

**SCHILDE** SCHOTEN  
'S-GRAVENWEZEL



JANUARI 2021 GRATIS MEENEMEN!  
[WWW.SCHILDESCHOTENBRUIST.BE](http://WWW.SCHILDESCHOTENBRUIST.BE)

# BRUIST

Met nieuwe  
lezersacties

In 2021 wordt  
alles anders!



## *U gaat toch ook voor een echte Ensuite!*

Ensuite is gespecialiseerd in het ontwerpen, maken en plaatsen van traditionele kamer en suite kasten met schuifdeuren.

Hiermee kunt u op een prachtige manier de functionaliteit van uw woning verhogen. Stijlvol in de jaren 30 sfeer, maar volgens de normen van nu.

**Onze inbouwkasten en deuren kunnen volledig naar uw specifieke wensen worden gemaakt en worden geïntegreerd met passende accessoires zoals fraaie scharnieren en authentieke handgrepen van porselein, gietijzer of hout.**

Ook kunnen de schuifdeuren worden voorzien van glas-in-lood in diverse kleuren, patronen en motieven.

### *Interesse?*

Neem contact met ons op of vraag een prijsindicatie op via de site!  
*Paul Ligtoet helpt je graag!*

Nijverheidsweg 8 Oisterwijk (NL)  
+31 (0)13 - 521 06 33  
info@ensuite.nl | [www.ensuite.nl](http://www.ensuite.nl)

**Welke Ensuite past bij u?**

**Maak gewoon een afspraak!**

Moderne robuuste uitstraling



**Ensuite**

*We make you feel at home!*

# PLEZIER IN HET KAPPEN!

Bij N-Joy by Yasmin hechten ze heel veel belang aan de producten waar ze mee werken en hebben ze heel bewust gekozen voor REDKEN en Oway. Alle REDKEN- en Oway-producten zijn duurzaam en zeer zuinig in gebruik. **Vraag ons om meer informatie want voor iedereen is er een passend product in het gamma.**

“ Het is telkens een hele belevenis als je bij Yasmin bent geweest. Van begin tot einde totale ontspanning en een kapsel waar ik alleen maar van kon dromen. Ze luisteren echt naar je wensen, een plezier om naar de kapper te komen! ”

*Miki*



MAAK EEN AFSpraak  
Telefonisch of via de website

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





# Inhoud



# 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 belgiebruist

**DIRECTIE** Marcel en Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist +31 (0)76-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Ron Schouwenaar  
**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.**



Om te beginnen: de beste wensen voor 2021. We hopen dat jullie, ondanks alle restricties, toch mooie feestdagen achter de rug hebben en net als wij positief vooruitkijken naar het nieuwe jaar dat voor ons ligt. Een bruisend jaar, als het aan ons ligt, want dat hebben we met z'n allen wel verdiend!

## Bruisende lezer,

Net als heel veel andere mensen zijn wij dit jaar weer gestart met een aantal goede voornemens. Uiteraard de nodige 'standaard' voornemens, zoals de kerstkilo's eraf sporten, nog gezonder leven en nog meer omkijken naar de mensen om ons heen. Maar ook het voornemen om jullie dit jaar weer te blijven inspireren en informeren met onze magazines. Een voornemen dat de vele bruisende ondernemers met wie wij samenwerken ongetwijfeld met ons delen. Want ook zij staan weer te springen om je een kijkje achter de schermen te geven en vol enthousiasme te vertellen wat zij jou allemaal te bieden hebben.

Dit eerste magazine van 2021 staat dan ook weer vol bruisende verhalen, leuke tips en bijzondere weetjes. Dat belooft wat voor de rest van het jaar...

**Manuela Kolkman**

**Wist je trouwens dat wij vijf glossy magazines uitgeven in jouw regio? Neem eens een kijkje op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be) en lees ze allemaal online.**

# *Dit jaar* wordt alles anders!

Meestal gaan we aan het begin van een nieuw jaar nadenken over goede voornemens. Maar welke voornemens ga jij jezelf stellen na het bizarre afgelopen jaar, dat zo anders is verlopen dan we aan het begin ooit konden bedenken?

Veel mensen gaan nadenken over stoppen met roken, coronakilo's kwijtraken of simpelweg meer tijd voor leuke dingen vrijmaken. En zoals elk jaar beginnen hordes mensen op 1 januari vol goede moed, maar stranden die na enkele weken weer op de zandbank van Blue Monday.

## **Wat wordt jouw thema voor dit jaar?**

Een belangrijke oorzaak hiervoor zijn de onrealistische doelen die we onszelf stellen. Waarom zou je een lijst met meer dan vijf voornemens maken als je diep vanbinnen weet dat er slechts twee of drie haalbaar zijn? Door te kiezen voor een thema kun je een rode draad creëren in je leven. Stel geen specifieke doelen (zoals tien kilo afvallen), maar werk met een thema (zoals je gezondheid verbeteren). Op die manier kun je gedurende het jaar regelmatig even terugkoppelen naar je thema en zo je leven in de juiste richting duwen.

## **Haalbaar en concreet**

Goede voornemens zijn dus nog steeds een prima idee, maar neem er het hele jaar voor. Wil je het komende jaar meer aandacht voor je gezondheid, meer lucht in je longen of misschien meer balans? Kies dit dan als thema voor 2021. Onbewust zul je dan steeds meer keuzes in de goede richting maken. Denk ook na over kleine, concrete acties die bij jouw thema passen. Als je dan over een jaar terugkijkt, zul je tot je verbazing zien dat je enorm veel hebt bereikt.

## **Focus op het proces**

Soms zijn we zo aan het streven naar een bepaald eindresultaat, dat we vergeten te genieten van het proces. Terwijl de weg ernaartoe zoveel belangrijker is. En wanneer het iets minder gaat, kun je niets anders doen dan dat accepteren en het nog een keer proberen. Morgen is een nieuwe dag, waarop je gewoon weer met je thema aan de slag kan gaan

CREËER EEN  
RODE DRAAD IN  
JE LEVEN



**BOEDING**

**Vroegboekkortingen**



**GRATIS motor zonetenten**



**GRATIS motor poorten**



**€85 korting op screens**

Acties geldig tot en met 28 februari 2021

Bestel tijdig  
wegens  
anhoudende  
drukte!

# 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](http://www.changesibg.com) of via onze Facebookpagina.



Mechelsesteenweg 100 | 2550 Kontich | **03 290-6159**  
[www.changesibg.com](http://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





### INSPIRATIEBRON VOOR DESIGN

De collectie van ICON010 bestaat uit een kleurrijke sokkenlijn, luxe geurkaarsen, mokken, tote bags, onderzetters en posters. Architectonische Rotterdamse trekleisters worden vertaald naar stijlvolle iconen. Het minimalistische lijnenspel en de goede kwaliteit van de producten maken deze items echte musthaves, ook voor niet-Rotterdamers. [www.icon010.nl](http://www.icon010.nl)



### NATUURLIJK PUUR!

Goede huidverzorging kan ook met pure, natuurlijke producten. SustOILable biedt uitstekende verzorging voor het hele lichaam: verzorgende huid- en haarolie (in navulbare pipet flesjes), handgemaakte stukken zeep, heerlijke geuroolie en natuurlijk wasmiddel (wasnoten).

[www.sustOILable.com](http://www.sustOILable.com)



## LEZERSACTIE

**Maak kans op deze warme plaid.**

Zo'n heerlijke zachte plaid is niet alleen praktisch om jezelf warm te houden, het is ook nog eens een echte sfeermaker voor jouw interieur.



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. #PLAID** naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).

*win*

# Geselecteerd voor jou!

## LEZERSACTIE

**Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash.**

Begin fris aan het nieuwe jaar met deze heerlijke body wash op basis van perzikenbloesem. Geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid met deze Body Wash van O'right.



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](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).



### AYURVEDISCH GENIETEN

In de reep Turmeric Tulsi ontmoet rauwe cacao kurkuma en tulsi. Deze 'heilige basilicum' is al meer dan 5000 jaar populair in de Ayurvedische geneeskunde. Samen met de kurkumawortel vormt dit een unieke chocolade met fijne, kruidige tonen van zoethout en venkel.

[www.lovechock.com](http://www.lovechock.com)

## LEZERSACTIE

**Maak kans op deze modieuze rugzak van Gaastra t.w.v. 119,-**

Deze stevige rugzak van duurzaam materiaal heeft een ritsvak aan de voorkant en stabiele draaghengsels.



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. #GAASTRA** naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).

### SHAKE IT

Van margarita's tot martini's: met cocktailshaker Hepburn serveer jij de lekkerste drankjes thuis. De shaker is gemaakt van loodvrij kristal en de bovenkant van metaal met een finish van gepolijst koper. Een echte eyecatcher!

€ 59,- [www.kookpunt.nl](http://www.kookpunt.nl)





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.**



**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](http://www.naturalbeautysalon.be)

# 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 wetenschappelijk 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	i.p.v €350
BUIKZONE GROOT	NU €196	i.p.v €350
BUIKZONE KLEIN	NU €98	i.p.v €175
BINNENKANT BENEN	NU €196	i.p.v €350
BUITENKANT BENEN	NU €196	i.p.v €350
ARMEN	NU €196	i.p.v €350



# Wijn van topkwaliteit!

DITJES/DATJES

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

16

**Gelukkig** zijn is een kwestie van geluk.

Maak tijd vrij voor de kleine **genietmomentjes** zoals dansen met je (klein)kinderen.

Wie **goede voornemens** 3 maanden weet vol te houden, slaagt er meestal ook in om dat de rest van het jaar te doen.

Ga de natuur in! Een **korte wandeling** helpt je bij het ordenen van je gedachten.

De 3e maandag van januari is het **Blue Monday**, de dag van het jaar waarop we ons het ellendigst zouden voelen.

Slechts **3 keer** per week **20 minuten** intensief bewegen zal je geluk met 15 procent verhogen.

Zie het leven als **een cadeautje** dat je iedere dag weer opnieuw mag uitpakken.

De meest effectieve manier om je geluksgevoel te verhogen is door **iets voor een ander te doen**.



Stop met jezelf af te remmen door **negatieve praatjes** en ga er gewoon voor. Want **succes** is wél een keuze.

17

# 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

**Eerst en vooral de beste wensen voor 2021! Laat ons hopen dat het een beter jaar wordt en dat we het vorige snel achter ons kunnen laten!**

Fashion stores springen de laatste jaren als paddenstoelen uit de grond. Daarom wil ik jullie graag helpen bij het vinden van de ideale outfits. Elke maand geef ik jullie tips!

Hoe zijn jullie feestdagen geweest in deze rare periode?

Hoe mijn feestdagen waren was simpel. Ik heb het gevierd met mijn knuffelpersoon + nog een extra persoon omdat ik alleen woon. Daarvoor heb ik ook geprofiteerd van de blackfriday & cybermonday deals. Dit zijn interessante deals! En zeker in combinatie met kortingscodes van bloggers, zoals bij mij op mijn Instagram kan je steeds profiteren van kortingen!

#### **Hier alvast mijn fashion tip van de maand:**

Wat je moet proberen, is af en toe uit je comfortzone te stappen. Zo zou ik nooit naar de kleur mosterdgeel grijpen. Maar dankzij Sandra, de eigenaresse van #Fabulicious, ontdekte ik dat die kleur me goed staat. Een klassieke bloes is super mooi te combineren met een elegante zwarte broek of jeans.

De basiskleuren kan je meestal wel leuk combineren met simpele accessoires. En dit alles is te vinden bij #Fabulicious.eu. Neem er deze maand zeker eens een kijkje en scoor superkortingen tijdens de solden.

Voor meer tips en tricks kan je me steeds toevoegen op Instagram **@Raniivdb**. Daar kan je de nieuwste trends vinden.

Ik wens iedereen een goede gezondheid en veel shopplezier!

*Liefs, Ranike*

# Tip van de maand



**#FABULICIOUS.EU**

Schoolstraat 1B, Schilde | 0499 36 35 69

Fabulicious.eu | [www.fabulicious.eu](http://www.fabulicious.eu)

Fotograaf: Shootyou.be | [www.shootyou.be](http://www.shootyou.be)

# Wil je meer balans in je figuur?

## Een liposuctie kan hier oplossing voor bieden

De vakkundige en gepassioneerde plastisch chirurgen bij Kliniek Heyendael zorgen er met een liposuctie voor dat jouw lichaam zijn natuurlijke balans terugkrijgt. De liposuctie ofwel overtollige vetverwijdering wordt in onze kliniek vaak uitgevoerd op de buik, billen, heupen, bovenbenen of dijbenen. Daarnaast is het op andere plekken mogelijk, zoals onderkin, schouderbladen, bovenarmen en rug.

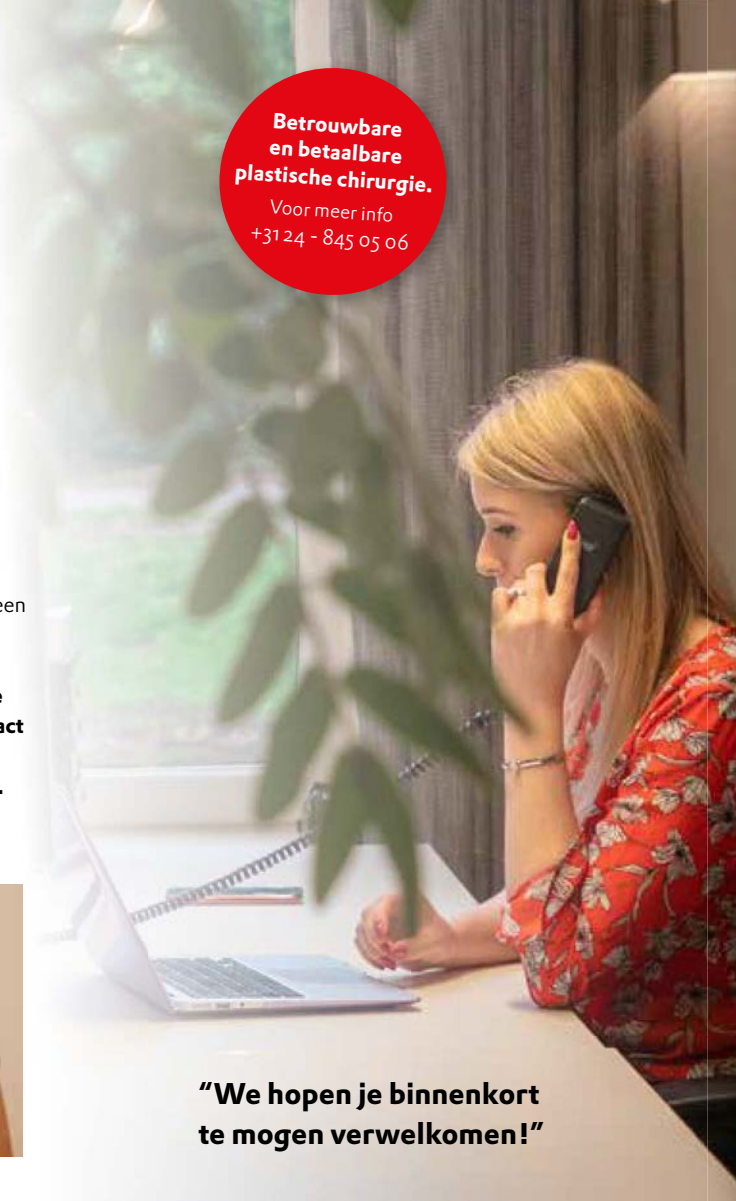
Een liposuctie is een specialistische behandeling, die onder plaatselijke verdoving of narcose wordt uitgevoerd. De eerste stap op weg naar een liposuctie is een oriënterend gesprek met een van onze plastisch chirurgen. In een vertrouwde setting kun je al je vragen en verwachtingen

uitspreken. Onze plastisch chirurg beoordeelt of je in aanmerking komt voor een liposuctie en geeft heldere informatie over de behandeling, de nazorg, het te verwachten resultaat en de risico's. Daarna zal een maatwerk offerte door de consulente met jou worden besproken. Op basis van deze kennis kun je een weloverwogen beslissing maken.

**Heb jij vragen of wens jij meer informatie over de kliniek of over een liposuctie? Neem gerust contact met ons op of vraag een gratis en vrijblijvend consult met een van onze plastisch chirurgen aan.**



**Betrouwbare en betaalbare plastische chirurgie.**  
Voor meer info  
+31 24 - 845 05 06



**“We hopen je binnenkort te mogen verwelkomen!”**



**Kliniek  
Heyendael**

Cosmetische Plastische Chirurgie





### Wie zijn wij?

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk: dat is Kliniek Heyendael. Al sinds 2011 zijn we een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie. Onze privékliniek bevindt zich in Nijmegen. Bij Kliniek Heyendael staan jouw wensen centraal. Deze worden tijdens een uitgebreid consult met de plastisch chirurg besproken om zo een realistisch beeld te krijgen over de mogelijkheden.

### Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Oorcorrectie
- Liposuctie
- Facelift (MACS-lift)
- Lipofilling
- Schaamlipcorrectie
- Ooglidcorrectie
- Injectables
- Neuscorrectie

### Volg ons op Facebook en Instagram!

 @kliniekheyendael |  Kliniek Heyendael

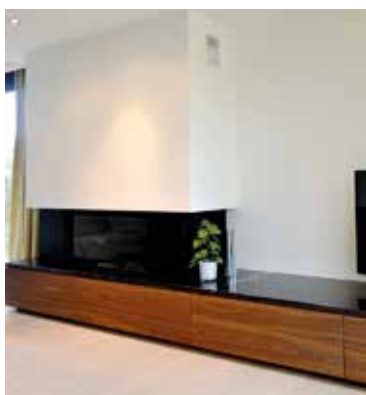
Parklaan 70, Groesbeek (nabij Nijmegen)  
info@kliniekheyendael.nl  
+3124 - 845 05 06 | www.kliniekheyendael.nl

### Klantervaring

“Ik raad deze kliniek zeker aan anderen aan. Van begin tot eind heb ik een topervaring gehad met deze kliniek. Het resultaat is precies naar mijn verwachtingen.” **Sadaf**



VOOR EEN  
INTERIEUR  
OP MAAT



[www.yg-design.be](http://www.yg-design.be)  
maatkasten | interieur | buitenkeukens

Contacteer ons vrijblijvend voor uw offerte op maat

# DAGJE UIT DESTINATION SWEETHEART



Destination Sweetheart is een tentoonstelling over migratie voor liefde. Liefdesmigranten laten hun thuis, familie en vrienden achter om een toekomst op te bouwen met die ene persoon. In deze tentoonstelling volg je een handvol liefdesmigranten, je luistert er naar ontboezemingen en je laat je meevoeren door verhalen en objecten. Soms confronterend en schokkend, vaak ontroerend en intiem. Want de liefde gaat meestal niet zonder slag of stoot. Liefdesmigratie is er in allerlei vormen en maten. Ontdek wat het betekent om zo ver te gaan voor de liefde.

**De tentoonstelling Destination Sweetheart is tot 30 mei te zien in het Red Star Line Museum in Antwerpen. Meer informatie op [www.redstarline.be](http://www.redstarline.be).**

## FILMPJE KIJKEN NEWS OF THE WORLD

BINNEN/BUITEN

Vijf jaar na het einde van de Burgeroorlog verhuist veteraan Captain Jefferson Kyle Kidd als non-fictieverhaalverteller van stad naar stad. In Texas ontmoet hij Johanna, een tienjarige die door het Kiowa-volk werd opgevoed als een van hun eigen mensen. Johanna wordt tegen haar wil teruggegeven aan haar biologische tante en oom. Kidd gaat akkoord om het kind te bevrijden van waar de wet zegt dat ze thuishoort. Terwijl ze honderden kilometers afleggen in de onvergeeflijke wildernis, worden de twee geconfronteerd met enorme uitdagingen. **NEWS OF THE WORLD is vanaf 13 januari te zien in de bioscoop.**



## BOEKJE LEZEN DE FAMILIE WACHTMAN



De carrière van Philip Wachtman zit in een dip. Zijn promotieonderzoek over de anonimiteit van spermadonors is overbodig geworden en hij dreigt gepasseerd te worden voor een benoeming tot hoogleraar. Hoe anders vergaat het zijn succesvolle vriendin Freya. Maar er is een groot gemis. Freya is op haar negenendertigste nog kinderloos. Philip weet dat hij niet de oorzaak kan zijn. Hij heeft naar schatting 411 nakomelingen... Door een uitspraak van de rechter dreigt Philip zijn geheim prijs te moeten geven. Achtervolgd door zijn verleden en door een studente die zegt dat ze zijn dochter is, moet hij op zoek naar zichzelf.

**DE FAMILIE WACHTMAN van Christiaan Alberdingk Thijm is vanaf 21 januari verkrijgbaar.**

# 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!**



DE PERFECTIE VAN 50 JAAR AMBACHT

JUWELIER • GOUDSMID\*  KLOKKENMAKER • KUNSTGALERIJ

*Paul Van der Auwera*

Augustijnslei 10, 2930 Brasschaat | 03 652 17 77 | 0497 62 15 62 | info@klokstuk.be | www.klokstuk.be

## Uw gezondheid verdient uw aandacht

*Ook dit jaar!*

Als we één ding geleerd hebben van 2020, is het dat gezondheid absolute prioriteit is. Heel wat mensen werden wakker geschud door het verhoogde risico op medische aandoeningen bij overgewicht de afgelopen maanden. Misschien heeft het ook u aangezet om er wat meer aandacht aan te besteden. En het is natuurlijk veel doeltreffender om daarbij hulp te krijgen.

Die hulp vindt u bij de professionele diëtcoaches van Proti Balance, waar u een plan op maat kan laten uitwerken om uw doelen te behalen. Of u nu gewoon meer energie zoekt of tientallen kilo's kwijt wilt, beter wilt presteren bij het sporten of van vervelende kwaaltjes die gepaard gaan met overgewicht af wilt, Proti Balance staat voor u klaar van maandag t.e.m. zaterdag om naar u te luisteren, u te begeleiden en advies te geven.

### 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

**Meer info of bestellingen:**

**[www.proti-balance.be](http://www.proti-balance.be)**



*Het proteïnedieet dat écht werkt*

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

# 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 **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](mailto:keramiek@dentalba.be)



100% ceramic

strong

ultra-biocompatible

## 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



# Sneeuw wit

In december was alles nog 'glitter and glamour', het jaar 2021 beginnen we met een pure, frisse, witte start. Met producten die ons door deze koude wintermaand heen helpen.

1. SMOOTH ME NOW ANTI-FRIZZ SHAMPOO van ELEVEN, € 16,99 [www.elevenaustralia.be](http://www.elevenaustralia.be)

2. Kaviar Gauche Highlighter van Catrice, € 5,99 [www.catrice.eu](http://www.catrice.eu)

3. Liquid Gold Midnight Reboot Serum van Alpha-H, € 79,95 [www.alpha-h.com](http://www.alpha-h.com)

4. Georganic Goat Milk Brightening Cream, € 47,- [www.laboratory-K.com](http://www.laboratory-K.com) 5. Twinkle in time van essie, € 9,99 [www.essie.be](http://www.essie.be)

6. Moisturizing & Sanitizing Hand Cream van Mani, € 29,- [www.skins.nl/fr](http://www.skins.nl/fr)

7. Mutiny Lipbalsem van Medik8, € 34,95 [www.medik8.be](http://www.medik8.be)

8. Body Butter van La Mysore, € 23,- [www.lamysorecosmetics.com](http://www.lamysorecosmetics.com)

9. Collagen Intravital Plus Nutritional Supplement van QMS, € 79,- [www.qcosmetics.nl](http://www.qcosmetics.nl)

10. Flowerbomb Dew van Viktor & Rolf, vanaf € 71,- [www.iciparisxl.be](http://www.iciparisxl.be)

11. Pure Blossom Micellar Cleansing Water van Team Dr. Joseph, € 28,- [www.carecosmetics.nl](http://www.carecosmetics.nl)

12. Lazy Sunday Morning van Maison Margiela, vanaf € 51,- [www.debijenkorf.be](http://www.debijenkorf.be)

13. Repairing & Youth Hand Balm van Guerlain, € 52,- [www.guerlain.com](http://www.guerlain.com)

# Bandenservice Maco

Uw partner als het om  
batterijen gaat

**MACO**

*gedreven door passie*



MADE  
IN  
GERMANY



Nu  
GRATIS  
batterijtest

It all starts with  **VARTA**

 CLARIOS

Gespecialiseerd in auto-, motor- en start/stop-batterijen.

Bandenservice Maco | Heiken 3A te Brecht | 03/313.54.55 | info@maco.be | www.maco.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



# 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

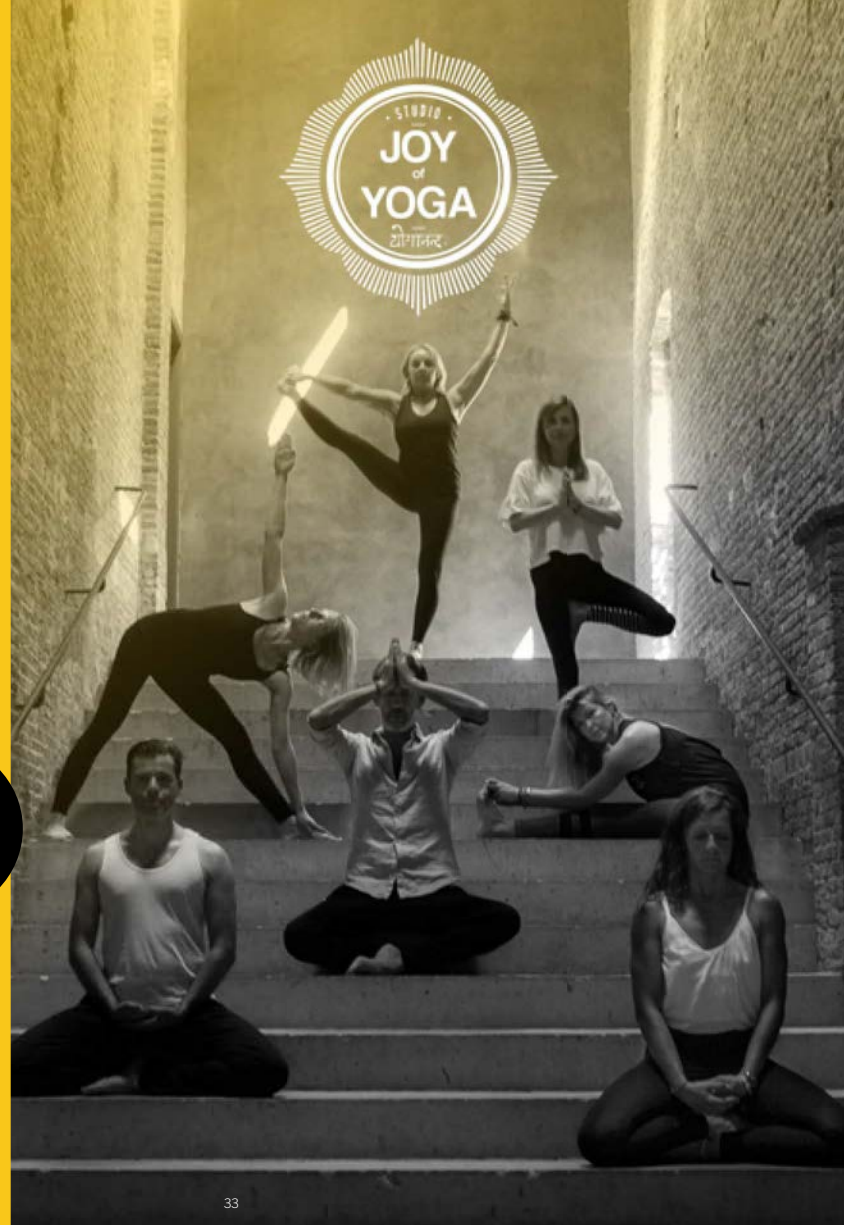


Verhuizingen Meys | Lage kaart 460 - 2930, Brasschaat | 03 653 22 11 | info@meys.be | www.meys.be

## JOY OF YOGA WENST U EEN JAAR VOL LIEFDE, WARMTE EN GELUK!

Wij bieden  
ook **online**  
lessen aan!

Wijnegemsteenweg 44a,  
's Gravenwezel | 0497506861  
joy.of.yoga@telenet.be  
[www.joyofyoga.be](http://www.joyofyoga.be)  
f joyofyogastudio  
i joyofyoga.be





**CHÉNESSE**  
schoonheidsinstituut

## Plasmalift

### Wat kan behandeld worden?

- Verslachte bovenoogleden
- Kraaienpootjes
- Rimpels en lijntjes onder de ogen
- Fronsrimpels
- Voorhoofdrimpels

**Vanessa Wetzter**

van Dammedreef 5, Kalmthout

**0032-486487906**

vanessa.wetzter@telenet.be

**www.chenesse.be**

# Weer een mooie oogopslag?

Dat kan nu met plasmalift (Micro Pulsed Plasma)

Dit is een snelle, pijnloze behandeling van de oogleden waarbij de huid samentrekt, waardoor rimpels minder zichtbaar worden. Dit zorgt ervoor dat verslachte huid wordt opgespannen en de huid strakker wordt zonder littekens. Met een langdurig effect van 2 tot 3 jaar.



### Resultaat

Het resultaat van de Micro Pulsed Plasma™-behandeling houdt circa 2 tot 3 jaar aan. U kunt de behandeling daarna herhalen. Het is ook mogelijk om jaarlijks een onderhoudsbehandeling te laten uitvoeren. Zo houdt u uw behandelde zone altijd in prima conditie. Ook hier geldt: alles wat u goed onderhoudt, gaat veel langer mee.

“Mensen blijven naar de salon komen door mijn uitgebreide ervaring met de huid, mijn persoonlijke en professionele benadering, mijn anders-dan-doorsnee-behandelingen en het gebruik van huidproducten van een supermerk voor prachtresultaten. Kortom, redenen genoeg om naar Chénésse Schoonheidsinstituut te komen!”

**Geïnteresseerd? Maak snel een afspraak!**

# 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 **geschenkbond** cadeau voor **20% korting**

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

Kleurenkit voor thuis ook verkrijgbaar tijdens deze coronaperiode\*

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

## 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](http://www.hairandbodycarebyellen.be)



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](http://www.schoonheidsinstituut-berkenrode.be)

## 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 wil 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.

# Vrijgezel Egon stelt zich voor

BRUISENDE/VRIJGEZEL

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



'STA STERK IN HET LEVEN,  
MAAR VERLIES NOOIT HET  
KIND IN JEZELF'



*Jij reageert  
toch ook?*

LENGTE  
183 CM

OGEN  
BRUIN

LEEFTIJD  
28 JAAR



Om te beginnen wil ik tante Lea en ooms Marcel en Rogier bedanken dat ik in dit prachtige blad mag komen. En dat ze mij steunen in de zoektocht naar de ware liefde.

Dit sluit perfect aan bij wat ik heel belangrijk vind in het leven, namelijk familie. Gezellig samen eten, feesten en herinneringen maken. Maar natuurlijk ook elkaar steunen in mindere tijden. Ik ben op zoek naar een vrouw met een soortgelijke visie. Ik zoek een dame die spontaan maar op de juiste momenten ook serieus is. Samen leuke dingen ondernemen zoals familiebezoek of lekker samen thuis voor de buis. Qua uiterlijk heb ik geen bepaald type voor ogen. Ik hecht namelijk vooral waarde aan de persoonlijkheid en het innerlijk.

## Wie ben ik?

Ik ben Egon Ronaldo Brakké. Ik ben 28 jaar oud met een lengte van 183 cm. Ik ben zelfstandig ondernemer en run een speciaalzaak in groente en fruit. Behalve verse groente en fruit verkoop ik ook veel maaltijden en rauwkost-salades. Ik ben een Indo en deze mengelmoes zie je terug

in mijn winkel. Daar verkoop ik heerlijke ambachtelijke stamppotten én Indische maaltijden. Dus je krijgt met mij het beste van twee werelden. Naast mijn werk ga ik graag naar de fitness en sta ik achter de draaitafel op feesten en partijen. Eten en vooral Indisch eten beschouw ik ook als één van mijn hobby's. Maar ja... zoals Ricky Risolles zegt: "Je lichaam is een tempel, dus je moet veel offeren." Men beschrijft mij als een betrouwbare, zorgzame en spontane jongen die graag op stap gaat. Hier sluit ik mij volledig bij aan. Omdat ik graag voor anderen zorg, sociaal ben en geniet van het leven.

**Egon zoekt**

*de liefde van  
zijn leven!*

*Kortom: van plaatjes draaien  
tot sateetjes draaien.*



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

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar [egonbrakke@live.com](mailto:egonbrakke@live.com)  
f [www.facebook.com/egon.brakke](https://www.facebook.com/egon.brakke)

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](http://www.rsjprojects.be)





Bruist wenst alle lezers een  
**bruisend**  
**nieuw jaar**



ROZEN & BOTTELS

— bloemen-decoratie —

Turnhoutsebaan 54 • 2970 Schilde • 03 336 53 44  
info@rozenenbottels.be • di - za 10.00 - 18.00 uur  
[www.rozenenbottels.be](http://www.rozenenbottels.be)  

# Wat is *detoxen*?

Heb je weinig energie en kun je wel wat hulp gebruiken bij het verliezen van die eerste (of juist laatste) kilo's na al die winterse feestmaaltijden? Dan is een detox de manier om je fitter en energiever te voelen en je lichaam weer in balans te brengen.



Een detoxkuur is een simpele manier om je lichaam te ontgiften. Dat wil zeggen: je ondersteunt je lijf bij het afbreken van ongewenste stoffen. Wil je leren hoe je je lichaam in een week kunt zuiveren van opgehoopte gifstoffen?

Als je gaat detoxen is het aan te raden je van tevoren goed in te lezen. Voor het geval je iets meer begeleiding wilt, kun je contact opnemen met een voedingspecialist om een detox voedingsprogramma te volgen.

Je kunt er echter ook voor kiezen om geleidelijk te detoxen. Dit houdt in dat je je voedingspatroon stapsgewijs zo verandert dat je voornamelijk zuiverende voeding eet en dus stopt met het toevoegen van gifstoffen.

Water helpt je lichaam bij het afvoeren van gifstoffen. Drink de hele dag door regelmatig water en vul dit aan met groene thee en (zuiverende) kruidenthee.

Vezels helpen je darmen als het ware 'schoon te poetsen'. Kies vooral voor vezels die te vinden zijn in groenten en voeg vezels toe aan je dagelijkse voeding en in je smoothies in de vorm van lijnzaad en chiazaad.

Heb je begeleiding nodig? Op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be) vind je vast een voedingspecialist die jou kan helpen.

# BLIND WALLS GALLERY



HET MUSEUM  
OP STRAAT



Ga op street art tour  
en ontdek de  
verhalen van Breda.



Meer informatie op:  
[www.blindwalls.gallery](http://www.blindwalls.gallery)

Advertentie mede mogelijk gemaakt  
door Holland Casino Breda

BRENG JOUW  
WERKPLEK NAAR  
EEN HOOG VITAAL  
NIVEAU!

Inmiddels zijn steeds meer mensen zich ervan bewust dat lang zittend beeldschermwerk - eventueel met veel praten - vervelende klachten met zich mee kan brengen. Daarom is het verstandig om eens goed naar je werkomgeving te kijken. Bij voorkeur door een werkplekadviseur die weet wat de gezondheidsrisico's zijn en een onderbouwde oplossing heeft. Helmy van Gezondzittendwerken.nl is zo'n specialist. Ze helpt je graag verder.

**Gezondzittend**  
WERKEN.NL

**GRATIS ONLINE  
WERKPLEKCHECK  
VOOR THUISWERKERS**

“EEN KLACHT BEGINT ALS  
GEFLUISTER, MAAR EINDIGT  
ALS GESCHREEUW”

# Elke werkplek verdient gezonde aandacht

Met een medisch therapeutische achtergrond als logopedist/stemtherapeut heeft Helmy veel interesse in en ervaring met het ontstaan en behandelen van fysieke klachten. Geregeld ontstaan er naast klachten in nek, rug en schouders ook stemproblemen op een werkplek als gevolg van een verkeerde werkhouding en/of verkeerde inrichting van de werkplek. Voor Helmy was dit reden genoeg om hier eens dieper in te duiken. Door haar ervaring in de kantoorinrichtings-branch, kennis en expertise als werkplekadviseur én de nog actieve werkzaamheden als stemtherapeut heeft ze onderscheidend brede kennis en mogelijkheden in huis om jou van a tot z te helpen bij de realisatie van een gezondere werkplek.

## Gezond en veilig aan het werk, ook thuis

Helmy kijkt naar alle aspecten die van invloed zijn op een gezonde en veilige werkplek. Denk bijvoorbeeld aan een werkplekscan, werkplek-optimalisatie of stemtraining, in combinatie met de juiste inrichting en het gebruik van meubilair en accessoires. Hierbij is het altijd haar doel om elke werknemer en zelfstandige vitaal te houden en met plezier te laten werken.

## Prettig en deskundig advies

Ondernemer: Helmy Bruning-Borghstijn | Westerland 13, Bergen op Zoom NL | 0031 610202148  
info@gezondzittendwerken.nl | [www.gezondzittendwerken.nl](http://www.gezondzittendwerken.nl)

De klachten die kunnen ontstaan wegen niet op tegen de kosten bij Gezondzittendwerken.nl. Laat je daarom eens adviseren door Helmy! Ze komt graag langs bij jouw werkplek - maar online kan ook - om vervolgens eerlijk en positief feedback te geven. Ze neemt de tijd om jou goed en deskundig te helpen. De aanschaf van de juiste bureaustoel is maatwerk. Bij Helmy is een proefplaatsing van bureaustoelen en zit/stabureaus mogelijk om te voorkomen dat je geld uitgeeft aan een product dat niet bij je past. Helmy is dealer van meerdere hoogwaardige fabrikanten met voor elk budget een ruime keuze. In een veranderende wereld, waarin men nu ook steeds meer thuis zal blijven werken, is gezond zittend werken nog nooit zo belangrijk geweest als nu!



KAPSALON.

.STUDIO



+32 3568 75 52

Veldlei 20A | 2970 's Gravenwezel - Schilde

info@somethingelse.studio



# Specialist in pruiken

Unieke pruiken en haarprotheses voor haar en hem, Hair-clinic werkt enkel met de beste pruiken en haartoevoegingen voor de man en de vrouw van vandaag.

Bij ons zijn haarwerken in zowel echt haar als speciale synthetische vezels te vinden. Zo kunnen wij steeds een kwalitatieve oplossing bieden voor uw probleem.

Bij ons worden alle haarwerken vakkundig geknipt op maat van de klant. Zo krijgt u steeds de oplossing die is aangepast voor u. Dit is het grote verschil met een pruikenwinkel die deze ervaring niet kan meegeven.

**Benieuwd? Maak dan eens een afspraak.**



Meer info:  
[geleidehond.be](http://geleidehond.be)

**GEZOCHT:**  
Pleeggezinnen  
voor onze pups



Belgisch Centrum voor Geleidehonden  
Sint-Truidersteenweg 309 Tongeren



Onze hair-clinic bestaat al meer dan 40 jaar. Daardoor hebben wij een massa aan kennis en ervaring opgebouwd. Drie jaar geleden is de hair-clinic opgenomen in het concept van **Café de Beauté**. Hierdoor hebben wij het knippen van de pruiken nog kunnen optimaliseren. U komt dus steeds terecht bij een ervaren team. Wij hebben ervaring opgebouwd in pruiken, haartoevoegingen, extensions en haarprotheses.

**Kom gerust langs voor gratis advies of analyse.**



Gelukkig zijn is een keuze.

Met de kracht van je gedachten creëer je jouw eigen realiteit.

# MINDSET

Ik heb vaak gezien dat deelnemers aan het Killerbody Dieet weer terugvallen. De kilo's die zij zijn afgevallen zitten er na een bepaalde periode weer aan. Ze hebben stap voor stap het dieet gevolgd en een geweldig resultaat behaald. Toch vallen ze weer terug in hun oude voedingspatronen en gewoontes. Ik ben op onderzoek uitgegaan en kwam tot de conclusie dat de onderliggende mindset hiervan de oorzaak van is. De overtuigingen die mensen hebben over zichzelf zijn hetzelfde gebleven. Een positieve mindset en het hebben van de juiste overtuigingen zijn ontzettend belangrijk voor het behalen van de doelen in je leven, het bereiken van succes en de mate waarin je je gelukkig kunt voelen.

In mijn nieuwe boek Killerbody Lifestyle werk je in 12 weken niet alleen aan je lichaam, maar vooral ook aan je mindset en het doorbreken van patronen. Je leert van jezelf houden, naar je behoeftes luisteren en negatieve patronen doorbreken. **Zo val je af, behoud je resultaat en het allerbelangrijkste; voel je je gelukkiger!**



BESTEL MIJN NIEUWE BOEK OP [WWW.MKBMSHOP.COM](http://WWW.MKBMSHOP.COM)

**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION

## Ziekte van Huntington

De ziekte van Huntington is een erfelijke hersenziekte. De symptomen lijken een combinatie van Alzheimer, Parkinson en ALS. Een kind van een ouder met de ziekte van Huntington heeft 50% kans om drager te zijn. Hierdoor heeft de ziekte een grote impact op het hele gezin.

## Wat Mijzo bijzonder maakt

De Kloosterhoeve, een locatie van zorgorganisatie Mijzo, biedt een unieke woonzorgcombinatie voor mensen met de ziekte van Huntington. In onze visie zijn en blijven mensen met deze vreselijke ziekte op de eerste plaats mens. Zij staan centraal, niet de ziekte. We bieden persoonsgerichte zorg en behandeling en stimuleren de eigen regie en zelfstandigheid.

## Silverfit 3D

Beweging is ontzettend belangrijk voor mensen met de ziekte van Huntington. Om dit te stimuleren willen we graag een SilverFit 3D aanschaffen. Deze zorgtechnologie draagt bij aan de beweging en ontspanning van cliënten. Helaas is hiervoor geen geld beschikbaar.

**mijzo**  
ziet mij

## Helpt u ons mee?

Uw donatie kunt u storten op rekeningnummer NL09 RABO 0301 5371 00 onder vermelding van De Kloosterhoeve ten bate van de Silverfit.

## Meer weten?

Op 7 januari 2020 zond RTL4 de indrukwekkende aflevering uit van Five Days Inside, waarin Natasja Froger vijf dagen verbleef bij zorglocatie De Kloosterhoeve in Raamsdonksveer. U kunt de aflevering terugkijken op Videoland.



Wat **mijzo**  
bijzonder maakt

[www.mijzo.nl](http://www.mijzo.nl)

# PUZZELPAGINA



Januari is de maand waarin we rustig thuis genieten van de fijne dingen in het leven. Van elkaar, van een goed boek en van dit bruisende magazine. Nestel jezelf lekker op de bank en blader (online) door deze editie van Bruist en puzzel mee voor mooie prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-1-6**.

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 nieuwjaar. De oplossing van vorige maand was **cadeau**.

Maak kans op dit

## boek van Lisa Staal



Een feest van herkenning! De mannen van Staal lees je in een ruk uit! Gedurende haar reis, zoekende naar liefde en geluk, ontpopte Lisa zich tot een sterke, liefdevolle, onafhankelijke vrouw die anderen de weg wijst naar een gelukkig (liefdes)leven!

d+🐶-ge 📦

l+🔪 m=e j+🔍-i

🍺-er+n+📺 y=n

📺 y=e 🧑 s=g

u+🐶-ge

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 februari de oplossing in op onze site: [www.schildeschotenbruist.be](http://www.schildeschotenbruist.be)

Maak kans op een

## SodaStream bruiswater toestel

Maak in slechts enkele seconden van gewoon kraanwater heerlijk bruiswater.



sodastream

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

bubbels koolzuur  
 bruist smaakje  
 water gemak  
 duurzaam gas

Streef 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 februari de oplossing in op onze site: [www.schildeschotenbruist.be](http://www.schildeschotenbruist.be)

# Van Mossel USED CARS

*Betrouwbare auto's met ervaring!*

[www.vanmossel.be](http://www.vanmossel.be)

# Van Mossel