zetten we elke week een bijzondere artiest in het zonnetje. Thumbs up!

Wil jij kans maken op mooie prijzen?

Registreer je dan via theater.nl/bruist en wie weet ben jij één van de gelukkigen!



Heerlijk Italiaans genieten!

La Tuscia, een regio gelegen in het centrum van Italië tussen Toscane en Umbrië, heeft schatten aan cultuur, wereldwijd en natuurschoon. Een belangrijke eigenschap van dit territorium is de aanwezigheid van een reeks vulkanische meren.

En het is juist die ondergrond die de smaak van al de typische producten met een uiterst specifieke minerale toets typeert. Waaronder ook de wijnen. Een groot deel van de wijnen die daar worden geboren, worden u voorgesteld door Stefano Scoponi. "Ik heb daar de belangrijkste jaren van mijn jeugd doorgemaakt, tussen de vele wijngaarden en de lokale producten die La Tuscia rijk is."

"Een groot aantal plaatselijke wijnboeren zijn kennissen van mij en zodoende heb ik zeer goede contacten om elk jaar precies te weten te komen, op een jaarlijks



georganiseerde degustatie, welke weer de pareltjes zijn om aan mijn gast-wijnliefhebbers voor te stellen en te laten proeven. Want dat is juist waar ik met La Tuscia de grootste aandacht aan besteed. Gedurende het jaar vind je me op onze plaatselijke markten van Kalmthout en het boerenmarktje in Kapellen waar ik je laat proeven van mijn wijnen."



"Bovendien organiseer ik ook degustaties in mijn degustatie cantina in Kalmthout en ook in openlucht op uw evenement of feest en als extra Italiaanse sfeermaker kan dit ook met onze wijncamper."



"Ontdek onze formules voor zulke degustaties op onze website of stel er in samenspraak met mij een op en laat mij uw avond of feestmaaltijd aankleden in een lekker Italiaans tintje. Tijdens de interactieve degustatie worden onze heerlijke wijnen voorgesteld met een infosheet en maken we kennis met de geuren en de smaken. De altijd verrassende weetjes en anekdotes weten deze degustaties altijd tot een heerlijke en gezellige ervaring te maken."

Ontdek deze heerlijke
wijnen op
LATUSCIA.BE

Mijn naam is Stefano Scoponi en ik ben de zaakvoerder van La Tuscia. Ik ben zelf opgegroeid in Montefiascone in het hartje van La Tuscia. Ik ben dus grootgebracht tussen de vele wijngaarden en de verrukkelijke lokale producten die La Tuscia rijk is. Deze liefde deel ik graag met u!



De cantina is open op afspraak: Dorpsstraat 22a
2920 Kalmthout
+32 (0)478 20 68 50
stefano@latuscia.be

f latuscia.be

Wil ik net mijn **roze bril** afzetten, kom ik jou tegen.

Water dat je in een fles koopt, is soms wel
1.000 keer duurder dan kraanwater.

Barbecue wordt heel vaak verkeerd gespeld,
want nee, je schrijft het dus **niet met een q**.

Een **cabrio** wordt vaak als **droomauto** gezien,
omdat het een vrij gevoel geeft wanneer je met open dak rijdt.

Een mens kan ongeveer 1 maand leven zonder voedsel,
maar kan echt maximaal 1 week **zonder water**.

Tegenover elk mens op aarde zijn er 200 miljoen **muggen**.

Wanneer je met een andere bril kijkt, kan je
toekomst er ineens heel anders uitzien.

De beroemde Aviator **pilotenbril** van Ray-Ban
werd in 1936 op verzoek van het Amerikaanse leger ontwikkeld.

Vrouwen gebruiken 2 keer zo vaak **een smiley**
in hun appjes als mannen.

Bruisend water reinigt de smaakpapillen.



Op zoek naar een hobby?

Kom je ook graag sporten of de sfeer opsnuiven van het Multifunctioneel Centrum De Biezen in Putte?

Spring er even binnen of bezoek dan zeker www.cafedebiezen.nl



WIJ ZIJN ER KLAAR VOOR!

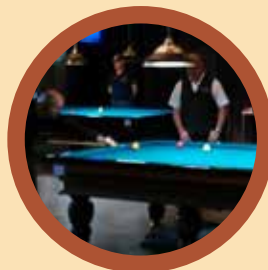
We zijn de afgelopen maanden tijdens de lockdown flink aan het klussen geweest. En nu we weer open mogen, staan wij weer voor u klaar! Of het nu gaat om het uitoefenen van een hobby of gewoon gezellig wat drinken in ons café. We kijken er naar uit om jullie weer te zien!



WIST JE DAT...

De Tuimeltuin er weer is

Voor kids vanaf 3 t/m 12 jaar (onder begeleiding van een volwassene) is het gegarandeerd een superdag vol spelplezier en lekkere frietjes! Entree is € 8,- per kind inclusief frietjes.



"Mensen komen niet enkel om hun hobby uit te oefenen, maar ook omdat ze het hier fijn vinden. Dat maakt me heel erg trots."

Wie zich na een drukke werkweek eens goed wil uitleven, vindt in het Multifunctioneel Centrum De Biezen ongetwijfeld zijn keuze. Sporten, petanquen, repeteren of gewoon gezellig iets drinken? In de Biezen in Putte is iedereen welkom!

Ik wil gewoon dat ie het doet!

Wij leveren en herstellen computers, notebooks, tablets, randapparatuur, IP-camera's.

Dream PC | De gepaste oplossing voor jouw probleem!

Opkuisessie (groot onderhoud)

Voor particulieren (incl. btw)

- tijdelijke bestanden verwijderen
- bureaublad opruimen
- programmalijs opschonen
- opstartprogramma's nalopen
- opstartservice nalopen
- volledige virusscan
- malware scan
- drivers nalopen
- Windows updates (geen upgrades)
- koelers proper maken



BON
Opkuisessie
nu € 30,-!

Witvenstraat 200, Hoevenen | 03 605 67 35
info@dreampc.be | www.dreampc.be

20

Passie en vakkennis

Uw raamwerk aan vervanging toe?



Aard van onze werken

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

Waarom exact voor ons kiezen?

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

VACATURE ALGEMEEN SCHRIJNWERK EN BOUW!

Wij werven aan!

Full-/parttime, loondienst of op zelfstandige basis.
Enige ervaring vereist in de bouw.
Aantrekkelijk loon

Meer info via onze website of
info@vannunenwoodart.com



INSTALLER

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



Op zoek naar een vertrouwde partner voor uw schrijnwerk?

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



Ertbrandstraat 107, Kapellen | 0484-745880 | vannunenwoodart@gmail.com | www.vannunenwoodart.com

21

Heerlijke Pizzaparty

Een gezellige party bij u thuis met kraakverse pizza's uit de oven, dat is onze pizzaparty. Een leuke, originele variant op het gewone gourmet waar je zelf je eigen pizza's samenstelt aan tafel met een gevarieerde keuze aan verse ingrediënten. Wij zorgen voor alles, u dient enkel maar te genieten!

Een oventje, pizzabodems met een diameter van 10 cm en maar liefst 26 verschillende garneringen zorgen ervoor dat u de perfecte minipizza's kan maken. Combineer naar eigen smaak vis, vlees, verse groentjes of liever meer kaas, een extra sausje, alles is mogelijk. Genieten maar!

Een echte aanrader voor jong en oud. Bestel tijdig!
Bekijk ook de video!



Als erkend Ambachtsman werken wij volgens de traditie en het authentieke karakter van de slager van vroeger, maar dan in een modern jasje.



Slagerij De Laet | winkel Ekeren: 03 541 14 37 | winkel Stabroek: 03 344 06 07 | www.slagerijde-laet.be

Een echte aanrader voor jong en oud. Bestel tijdig!

Prijs 13,95 €/pers
Huur pizzaoven 12 €
Pizzaparty te verkrijgen vanaf 6 personen

Maandag, dinsdag,
woensdag en vrijdag:
8u00-12u30 en 13u15-18u00
Zaterdag: 7u30-17u00



DAGJE UIT WATOU 2021



Van 3 juli tot 5 september vindt in de stad Poperinge Watou 2021 plaats. Deze veertigste editie van Watou staat voor beweging, meerstemmigheid, menselijkheid en intensiteit en volgt een vernieuwd en verrassend parcours. Watou 2021 is als een uitgestoken hand om poëzie en beeldende kunst te ervaren met hersenen, zintuigen en gevoelens en zo vervuld te worden van de meerlagigheid van kunst. De curatoren stellen zich de vraag: wat is onze rol en positie in deze wereld? De drie hoeken van het kunstencorpus zijn: Watou, het kunstendorp zelf, het centrum van Poperinge via de Gasthuiskapel en daartussen het Kasteel De Lovie. **Meer info:** www.kunstenfestivalwatou.be

FILMPJE KIJKEN SPACE JAM: A NEW LEGACY

Tijdens een reis naar de studio's van Warner Bros raken LeBron James en zijn zoonje gevangen in een wereld vol bekende verhalen en personages, welke gecontroleerd wordt door een op hol geslagen kracht genaamd AI G. Om zijn zoonje te redden, gaat James met de Looney Tunes op avontuur door een fantasiewereld vol iconische filmscènes. Om terug naar huis te kunnen, moeten ze tot slot een wereldwijd bekeken basketbalwedstrijd zien te winnen waarbij AI G digitale super-versies van NBA- en WNBA-spelers heeft gecreëerd. **SPACE JAM: A NEW LEGACY is vanaf 14 juli te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN J.D. BARKER



Jordan is de koningin van de New Yorkse radio. Dagelijks deelt ze haar ongezoeten mening met meer dan vijf miljoen luisteraars. Op een dag spreekt ze beller Bernie, die live een spelletje wil spelen. Jordan moet kiezen tussen Ubers of taxi's. Ze kiest taxi's en vergeet het gesprek al snel. Tot er vlak voor haar kantoor zeven taxi's ontploffen. Terwijl de hulpdiensten uitrukken en het aantal slachtoffers oploopt, hangt Bernie weer aan de lijn. Zo begint er een klopjacht op een onzichtbare, volledig losgeslagen moordenaar, live gevolgd door vijf miljoen luisteraars. Is Jordan sterk genoeg om dit gruwelijke spel te winnen? **DE BELLER OP LIJN VIER van J.D. Barker is vanaf 6 juli verkrijgbaar.**

VOOR

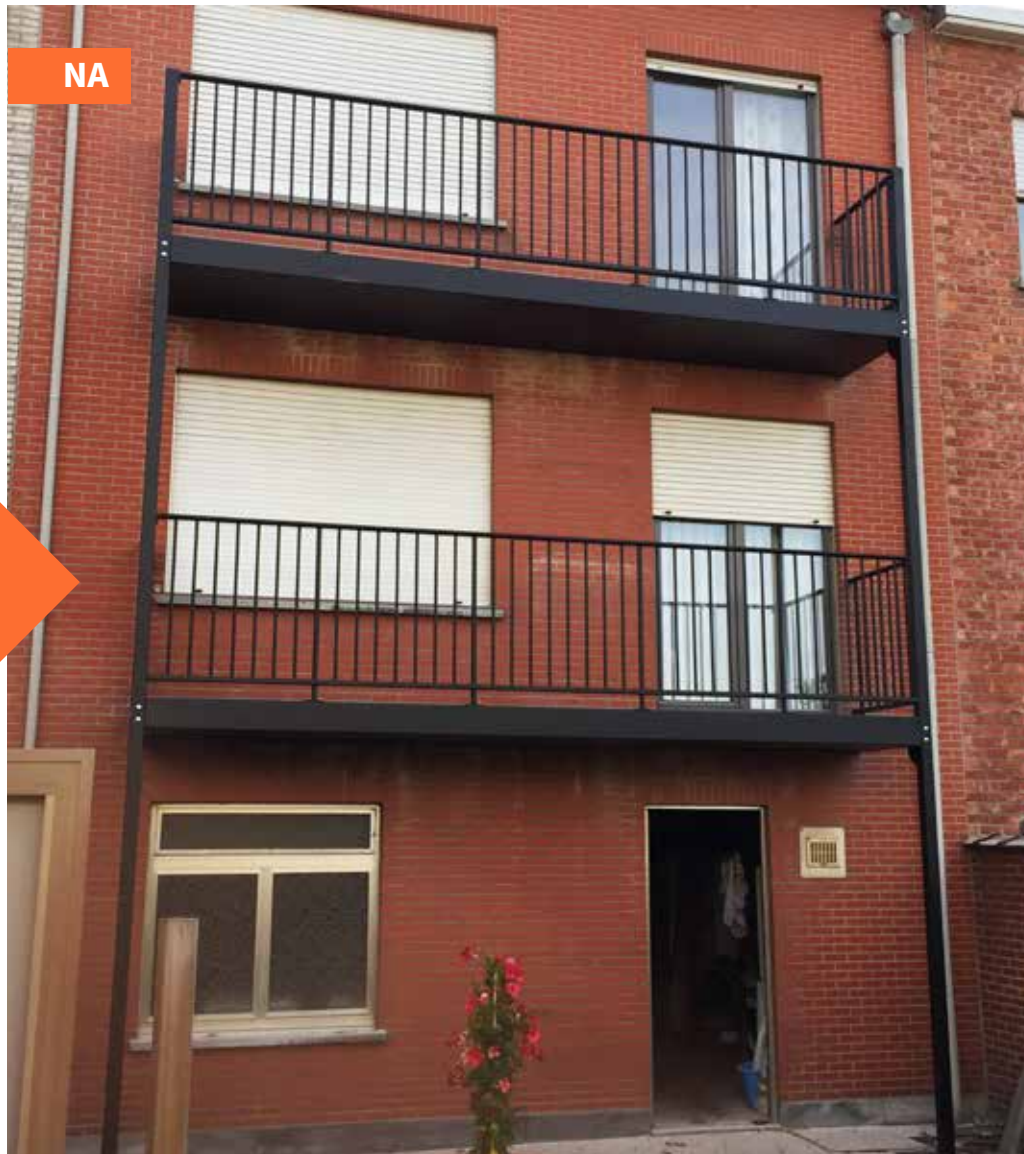


Zit u hier ook mee?

Wij zorgen voor een duurzame en mooie oplossing!



NA



Ons vakmanschap staat **garant voor succes!**

Renovatiewerken door Winkeler Renovatie Bouw en Tuin in Kapellen, een bedrijf met bijna 10 jaar ervaring.

Bent u op zoek naar ervaren professionals om uw renovatie tot in de puntjes uit te voeren? Wilt u dat alle renovatiewerken zo snel mogelijk worden afgewerkt? Dan is renovatiefirma Winkeler BVBA uit Kapellen het bedrijf waar u naar op zoek bent.

Een familiebedrijf en dat verschil merkt u. Ons bouw- en renovatiebedrijf wordt geleid door vader en zoon Winkeler. Dankzij onze uitstekende samenwerking leiden we elk project in goede banen. Met meer dan acht jaar ervaring in het vak, bieden wij een professioneel antwoord op al uw renovatievragen. Bovendien werken we met kwalitatief hoogstaand renovatiemateriaal zodat u steeds een perfect resultaat kunt verwachten. Onze dienstverlening gebeurt aan marktconforme prijzen.

Benieuwd wat we voor u kunnen betekenen? Kijk dan gerust eens op www.winkeler.be!



Doornenlaan 18, Kapellen
winkelerbvba@gmail.com
03/665 12 18 | 0478 612 004
www.winkeler.be

BIJ DE GROOTHANDEL is specialist in de inkoop en verkoop van partijgoederen. **Met een assortiment van meer dan 1000 alledaagse producten** voor schoonmaak, huishouden, verzorging, speelgoed, decoratie, tuin, klussen en ga zo maar door, biedt BDG de oplossing voor iedereen die zichzelf of anderen graag betaalbaar verwernt met veel fijne spullen.

Als snelgroeïende discounter staat BDG bekend om de lage prijzen en het grote aanbod. Daarnaast hecht BDG enorm veel waarde aan kwaliteit en duurzaamheid. Met voornamelijk A-merken of vergelijkbare kwaliteit streven ze ernaar de klanten zoveel mogelijk **waar voor hun geld** te geven.

Op werkdagen vóór 16:00 uur besteld, dezelfde dag verzonden

- Gratis verzending vanaf €50,-
- Niet goed, geld terug
- Achteraf betalen mogelijk



Merkbaar beter, steeds voordelig

**ALTIJD
LAGE
PRIJZEN**



WWW.BIJDEGROOTHANDEL.COM

'EEN GROOT
HART VOOR
CULTUUR'



Frits Sissing

'Ik heb theater altijd een spannend medium gevonden'

Frits Sissing: je zou hem wel dé cultuurpresentator van Nederland kunnen noemen. Zo is hij onder meer het gezicht van AVROTROS-programma's *Maestro*, de *Op zoek naar-*reeks en *Tussen Kunst en Kitsch*. "Ik heb een groot hart voor theater en cultuur", vertelt Frits aan Theater.nl.

De liefde voor theater werd Frits al als klein jongetje met de paplepel ingegoten. "Ik heb theater altijd al een spannend medium gevonden. De magie van een avondje uitgaan, dat je in zo'n donkere zaal zit, jezelf heerlijk onderdompelen in een verhaal. Op toneel word je echt even meegenomen naar een andere wereld", legt Frits enthousiast uit.

Extra dimensie

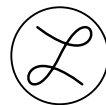
Voor de presentator is een theaterbezoek een echte beleving: "Het blijft mooi dat in het theater de mensen live voor je neus staan. Dat geeft een extra dimensie. Zij zijn bereid om speciaal voor jou in de auto te stappen, het land door te rijden en de hele avond voor jou op te treden. Dat blijft bijzonder."

Cultuurambassadeur

Zijn passie voor cultuur deelt Frits maar wat graag met anderen. "Ik vind het heel leuk om op een amusementaire manier klassieke muziek, kunst en musical bij mensen thuis te brengen en dat dan iemand denkt: dát is leuk, laat ik naar een klassiek concert of een museum gaan."

Zelf geniet de presentator ook enorm van zijn werk. "De onderwerpen waarmee ik werk, geven veel plezier. Bij *Maestro* mag ik bij de repetities van klassieke muziek genieten, bij *Tussen Kunst en Kitsch* zie ik de mooiste schilderijen voorbijkomen en bij de *Op zoek naar-*reeks vind ik het ongelooflijk leuk om jong talent te zien", besluit hij.

EEN ONVERGETELIJKE ERVARING



Hotel de Leijhof
EST. Oisterwijk 1874

EST. 1874
**THE
GEORGE
RESTAURANT**



**Verblijf in Hotel de Leijhof
Oisterwijk met deze Bruist Deal.**

Overnacht in onze Comfort Room, geïnspireerd door de bosrijke omgeving. En laat u culinair verrassen door onze chef Dylan van Hirtum in The George Restaurant middels ons 3-gangen Menu Du Chef. Beleef de geur van verse kruiden uit onze eigen kas en neem een kijkje in de wijnbibliotheek, samen met onze sommelier Maikel Ginsheumer. Na een heerlijke nacht in dit luxe boutique hotel met de charme van een landhuis kunt u genieten van een heerlijk luxueus ontbijt.

P.S. Ontdek nu ook onze nieuwe PERK'S Treasure Lounge!

BRUIST
Deal

€ 89,50 P.P.*

PROMOCODE: BRUIST

**RESERVEER NU VIA
WWW.LEIJHOF.NL**

**Overnachting in een
Comfort Room van één van
de meest luxe boutique hotels
van het bosrijke Oisterwijk**

**Culinair
3-Gangen Menu Du Chef
Luxueus ontbijt**

Parkeren

*Bovenstaande prijs is op basis
van 2 personen, inclusief lokale
heffingen.

Heusdensebaan 7 Oisterwijk NL
+31 (0)13 523 1123
www.leijhof.nl

Groeten uit Oisterwijk



Vrijgezel Annelies stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. In december 2020 zijn we daarom van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze Bruisende Vrijgezellen. In juli hebben we speciale aandacht voor: Annelies Doornbos.

“Single, maar zeker niet alleen of eenzaam”, zo omschrijft de goedlachse Annelies uit Hilversum zichzelf. Een vrouw met heel wat passies en vol creativiteit. “Ik houd van stildansen, puzzelen, zwemmen, aquajoggen en lezen, om maar een paar voorbeelden te noemen. En hoewel ik enige tijd geleden gepensioneerd ben – ik heb 27 jaar als parfumeursassistente gewerkt – heb ik nog steeds meer dan genoeg om handen.

Ik volg namelijk cursussen kunstgeschiedenis en ik werk nog een paar dagdelen per week als vrijwilliger in het ziekenhuis, inmiddels alweer zo’n vijftien jaar.”

Aanvulling gezocht

Een bezige bij dus, die Annelies. Maar toch is er in haar leven nog meer dan genoeg ruimte voor iemand naast zich. “Ik heb twee kinderen en een aantal zeer dierbare vrienden die ik allemaal al heel lang ken. Maar ik ben er inmiddels ook wel weer aan toe om

mijn leven en mijn passies met iemand anders te delen. Waar ik naar op zoek ben? Naar iemand die mijn leven kan verrijken. In mijn eentje vermaak ik mij in principe prima, dus een man moet echt een aanvulling zijn. Zelf ben ik ontzettend trouw en eerlijk, dus dat verwacht ik ook terug van een man. Mijn voorkeur gaat uit naar een wat langere man van ongeveer mijn leeftijd. En laten we humor niet

vergeten. Heel belangrijk in het leven! Ik lach ontzettend graag en gier het dan ook vaak uit van het lachen. Zo erg zelfs dat ik daarmee weer andere mensen aan het lachen maak...”

Annelies, een stralende dame met zoals gezegd heel veel passies. Zo veel zelfs dat we ze hier niet allemaal konden vermelden. Nieuwsgierig naar haar andere hobby's en bezigheden, wie weet vertelt ze je er binnenkort zelf wel meer over...

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



‘GEVOEL VOOR HUMOR IS ECHT EEN MUST’

LENGTE
175 CM

LEEFTIJD
66 JAAR

OGEN
BLAUW-
GRIJS

*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.



En dan is het *zomer!*

Wat hebben we lang moeten wachten op de zomer! We hebben gewoon het voorjaar overgeslagen. Daarom, geniet ervan!

1. Hyaluron tinted Lip™ van Indeed, € 19,95 www.douglas.nl
 2. Rouge Volupté Shine van YSL, € 38,75 www.debijenkorf.be
 3. Alibi van Oscar de la Renta, vanaf € 45,- 4. Nagellak van essie, € 9,99 www.essie.be
 5. Lip Laquer Luxe Matte van Tom Ford, € 57,- www.debijenkorf.be
 6. Vinted beach eyeshadow palette van essence, € 5,99 www.essence.eu
 7. Bas Kusters x Zenner Borstel anti-klit TeeWee (vanaf 9 juli), € 9,99 www.zenner.nl

8. Body Sunscreen SPF 50 van Patyka, € 33,- www.skins.nl/fr
 9. Mineral Sun Care Compact UVA/UVB 30 van Clarins, € 38,75 www.clarins.ncom
 10. Cocktail edition van Pepe Jeans, For Him en For Her, vanaf € 26,95 www.douglas.nl
 11. Spritz Veneziano Doucheegel van Tutto Tondo, € 18,- www.douglas.nl
 12. Paula's Ibiza van Loewe, € 78,50 www.debijenkorf.be
 13. Refresh and Revive Aftersun van V-Sun, € 9,95 www.skins.nl/fr



Support jouw salon

Ons fraaie ambacht staat in deze bijzondere tijden onder druk.

Het idee is simpel: koop een waardebon om je kapper te steunen en laat een vriend/vriendin of familielid genieten van een welverdiende behandeling naar keuze. Gewoon jezelf verwennen met een nieuwe haarcoupe? Maak een afspraak in onze gezellige salon voor knippen of een adviesgesprek voor kleuren.

Wij gebruiken de kwalitatief hoogwaardige producten van KEUNE!

SALONLUXX
by Sibal

THE ART OF HAIRDESIGN FOR MEN AND WOMEN

Kapelsesteenweg 310, Brasschaat | 03 225 11 13 | **Volg ons op:** Salon.luxx Salon luxx



Maarten
Andriessen
ELEKTRO TECHNIEK

Nieuwbouw & renovatie

Algemene elektriciteitswerken

Domotica

Automatiseringen

Video- en parafonie

Verlichting

Betonboringen

**Wij lossen het
voor u op!**

Pastorijdreef 7, 2920
Kalmthout, Belgium
+32472375838
info@andriessenelektro.be
www.andriessenelektro.be



Wij doen alles waar een kabel aan te pas komt.

Andriessen Maarten Elektrotechniek is een geregistreerd aannemer met een zelfwerkend patroon voor al uw elektriciteitstechnieken. Wij volgen alles op: zijnde vanaf het eerste contact tot de allerlaatste details & oplevering. Ook na de oplevering zijn we telkens bereikbaar.

Wij geven ook een 24/7 deparnagedienst aan al onze klanten, van particulier tot industrie.

Automatische poort defect of uitgevallen?
Geen productie meer mogelijk in uw bedrijf?
Andere elektrische problemen?

Maak dan nu een afspraak!

Ons proces

01

Kennismaking & bespreking wensen

Wij kijken samen wat de wensen zijn en geven raad waar er eventueel een vraag is.

02

Uitwerken offerte

Met de besproken wensen gaan wij aan de slag en bezorgen u op voorhand een uitgewerkte offerte.

03

Overlopen offerte

Deze offerte overlopen we u samen en als er nog vragen of opmerkingen zijn kunnen we deze direct mee opnemen.

04

Uitvoeren volgens afspraken

De werken vatten aan en worden zoals afgesproken afgewerkt.

*Voor zowel
binnen als
buiten*

HEERLIJK MODERNE
LUXE EN COMFORT

Een interieur met een bijzonder persoonlijke uitstraling vraagt om maatwerk. Maatwerk gaat verder dan het kiezen van de juiste stof.

In samenspraak creëren we een idee over je toekomstig interieur. Wij gidsen je graag met al onze vakkennis door een brede waaier van gordijnen, behangpapier, tapijten en sfeerverlichting. Dat alles in diverse prijsklassen en in alle mogelijke stijlen of trends.

Het resultaat?
Een uniek interieur met een perfecte afwerking.



*Linda en Marc
van Gorlima
staan voor u paraat.*



Statiestraat 18, 2920 Kalmthout
03/ 667 41 73 | info@gorlima.be
www.gorlima.be

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, Rijkevorsel), 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

VOOR MOBILITEIT, VOOR IEDEREEN

officieel dealer van:



www.vanmossel.be

Van Mossel

Geniet van de zon, maar doe het *veilig*

Als je te lang en te veel in de zon zit, loop je niet alleen de kans dat je verbrandt en eerder rimpels krijgt, maar loop je ook meer risico op huidkanker.

Bruist geeft tips hoe je verstandig kunt zonnen.



Laat de huid eerst voorzichtig wennen aan de zon. Dit biedt een natuurlijke bescherming tegen verbranding. Zoek de schaduw op tussen twaalf en drie 's middags, de zon is dan het sterkst.

Draag beschermende kleding. Donkere en dicht geweven stoffen laten minder uv-straling door. Je kunt dit zelf controleren door de stof tegen het licht te houden. Draag in de volle zon een pet of hoed om een zonnesteek te voorkomen.

Bescherm je huid met een goede zonnecrème. Ook wanneer je al een bruine tint hebt. Wees bovendien voorzichtig in de bergen, waar de stralen intenser zijn. Smeer onbedekte huid een half uur voordat je de zon ingaat goed in. Na het zwemmen en sowieso elke twee uur weer opnieuw insmeren. Houd kinderen jonger dan een jaar altijd uit de directe zon en gebruik voor hun tere huid minstens factor 30.

Zonnebrillen zijn meer dan een fashion item. Het dragen van een zonnebril met uv-werende glazen op zomerse dagen is belangrijk om onze gevoelige ogen te beschermen tegen de zon. En dat is voor ons weer een goede reden om deze zomer een nieuwe, hippe zonnebril aan te schaffen!

Start de zomer goed!

Geef je haar, huid en nagels een boost met de lekkere vitaminegummies van Yummygums.



Waarom Yummygums Hair & Beauty?

- ✓ Mooi, gezond en beter groeiend haar
- ✓ Een stralende huid
- ✓ Snel en sterk groeiende nagels
- ✓ Resultaat meestal vanaf maand 1 in nagelgroei
- ✓ Binnen 3 maanden optimaal effect op haar en huid
- 😊 Natuurlijk lekkere frambozensmaak
- 🌱 100% vegan, dus geen dierlijke gelatine
- ⊖ Geen kunstmatige kleur- en smaakstoffen
- ⊖ Geen kunstmatige conserveermiddelen
- ⊖ Vrij van gluten
- ⊖ Vrij van soja
- ⊖ Vrij van noten en andere allergenen
- ⊖ Vrij van titaniumdioxide

Vanaf 12 juli
zijn wij in de
zomermaanden op
maan- en dinsdag
gesloten.



OPENINGSUREN

Dinsdag, woensdag en vrijdag van 9.00u tot 18.00u
Donderdag van 9.00u tot 20.00u
Zaterdag van 8.00u tot 16.00u

Essenhoutstraat 262, Kapellen
03/665.28.01
Facebook: HaarIdeeKapellen



Voor een mooi moment!

TROUWRINGEN • GOUDSMEDERIJ • KLOKKENMAKERIJ

Vind trouwringen die bij jullie passen! Van alle sieraden die je hebt, is de trouwring het sieraad dat je het langst gaat dragen. Toegegeven, tot de dood jullie scheidt is wel een heel lange tijd, maar toch is het verstandig iets uit te zoeken waar je niet snel op uitgekeken raakt.

Trouwringen uitzoeken: eindelijk is het zover! Trouwringen zijn er in allerlei soorten en maten, maar waar moet je precies op letten bij het uitzoeken van de belangrijkste bling van je leven? Natuurlijk kun je op goed geluk alle juweliers in de omgeving afstruinen op zoek naar de perfecte trouwring, maar het is handiger als je alvast weet wat je wilt. En met 'je' bedoelen we jullie, want je aanstaande moet zijn ring natuurlijk ook willen dragen! Wij helpen je er graag mee.

Maak nu een afspraak!



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

RUIMTE NODIG? WIJ HEBBEN DE PLAATS!

Al meer dan 30 jaar zorgt Top Storage voor de stockage van vele meubelwinkels en zelfstandigen. Maar Top Storage heeft zijn storage-boxen uitgebreid zodat ook jij je spullen en persoonlijke goederen kan stockeren bij ons. Top Storage weet als geen ander dat properheid één van de belangrijkste redenen is bij het kiezen van je opslagruimte. Ons team leidt je persoonlijk rond in onze nieuwe self-storage ruimtes zodat je er zeker van bent dat je juist zit bij Top Storage.

BEL VOOR EEN
AFSPRAAK OF
MEER INFO
03 651 30 30



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

Geniet van
het zonnetje met

MANGO
MEUBELTRENDS



Lounge set
LUXE

Lounge set
VIP

Gemaakt van acacia hout
wat zorgt voor een warme
uitstraling.

Direct uit voorraad geleverd!

SCAN DE QR-CODE
MET JE TELEFOON



Op zoek naar stoere meubels?



Een kleine
greep uit
onze
collectie

Kijk op onze webshop!

Direct uit voorraad geleverd!



Voltweg 2C
4631 SR
Hoogerheide (NL)

+31(0)6 41 00 65 75
mango-meubeltrends.com

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!*



Schijnt de zon? Draag een *zonnebril!*

Eén van de populairste fashionitems: de zonnebril. Hoewel je zonnebril er natuurlijk ook cool uit moet zien, dient zo'n bril in de eerste plaats om je ogen te beschermen tegen de uv-stralen van de zon. Waar moet je rekening mee houden bij de aanschaf van een goede zonnebril?

MET EEN
ZONNEBRIL
VERMINDER JE
DE KANS OP
KRAAIENPOOTJES

Dat uv-straling schadelijk is voor de huid, weten de meeste mensen wel. Dat hetzelfde geldt voor de ogen is helaas nauwelijks bekend. Zonder goede bescherming kan uv-straling namelijk permanente schade aan de ogen veroorzaken. Een goede zonnebril heeft het kwaliteitslabel UV-400 of het opschrift 100% UV-bescherming. Check dit voor je een bril koopt.

Ook goed voor je huid

Een goede zonnebril beschermt niet alleen je ogen, maar ook de tere huid eromheen. Let er bij het passen van een nieuwe zonnebril dus op dat deze breed genoeg is om ook de huid rond je ogen voldoende te beschermen. Dit verkleint de kans op huidveroudering.

Sterk staaltje

'Had ik maar veel eerder een zonnebril op sterkte genomen.' Misschien wel de belangrijkste tip voordat je een zonnebril gaat uitzoeken: laat je ogen opmeten. Daarna kan de opticien bepalen of je

voldoende hebt aan een 'gewone' zonnebril of dat je juist een zonnebril op sterkte nodig hebt.

Met een kleurtje

Wist je dat gekleurde glazen in jouw bril niet alleen mooi zijn, maar ook nog een reden hebben? Gele glazen verscherpen bijvoorbeeld het zicht. Bruine en grijze glazen verminderen de felheid van het licht. Groene glazen zijn vooral prettig wanneer je veel buiten bent. Ze zijn kleurneutraal en voorkomen vermoeide ogen. En roze glazen in een zonnebril maken het zicht veel helderder. Daarnaast staat een roze zonnebril natuurlijk geweldig bij jouw outfit!

Voor de kids

In welke (speelgoed)winkel je ook kijkt, zodra het zonnetje schijnt, vind je overal vrolijke zonnebrillen voor kids. Heel leuk natuurlijk, maar vaak gaat het hier om goedkope brillletjes met plastic glazen zonder enige bescherming voor de juist zo tere kinderoogjes. Koop dus ook voor kinderen altijd een zonnebrilletje met uv-filter.

Ga jij deze zomer voor een nieuwe zonnebril? Op www.belgiebruist.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Heb jij ook
zo'n behoefte aan
vitamine *zee?*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

MEER DAN
30 JAAR
ERVARING
IN DE
SCHOONMAAK-
SECTOR

NIEUWE
COLLEGA'S
GEZOCHT!
BEL VOOR
MEER INFO

Ruitenwasserij
Schoonmaak

Leegmaken van dakgoten

Reinigen van zonnepanelen

Opkuis (na drama)

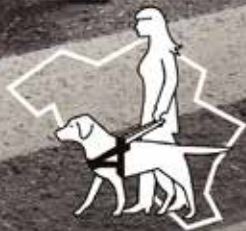
Opkuis na (ver)nieuwbouw





WE HEBBEN MEER GELEIDE- HONDEN NODIG

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



COLUMN/MICHAEL PILARCZYK

Wat heb jij dit jaar met je tijd gedaan? Het is niet dat je te weinig tijd hebt, maar misschien weet je er niet goed mee om te gaan. Kun je geen prioriteiten stellen, kun je niet de juiste keuzes maken, durf je geen 'nee' te zeggen?

Het enige wat je hoeft te doen, is beslissen wat je doet met de tijd die je is gegeven. Wijze uitspraak van Gandalf (Lord of the Rings). Hoeveel zomers heb je nog te gaan, hoe vaak zul je nog kerst vieren?

Neem eens een paar minuten de tijd om er met aandacht over na te denken. Wat heb jij het afgelopen jaar gedaan met je tijd?

We hebben allemaal dezelfde hoeveelheid tijd. Het is dus van belang hoe jij ermee omgaat. En onthoud: dit leven heeft een deadline. Je toekomst wordt elke dag korter. Geniet van elk moment.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

www.meditationmoments.nl

OPVALLEN?

ADVERTEER IN BRUIST

JUIST
NU!



www.belgiebruist.be

De van

“Colebrants is een jong bedrijf in Wuustwezel, gespecialiseerd in schrijnwerk en interieur, kleine dakwerken en in de algemene renovatie van uw huis. De zaak is gestart in april 2018 door mij, Jitse Colebrants, maar de weg ernaartoe begon al een jaar eerder, op 1 oktober 2017. Toen startte ik er mee in bijberoep, door mijn passie voor schrijnwerk. Al snel kreeg ik het werk niet meer rond en begon ik mijn eigen zaak. Bij elke job die ik doe, is de afwerking het grootste aandachtspunt, daarom ook de slogan: ‘De kracht van perfectie.’”



kracht perfectie


Als schrijn- en algemene renovatiewerker zijn we actief in Antwerpen en omgeving. U kunt bij ons terecht voor al uw schrijnwerk en interieur, kleine dakwerken en voor de totaalrenovatie van uw huis.

Wij, de Colebrants, gebruiken alleen maar kwaliteitsmaterialen. Dit wil zeggen dat wij u een zeer goede garantie kunnen geven en dat u altijd het beste eindresultaat krijgt. Alle werken worden eerst tot in detail besproken, zodat er geen misverstanden ontstaan. Wij streven naar perfectie en hebben oog voor detail. Bij Colebrants wordt uw droom ook onze droom en deze helpen wij dan uiteraard ook graag te realiseren.

Op onze website vindt u enkele voorbeelden van realisaties die door ons gedaan zijn. Wilt u graag meer informatie over de diensten die wij aanbieden?

Ga dan zeker naar onze website www.colebrants.be of vraag een gratis en vrijblijvende offerte aan.

COLEBRANTS
de kracht van perfectie

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



Eindelijk! Wij hebben zin in *de sportzomer!*

Nadat vorig jaar bijna alles werd afgelast, kunnen we nu eindelijk weer genieten. Het EK voetbal, de Tour de France en de Olympische Zomerspelen in Tokio vormen de hoofdmoot van een heerlijke sportzomer.

Dit jaar dus nieuwe ronde, nieuwe kansen! De sportzomer van 2021 is veelbelovend en kan weleens de boeken in gaan als de grootste ooit!

Het Europees Kampioenschap voetbal duurt nog tot en met 11 juli. Het speciale aan deze editie is dat er geen gastland is waar het toernooi wordt gespeeld. Het toernooi wordt in twaalf stadions en in even zoveel landen gespeeld. Nog nooit waren er zoveel landen gastheer. De openingswedstrijd is gespeeld in Rome, de finale zal plaatsvinden in Londen.

Tour de France

Op 26 juni startte de 108e editie van de Tour de France in de Franse kustplaats Brest om ruim drie weken later op de Champs-Élysées in de hoofdstad Parijs te finishen. Binnen dit tijdsbestek zal er een prachtig parcours afgelegd worden met klauterwerk in het Centraal Massief, de Pyreneeën, de Provence, de Jura en de Alpen.

Olympische Spelen sluiten deze sportzomer af

Na een jaar uitstel kunnen we dan toch getuige zijn van een van de meest belangrijke sportevenementen ter wereld, de Olympische Spelen. Van vrijdag 23 juli tot en met zondag 8 augustus is het tijd voor de Spelen in Tokio. Met een tijdsverschil van zeven uur is het net als vijf jaar geleden rekenen geblazen om onze Belgische sporters live aan het werk te zien.

Afgelopen seizoenen kwamen er ook heel wat topsporters langs in Het huis en kregen we een unieke inblik in hun leven. Deze zomer valt opnieuw te genieten van deze afleveringen.

De televisiekijker kan zich wederom verheugen op een sportzomer met voor- en nabeschouwingen en gezellige avondprogramma's. Daarom wensen wij alle supporters een bruisende sportzomer toe.

Wil je de sportzomer volgen op een nieuwe en extra grote televisie? Op www.belgiebruist.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

ZIT JIJ AL
KLAAR VOOR DE
SPORTZOMER
VAN 2021?

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

Toe aan een **zomercoupe**?

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

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

U kunt bij ons terecht voor:

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



Wilt u iemand verrassen?
Dan kunt u altijd even langskomen voor een leuke cadeaubon!



Kapsalon Esli

Kapellensteenweg 173, Kalmthout | 03 666 87 95



De **visie** van Bruist!

Ondernemers helpen om op de juiste manier te adverteren, waardoor de naamsbekendheid omhooggaat.

BRUIST

Ook opvallend adverteren?

Bel +31 647 885 009

of mail rjongerden@nederlandbruist.nl

Boeremarkt

Iedere zondag vanaf 8 uur!

- Bakker - Beenhouwer - Visboer - Bloemist
- Groenten en fruit
- Honing, kruiden, snoep, gebraden kip, gedroogde vruchten, noten en olijven, hamburgers, kaas, charcuterie, dierenvoeding
- Leg- en sierkippen, konijnen, eenden en ganzen **en nog veel meer!**



Café Starrenhof | Kapelsestraat 59, 2950 Kapellen

Passie voor kinderspullen *bij Mon Bébé*

- Geboortelijsten
- Kleding 0-6 jaar
- Babykamers
- Decoratie
- Speelgoed
- Kinderwagens
- en nog veel meer!



Dorpsstraat 36, 2950 Kapellen
monbebeide@gmail.com
0472-693 223
monbebe.geboortelijst.be



Couscoussalade met gerookte zalm

Zin in iets lichts en voedzaams? Kies dan voor deze heerlijke, snelle en gezonde maaltijdsalade met couscous en gerookte zalm. Een heerlijk recept voor warme zomerdagen. In kleinere porties ook prima als bijgerecht te gebruiken.

4 PERSONEN - 15 MINUTEN

INGREDIËNTEN

30 ml boter
250 ml parelcouscous
500 ml groentebouillon
60 ml peterselie
1 eetlepel dille
60 ml grapefruitsap
3 eetlepels olijfolie
zout en peper
1 kleine rode ui
500 ml rucola
100 gr fetakaas
1/4 komkommer
400 gr gerookte zalm

BEREIDING

Smelt de boter in een pan op middelhoog vuur en bak de parelcouscous in 1 minuut bruin.

Voeg de groentebouillon toe en breng het aan de kook. Dek de pan af en kook op een laag vuur in 8 tot 10 minuten gaar. Roer af en toe in de pan tot de vloeistof volledig is opgenomen.

Leg de couscous op een bord en laat het afkoelen. Hak de peterselie en de dille en meng deze samen met het grapefruitsap en de olijfolie in een kom. Voeg naar smaak zout en peper toe.

Snipper de rode ui en voeg deze samen met de couscous, rucola, de verkruimelde fetakaas en de in schijfjes gesneden komkommer toe aan de slakom. Roer het geheel voorzichtig door en voeg tenslotte de zalm toe.
Smakelijk eten!

PUZZELPAGINA

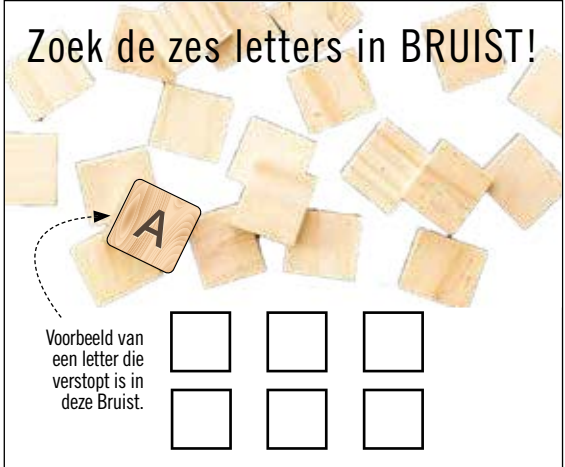


Ook in juli zorgt Bruist ervoor dat jij weer lekker kunt puzzelen. Op je balkon, in de tuin of heerlijk op je ligbedje aan het strand.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-4-6**.

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 zomer. De oplossing van vorige maand was **vaders**.

Maak kans op dit bruisende

zomer-pakket



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

Maak kans op een

Peach blossom Smoothing Body Wash



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

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

bloesem schuim
 zacht wassen
 perzik lichaam
 zeep aroma

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

BRILDESIGN INGRID

Puttestraat, 43 2940 PUTTE-STABROEK 03/605 23 65

brildesign.ingrid@telenet.be

**-30€ op
ALLE
zonnebrillen**

* Niet cumuleerbaar met andere promoties

BON

GELDIG TOT EIND JULI 2021

BRILDESIGN INGRID

www.brildesign-ingrid.be

OPENINGSUREN

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

Bij voorkeur op afspraak.
Gesloten op zon- en feestdagen.
**Tijdens de schoolvakanties
open vanaf 10 u. ipv 9 u.**

