

BERGEN OP ZOOM HALSTEREN  
HOOGHEIDE



OKTOBER 2019 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.BERGENOPZOOMBRUIST.NL

# BRUIST

Oktober, een  
maand vol  
*inspiratie*

Ontdek het  
heerlijke Belgische  
leven in **Gent**



# Heb jij al een favoriete Flavor?

Proef de natuurlijke smaken van Red Berry Mix, Blackcurrant, Fruit Mix en Orange

Met SodaStream verander je kraanwater in een handomdraai in heerlijk verfrissend bruiswater. De intensiteit van de bubbels bepaal je helemaal zelf: van licht bruisend tot intense bubbels. Voeg eventueel een lekkere smaak naar keuze toe, zoals deze fruity Flavors! Zo heb je jouw zelfgemaakte en favoriete drankje altijd in huis. Wist je dat een herbruikbare SodaStream-fles duizenden plastic wegwerpflessen bespaart? Dat is dus lekker genieten en tegelijkertijd bijdragen aan een schoner milieu. Hey goed bezig!

Koop jouw Flavors extra voordelig op [sodastreamstore.nl](https://www.sodastreamstore.nl)



sodastream®

The background of the entire page is a photograph of a large, modern building with a prominent red, curved roof. The building's facade is primarily glass, and a large section of the glass is covered with a blue and white graphic that reads "THE WALL" and "Afs. A2". The building is situated in an open area with some greenery and a parking lot in the foreground. The sky is overcast.

# Opening februari 2020

## Maxaro opent februari 2020 megastore in The Wall in Utrecht

**Roosendaal, 13 september 2019 - Na het enorme succes van de winkelformule in Roosendaal breidt Maxaro, specialist in badkamers, vloeren en keukens, uit met een megastore in The Wall in Utrecht. Het bedrijf speelt daarmee in op de sterk toenemende vraag van consumenten naar meer vestigingen in Nederland. De megastore in Utrecht opent medio februari volgend jaar.**

“We krijgen steeds vaker de vraag vanuit consumenten waarom er niet meer vestigingen zijn. Dat is voor ons een belangrijk signaal dat er nog een geweldig groot publiek te bereiken is”, aldus de directie. “Dat signaal hebben we omgezet naar de realisatie van een nieuwe megastore in Utrecht.”

### **De perfecte locatie voor Maxaro's groeiambities**

Winkelcentrum The Wall in Leidsche Rijn, gelegen aan de A2, is de perfecte locatie gebleken voor de groeiambities van

Maxaro. De centrale ligging maakt het voor elf miljoen mensen mogelijk om binnen één uur reistijd de unieke winkelformule te ervaren. Ook het winkeloppervlak heeft een belangrijke rol gespeeld bij de keuze voor The Wall. Maxaro belooft haar klanten ervaring, aandacht, keuze, inspiratie en beleving.

“Een showroom van 4.300 m<sup>2</sup> stelt ons maximaal in staat om onze beloftes waar te maken én op die

manier klanten in Utrecht en omgeving maximaal te laten slagen. We verheugen ons erop om het winkelconcept succesvol weg te zetten binnen The Wall.” Medio februari is de officiële opening van de tweede Maxaro-vestiging.

De nieuwe vestiging is een belangrijke stap in de ambitie om uit te breiden binnen Nederland. Naast locaties in Roosendaal en Utrecht streeft Maxaro ernaar om op termijn elders in het land nieuwe megastores te vestigen.

### **Over Maxaro's succesformule**

Maxaro bestaat sinds 2004 en heeft een sterke succesformule gericht op eigen productontwikkeling. Daartoe werkt Maxaro samen met meer dan honderd verschillende fabrieken. Eigen

productontwikkeling stelt Maxaro in staat om een zeer groot assortiment direct uit voorraad aan de consument aan te bieden. De kwaliteitsproducten hebben een verrassend scherpe prijs.

Doordat Maxaro eigen producten ontwikkelt, heeft het bedrijf alle kennis in huis om haar klanten van deskundig advies te voorzien. Maxaro werkt bovendien met een voor Nederland unieke eerstelijnservice met voorraadstelsysteem. Dit en de eerdergenoemde focus op ontwikkeling, maken dat Maxaro met haar winkelformule een unieke marktpositie heeft.



# Inhoud

8

12

14



19

22

23

## COLOFON

### BRUIST

**UITGEVER** Nederland Bruist B.V.  
**MANAGER** Marcel Bossers  
**OPERATIONEEL MANAGER** Lea Bossers  
**TRAFFIC** Nederland Bruist  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Ramon Heeren  
**THEMA'S** Nederland Bruist - Annemiek Jansen  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Anita Bosker  
**EINDREDACTIE** Maaïke van Helmond  
**ACQUISITIE** Catharina Coenrades, 06-46863834

**CONTACT BERGEN OP ZOOM BRUIST**  
 Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda  
 T 076-7115340  
 nl@nederlandbruist.nl  
 Like ons op Facebook.com/BergenopZoomBruist

**CONTACT HOOFDKANTOOR**  
 Nederland Bruist B.V.  
 Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda  
 T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl  
 www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be  
 Like ons op Facebook.com/nederlandbruist

**ABONNEMENT** Ontvang de Bruist uit jouw regio(s) iedere maand in je brievenbus voor € 1,49 p.m. **Meer weten?** Stuur een e-mail naar [abonnement@nederlandbruist.nl](mailto:abonnement@nederlandbruist.nl)

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2019 Nederland Bruist B.V. Merknaam Bergen op Zoom Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootste 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 brengt magazines uit in: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Ibiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsengeb, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildep-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

**ADVERTEREN?**  
 Mail naar  
[nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl)  
 of bel  
 076-7115340



Foto: Ron Eskens  
sooypictures.nl

Voel jij ze ook alweer? Die kriebels om meer en meer van de huiselijke gezelligheid te genieten nu het buiten niet meer zo heerlijk warm is als van de zomer? Lekker op de bank, met misschien zelfs al wel een warm deken om het nog wat behaaglijker te maken. Het mag duidelijk zijn: de herfst heeft zijn intrede gedaan.

## Bruisende lezer,

Hoe verleidelijk het misschien ook mag klinken om gezellig binnen te blijven, het zou zonde zijn als je er niet toch af en toe tussenuit gaat. Ook in de herfst is het immers heerlijk in Nederland! En in België trouwens ook... Trek er dus toch eens lekker op uit en ga bijvoorbeeld een dagje (of misschien zelfs weekendje) naar Gent. Waarom Gent? Niet alleen biedt deze stad een perfecte mix tussen geschiedenis, cultuur en het moderne stadsleven. Ook is het hier deze tijd van het jaar prachtig doordat de vele bomen rood, oranje en geel kleuren wat de stad een warm aanzicht geeft. Meer over wat Gent zoal te bieden heeft, lees je verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

En zo hebben we deze maand weer heel wat mooie verhalen voor je op papier gezet. Onder andere de inspirerende verhalen van bruisende ondernemers als Rotsvast en Inspirante die je maar al te graag een kijkje in hun keuken geven. Kijk je met ons mee?

Veel leesplezier en geniet van de herfst!  
**Lea en Marcel Bossers**

**Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Roosendaal Bruist en Etten-Leur Bruist.**

# Culturele cocktail van historie en moderniteit

Deze herfst is Gent dé stad waar je moet zijn. De stad biedt een perfecte mix tussen geschiedenis, cultuur en het moderne stadsleven. Het is echt een stad voor levensgenieters, met vele bourgondische specialiteiten. Kortom: Gent biedt voor ieder wat wils!



## SHOPPEN

Gent is de stad bij uitstek om heerlijk te shoppen. De stad heeft het grootste winkelwandelgebied van België en een veelzijdig markt- en winkelaanbod. Alles ligt op een steenworp afstand van elkaar. Grote bekende winkelketens worden afgewisseld door authentieke boetiekjes. In SoGo, de grootste winkelbuurt, vind je stijlvolle boetieks, eigenzinnige restaurants en speciaalzaken die al jaren bestaan.



8

## BELEEF GENT TEN VOLLE MET DE CITYCARD GENT

Uniek in Europa. Beleef, proef en voel levendig Gent verrassend voordelig. De all in CityCard Gent geeft je toegang tot alle topattracties in Gent, inclusief het openbaar vervoer, tegen een rebelse minimumprijs. Met deze kaart in je hand houdt je je portemonnee tijdens je hele citytrip dus gewoon op zak. Meer informatie vind je op [www.visit.gent.be](http://www.visit.gent.be).

## CULTUUR

Als cultuurliefhebber kijk je in Gent je ogen uit. Breng een bezoekje aan het mystieke Gravensteen, de statige Sint-Baafskathedraal en het Belfort van Gent, de vurige mascotte van de stad. In **STAM**, het Stadsmuseum van Gent, maak je kennis met de geschiedenis van de stad en in het **S.M.A.K. MUSEUM** ontdek je de hedendaagse kunst uit de stad.

## SCHIP AHOI!

Gent is een waterrijk stadje. Een boottocht door de Gentse binnenwateren is daarom een echte must tijdens jouw trip naar Gent. Vanaf het water bekijk je de stad vanuit een charmant perspectief. Je hebt keuze uit verschillende boottochten over de **GENTSE BINNENWATEREN**. Maak kennis met het verleden van de stad en ontdek verborgen plekjes.

# Gent



BELGIË/BRUIST

## HET GRAVENSTEEN

Tijdens jouw stedentrip in Gent mag een bezoek aan de mystieke burcht 'HET GRAVENSTEEN' écht niet ontbreken op je to-dolijst. Deze burcht heeft een zeer bewogen geschiedenis en is een belangrijke bezienswaardigheid in Gent. Het is de enige overgebleven middeleeuwse burcht in Vlaanderen met een vrijwel intact verdedigingssysteem. Een bijzondere plek die je niet mag missen als je in Gent bent.



## GENT IN DE HERFST

Nu de herfst is aangebroken, is het de perfecte tijd om een bezoekje aan Gent te brengen. Waarom? De bomen kleuren rood, oranje en geel, wat de stad een warm aangezicht geeft. Het Gravensteen krijgt een magische nevel rond zich. Ten slotte gaat het nieuwe cultuurseizoen van start waardoor er in de stad van alles te beleven is.

## BOURGONDISCH GENIETEN

In deze bourgondische stad is het genieten geblazen. Bezoek een van de biercafé's en proef enkele van de typisch Gentse bieren. Ook kun je Gent écht niet verlaten zonder de mierzote Gentse lekkernij **CUBERDON**, ook wel bekend als 'Gentse neuzekes', te proeven. En wist je dat Gent de veggiehoofdstad van Europa is? Daarbij kent de stad veel jonge rock-'n-roll chefs die furore maken binnen de internationale foodscene.



Met 37 uitgaven is Bruist een succesvolle formule in diverse regio's. Naast dertig glossy's in Nederland en twee in Spanje, brengen we ook vijf mooie stads- en stadsmagazines uit in België. JA, OOK BELGIË BRUIST!



9



# Weer tevreden

## MET JE GEWICHT

Al een tijdje was Elma van Hoof niet helemaal tevreden over zichzelf. Ze vond zichzelf te zwaar en was ongelukkig als ze in de spiegel keek. Tevergeefs probeerde ze meerdere diëten. Niets hielp om de kilo's kwijt te raken. Tot haar zoon op een dag heel enthousiast thuiskwam van de Active Lifestyle Club.

Elma besloot een keer mee te gaan en dat pakte goed uit. Ze raakte maar liefst zeventien kilo kwijt en voelde zich bovenal een stuk fitter. Hier was ze zo enthousiast over, dat ze besloot om ook anderen te gaan helpen gezond en effectief af te vallen. Ze volgde een opleiding en begon als coach. Dit was het begin van Elma Lifestyle Coaching.

### GEZOND EN BLIJVEND AFVALLEN

Met een-op-eencoaching helpt Elma je om jouw gewichtsdoelen te behalen. Op basis van jouw huidige gewicht, vetpercentage en doelen berekent ze hoeveel calorieën je per dag zou moeten eten. Op basis hiervan stelt zij vervolgens een voedingsschema op maat samen. Per dag eet je drie gezonde maaltijden en drie gezonde tussendoortjes. Hierdoor is je

lichaam constant in verbranding en eet je per maaltijd minder. Een coachingstraject duurt negentig dagen. Tijdens dit traject word je bewuster over jouw voeding en leefstijl en leer je hoe je blijvende veranderingen kunt maken.

**“Mensen zijn na een traject vaak veel fitter, energiever en gelukkiger. Dat geeft ook mij een heel goed gevoel.”**

### MULTITALENT MET MENSEN

Coaching bij Elma is veel meer dan alleen effectief afvallen. Elma bouwt snel een band met mensen op en zorgt voor een gezellige sfeer. Dit maakt het leuk om elke week langs te komen voor de wekelijkse coachingsessie. Het mooiste aan haar werk als coach, vindt Elma dat ze andere mensen kan helpen om gezonder en fitter te worden. Dit geeft ontzettend veel voldoening en energie.

### KOM LANGS VOOR EEN GRATIS FITCHECK

Elk coachingstraject begint vrijblijvend met een gratis intake en fitcheck. Dit geeft inzicht in je huidige leefstijl en gezondheid. Het doel is vervolgens om dit meer in balans te brengen. Zo raak je niet alleen de gewenste kilo's kwijt, maar voel je je van binnen ook een stuk gezonder. Daarbij richt Elma zich ook op werknemers van bedrijven met een fitprogramma op maat. Maak een afspraak voor een gratis fitcheck door te bellen naar 06-10325019 of mailen naar elma.van.hoof@elisc.nl.



Boerenverdriet 10, Bergen op Zoom  
**06-10325019** | elma.van.hoof@elisc.nl  
[www.elisc.nl](http://www.elisc.nl)



**EFFECTIEF  
 AFVALLEN?  
 PLAN EEN GRATIS  
 FITCHECK!**



**KOM TERUG IN JE ROUTINE** met de voedzame tussendoortjes van Lima. Om jou daarbij te helpen introduceert Lima twee nieuwe producten voor in je lunchbox. Vol vezels, zonder toegevoegde suikers en honderd procent vegan.

Meer info o.a. over verkooppunten vind je op [www.limafood.com](http://www.limafood.com).



**WAT VOOR FIETSER BEN JIJ?**  
Alle fietsen van het oer-Hollandse Union zijn stadfietsen, maar dat betekent niet dat ze er allemaal precies hetzelfde uitzien.

**Je kunt kiezen wat voor fietser jij bent en welke fiets het beste bij jou past op [www.union.nl](http://www.union.nl)**



**BRUISENDE SMAKEN**  
De SodaStream Flavors Red Berry Mix, Blackcurrent, Fruit Mix en Orange Mix zijn unieke smaken met 50% vruchtensap om je SodaStream (bruis)water een extra fruitige smaak te geven. Glazen fles met SodaStream Flavors, € 4,99. [www.sodastream.nl/flavours](http://www.sodastream.nl/flavours)

**LEZERSACTIE**  
Maak kans op een **goodiebag met producten van BSelfie t.w.v. € 100,-**

De eerste revolutionaire beauty self-filler die als een pleister kan worden aangebracht. Volg B-SELFIE Skincare Filler-Systeem op [@b\\_selfie\\_belgium](https://www.instagram.com/b_selfie_belgium) [BSelfieBelgium](https://www.facebook.com/BSelfieBelgium)



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #B-SELFIE naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)**

**LEZERSACTIE**  
Maak nu kans op 2 x 2 vrijkaarten voor de magische familievoorstelling **De Toverfluit**.



Deze voorstelling met dans en rap voor jong en oud is te zien vanaf 19 oktober in onder andere Den Bosch, Haarlem, Hasselt (B), Rotterdam en Tilburg. [www.toneelmakerij.nl](http://www.toneelmakerij.nl)

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #TOVERFLUIT naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)**



Speciaal voor *jou* geselecteerd

**BRUIST Deal**

Bij Hotel de Leijhof in Oosterwijk

Overnachting in een Comfort Room van één van de meest luxe boutique hotels van het bosrijke Oosterwijk. Culinair 3-Gangen Menu Du Chef. Luxueus ontbijt - Parkeren.

Reserveer via [www.leijhof.nl](http://www.leijhof.nl) met promocode **BRUIST**

€79,50 p.p.\*

\*excl. lokale heffingen. Op basis van min. 2 pers.

**LEZERSACTIE**  
Maak kans op één van de 3 dvd's van de klassieker **Maurice**.

Hugh Grant en James Wilby vertolken de hoofdrol in dit meesterwerk uit 1987 over een verboden herenliefde. Een tijdloze film en een pareltje om te (her)ontdekken. Te koop via [Lumiereseries.com](http://Lumiereseries.com)

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy 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. #MAURICE naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)**



**GELUKKIG LEVEN**

Geïnteresseerd in filosofie? Dan is het nieuwe boek 'De Lessen van Ubuntu', geschreven door de kleindochter van Desmond Tutu, iets voor jou. In het boek geeft ze de wijsheden van haar grootvader over een gelukkig leven door. Het woord 'Ubuntu' komt uit het Xhosa, een taal uit de Afrikaanse Oost-Kaap, en betekent dat iedereen met elkaar is verbonden. 'De lessen van Ubuntu' is een tijdloze en inspirerende cadeau-uitgave. Het boek verschijnt dit najaar wereldwijd in meer dan tien landen. [www.harpercollins.nl](http://www.harpercollins.nl)



# ROTSVAST bestaat 30 jaar!

## Van verhuur naar aankoopbegeleiding en beheer

De naam **Rotsvast** staat voor Rotterdams Vastgoed en is met een knipoog naar de Dikke van Dale bedacht. Wat dertig jaar geleden begon met een adres om kamers te verhuren, bleek – dankzij koerswijziging en regionale vertegenwoordiging – een ware groeidiamant.

Dertig jaar ondernemerschap en nog 'staan als een huis' in de vastgoedbranche is bepaald geen sinecure. **Rotsvast** heeft zich in de afgelopen jaren beslist voor uitdagingen gesteld gezien in een beweeglijke en veranderende economie.

### 'Onze coöperatie, compact en overzichtelijk'

**Rotsvast** is het omslagpunt voorbij: de franchise-organisatie is anno 2019 een volwaardige, landelijk vertegenwoordigde coöperatie met elf leden, 22 vestigingen en heel veel regionale kennis en ervaring. Daarmee is optimaal gebruikgemaakt van individueel ondernemerschap met een collectief netwerk. Het nieuwe organisatiemodel genereert energie, snelheid en focus op de doelgroep en corebusiness. Het bestuur bestaat uit de voorzitter en twee bestuursleden die eenmaal per maand de koppen bij elkaar steken. Twee of drie keer per jaar worden de leden bijeengeroepen.



### Beheer en aankoopbegeleiding

De vastgoedmarkt is echt van kleur verschoten. "Vier jaar geleden hadden we een enorm aanbod woningen voor verhuur op onze website staan en was het een dagtaak om huurders binnen te halen. Tegenwoordig is juist het toevoegen van nieuw aanbod de grootste uitdaging geworden. Het aanbod verhuurt snel, is heel beperkt en de vraag is enorm", aldus Douwe Weerstra, bestuursvoorzitter van Rotsvast.

Hij vervolgt: "Zowel woningzoekers als woningaanbieders weten de weg naar ons goed te vinden; onze naamsbekendheid is debet aan een sterk groeiende beheerportefeuille. Daarnaast voorzien we van harte in advies en aankoopbegeleiding van vastgoed, om de beste reden die er is... we kennen de regio op ons duimpje. De mix van scherpe beheertarieven, goede, accurate communicatiekanalen en publiciteit daar waar het nodig is, maakt ons tot een aantrekkelijke speler in deze branche."

### 'Beheer, meer dan een containerbegrip'

Wie denkt dat 'beheer' een containerbegrip is voor alleen het voeren van de administratie van investeerders, komt bedrogen uit. **Rotsvast** verhuurt woningen en biedt de eigenaar ervan een zorgvrij pakket diensten aan. Denk bijvoorbeeld aan het tijdig binnenkomen van de huurpenningen, het schoonhouden van centrale ruimtes, liftonderhoud, een verbouwing of het faciliteren van klein onderhoud. De eigenaar betaalt daar een percentage van de huur voor. En op het moment dat de huurder eruit gaat, zoekt **Rotsvast** weer een nieuwe huurder. Dit geldt bij klanten met één woonruimte voor verhuur, maar ook voor partijen met meerdere woonruimtes, tot aan complexen met meer dan honderd woningen.

**Rotsvast Breda** Academiesingel 40, Breda  
076-5220565 | breda@rotsvast.nl

**Rotsvast Bergen op Zoom** Blokstallen 2b,  
Bergen op Zoom | 0164-745003 |  
bergenopzoom@rotsvast.nl

**Rotsvast Middelburg** Londense kaai 45,  
Middelburg | 0118-611412 | middelburg@rotsvast.nl

### Douwe Weerstra:

"We proberen ons regionaal te onderscheiden, passend bij de cultuur daar. En daarnaast zijn we in die dertig jaar nog steeds actief met attenties naar onze opdrachtgevers en klanten. Veel bedrijven zijn het verleerd, maar alleen al het geven van een fles goede wijn wordt – hoe eenvoudig wellicht ook – nog zonder uitzondering zeer op prijs gesteld."

**Benieuwd naar het hele interview met Frank de Vroed en Douwe Weerstra?**  
Kijk op onze website [www.rotsvast.nl](http://www.rotsvast.nl)





# PRIJZENREGEN

RUIM €200.000,- AAN PRIJZEN!



1 T/M 31 OKTOBER  
BREDA



HOLLANDCASINO.NL  
VOOR MEER INFORMATIE EN ONZE VOORWAARDEN

HOLLAND  
CASINO  
HET ENIGE ECHTE CASINO

Het is weer oktober... tijd voor **Oktoberfest!** Haal je Lederhose uit de kast, pak je Dirndl van zolder en leer de Duitse Schlagers uit je hoofd.

**Proef** het seizoen! In de herfst zijn er volop cantharellen en oesterzwammen verkrijgbaar. En ze zijn nog gezond ook.

In de herfst kan je heerlijk **uitwaaien** aan de kust. Geniet van de witte schuimkoppen op de Noordzee, prachtige wolkenpartijen en eindeloze stranden.

Hoewel voetbal de meest beoefende sport is in België, is **wielrennen** toch wel de nummer één sport in het land.

Toeval of niet: in de herfst veranderen meer mensen hun **relatiestatus** op Facebook van 'single' naar 'in een relatie' of zelfs 'verloofd'.

Astronomisch gezien begint de herfst als **dag en nacht** even lang zijn. In Nederland en België is dit op hetzelfde moment.

**Gent is prachtig** in het najaar. Bomen kleuren geel, oranje en rood en door de ramen van cafeetjes zie je dat het gezellig druk is.

# De R zit in de maand!

Tijd om het binnen weer gezellig te maken



Restylen van meubels in opdracht

Unieke meubels in onze winkel

Milieubewuste meubelverf, Workshops

Woondecoratie, Brocante & Vintage



**Tips of leuke ideeën nodig?  
Neem een kijkje op onze creatieve blog!**



Raadhuisstraat 33, Hoogerheide | 06 12229569  
detijdvantoen.info@gmail.com | [www.detijdvantoen.net](http://www.detijdvantoen.net)

## Het leven opnieuw richting geven

Krijg je te maken met kanker, dan is dit zeer ingrijpend. Zowel voor de zieke als de naaste omgeving. Er volgt een intensieve tijd, waarin overleven centraal staat. Gelukkig is de laatste jaren de zorg rondom kanker verbeterd, waardoor kanker veelal kan worden overwonnen en eventuele nazorg kan starten.

Maar van overleven terug naar leven is nog niet zo eenvoudig, want als ongemakken ten gevolge van of angst voor de ziekte niet meer verdwijnen, heeft dit serieus invloed op je welbevinden.

Vermoeidheid, onzekerheid over de toekomst, verdriet, boosheid, veranderingen in de relatie, verlies van sociale contacten en/of werk, verlies van zelfbeeld en zingeving, nacontroles. Veelal pijnlijke, verdrietige en angstige situaties die veel stress veroorzaken.

Het is dan fijn als er iemand is die luistert naar je verhaal, die samen met jou ontdekt waar het probleem of de pijn zit en met je meedenkt hoe het leven weer in te richten om meer welzijn te bereiken.

Addy Verhagen Antens van praktijk AdAnte4U schenkt deze persoonlijke aandacht en biedt psychosociale ziektebegeleiding. Addy is keurmerkhouder Coach bij Kanker en lid van CoachConnectBijKanker ([www.coachconnectbijkanker.nl](http://www.coachconnectbijkanker.nl)).

“Vermindering van stressklachten ten gevolge van kanker is niet het enige waarbij je een beroep kunt doen op mij als counselor”, vertelt Addy. In haar praktijk helpt ze onder andere ook mensen die belast zijn met chronische ziektes, een mantelzorgtaak en/of moeten dealen met rouw en verlies.



De persoon achter AdAnte4U, Counseling en Coaching ben ik, **Addy Verhagen Antens**.

Als registertherapeut bied ik professionele, laagdrempelige zorg. Verwijzing is niet nodig, start behandeling kan veelal binnen een week, vergoeding vanuit de aanvullende zorg is mogelijk en geen aanspraak op het jaarlijkse eigen risico.

AdAnte4U

Counseling en Coaching

Tuindersdreef 4,  
Bergen op Zoom  
Tel. 06-44898144

[www.adante4u.nl](http://www.adante4u.nl)

# OPVALLEN

IN JOUW REGIO?



ADVERTEER  
OOK IN  
BRUIST!

Bel **076-7115340**  
of mail naar **nl@nederlandbruist.nl**



STICHTING  
**DierenLot**

#samenvoordieren

## Haarwerken Capelli

Vragen over *uw*  
*haarproblemen?*

Kom langs zodat we samen  
voor u naar een oplossing op maat  
kunnen zoeken.



**Haarwerken Capelli Hoogerheide**  
Antwerpsestraatweg 9, Hoogerheide  
0164 614941 of 06 27540677  
kapsaloncapelli@ziggo.nl



**Bij Paul & Martijn**  
Lievrouwstraat 56  
4611 JL Bergen op Zoom

**Openingstijden:**  
Maandag t/m vrijdag  
van 9:00 tot 15:00 uur



“Magisch  
winkeltje  
direct naast de  
Gevangenepoort...”

Originele items  
gemaakt door de  
medewerkers

Leuke  
cadeaus  
onder de  
€ 15,-!

Om de originele producten te verkopen die gemaakt worden bij Dagbesteding De Tuingroep in Roosendaal, is er een tweede locatie in het leven geroepen en dat is de winkel in de Lievrouwestraat in Bergen op Zoom geworden. Als je de medewerkers vraagt waar ze naar dagbesteding gaan, is steevast het antwoord “bij Paul & Martijn” en dus was de naam voor de winkel vrij eenvoudig. Dit is ‘Bij Paul & Martijn’ geworden. In de winkel worden nog veel meer originele items gemaakt door de medewerkers.

Bent u op zoek naar een leuk en origineel cadeau onder de € 15,- met zorg voor u gemaakt, kom dan eens langs in de winkel. Het adres is Lievrouwestraat 56 in Bergen op Zoom.



Houten  
verjaardagskalender

€ 3,50



Eland

€ 15,00

# Rugklachten? Probeer het David Spine Concept

Ongeveer twee miljoen mensen in Nederland hebben weleens last van rugklachten. Een groot deel van deze groep zelfs met herhaling.

In een aantal gevallen gaat een periode van lage rugklachten binnen een periode van zes weken vanzelf over, maar soms worden klachten langdurig. Je merkt hierbij beperkingen in het dagelijks functioneren of het niet of maar gedeeltelijk kunnen werken. Heb je al langer dan zes weken rugklachten of recidiverende rugklachten, dan bieden wij je een evidenced based rugrevalidatie programma met het **DAVID SPINE CONCEPT (DSC)**.

Het DSC biedt een zeer moderne en effectieve aanpak voor de behandeling van rugklachten.



Het DSC bestaat uit meet- en trainingsapparatuur waarbij op een wetenschappelijk bewezen manier de rugkracht en -mobiliteit in kaart kan worden gebracht en vervolgens de rug getraind kan worden. De apparaten zijn zo ontworpen dat je uitsluitend traint wat je moet trainen, doelgericht en op de juiste spieren/lichaamsdelen gericht.

Het DSC is geschikt voor rug- en nekpatiënten die lijden aan langdurige (subacute of chronische), terugkerende, postoperatieve of posttraumatische problemen.

**Voor meer informatie  
bezoek je de website:  
[www.inspirante.nl](http://www.inspirante.nl)**



**Inspirante is een multi-disciplinaire praktijk, bestaande uit fysiotherapie, psychotherapie psychosomatische fysiotherapie, diëtiëk en medische fitness.**

Inspirante werkt als enige in de Zuid-westhoek met het David Spine Rug concept (DSC) en ook met het speciale David Cervicaal-trainingsapparaat (interessant bij nekkklachten, whiplash e.d.).

*Inspirante*  
het gezonde alternatief!

Louis Porquinlaan 1  
Bergen op Zoom - 0164-620838  
info@inspirante.nl  
[www.inspirante.nl](http://www.inspirante.nl)

# DAGJE UIT OKTOBERFEST



Het is weer oktober en dat betekent... tijd voor OKTOBERFEST! Het grootste bier- en volksfeest ter wereld vond zijn oorsprong in München. Ondertussen is het feest ook in Nederland vaste prik geworden. Door het hele land worden talloze leuke feestjes gehouden omtrent het Oktoberfest. Hoewel het officiële feest duurt tot 6 oktober, gaan de feestjes in Nederland vaak nog de hele maand door. Proost!

**Kijk voor meer informatie over alle Oktoberfesten in Nederland op [www.oktoberfesten.nl](http://www.oktoberfesten.nl)**

# FILMPJE KIJKEN F\*CK DE LIEFDE

In F\*CK DE LIEFDE komen drie liefdesverhalen samen. Lisa zit midden in een scheiding met Jack en reist met vriendinnen af naar Curaçao waar ze valt voor wereldreiziger Jim. Jack krijgt weer iets met Cindy. De zus van Cindy lijkt net carrière te gaan maken, terwijl haar man Said zijn baan verliest en dit verborgen houdt. Een film van regisseur Appie Boudellah met o.a. Bo Maerten, Edwin Jonker, Thijs Römer, Victoria Koblenko, Yolenthe Cabau en Maurists Delchot.  
**F\*ck de liefde draait vanaf 3 oktober in de bioscoop.**

BINNEN/BUITEN



# BOEKJE LEZEN RONALD GIPHART



In deze meeslepende roman over ambitie, vriendschap en liefde lees je het verhaal van zes vrienden. Hun vriendschap begon bij ontelbare avonden in hun stamcafé. Begin jaren negentig begonnen ze een brouwerij en werden ze naast vrienden ook zakenpartners. Vijfentwintig jaar later zijn ze op weg naar een boshut in Duitsland om nog één weekend samen te zijn voordat ze het contract voor de verkoop van de brouwerij tekenen. Tijdens dit weekend reflecteren ze op de vriendschap en op het leven.  
**ALLE TIJD van RONALD GIPHART is vanaf 26 september te koop voor € 24,99.**

# Vier het bourgondische leven bij...



Het is nog heerlijk op het terras!

Restaurant · Hotel · Bruiloft · Borrel · Feest

## De Bourgondiër

Restaurant Grand Café Hotel

Grote Markt 2-3 • Bergen op Zoom • 0164 - 254000  
info@grandcafehoteldebourgondier.nl • www.grandcafehoteldebourgondier.nl

All-inclusive bedrijfsruimte te huur gratis parkeren



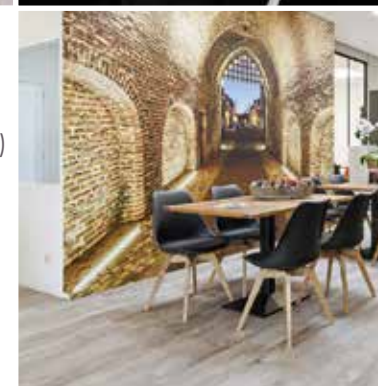
De Poort van Berrege is gelegen op het industrieterrein van Bergen op Zoom. U kunt in dit pand kantoorunits, opslagruimtes en bedrijfshallen van diverse formaten huren.

Al deze bedrijfsruimtes zijn inclusief: koffie/thee, vergaderruimtes, parkeerplaats, gas/water/licht en veel meer.

De Poort van Berrege  
Poortweg 1  
4613 BW Bergen op Zoom (NL)

+31 164 213 805  
info@easyspaces.nl  
www.easyspaces.nl

**easyspaces.nl**





maxaro®

Ruim 5.000 m<sup>2</sup>  
inspiratie & beleving

MAXIMAAL  
GESLAAGD  
GARANTIE



Vanaf  
€ 1.099,-

## keukens

Samen ontwerpen  
wij uw droomkeuken



Vanaf  
€ 7,95 m<sup>2</sup>

## vloeren

Ervaar de perfecte vloer  
voor iedere kamer in huis



Vanaf  
€ 2.400,-

## badkamers

Alle stijlen badkamers  
voor ieder budget

Slaag maximaal op [www.maxaro.nl](http://www.maxaro.nl) óf in onze Experience Showroom  
van 5000 m<sup>2</sup> aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal.**

Ma, Di, Do 09.00 - 17.30 uur | Wo 09.00 - 21.00 uur | Vr 09.00 - 20.00 uur  
Za 09.00 - 16.00 uur | Zo. 11.00 - 17.00 uur



# Make-up

## must-haves

Een nieuw seizoen betekent nieuwe kleuren voor je kleding, maar natuurlijk ook voor je make-up. Wij vonden voor jou de absolute wanna & must-haves.

1. Highlighter Face Highlighting Powder van Guerlain, € 45,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
2. Caviar Intense Ink Waterproof Liquid Eyeliner van Laura Mercier, € 25,- [www.skins.nl](http://www.skins.nl)
3. Perfumed Highlighting Powder Glow Effect Body & Hair van Collistar, € 34,50 [www.collistar.nl](http://www.collistar.nl)
4. Oogschaduw palette Karl Lagerfeld X L'Oréal Paris, € 24,99 [www.loreal-paris.nl](http://www.loreal-paris.nl)
5. Big Lashes Oh Oui! Van Bourjois, € 14,99 [www.bourjois.nl](http://www.bourjois.nl)
6. Nail Polish van essie, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)

7. Eye Couture Palette Collector van Yves Saint Laurent, € 70,- [www.ysl.nl](http://www.ysl.nl)
8. Love Me Lipstick van MAC, € 19,50 [www.maccosmetics.nl](http://www.maccosmetics.nl)
9. Crystal power blush & highlighter palette van essence, € 5,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)
10. Creme Puff Blush Cheeky Coral van Max Factor, € 13,99 [www.maxfactor.nl](http://www.maxfactor.nl)
11. Lip Perfector van Clarins, € 19,- [www.clarins.nl](http://www.clarins.nl)
12. Stay Naked Liquid Foundation van Urban Decay, € 39,- [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)

# BRUIST

**Bergen op Zoom Bruist ligt iedere maand op minimaal 200 locaties. Het magazine wordt ook wisselend in verschillende wijken huis-aan-huis verspreid.** Natuurlijk kun je het magazine ophalen bij een van onze adverteerders of online lezen op [www.bergenopzoombruist.nl](http://www.bergenopzoombruist.nl). Op onderstaande distributieadressen is het magazine elke maand in grotere aantallen af te halen.

## BERGEN OP ZOOM

1001 en 1 nacht Bergen op Zoom  
Brasserie de Berk  
Braincare/Mindhulp  
Cine-Service Bioscoop  
De Draak  
Elle's Elegant Earrings  
Gezond op Maat  
Van der Kreek  
Het Visgilde Oosterschelde  
Tebbens Modehuis  
Bakkerij Bart  
Melanie Hairstylist on Wheels  
Sonja's Feet & Bodycare  
Elly's Boutique  
Cormat Finance BV  
De Kristalloods  
AdAnte4U  
Inspirante  
Make It Easy Praktijk  
Grand café Hotel de Bourgondiër  
LunaNova

## HALSTEREN

Damibelle  
Hotel café De Ram  
Cafe zaal Tivoli  
Salon De Engel  
1633 Eten & Drinken  
Elma Lifestyle Coaching

## HOGERHEIDE

Restaurant Het Portret  
De Herstelknoop  
Natuurgeneeskunde Plus  
De Tijd van Toen  
Vissers Petfood  
Watch Your Style

## HUIJBERGEN

Kado- en Borduurshop Bodusha

## LEPELSTRAAT

Beauty by Ivanka



## OOK OP JOUW LOCATIE?

Heb je een locatie met een balie, wachtruimte of leestafel, neem dan contact met ons op via: [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl). Dan kan het gratis magazine Bergen op Zoom Bruist ook via jouw locatie worden verspreid.

## Hoge kwaliteit laminaatvloeren

De laminaatvloeren van de Parket en Laminaatwinkel zijn van uitstekende kwaliteit. De vloeren zijn niet alleen stevig en sterk, maar bovendien slijtvast. Zelfs met minimaal onderhoud gaat uw laminaatvloer van de Parket en Laminaatwinkel vele jaren mee. En omdat wij een grote collectie laminaatvloeren hebben, vindt u altijd wel een hoogwaardige vloer die aan uw eisen, wensen en verwachtingen voldoet.

**De Parket en Laminaatwinkel** is officiële kerndealer van Quick-Step. Dit betekent dat wij de volledige collectie laminaatvloeren, plinten en ondervloeren van dit gerenommeerde merk voeren. Wilt u een Quick-Step laminaatvloer aanschaffen voor uw woning of bedrijfspand? Dan bent u bij ons aan het juiste adres. Wij helpen u graag de perfecte laminaatvloer te vinden en kunnen deze vloer bovendien vakkundig, nauwkeurig en snel voor u leggen.



**pvc  
vloeren**

**laminaat**

**houten  
vloeren**



Ga naar [www.bergenopzoombruist.nl](http://www.bergenopzoombruist.nl), meld je aan voor **onze nieuwsbrief** en lees het magazine online.

Van Konijnenburgweg 55, Bergen op Zoom | **0164-728291** | [www.laminaatwinkel.com](http://www.laminaatwinkel.com)



# Niet meer de deur uit voor een nieuwe beha!

Verkoop van onderkleding en nachtmode voor dames en heren bij u thuis.



## Voor het aanmeten en aanpassen van:

- panty/corselets
- ondergoed
- beha's
- borstprothesen
- pantyslips
- nachtmode
- corsetten

Maak vrijblijvend een afspraak, zodat u thuis uw keuze kunt maken.

**0164 68 77 99** of **06 53 26 69 44**

Nicole Foundation Service | Nicole Jansen Taheij | Rode Schouw 17a, Halsteren

**PINNEN**

Een borreltje, lekkere lunch, diner of feestje; bij **Stadsbrasserie Thalia** kan het allemaal!



Koevoetstraat 31, Bergen op Zoom | [www.stadsbrasserieithalia.nl](http://www.stadsbrasserieithalia.nl) | 0164 23 96 79

# Een unieke handgemaakte communiejurk

Bel Mary van de Herstelknoop!



Met unieke haal- en brengservice

Ook voor al uw herstelwerkzaamheden, vermaakwerk, bruidsmode, communiekleding en het aankleden van wiegjes.



Mary Willigers  
06-34339984  
[deherstelknoop@kpnmail.nl](mailto:deherstelknoop@kpnmail.nl)



Verken een nog relatief onbekend stukje Egypte tijdens een cruise over het Nassermeer. Deze cruise leidt je langs eeuwenoude tempels en plaatsen waar amper toeristen komen. Hier beleef je het echte Egypte en maak je kennis met de rijke cultuur.

# Cruise over het *Nassermeer*



## DOOR DE MENS AANGELEGD

Wanneer je het Nassermeer bezoekt, zal je waarschijnlijk niet geloven dat het door mensen is aangelegd. Het groene en blauwe water heeft een oppervlakte van maar liefst 5250 vierkante meter. Rondom het meer vind je lange, uitgestrekte woestijnlandschappen. In deze prachtige omgeving kom je helemaal tot rust.

## DE GESCHIEDENIS VAN HET NASSERMEER

Het Nassermeer is ontstaan bij de bouw van de Aswan Dam over de Nijl. Deze dam was nodig om de jaarlijkse overstromingen van de Nijl te controleren. In dit gebied lagen achttien oude tempels. Unesco heeft deze monumenten verschoven zodat ze niet verloren zouden gaan. De bekendste van deze monumenten is de Abu Simbel. Vandaag de dag is dit monument te bewonderen aan de westelijke oever van het Nassermeer.

## DIEREN IN DE OMGEVING

Jaarlijks vinden enorme groepen trekvogels hun rustplaats aan het Nassermeer. Ook leven er krokodillen en veel verschillende vissoorten. Naast toeristenboten, wordt het water enkel bevolkt door kleine vissersbootjes. Van over de hele wereld komen mensen naar het meer om bijzondere vissen te vangen.



## KIJK JE OGEN UIT

Een cruise over het Nassermeer is een onvergetelijke beleving. Laat je verrassen door eeuwenoude tempels, eindeloze landschappen en zelfs een onvergetelijk klank- en lichtspel aan de tempels van Abu Simbel. Tijdens de cruise maak je een reis terug in de tijd en leer je ontzettend veel over de bijzondere geschiedenis van Egypte.



PROEF DE  
EGYPTISCHE  
CULTUUR

# Een kristal in huis of op je werkplek

Een kristal om je gezondheid te ondersteunen of om het leefklimaat in je huis of op je werkplek aanzienlijk te verbeteren. Veel mensen doen het af als onzin, maar het werkt écht.

## voor steun en positieve energie

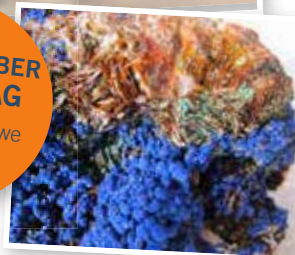
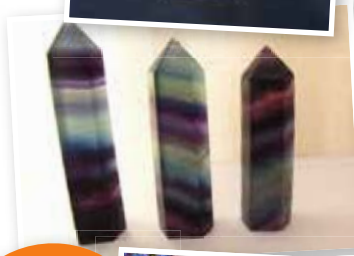
De reden? In een kristal zitten bepaalde elementen (zoals bijvoorbeeld fluor, ijzer of calcium) die een uitstraling hebben.

Als je ervoor openstaat, kun je die straling (die eigenlijk een frequentie is net zoals de golflengte waarop je mobiel belt of naar de radio luistert) in je opnemen. Zo kan een edelsteen je ondersteunen in je proces van dat moment.

Of je nu fysiek, emotioneel, mentaal of spiritueel in een veranderings- of helingsproces zit, een kristal kan je helpen.

Ook voor therapeuten kan een kristal op de werkplek wonderen verrichten doordat het meehelpt om de energie schoon en hoog te houden.

**Voor bedrijven hebben  
wij een aantrekkelijke  
kortingsregeling.  
Bel voor meer info.**



**30 NOVEMBER  
OPEN DAG**  
met veel nieuwe  
kristallen



**De Kristalloods**

Gankelweg 1, Oud-Vossemeer | 06-12111601  
[www.dekristalloods.nl](http://www.dekristalloods.nl) | [www.facebook.com/dekristalloods](https://www.facebook.com/dekristalloods)

Zoals je foto's op Instagram bewerkt met een filter om ze mooier te maken, zo kijk je in je dagelijks leven ook naar de buitenwereld door jouw eigen filter. En dat filter kleurt het beeld zoals jij het wilt zien.

Je kijkt om je heen, maar jouw beleving van je leven speelt zich af in je binnenwereld, in de wereld van je gedachten. En de betekenis die je geeft aan een gedachte, een gebeurtenis of een situatie is cruciaal voor je overtuigingen en dus voor je denkwijze. Die denkwijze bepaalt je visie op de werkelijkheid, hoe je reageert en vervolgens handelt. Het is een filter waardoor je informatie opneemt, kleurt en ordent. Het vormt je referentiekader en daarmee jouw beeld van de werkelijkheid waarin je gelooft. Met andere woorden: de betekenis die je ergens aan geeft, bepaalt je persoonlijkheid, je gedrag, hoe je je voelt, hoe je reageert en de resultaten die je behaalt.

Oftewel, alles begint met een gedachte. Het is je mindset. Heb je daar wel eens over nagedacht? Hoe zijn jouw denkpatronen en je overtuigingen tot stand gekomen? En waarop zijn deze gebaseerd?

Iets om over na te denken.

*Michael Pilarczyk*

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



Alles begint  
met een  
*gedachte*

**45** JUBILEUM  
**RON VAN HOOF**

**9 NOV.**

**AVOND**

**DJ DAVE  
DIVERSO**

**COVER BAND  
GENERAL ELECTRIC**

**KROES CONTROL**

**MIDDAG**

**DE HAVENZANGERS  
FOREVER BAND**

Alle opbrengsten t.g.v.

\*Na aftrek kosten

**Kika**  
kinderenkankervrij

**ENTREE:**

**MIDDAG € 10,-**

**AVOND € 10,-**

**MFC DE BIEZEN**  
SCHOOLSTRAAT 42 - PUTTE

**MIDDAG 14:30 - 17:30**

**AVOND 20:30 - 01:30**

# Bruijloft zonder stress?

COLUMN/SALON DE ENGEL

Wellicht slaap je hierdoor slechter en denk je de hele dag erover na. Je hebt de juiste jurk, maar weet niet welke haarstijl daarbij past. Je weet niet of jouw haar wel geschikt is voor het bruidskapsel dat je wilt. Je weet niet hoe je al die verschillende stylisten voor je haar en make-up moet gaan indelen. Moet de styliste aan huis komen of zou je toch naar de salon moeten gaan? En je moet heel vroeg klaar zijn, zou dat wel kunnen en ga je dat dan wel allemaal redden?

## Zorgen wegnemen

Hoe fijn is het dan niet dat ik voor jou die zorgen kan wegnemen? Je hoeft je niet druk te maken of jouw haar de hele dag wel in model blijft zitten en je voor jouw gevoel niet te veel make-up op hebt. Dat jij 's morgens heerlijk op jouw locatie kan blijven en niet bang hoeft te zijn dat je het qua tijd niet gaat redden. Dat je nog tijd genoeg hebt om jouw jurk aan te trekken en om wat te eten en drinken. De hele dag heb jij het gevoel dat je jezelf blijft. Ik zorg ervoor dat jij in alle rust jouw dag kan starten met jou als stralende bruid in het middelpunt.

Je hoeft je dus geen zorgen meer te maken. Ik kom op jouw trouwdag op de gewenste locatie, het gewenste tijdstip en ik bied de mogelijkheid om 's avonds op de feestlocatie een touch-up te verzorgen. Het mooie is: je hebt maar één styliste nodig! Dat alles geeft heel veel rust.

**Als jij denkt dat ik de geschikte  
bruidsstyliste voor je ben en jou als  
mooiste bruid mag verzorgen, neem dan  
contact met me op.**

*Liefs Wendy*



Mijn naam is Wendy Hagenars, eigenaresse en oprichtster van Salon de Engel. Hier kunt u onder andere terecht voor een heerlijke schoonheidsbehandeling, haarverzorging en nagelverzorging.



**Salon de Engel**

Molenwijken 2a, Halsteren

06 11 30 91 93

www.salondeengel.nl

# Snelle *makeover* voor je huis

Ken je dat gevoel? Plots krijg je de kriebels om het interieur van je huis helemaal om te gooien. Wellicht gaat het wat ver om alle muren een andere kleur te geven en het meubilair te vervangen. Gelukkig is het ook gewoon mogelijk om op een minder ingrijpende manier een totaal nieuwe look aan je woning te geven.

## KUSSENS

Mooie kussens geven veel sfeer aan je huis. Ze kunnen je woonkamer of slaapkamer in één keer een totaal andere uitstraling geven. Geef karakter aan je interieur met kussens in felle kleuren en opvallende prints. Wil je juist een rustig en meer subtiel detail toevoegen aan je huis? Ga dan voor effen kussens.

## VLOERKLEED

Met een vloerkleed voeg je karakter toe aan je woning. Leg een vloerkleed bij de bank, in de gang of naast je bed. Of hang een vloerkleed aan de muur. Een kleed met een grafische print geeft je huis een moderne sfeer. Ga je liever voor een mooie bohemien uitstraling? Kies dan bijvoorbeeld voor een kleed met dierenprint.

## SCHILDERIJEN & FOTO'S

Wat je aan de muur hangt, doet veel voor de sfeer in een ruimte. Ga bijvoorbeeld voor één

groot, indrukwekkend schilderij of creëer juist een speelse look met meerdere ingelijste posters. Wil je een persoonlijke twist geven aan een ruimte? Lijst dan een of meerdere eigen foto's in en hang ze aan de muur.

## DEKBEDOVERTREK

Uitgekeken op de look van je slaapkamer? Met een nieuw dekbedovertrek geef je de ruimte al een complete metamorfose. Houd het clean en rustig met een effen wit dekbed of geef juist meer karakter aan de ruimte met een opvallende print. Vergeet ook hier de extra kussens niet om de look helemaal af te maken.



GEEF  
KARAKTER  
AAN JE  
INTERIEUR



## Welkom bij 1633 eten en drinken!

In het oude raadhuis van Halsteren, met de mooie Sint-Martinuskerk op de achtergrond, kunt u genieten van een lekker drankje en/of hapje aan de bar. Ook kunt u bij ons terecht voor uw feestje, vergadering, cursus of trouwen. De mogelijkheden zijn bijna onbeperkt. Wij zijn alle dagen van de week, behalve dinsdag, geopend om u te ontvangen.



Dorpsstraat 22, Halsteren | 0164-652775 | [www.1633.nl](http://www.1633.nl)

## WHERE BEAUTY BEGINS...



Dé plek in Hoogerheide waar huidverbetering en wellness samenkomen.

"Alles om je weer jÓuw mooiste ik te laten zien!"



- Ontspannende gezichtsbehandelingen
- Therapeutische (kuur)behandelingen
- Harsen van het gelaat en lichaam
- Lash Volume Lift & Wimperextensions *One by One*

Wouwbaan 102 Hoogerheide | 06-34044750 | [info@salonvronie.nl](mailto:info@salonvronie.nl) | [www.schoonheidssalonvronie.nl](http://www.schoonheidssalonvronie.nl)

## ACTIE

In de maanden oktober en november geniet je van de heerlijke gezichtsbehandeling

**Hyaluron Vitality van 90 min.**

**voor slechts € 75,-.**

Laat je verwennen met heerlijke massages en hotstones. Daarnaast wordt je huid behandeld met het speciale hyaluron ampul, een ware vochtboost voor de huid.



## Help ons Samen Varen

Donaties zijn meer dan welkom  
op onze rekening:  
**IBAN NL90 INGB 0007716011**

**Stichting Samen Varen** organiseert jaarlijks een geheel verzorgde vaarverwenweek voor vrouwen met of herstellend van borstkanker die in een financieel moeilijke situatie zitten. Een week lang je zorgen opzij, ontspannen en verwend worden. Genieten van lekker eten, schoonheidsbehandelingen, zanglessen en diverse creatieve workshops, samen met lotgenoten en omringd door een team van deskundige vrijwilligers, waaronder ook verpleegkundigen en een arts. Niks moet, alles mag. **De Samen Varen reis is uniek!**



[info@samensamen-varen.nl](mailto:info@samensamen-varen.nl) | 06-43956812

[www.samensamen-varen.nl](http://www.samensamen-varen.nl)

Volg ons op FB

LOOKING/GOOD

# Vijf tips voor langer haar

Wil jij ook graag wat langer haar? Maar lijkt het maar niet te groeien? Met deze tips zorg jij ervoor dat je haar sneller groeit. Zo heb jij in no-time ook mooie lange lokken.



## GEBRUIK HITTEBESCHERMING

Het stijlen, föhnen en krullen van je haar kan ernstige schade aanbrengen. Het meest gezonde voor je haar is om het natuurlijk te laten drogen. Wil je toch een keer je haar stijlen of krullen? Gebruik dan van tevoren een hittebeschermende crème.

## WAS JE HAREN NIET TE HEET

Een heerlijk warme douche is dé manier om helemaal te ontspannen. Voor je haar geldt dat echter niet. Het hete water maakt je haar droger, zwakker en meer breekbaar. Zet de douche daarom niet te warm.

## KNIP JE HAAR

Deze tip lijkt misschien een beetje tegenstrijdig als je je haar wilt laten groeien. Toch werkt het! Als je je haar maar laat groeien, raken de puntjes beschadigd en kan het haar langzaam afbrokkelen. Houd regelmatig je puntjes bij en je haar wordt langer en gezonder.

## DEPPEN IN PLAATS VAN WIKKELEN

Je haar is vooral kwetsbaar als het nat is. Wanneer je het na het wassen in een handdoek wikkelt, kan het snel afbreken. Dep je haar in plaats daarvan zachtjes droog met een handdoek.

## WEES LIEF VOOR JE HOOFDHUID

Als er verzorgingsproducten en dode huidcellen op de hoofdhuid achterblijven, is het lastiger voor nieuwe haren om terug te groeien. Masseer daarom je hoofdhuid goed bij het aanbrengen van shampoo.



# hotstone massage

Hotstone kruidenstempel  
voetreflex hoofdmassage

Maak tijd voor ontspanning en boek een  
heerlijke massage met etherische oliën



**S** SONJA'S  
FEET &  
BODY CARE

Paulusberg 24  
Bergen op Zoom  
06-10483620

## Eerste hulp bij leesproblemen

met de leuke **Pratende Letters**  
van methodiek Letterweg




LOGOPEDIEPRAKTIJK  
De Waal

Plantagelaan 1 Hoogerheide  
0032-479448495  
[www.logopediedewaal.nl](http://www.logopediedewaal.nl)

Een inspirerende en sfeervolle  
**boutique met vriendelijk  
geprijsde damesfashion**  
voor een hele grote doelgroep.




**LEUKE  
COMBINATIES.  
PROBEER HET ZELF  
EENS EN  
KOM LANGS!**

**Elly's Boutique**

Zuivelstraat 1, Bergen op Zoom | 0164-315066  
[www.facebook.com/Ellys.Boutique.online](http://www.facebook.com/Ellys.Boutique.online)  
[www.instagram.com/ellystougie](http://www.instagram.com/ellystougie)

# Gezonde huid en strak in je vel? **Start nu!**

Intake &  
gezichts-  
behandeling  
nu: **€ 45,-**

*Cryo21*  
Nu proefbehandeling  
**€ 50,-**



Grondmolen 11 | Halsteren ( nabij woonwijk De Schans )  
Gezond Gewicht | 06-22201520 | [www.afvallen-verstevigen.nl](http://www.afvallen-verstevigen.nl)  
O'vita | 0164 244 246 | [info@o-vita.nl](mailto:info@o-vita.nl)

  
Gezond Gewicht



# Iedereen kan sporten

Biljartclub de Biezen, tafeltennis Tornado, vechtsportscholen Mu Do en Ookami, zaalvoetbal de Zwaan en MFC de Biezen organiseren een sportweekend voor mensen met een beperking. Doel: de gemeenschap bekend maken met de mogelijkheden op het gebied van sporten voor mensen met een beperking.

Er zullen diverse demonstraties gegeven worden van biljart, diverse vechtsporten, tafeltennis, tennis, voetbal, etc. Aansluitend kunnen de deelnemers meedoen. Tevens zal er een infomarkt ingericht worden. In verband met de **gratis** lunch met 2 consumpties voor deelnemers, vragen wij u hiervoor in te schrijven middels onderstaande strook.

## Programma

<b>zaterdag</b>	10.00 tot 11.00 uur	Demonstraties, 11.00 tot 12.00 uur meesporten
	12.00 tot 13.00 uur	Lunch (gratis voor deelnemers)
	13.00 tot 14.00 uur	Demonstraties, 14.00 tot 15.00 uur meesporten
<b>zondag</b>	15.00 tot 15.30 uur	Gezellige afsluiting met muziek/karaoke
	10.00 tot 11.00 uur	Demonstraties, 11.00 tot 12.00 uur meesporten
	12.00 tot 13.00 uur	Lunch (gratis voor deelnemers)
	13.00 tot 14.00 uur	Demonstraties, 14.00 tot 15.00 uur meesporten
	15.00 tot 15.30 uur	Gezellige afsluiting met muziek/karaoke

**WANNEER:**  
26 en 27 oktober

**WIE:**  
Uzelf, uw bewoners  
dan wel leerlingen  
met een beperking  
van 16 jaar en ouder.



Inschrijving voor: \_\_\_\_\_

Naam deelnemer(s): \_\_\_\_\_ Leeftijd(en): \_\_\_\_\_

Naam begeleider: \_\_\_\_\_ Voorkeur van sport: biljart / tafeltennis / karate

Komen  zaterdag en/of  zondag hapkido / zaalvoetbal / tennis

Mailen kan ook naar: mfcdebiezen@gmail.com

\*Door aanwezigheid is men akkoord met het gebruik van gegevens conform de AVG-wetgeving.



VERBERG  
JE NIET  
LANGER

## Persoonlijke begeleiding maakt het verschil

Met het Cambridge Weight Plan Stappenplan en de begeleiding van een consulent ga je van verantwoord afvallen naar bewust genieten. Op een manier die bij jouw leefstijl past. Maatwerk dus.

**Gezond op Maat**  
Marcia van den Brand

Halsterseweg 129  
4613 AL Bergen op Zoom  
06 28 06 76 49

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

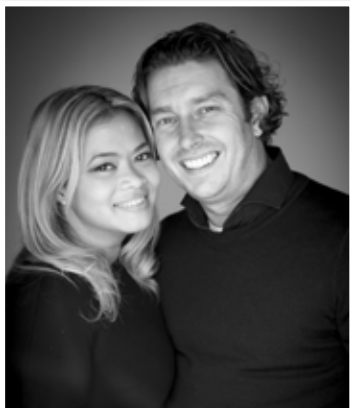
**Cambridge**  
Weight Plan™  
Gezond op Maat | Bergen op Zoom



# WERKT ADVERTEREN?

## In deze rubriek vertellen adverteerders aan de hand van vijf vragen hoe ze de samenwerking met Bruist ervaren.

Deze maand: **Judith van Lent** van massagepraktijk Lente Mare. Sinds februari is zij met haar praktijk te vinden in onze bruisende magazines en daar zijn wij erg trots op!



Marcel en Lea Bossers,  
directie Nederland Bruist

Met 37 uitgaven en een oplage van bijna 250.000 magazines per maand is uitgeverij Nederland Bruist een succesvolle formule in diverse regio's in Nederland, België én in Spanje. Ons streven is om uit te groeien naar minstens 50 edities. Onze visie is: 'ondernemers helpen om op de juiste manier te adverteren, waardoor de naamsbekendheid omhooggaat'. Daarom komen de ondernemers in onze magazines en op onze website op een unieke manier aan het woord en in beeld.

Wil jij ook opvallend adverteren in Bruist? Bel 076-7115340 of mail naar [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl)

## Hoe ben je bij Bruist terechtgekomen?

Via mijn buurvrouw, zij adverteerde al in De Maashorst Bruist. Ik werd gebeld door Rick. Hij had van mijn buurvrouw de tip gekregen dat ik misschien ook wel wilde adverteren. Toen is hij langsgekomen en zo is het balletje gaan rollen. In februari dit jaar ben ik begonnen met adverteren.

## Waarom heb je gekozen om te adverteren bij Bruist?

De Bruist magazines hebben een groot bereik. Ik bereik er niet alleen mensen in Oss mee, maar in heel De Maashorst. Dat was ook mijn reden om te beginnen met adverteren, zodat ook mensen in de dorpen en steden rondom Oss mijn bedrijf zien. Zo bereik ik heel effectief mensen in mijn eigen regio die ik anders niet zou bereiken.



Judith van Lent

## Hoe vind je de samenwerking met Bruist?

De samenwerking bevalt goed. Vooraf heeft Rick alles duidelijk uitgelegd, waardoor ik met een goed gevoel ben gaan adverteren. Ook als ik iets moet aanleveren, is dat allemaal heel duidelijk. Er wordt altijd goed gecommuniceerd en ik krijg steeds de keuze of ik dezelfde advertentie wil of misschien nog iets wil veranderen. Als ik een keer iets wil wijzigen, wordt dat altijd goed doorgevoerd. Ik ben dus heel tevreden.

## Wat heeft het adverteren bij Bruist je opgeleverd?

Het adverteren in De Maashorst Bruist heeft mij al meerdere klanten opgeleverd. Negen om precies te zijn. Dit zijn klanten die regelmatig terugkomen. Wat mij opvalt, is dat dit vooral mensen zijn die weinig met social media doen. Als ik niet in De Maashorst Bruist had gestaan, had ik deze mensen niet bereikt.

## Zou je Bruist aanbevelen aan anderen en waarom?

Dat zou ik zeker doen! Alle communicatie met het bedrijf is heel informeel en vriendelijk. Je kunt gewoon 'je en jij' zeggen, wat alles heel laagdrempelig en open maakt. En natuurlijk vind ik het een leuk boekje met een mooie uitstraling.

## ZEKER WETEN!

**WIL JIJ OOK EEN BRUISENDE  
SAMENWERKING MET BRUIST?  
NEEM DAN CONTACT MET ONS OP!**



# MODE met *Style*

## Tebbens modehuis

heeft een collectie die bestaat uit jonge sportieve mode, naast stijlvol klassiek. Of het gaat om een mooie outfit voor een etentje, een dagje uit met vriendinnen of kleding die past bij elk moment van de dag. Wij gaan aan de ene kant met de trends mee, die dit najaar mooie tinten laten zien, maar anderzijds zorgen we voor een mooie basiscollectie. Iedere klant vindt daardoor bij ons iets wat bij haar past en dat maakt onze mode uw mode.



Om het winkelen bij Tebbens modehuis nog leuker te maken, is er altijd een mooi aanbod in tassen, sjaals, sieraden en cadeauartikelen. Sinds korte tijd ook een uitgebreid assortiment met mooie panty's in diverse maten. U vindt er verder een geurige keuze in kaarsjes, leuk als presentje of voor uzelf.



**Tebbens** modehuis

Steenbergsestraat 30, Bergen op Zoom • Tel. 0164-234480  
 Kijk voor actuele info, acties ook eens op:  
[www.tebbensmodehuis.nl](http://www.tebbensmodehuis.nl)  
[www.facebook.com/tebbensmodehuis](https://www.facebook.com/tebbensmodehuis)



Marius Terol & Suleika Terol - Schoumacher

*Uw uitvaart; een weerspiegeling van uw leven.*

**marius terol**  
 UITVAARTVERZORGING

Wassenaarstraat 25, Bergen op Zoom  
 0164 652 852  
[info@mariusterol.nl](mailto:info@mariusterol.nl)

*Ongeacht of en waar u verzekerd bent.*

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

Maak kans op een:

**Wellness speciaal  
 massage**

t.w.v. € 55,-



Kastanjelaan 87, Bergen op Zoom | 06 22940604  
[info@lunanovamassage.nl](mailto:info@lunanovamassage.nl) | [www.lunanovamassage.nl](http://www.lunanovamassage.nl)

o	s	y	m	p	t	o	m	e	n	y
n	k	r	i	d	e	n	u	n	n	
t	l	l	c	w	i	v	s	u	g	e
s	s	i	o	o	y	m	o	t	m	b
p	y	a	c	l	n	z	w	n	j	l
a	j	s	r	h	i	s	y	d	g	s
n	u	m	r	o	a	e	u	x	p	w
n	j	w	j	x	m	a	j	l	j	v
e	d	k	i	y	d	a	m	l	t	l
n	e	r	f	b	n	w	d	n	d	i
i	m	w	o	u	m	s	y	q	v	p
aroma					lichaam					
olie					massage					
ontspannen					symptomen					
kruiden					consult					

Streep 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.bergenopzoombruijst.nl](http://www.bergenopzoombruijst.nl)

# Elk seizoen een passende behandeling bij *Sensa Bella*

Specialist in  
huidverbetering



Boek nu een heerlijke **Herfstbehandeling**  
en ontvang een **Decl or serum** t.w.v. € 18,- cadeau!

*Sensa Bella*  
Schoonheidssalon

ALBERT CUIJPSTRAAT 46, BERGEN OP ZOOM | 06-57322272 | WWW.SENSABELLA.NL