

SCHILDE SCHOTEN
'S-GRAVENWEZEL



OKTOBER 2021 GRATIS MEENEMEN!
WWW.SCHILDESCHOTENBRUIST.BE

BRUIST

Pimp
je woning!

Brigitte Heitzer:
'Heel herkenbare rol'



Waan je op Ibiza in Antwerpen



LIV'IN ROOM 121

A WAY OF LIVING !

Bohemian Concept Store • ruim 4000 m²
Meubelen & decoratie van over gans de wereld samengebracht in een uniek pand
OPEN: woensdag t/m zondag van 10h tot 17h



De jarenlange ervaring als styliste hielp mij bij het inrichten van Liv'in Room 121. Je vindt er unieke en authentieke producten met persoonlijkheid en karakter van over gans de wereld.

Kom zeker eens langs!
Ann & team

BOHEMIAN CONCEPT STORE

Ruim 4000 m²
samengebracht
in een uniek pand.

OPEN: woensdag t/m zondag
van 10h tot 17h.

 Liv'in Room 121

 liv_in_room_121



**Bij DR Metal Design
kunt u terecht voor al
uw staal designwerk.**

Wij ontwerpen en maken onder andere:

STALEN DEUREN & KOZIJNEN

TRAPLEUNINGEN & BALUSTRADES

MEUBELS OP MAAT

Neem contact met ons op voor een
vrijblijvende offerte of kom langs in onze
showroom. Deze is geopend op afspraak.



Everdenberg 341,
Oosterhout (NL)
0031(0)6-48487982
info@drmetaldesign.nl
www.drmetaldesign.nl

Meubels op maat
gemaakt voor de klant,
**klant tevreden wij
tevreden.**

Damien Rietvink
Eigenaar





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 i belgiebruist

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist +31 (0)76-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Ron Schouwenaar
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Floortje Thieleman
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Koen Fasseur
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.**



Oktober staat ook wel bekend als woonmaand, oftewel de perfecte maand om je interieur eens onder de loep te nemen. Past het nog bij je of wordt het hoog tijd om de boel eens flink om te gooien, zodat je met een goed gevoel en een opgeruimd huis weer de winter in kunt. Omdat niet iedereen weet waar te beginnen als het om je interieur gaat, geven we je verderop in deze nieuwste editie van Bruist een aantal fijne tips waardoor ook jouw huis er weer als nieuw uit kan gaan zien.

Bruisende lezer,

Klaar met het restylen van je huis? Dan heb je vast wel een beloning verdiend in de vorm van een leuk uitje. Wat dacht je bijvoorbeeld van een bezoek aan de musical Diana & Zonen? Wat ons betreft echt een aanrader, helemaal na het leuke interview dat we speciaal voor Bruist hadden met Brigitte Heitzer, die de rol van prinses Diana speelt.

En ben je niet zo'n fan van musicals? Dan heeft een van de vele bruisende ondernemers die we hebben gesproken vast wel iets anders in de aanbieding waarmee jij jezelf alsnog kunt belonen.

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.

**DIT NAJAAR
STARTEN MET
ADVERTEREN,
MÉT SUPERVEEL EXTRA
KORTING?** Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
of bel
+31 647 885 009

Pimp je *woning!*

Oktober is de ideale maand om je huis en inrichting eens op de schop te nemen, zodat je opgeruimd de winter in kunt gaan. Waar moet je beginnen en hoe pak je het aan? Volg deze Bruisende tips en je huis is weer als nieuw.

JE HUIS
WEER ALS
NIEUW!

Een goede voorbereiding...

- Bedenk vooraf wat je wilt en welke stijl je aan wilt houden. Het is zonde van je tijd als je er achteraf achter komt dat dit niet hetgeen is wat eigenlijk bij je past.
- Zorg ervoor dat je voldoende geld hebt. Controleer je bankrekening en bekijk of het voldoende is voor alle materialen die je aan gaat schaffen.
- Probeer zoveel mogelijk daglicht naar binnen te laten schijnen. Licht zorgt voor een frisse en opgeruimde indruk en het is goed voor je.
- Door bewust met kleur te werken, kunnen de ruimtes groter, hoger of juist kleiner lijken. Als je bijvoorbeeld één wand een kleur geeft en de tegenovergestelde wand licht houdt, maak je je huis ruimtelijker.
- Een deskundige stylist heeft meestal een objectieve kijk op je woning. Voor een optimaal resultaat is het raadzaam een professional te raadplegen.

Een rijkelijke beloning

- Vraag je vrienden of familie om hulp en geef ze allemaal een kwast. Een nieuwe verflaag geeft je huis een frisse impuls.
- Als je voldoende geld hebt, is het altijd een idee om een nieuwe vloer te leggen. Je huis krijgt in één keer een nieuwe uitstraling.
- Was je gordijnen of - voor de luxe mensen onder ons - koop nieuwe gordijnen. Houd rekening met de kleur in de rest van je woning. Pas daarom goed op met donkere gordijnen, dat is slechts heel mooi als er veel licht binnenvalt.
- Je kunt het natuurlijk zo duur of goedkoop maken als je zelf wilt, maar als je het echt goed wilt restylen, koop je nieuwe meubels of laat je oude meubels opnieuw stofferen.
- Voor de finishing touch schaf je leuke accessoires aan die helemaal passen in het thema van jouw nieuwe inrichting. Het leuke van zo'n restyling? Je richt je huis in zoals jij het graag wilt!

Wil je je woning een update geven? Op www.belgiebruis.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Green House: vormgeving op maat

In het centrum van Hoogstraten vind je Green House, een naam die je in hun sector vaak zult horen. Het interieurbedrijf is reeds 26 jaar actief en heeft een werkgebied opgebouwd met klanten van aan de kust tot in Luik en van Brussel tot in Amsterdam. Vaak na een bezoek aan hun winkel...

“Mijn vrouw en ik begonnen ooit als winkel in cadeauartikelen en evolueerden naar het volledig beoefenen van onze passie: het inrichten van interieurs”, vertelt eigenaar Jef Verheijen.

“Mensen kwamen shoppen in onze zaak, maar begonnen al snel advies in te winnen over kleur en vormgeving. Inmiddels doen we de totale inrichting van interieurs - er zijn twee verschillende - gebruikt tot het complete ontwerp en de begeleiding van een verbouwing. Alles op maat. We werken samen met aannemers, schilders, enzovoort.

Mensen voelen onze passie en expertise. Ze bellen ons op, wij gaan naar hen toe en bouwen een band op. We

kijken, luisteren, stellen de juiste vragen en voelen hun wensen aan.”

Green House werkt graag met oude materialen. “We gebruiken in onze landelijke stijl vaak oude bouwmaterialen met een knipoog naar het moderne, het strakke. En we vinden onze weg in de wereld van de stoffen. Daar is mijn vrouw heel sterk in. We hebben de gepaste oplossing voor jouw gordijnen. En gooi je zetels niet zomaar weg, we kunnen ze een nieuw jasje geven.”

De uitstraling, de warmte en de passie van het werk van Green House kun je niet omschrijven. Die moet je zien en voelen...



Green House

Heilig Bloedlaan 259-261, Hoogstraten
00 32 (0) 3314 74 70 | greenhouse2@telenet.be



‘DE UITSTRALING, DE WARMTE EN DE PASSIE VAN HET WERK VAN GREEN HOUSE KUN JE NIET OMSCHRIJVEN’

LEZERSACTIE*

Maak kans op een echte Levy.

Eén van Nederlands grootste online content creators - Levy van Wilgen - lanceerde onlangs zijn eigen underwear label: LevyUnderwear. De collectie bestaat uit briefs en boxers in de kleuren wit, zwart en groen met veel leuke details.
www.levy-store.com TAG #LEVY



LEZERSACTIE*

Maak kans op anti-aging peeling t.w.v. € 95,-

Anti-aging peeling van Perris, geschikt voor alle huidtypen voor een optimaal resultaat. Werkt liftend en verstevigend en maakt de huid gladder en soepeler. Fijne lijntjes worden minder zichtbaar. Bevat 99% natuurlijke bestanddelen en is klinisch getest.

www.prestigecosmetics-benelux.nl
TAG #PERRIS



CREAMY LIKEUR

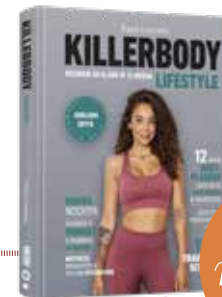
Met de volle, tropische smaak van de Marula vruchten is Amarula likeur het perfecte drankje voor iedereen die van een zoetje houdt. De likeur heeft een tropische smaak met tonen van chocolade en citrusvruchten. Probeer Amarula eens met een bolletje vanille-ijs als dessert!

www.amarula.com

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. #KILLERBODY



N

Doe mee en win



CHEF BAKER

Kenwood introduceert de nieuwe Titanium Chef Baker. Speciaal ontworpen voor de bakfanaat, met een ingebouwde weegschaal en een dubbele mengkom. Ook is het design aan te passen naar jouw gewenste kleur. Check voor alle kleuren & varianten.

www.kenwoodworld.com

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.

win

W

Kleurrijke Herfst!

HONING VAN GOUD

Het goud uit de bijenkorf! De afgelopen jaren is steeds meer bekend geworden over de antibacteriële en verzachtende eigenschappen van Manuka honing. Veel mensen ontdekken nu wat de hoogwaardige honing voor hen kan doen.

www.manukadoctor.nl



DE GEUR VAN ALMERE

In de tentoonstelling 'Thuis' zijn de interieurs van zes inwoners van Almere te zien, te horen én te ruiken.

Hempenius wil ons laten ervaren hoe groot de impact van geur is voor je beleving. Naast huiselijke geuren heeft Jorg Hempenius ook de geur van Almere weten te vangen in een unieke geurkaars. www.kunstlinie.nl

*LEZERSACTIES

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! Of stuur je gegevens o.v.v. de TAG bij de lezersactie naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.





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  

Kom op  tegen Kanker



www.komoptegenkanker.be

BRUIST

Jouw **onderneming** ook **presenteren** in dit sprankelende magazine?

Of wil je meer weten over de vele mogelijkheden van **België Bruist?**



Neem dan contact op via nl@nederlandbruist.nl of bel +31 (0)76-7115340



WIJ MAKEN VAN JE HUIS EEN THUIS!

Je kan bij ons voor je volledige interieur terecht, gaande van adviezen tot uitvoeringen.

- Alle raamdecoratie
- Interieurdecoratie
- Verf en behang
- Tapijten op maat of niet
- Kleuradvies
- Interieuradvies
- Renovatie met onze interieurarchitect

De raamdecoratie verwerken wij in onze eigen atelier waardoor we hier een zeer efficiënte en snelle service in kunnen voorzien!

interieur. RENDERS

Sint Lenaartsebaan 115, Malle
info@interieurpuntRenders.be
 0032 3 290 36 50

www.interieurpuntRenders.be



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

SINCE 1968
 JUWELIER • GOUDSMID*  KLOKKENMAKER • KUNSTGALERIJ
 Paul Van der Auwera

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

Je huis opnieuw inrichten kan helpen om je **echt thuis te voelen**.

Planten helpen de luchtkwaliteit te verbeteren, maar zorgen ook voor een betere akoestiek.

Met mooie kussens geef je **sfeer** aan je huis. Zo kun je de woon- of slaapkamer in één keer **een totaal andere uitstraling** geven.

Warmte in huis halen? Zet eens een schaal met **kaarsen** neer! Ze zorgen 's avonds bovendien voor **sfeervolle verlichting**.

Uitgekeken op je slaapkamer? Met een nieuw dekbedovertrek geef je de ruimte al een **complete metamorfose**.



Dé haard voor jouw huis!

Op zoek naar de ideale verwarming, die niet alleen praktisch is maar ook gezelligheid uitstraalt? Dan moet u bij Ecoflames zijn. We zijn gespecialiseerd in de verkoop en installatie van diverse soorten kachels en haarden in alle stijlen.

Vindt u iets dat u aanstaat of wenst u meer informatie? Kom bij ons langs of neem contact op.

Bij Ecoflames kunt u terecht voor alle types kachels.

Wij verkopen o.a. pellet-, hout- en gaskachels, hout- en gashaarden en elektrische sfeerverwarming.

ECOFLAMES

Bosduinstraat 51, Wuustwezel | 03-4256091
info@ecoflames.be | www.ecoflames.be

Wij bieden een complete service, inclusief installatie en onderhoud!



Zorg op maat?



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. Personalarms 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!

Heidestatiestraat 45 2920 Heide Kalmthout
Poets en strijkhuis Lemmens / Zorgassistentie Lemmens
+32 486 66 15 45 | zorgassistentie.lemmens@telenet.be | 03 297 67 17

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



12 TEM 30 OKTOBER
actie op alle jeans artikels
2+1 GRATIS
(Goedkoopste artikel gratis)

#FABULICIOUS.EU

Schoolstraat 1B, Schilde | 0499 36 35 69
Facebook Instagram Fabulicious.eu | www.fabulicious.eu

Fotograaf: Shootyou.be | www.shootyou.be

Hier ben ik weer met een nieuwe blog voor oktober. Het is nooit leuk om de zomerperiode achter ons te laten. Maar we kunnen dan weer uitkijken naar de nieuwe herfstoutfits. Het is absoluut not done om in oktober op een feestje te verschijnen in een zomeroutfit. Dan val je gegarandeerd uit de toon..

Herfst look

Ik stel heel graag mijn favoriete herfst look voor: (meer foto's te vinden op mijn Instagram profiel @Raniivdb) Ik koos voor de lekker warme koltrui en die heb ik gecombineerd met deze hippe jeans, deze is ook stretch met schattige details. Ik heb dus deze leuke combo gepresenteerd met highheels. Dat kan ook perfect gedragen worden met een enkellaarsje! Ben je meer voor jurkjes? Dat kan, bij @fabulicious vind je alles, van jurkjes tot sjaltjes en paraplu's die van kleur veranderen... Dus voor je ideale herfstlook moet je zeker eens een kijkje gaan nemen bij Fabulicious te Schilde. Wat ook nooit mis staat is een stralend herfstoranje, amberglow, dat bevordert het zelfvertrouwen en creatieve zelfexpressie. Dus voel je jezelf niet goed in je vel? Ga dan eens voor oranje. Hou je je liever iets meer gedeisd? Dan kan je bijvoorbeeld een natuurlijke zandtint dragen. De verschillende materialen en texturen maken het helemaal af! Zo combineer je een lakjas over een gebreide top en bijpassende kokerrok. En zoals ik in een van de vorige edities van Bruist schreef, groen is altijd mooi te combineren met een andere groene tint. Optimistisch rebellerend, Green Sheen is een gedurfde geelgroene tint die opvalt. Dat blijft ook nog in de mode! Wil je graag positief opvallen, ga dan voor groen!

Shoppen bij @fabulicious.eu is dus de boodschap voor de ideale herfst look! Stuur gerust een berichtje naar @Raniivdb voor tips and tricks, ik help je graag!

Veel liefs, *Ranike*
@Raniivdb

Klaar voor het najaar?



gedreven door passie

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

22

MACO, UW PARTNER IN:

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

info@maco.be | www.maco.be

DAGJE UIT EUROPALIA TRAINS & TRACKS



In 2021 worden een heleboel verjaardagen rond treinen gevierd. Een mooie aanleiding voor Europalia om een festival te wijden aan een uitvinding die de wereld danig door elkaar schudde en die vandaag opnieuw een hoofdrol lijkt te gaan spelen. Vanaf 14 oktober tot en met 15 mei 2022 brengt Europalia Trains & Tracks, een programma dat de trein benadert vanuit zowel een hedendaags als een artistiek perspectief en dat draait rond vier elementen: impact op de maatschappij, duurzaamheid, tijd en beweging en ontmoeting en afscheid. Europalia werkte hiervoor met tientallen enthousiaste partners en kunstenaars aan meer dan vijftig artistieke projecten.

Meer info op www.europalia.eu

FILMPJE KIJKEN RED SANDRA

BINNEN/BUITEN

BYENDE RIDDEN · DARVA GANTORA · ROSALIE CHARLES
RED SANDRA
EYEWORKS · HANDELIJK · VAN DE CEE · JAN VERHEYEN & LIEN WILLAERT



De film Red Sandra vertelt het waar gebeurd verhaal van de familie Massart, een verhaal dat tien jaar geleden de media en de publieke opinie in België en ver daarbuiten beroerde. In Red Sandra krijgen William en Olga onverwacht de diagnose dat hun enige dochtertje Sandra (6) lijdt aan MLD (metachromatische leukodystrofi), een zeldzame spierziekte. Ze heeft nog maar ongeveer een jaar te leven. De wereld van het gezin stort vervolgens in elkaar. De vader weigert de hoop op te geven en gooit zich in een verbeterde strijd tegen de farma-industrie. **RED SANDRA is vanaf 27 oktober te zien in de bioscoop.**



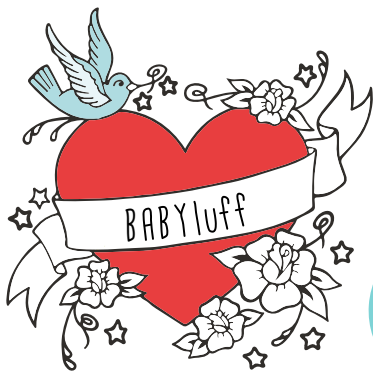
BOEKJE LEZEN NACHTVORST



Lieke van Doorn brengt de voorjaarsvakantie door bij haar familie in Noorwegen. Wanneer ze met een groepje vrienden gaat wildkamperen, verdwijnt een van hen op mysterieuze wijze. Er wordt al snel gespeculeerd over de Nachtvorst. Die volgens de eeuwenoude mythe in de regio vijftienjarige kinderen laat verdwijnen. Vijftientig jaar later wordt Lieke door haar vriendin Leah gebeld. De Nachtvorst heeft weer toegeslagen. Deze keer is het de zoon van hun vriendin Britt die is verdwenen. Lieke vertrekt naar Stavanger om samen met Leah op onderzoek uit te gaan. Komt de waarheid nu eindelijk boven tafel? **NACHTVORST van Suzanne Vermeer is vanaf 12 oktober verkrijgbaar.**

23

BABYLUFF, MEER DAN EEN WINKEL!



Specialist in
geboortelijsten!
Kijk op onze site
voor meer info



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

Bùho, Emil et Ida, Bonmot, Nixnut, Bebe Organic, 1+in the family,
My little Cozmo, Long Live the Queen, New Society, Bobo Choses, Piupiuchick, Petit Bateau, Gold,
Fub, Hvid, Yaarn, Trixie, Senger, Joolz, Bugaboo, Elodie, Liewood, Konges Slojd, Charlie Crane,
Leander, Sebra, Oliver Furniture,...

THE ONLY TRUE LOVE IS... **BABYLUFF**

24

Wijn van topkwaliteit!

DE
WIJNRANK
QUALITY WINES



DE WIJNRANK SHOP Turnhoutsebaan 165, Schilde | **03 435 87 57**
OPEN: wo-vr van 13u tot 18u - zaterdag van 10u tot 18u - ma, di, zon- en feestdagen gesloten

WWW.DEWIJNRANK.BE

25



**Wil jij kans maken
op mooie prijzen?**

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

Ben jij een theaterliefhebber?

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

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

Altijd op de hoogte

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

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

Volg ons op social media

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



Theater.nl is hét platform voor theaterliefhebbers. Wij brengen het theatergevoel rechtstreeks bij jou thuis.

Brigitte Heitzer speelt prinses Diana:**“Het is echt een hele herkenbare rol”**

Musicalactrice Brigitte Heitzer dompelt zich dit najaar onder in de wereld van royalty, romantiek en rivaliteit. Ze speelt prinses Diana - Lady Di - in de gloednieuwe musical *Diana & Zonen*. "Het wel en wee van een koninklijke familie lijkt misschien ver van ons af te staan, maar deze voorstelling is juist erg herkenbaar", zo vertelt Brigitte aan Theater.nl

“Het is een hele mooie rol met veel lagen en zoveel te vertellen. Het gaat om een moeder die gesprekken heeft met haar twee zoons. Ik ben ook moeder van twee kids. Dat maakt het zo herkenbaar”, legt Brigitte uit. In *Diana & Zonen* beleeft het publiek de stormachtige romance tussen Lady Di en haar man Charles (Jan Elbertse), waarbij Diana vecht voor het geluk van haar zonen Harry en William (Freek Bartels en Jonathan Demoor). Het verhaal wordt afgewisseld met de minstens even zo woelige liefdesrelatie tussen Harry en Meghan Markle (Dominique Graanoogst).

dat hebben we kunnen loslaten”, vertelt Brigitte, die haar rol deelt met collega Marlijn Weerdenburg. “We hebben wel een pruik op natuurlijk, dus je ziet wel Lady Di. Maar we moeten haar niet nadoen en laten vooral onze eigen interpretatie als moeder op de rol los. De regisseur liet ons zoeken naar onze eigen invulling van Diana, dat is fantastisch”, besluit Brigitte opgewekt. Hierdoor zouden mensen de voorstelling tweemaal kunnen bezoeken om twee keer een andere invulling van Diana te zien.

Musical *Diana & Zonen* is tot begin 2022 te zien in de Nederlandse theaters. Kijk voor meer informatie op Theater.nl.

Eigen invulling

“Mensen zeiden: ‘Nu moet je Lady Di gaan naspelen’, of: ‘Hoe ga je op haar lijken?’ Maar

“HET IS EEN HELE MOOIE ROL MET VEEL LAGEN EN ZÓVEEL TE VERTELLEN”

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

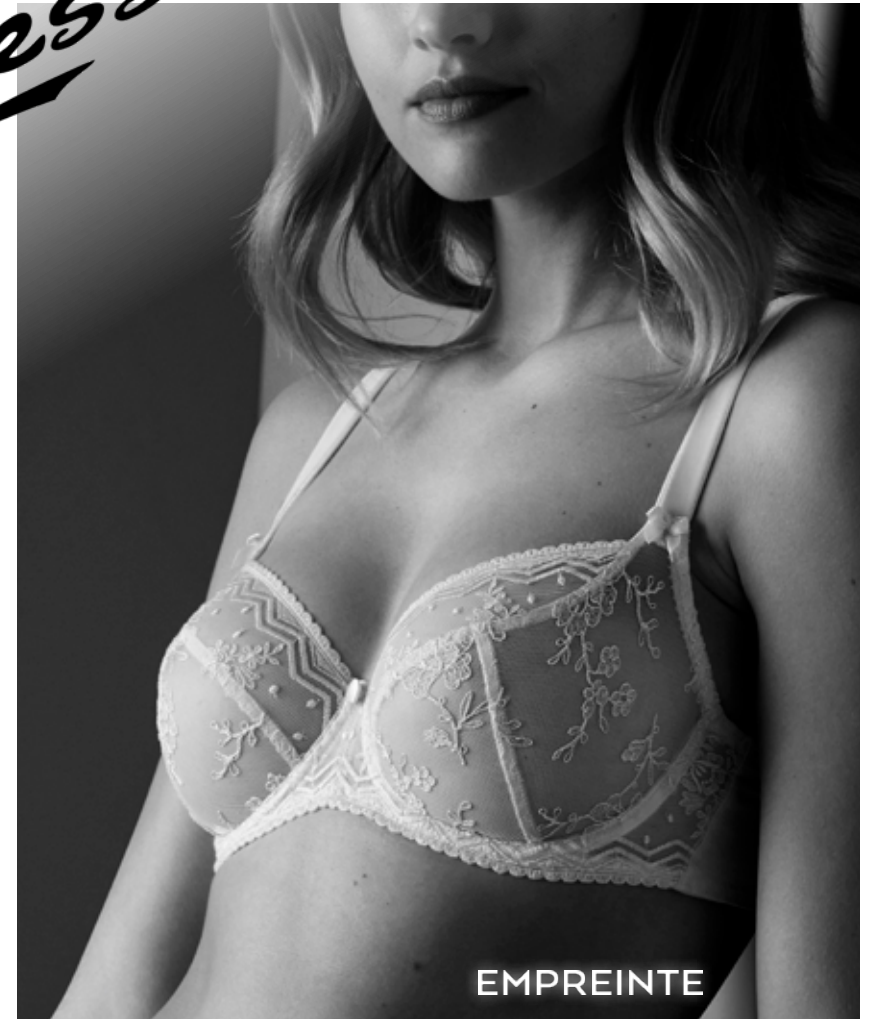
lingerie

Caress

STYLISH. SOPHISTICATED. SEXY.

Shop ook online
www.caress.be

Met persoonlijk
advies!



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



VAKANTIEKILO'S REDUCEREN

De vakantie is voorbij en de scholen zijn weer begonnen. Helaas is de toestand om het omstreken 'killer' virus nog niet voorbij. Nu een groot deel al ingeënt is, weten ze nog steeds de indruk te wekken dat we in een gevarenzone zitten.

Ik ben zelf voorstander van een positieve instelling en het boosten van je immuunsysteem door middel van gezond eten, veel water drinken, dagelijkse beweging en stress reduceren. Dit laatste is de meest onderschatte factor als het gaat over de impact op je gewicht. Mensen weten dat stress ongezond is, maar leggen het verband tussen stress en overgewicht niet zo snel. Als je te veel stress hebt, blijven je cortisollevels (stresshormoon) te hoog. Deze zorgen ervoor dat je lijf vet vasthoudt en extra opslaat. Als je je vakantie kilo's kwijt wilt raken of gewoon lekker fit en gezond wilt zijn, is het belangrijk om naast gezond eten en bewegen ook aan ontspanning te doen.

Sporten zorgt voor het reduceren van het stresshormoon en het aanmaken van het gelukshormoon: endorfine. Een uurtje bewegen per dag is perfect. Dit hoeft natuurlijk niet elke dag heel zwaar te zijn, een uurtje wandelen in de natuur doet ook al wonderen voor je gezondheid. Onlangs ontwikkelden we met MKBM een nieuw product: de Vegan Meal Shake. Deze shake heb ik zelf gebruikt tijdens mijn vakantie om geen vakantie kilo's aan te komen. Mijn lunch of avondeten verving ik voor deze shake gedurende 14 dagen en ik at voor de rest lekker alles waar ik zin in had.

Liefs, Fajah Lourens

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION



VAN GORP PROJECTS, STERK IN VERZORGD WERK
zonwering • rolluiken • outdoor living • raamdecoratie

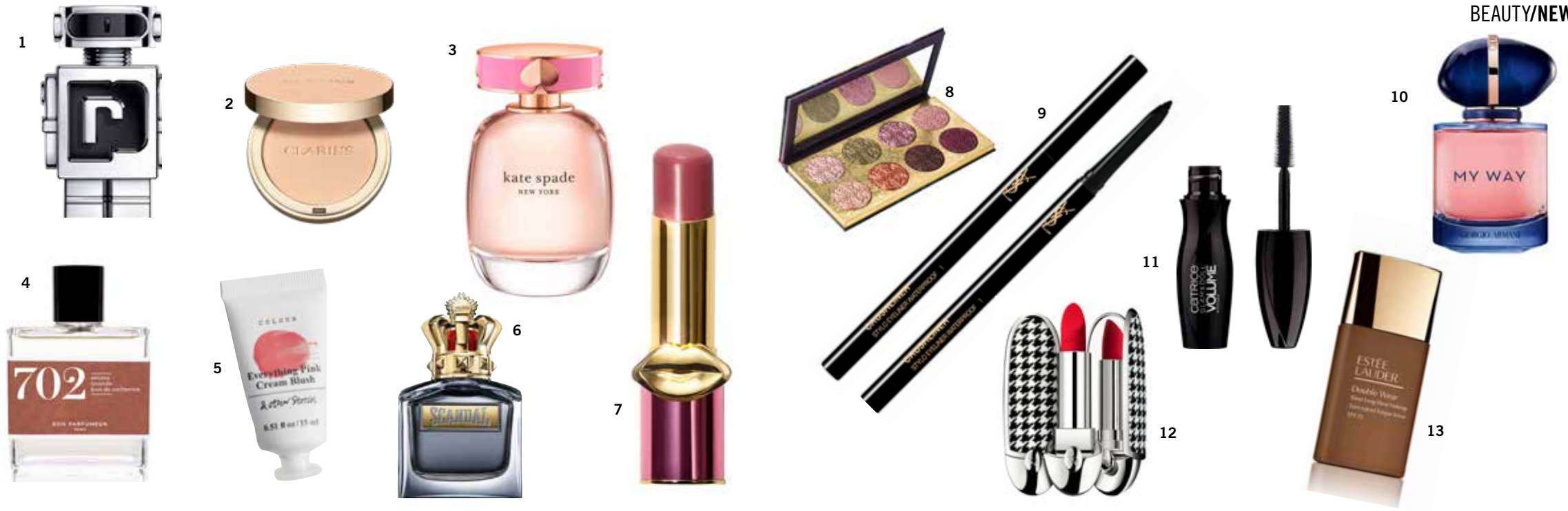
25 JAAR
ERVARING
DE VAKMAN IN
UW STREEK



Zonder problemen op maat geleverd en aangepast aan de bestaande situatie
Open Ma, Di, Do & Vr: 10u-17u | Za 10u-16u | Wo & Zo: Gesloten

Van Gorp Projects | Handelslei 224, Zoersel | 03 384 06 00 | www.vangorpprojects.be





Hier worden we ***blij*** van!

Nu we weer in herfst zijn beland en we de zon moeten missen, vrolijken we onszelf maar op met de nieuwste geuren en make-up producten. Kijk, hier worden we nu blij van!

1. PHANTON Eau de toilette van Paco Rabanne, vanaf € 77,- www.iciparisxl.nl
2. Ever Matte Compact Powder van Clarins, € 40,- www.clarins.nl
3. Kate spade NEW YORK, vanaf € 41,- www.douglas.nl
4. 702 van Bon Parfumeur, €82,- www.bonparfumeur.com
5. Everything Pink voedende Cream Blush van Other Stories, € 17,- www.stories.com
6. Scandal Pour Homme van Jean Paul Gaultier, vanaf € 78,- www.iciparisxl.nl
7. Lip fetish Divinyl lip shine van Pat McGrath, € 35,99 www.douglas.nl

8. Eye Shadow X 8 Feast Your Eyes van MAC Cosmetics, € 50,- www.maccosmetics.nl
9. Crushliner van YSL, € 30,25 www.ysl.nl
10. My Way Eau de Parfum Intense, vanaf € 78,- www.douglas.nl
11. Glam & Doll Mini Mascara van Catrice, € 2,59 www.catrice.eu
12. Rouge G Luxurious Velvet van Guerlain, Shade € 36,- en Case € 37,- www.guerlain.nl
13. Double Wear Sheer Long-Wear Makeup SPF 20 van Estée Lauder, € 49,50 www.debijenkorf.nl

THE 1:1 DIET

by Cambridge Weight Plan®



Praktijkgegevens

Daniella Verhaegen
Turnhoutsebaan 14
2970 Schilde
Fruihoflaan 79
2600 Berchem

Telefoonnummer

0471-680358

Openingstijden

Geopend alle werkdagen na afspraak

Kosten intake

€ 25,00

Facebook

Het-1-op-1-Dieet-in-Schilde-met-Daniella



Afvallen in Schilde? Laat mij je helpen!

Op zoek naar een dieet dat gemakkelijk te combineren is met je werk en je gezin?

Uit ervaring kan ik vertellen dat afslanken helemaal niet hoeft in te houden dat het niet lekker is of dat je altijd honger lijdt. Met 1 op 1 begeleiding, producten die echt smakelijk zijn en een wekelijkse stok achter de deur, heb je hiermee een succesformule te pakken.

Mijn naam is Daniella, afslankconsulent van The 1:1 Diet. Onder mijn begeleiding sta je niet alleen in je afslankproces. Het is zo'n voordeel als er iemand voor je klaar staat die je continu motiveert. Maar je moet het wel zelf willen, ik kan jouw knop niet omzetten.

Al jaren heb ik affiniteit met een gezonde leefstijl, waar voeding en beweging bij horen. Ik kan je daardoor ook volledige ondersteuning bieden in zowel het afslanken als in het behouden van je nieuwe gewicht.

Zelf ben ik enthousiast, eerlijk, realistisch en motiverend. Fouten maken hoort bij elk proces, en daar zal ik nooit te streng over zijn. Ik ga je daarbij helpen. Ik ben hoe dan ook zeer begaan

met mijn cliënten en ik zal mijn best doen jou optimaal te begeleiden naar een gezonde leefstijl die je vast kunt houden. Kortom, je kunt altijd op mij terugvallen.

Wat het dieet mij heeft gebracht, gun ik jou ook! Ben je klaar voor deze nieuwe stap? Neem dan contact met mij op via mijn website, bel of app me. Ik hoop van je te horen en ik kan niet wachten om samen aan jouw nieuwe ik te beginnen.

Groet,

Daniella Verhaegen

Maak nu een afspraak met Daniella 0471 – 680358



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



Je bent zoals je *denkt*

De verdeeldheid is groot. Iedereen denkt anders. Maar doordat we anders denken, is het niet zo dat de werkelijkheid verandert.

Opgesloten achter onzichtbare tralies. Geleid door angst of door vertrouwen. Het is de keuze die je maakt.

Ze kunnen alles van je afnemen, maar vrijheid van denken, vrijheid in je hoofd, is jouw keuze. En die keuze bepaalt de koers van je leven.

Ik wens je geluk en wijsheid.

Michael Pilarczyk

~ MeditationMoments.nl ~
Meditaties voor elk moment van de dag



Verzorg je (lach)rimpels

Het is onvermijdelijk dat de huid kleine rimpels en lijntjes gaat vertonen. Maar je kunt wel iets doen om rimpels zoveel mogelijk te voorkomen of uit te stellen. Verzorg daarom je huid elke dag weer goed.



Hydrateren

Het is belangrijk om je huid dagelijks goed te hydrateren. Gebruik producten die rijk zijn aan water en die ervoor zorgen dat de huid goed vocht vasthoudt. De huid blijft daardoor soepeler en zal minder snel tekenen.

Beschermen tegen de zon

UV-straling veroorzaakt vroegtijdige veroudering. Bescherm je huid dus altijd tegen de zon, ook in de winter. Gebruik daarvoor een dagcrème met UV-filter.

Peeling

Het is heel belangrijk om je huid wekelijks te verzorgen met een peeling (scrub). Op deze manier verwijder je de dode huidcellen. Dit bevordert de toevoer van zuurstof aan de huidcellen en verbetert je teint.

Gezichtsmassage

Verwen je gezichtshuid regelmatig met een gezichtsmassage. Verdeel een hydraterende of anti-aging crème over je gezicht en masseer het product met je vingertoppen van beide handen zachtjes in de huid. Besteed extra aandacht aan de zones naast je neus richting je mondhoeken, onder je ogen en de huid je mond.



MERKBAAR BETER,
STEEDS VOORDELIG!



5%
KORTING

BIJ BESTEDING VAN €50,-

KORTINGSCODE: BDGBRUIST



ALTIJD
LAGE
PRIJZEN

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

WWW.BIJDEGROOTHANDEL.COM

*Kortingscode geldig van 1/10/2021 t/m 31/10/2021 op een minimaal aankoop van €50,00, exclusief verzendkosten. Geldig op één winkelmandje. Niet te gebruiken in combinatie met andere kortingscodes en promoties, noch op eerder geplaatste bestellingen. Per persoon éénmalig te gebruiken.



chamyr
2 times as beautiful

BABOR

ANTI-AGING BEHANDELINGEN

MICRO-NEEDLING

MICRO-DERMABRASIE

SUPERBOOST

IKARI

DIODE LASERONTHARING

DERMAPLANING

Wij garanderen u welbevinden en harmonie voor lichaam en geest. Speciale gezichtsbehandelingen en lichaamsverzorging, gericht op de probleemzones in combinatie met het Restart dieet. Bij ons kan je ook alle dagen terecht voor laserontharing. We laten uw bezoek een onvergetelijke belevenis voor lichaam en ziel worden.

Wij bieden een grote keuze aan behandelingen! Maak een afspraak voor een intake en wij geven u persoonlijk advies. Ervaar daarbij de totale werking van de BABOR cosmetica.

Al ons behandelingen vind je op www.chamyr.be.
Of bel ons, we nemen de tijd voor u.

*Chantal &
Myriam*

Nieuwdreef 2, 2170 Merksem | 0468 463 821 | www.chamyr.be | [f chamyr](#) | [@ chamyr_babor](#)

Meer info:
geleidehond.be

GEZOCHT:
Pleeggezinnen
voor onze pups



Belgisch Centrum voor Geleidehonden
Sint-Truidersteenweg 309 Tongeren



WE
HEBBEN
MEER
GELEIDE-
HONDEN
NODIG

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



Wil je meer balans in je figuur?

Een liposuctie kan hier een oplossing voor bieden

De vakkundige en gepassioneerde plastisch chirurgen van Kliniek Heyendael zorgen er met een liposuctie voor dat jouw lichaam zijn natuurlijke balans terugkrijgt. De liposuctie - oftewel 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 maatwerkofferte door de consulente met jou worden besproken. Op basis van deze kennis kun je een weloverwogen beslissing nemen.

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.

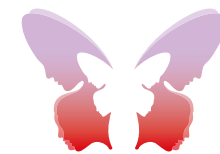


Klantervaring

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

Betrouwbare en betaalbare plastische chirurgie.
Voor meer info
024 - 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 van de mogelijkheden.

Onze behandelingen

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

Volg ons op Facebook en Instagram!

 @kliniekheyendael |  Kliniek Heyendael

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

Vrijgezel Wiljo 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 oktober hebben we speciale aandacht voor: Wiljo Hooijmans.

Wiljo omschrijft zichzelf als een creatieve duizendpoot. "Als boerenzoon ben ik in de natuur opgegroeid, waar ik mijzelf vanuit mijn eigen chalet op het land heb ontwikkeld. Ik werk al zo'n veertig jaar als onderwijzer, activiteiten-begeleider en coach, maar heb zó veel meer gedaan. Van clown tot palliatieve zorgbegeleider. Ik deed het allemaal met verve, passie en kleur, zoals ik alles in het leven doe. Ik zie mijn leven namelijk als een groot toneelstuk, waarin ik al spelend plezier mag maken."

Dat plezier ervaart Wiljo ook achter zijn schildersezel. "Al op jonge leeftijd schilderde ik landschappen en ook nu schilder ik nog steeds. Ik heb een eigen atelier en maak tegenwoordig spirituele kunst." Maar dat is lang niet alles wat hij doet. "Ik restaureer heiligbeelden, fiets en wandel, ga graag op vakantie

en houd van de natuur, cultuur, kunst en rust. Mijn leven is vol en allesbehalve saai, maar ik kan naast de clown ook heel duidelijk de monnik zijn en dan hoor en zie je mij niet."

Lange tijd had Wiljo een vaste relatie. "Ik ben zeer trouw en we zijn als vrienden uit elkaar gegaan, het is goed zo." Voor nu deelt hij zijn leven met zijn goede vrienden en voelt hij zich gesteund door de fans van zijn kunst. "Maar toch, als ik dan alleen thuiskom, dan zou ik toch wel weer eens die arm om mij heen willen. Die bekende knuffel en het lief en leed van de wereld samen delen. Want houden van is denken aan en zorgen voor. Ik zoek dus een leuk maatje, een man uit Brabant (of iets daarbuiten), die net als ik van het leven houdt en de slingers op kan hangen. Een tegenpool mag ook. We zien wel hoe deze bal gaat rollen, want wie niet waagt, wie niet wint..."

Wiljo zoekt
een
maatje!

Inzendingen (vertel vooral alvast iets over jezelf!) **inclusief foto** kunnen gemaild worden naar wiljoh@home.nl.



*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.

LENGTE
183 CM

LEEFTIJD
59 JAAR

OGEN
GROEN

DE ENE VOELT ZICH
THUIS, VOOR DE
ANDER EEN DRAMA



Herfst stormachtig, maar mooi

Oktober is weer begonnen, de maand waarin de herfst zich van zijn beste kant laat zien. De kleurrijke bladeren vallen van de boom, de spinnen weven hun web en de regen valt in stormachtige buien naar beneden. Voor de één het seizoen waarin die zich thuis voelt, voor de ander juist een drama.

Creativiteit op scholen

Dat herfst een inspiratieloze periode kan zijn, is op scholen niet te merken. Vooral in de kleuterklas is herfst juist een populair thema: er worden knutselwerkjes van dennenappels en kastanjes gemaakt, bladeren van het schoolplein geveegd en met de hele klas boswandelingen gemaakt. Kun jij het je nog herinneren? Het hele klaslokaal werd volgehangen met herfsttekeningen en zelfgemaakte spinnenwebben. Regelmatig zien we kinderen twee aan twee de docent op straat achterna lopen. Wellicht wandelen ze de volgende keer wel naar het bos, waar ze eikels en paddenstoelen zoeken.

Last van korte dagen?

De dagen worden korter en men zegt dat hoe ouder je wordt, hoe meer last je krijgt van de kortere dagen. Er zijn mensen die er goed tegen kunnen, maar helaas heeft het merendeel van de bevolking veel last van deze turbulente tijd. Een goede manier om de zogenaamde najaarsmoetheid te bestrijden, is het aanhouden van een regelmatig eetpatroon. Eet op

vaste tijden een ontbijt, lunch en diner met veel vitamines. Daarnaast helpt het zeker als je overdag veel naar buiten gaat – ook al is het bewolkt – en als je veel beweegt. Door te bewegen, stroomt er meer zuurstof naar je hersenen, waardoor je fitter wordt.

Herfstachtige activiteiten

Herfst is een uitgesproken periode om je te concentreren op inspirerende activiteiten, zoals leuke uitstapjes of winkelend de najaarsmode ontdekken. Een nieuwe lijn van kleuren, modellen en accessoires zijn namelijk in aantocht. Van de herfstkleuren zijn stijlvolle combinaties te maken die je omgeving laat glimlachen. Als je hunkert naar een complimentje als 'wat zie je er mooi uit', moet je zeker gaan winkelen. En niet alleen de winkels afstruinen is een inspirerende herfstactiviteit. Wat dacht je van uitwaaien tijdens een strandwandeling, een dagje dierentuin of met je kinderen een grote speeltuin bezoeken? De herfst biedt zoveel mogelijkheden, dat najaarsmoetheid geen kans hoeft te krijgen.

Ook moeite met veranderingen? Op www.nederlandbruist.nl vind je genoeg ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

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!*



DE DONKERE DAGEN KOMEN ER WEER AAN

Ben jij liever gezellig samen? En al helemaal in de aankomende donkere dagen? Geef je dan nu op als Bruisende Vrijgezel en wie weet vind je wel de liefde van je leven! Wij gunnen iedereen de liefde, daarom helpen wij graag een handje door samen met jou op zoek te gaan naar een match!

*Word jij onze
nieuwe bruisende
vrijgezel?*

Meld je dan nu aan!



Ben jij net als deze vrijgezellen ook liever gezellig samen met Kerst?

Mail dan naar contact@nederlandbruist.nl en je komt geheel kosteloos in de rubriek Bruisende Vrijgezel in onze magazines. Een kleine stap in de zoektocht naar jouw grote liefde!

Oktober is erg stabiel



Weegschaal

Deze maand zult u zeker iemand ontmoeten.

Ram 21-03/20-04

U hoeft nergens heen te haasten. U zult zien dat u aan het eind van de maand een golf van mentale energie ervaart..

Stier 21-04/20-05

Onzekerheid zal u meer storen dan de waarheid. Daarom zou u eens eerlijk met uw partner moeten praten, zelfs als dat gesprek onaangenaam is.

Tweelingen 21-05/20-06

Er is niets erger dan om de dag gehaast te beginnen. Sta liever vroeg op en neem een gezond ontbijt. U zult zich de hele dag beter voelen.

Kreeft 21-06/22-07

Verplichtingen en elke vorm van verwerking gaan echt snel voorbij. De sterren staan gunstig voor u.

Leeuw 23-07/22-08

Als het niet mogelijk is om de ernst van de situatie in te schatten, neem dan geen overhaaste beslissingen.

Maagd 23-08/22-09

Het gezegde 'geduld brengt rozen' zal een sterk effect op u hebben. Ga niet overhaast te werk, wacht liever uw moment af.

Weegschaal 23-09/22-10

Waarschijnlijk zult u zich in de aanwezigheid van een persoon bevinden die u heel sterk beïnvloedt. Maar verlies de controle niet.

Schorpioen 23-10/22-11

Laat uw omgeving u niet te veel vormen. Zelfs als u een overdreven mening hebt, blijf er bij en geef niet op.

Boogschutter 23-11/21-12

Word niet verdrietig als er dingen niet goed gaan. U kunt niet altijd uitblinken.

Steenbok 22-12/20-01

Denk na over uzelf en luister naar uw lichaam. Overschrijd niet u grenzen.

Waterman 21-01/19-02

U hebt veel energie en bent in goede conditie. Als het de laatste tijd niet goed ging, dan zal dat nu veranderen.

Vissen 20-02/20-03

Er zijn momenten waarop u de vrijers voor het uitkiezen heeft, maar dezer dagen bent u niet zo gelukkig.

Het begint te
kriebelen om
 je huis *knus*
 te maken



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



Sicilia Mia
 Sicilian gourmet restaurant

Elk gerecht is een kunstwerk!



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

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

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

Sicilia Mia | Winkelstap 75-77, Schoten | 03.645.63.63 | www.siciliamiaschoten.com



Think *Pink!*

Elk jaar komen er in België meer dan 10.500 nieuwe borstkankerpatiënten bij. De overlevingskansen zijn goed maar toch overlijden er jaarlijks meer dan 2.280 mensen aan de gevolgen van borstkanker. Het hele jaar door wordt er geld ingezameld waarmee onderzoek naar borstkanker gefinancierd wordt. Het is inmiddels traditie dat we in oktober met z'n allen extra stilstaan bij borstkanker, zodat deze ziekte hopelijk ooit voor eens en voor altijd bestreden kan worden. Doe jij ook mee?

Een knobbeltje in de borst is een van de meest voorkomende symptomen van borstkanker. Er zijn ook andere symptomen of veranderingen die kunnen wijzen op borstkanker. Bijvoorbeeld een ingetrokken tepel of deukjes, kuiltjes of putjes in de huid. Om verdachte veranderingen te kunnen herkennen, is het belangrijk om je borsten regelmatig te bekijken. Zo merk je eventuele afwijkingen eerder op. Veel afwijkingen of symptomen in de borst zijn geen kanker maar wees wel alert. Ga bij twijfel naar de huisarts.

De missie van Pink Ribbon

Stichting Pink Ribbon vraagt aandacht voor borstkanker. Aandacht voor de borstkankerpatiënt van vandaag die de juiste behandeling en optimale begeleiding verdient. Daarom financiert Pink Ribbon projecten en onderzoeken op het gebied van

behandeling, nazorg en langetermijneffecten van borstkanker. Met als doel een beter en langer leven voor de borstkankerpatiënt.

Kom in actie

Bekend zijn de Pink Ribbon-armband en de Pink Ribbon-agenda, te koop op www.pink-ribbon.be. De opbrengst van deze artikelen gaat gedeeltelijk óf geheel naar wetenschappelijk onderzoek op het gebied van borstkanker. Op deze website kun je je ook aanmelden als donateur of je kunt er je eigen actie kenbaar maken.

Kom in actie en maak meer borstkankeronderzoek mogelijk! Wandel. Ren. Fiets. Bak koekjes of doneer. Het maakt niet uit wat je doet, zolang je maar iets doet tegen borstkanker. Meer informatie over zelf in actie komen vind je op www.pink-ribbon.be.

Steun Pink Ribbon want meer onderzoek is nog steeds hard nodig.

1 OP DE 7
VROUWEN KRIJGT
BORSTKANKER

Spaghettipompoen gevuld met pesto

Pompoen is een echte herfstgroente, maar wist je dat je er ook spaghetti van kan maken? De spaghettipompoen is een pompoen met sliertjes aan de binnenkant die je kan lostrekken. Heerlijk om te vullen met bijvoorbeeld pesto.

4 PERSONEN - 60 MIN.

INGREDIËNTEN BEREIDING

1 spaghettipompoen
scheutje olijfolie
2 el pesto
2 tl crème fraîche
gebakken spekjes
peper
zout
chilipeper
geraspte kaas
mozzarella

Verwarm de oven voor op 200 graden. Snijd de spaghettipompoen doormidden. Om makkelijk door te kunnen snijden, doe je de pompoen eerst een minuut in de magnetron. Net als met alle soorten pompoen kan je het beste met een vork de pompoen inprikken daar waar je hem wil snijden en dan een minuut in de magnetron doen. Dan kan je relatief makkelijk de pompoen doormidden snijden.

Haal de pitten weg, smeer de pompoenhelften in met een beetje olie en bak dan 40 minuten met de opengesneden kant naar beneden in de voorverwarmde oven.

Haal de pompoen uit de oven en trek met een vork de draadjes los. Voeg een eetlepel pesto en een theelepel crème fraîche per halve pompoen toe en meng. Voeg nu ook de spekjes toe. Breng op smaak met peper, zout en chilipeper.

Strooi geraspte kaas en mozzarella over de pompoen en zet nog even terug in de oven totdat de bovenkant mooi goudbruin is. Dien direct op.



PUZZELPAGINA

Voel jij ze ook alweer?
De kriebels om weer van de
huiselijke warmte te genieten.
Buiten is het niet meer zo
warm als van de zomer.
Gewoon lekker knus met
Bruist op de bank.
Los de puzzels op en maak
kans op leuke prijzen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels
(van boven naar beneden) vormen de oplossing.
De oplossing van vorige maand was **1-3-1**.

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 woonmaand.
De oplossing van vorige maand was **rustig**.

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.

b=h+ s=e

o-o+ -fr j+Q-i

m=v y=e

f+ v=r+ -o+e s=d

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

Maak kans op een

SodaStream bruis- water toestel

Maak in slechts
enkele seconden van
gewoon kraanwater
heerlijk bruiswater.

sodastream

k	e	d	l	y	s	n	h	j	g	l
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
b	g	a	b	k	u	c	a	r	b	o
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	q

koolzuur smaakje
gas bruist
duurzaam bubbels
water gemak

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

VOOR MOBILITEIT, VOOR IEDEREEN

officieel dealer van:



Jeep



KIA



MAXUS

ISUZU



www.vanmossel.be

Van Mossel