

DE KEMPEN



MAART 2020 [WWW.DEKEMPENBRUIST.BE](http://WWW.DEKEMPENBRUIST.BE) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST

Ga jij voor  
*standaard?*

Hoera, het  
is bijna  
*lente!*



# JOUW ONLINE GEBOORTELIJST



DE GELE  
FLAMINGO

Wij zijn De Gele Flamingo, een online baby en kids concept store die bestaat uit een leuk team van mama's. Bij ons vind je de grote merken, maar we willen je vooral inspireren en onderdompelen in unieke producten, organische kleding en hippe musthaves. Vergeet ook zeker het ruime aanbod houten speelgoed niet. **Een geboortelijst bij ons aanmaken doe je makkelijk zelf online.**

Gewoon vanuit je luie zetel producten toevoegen en verwijderen. Heb je toch graag wat extra advies? Maak dan zeker een afspraak in onze showroom. Bij het samenstellen van je geboortelijst delen we dan graag onze eigen ervaringen. Ons doel is dat je een happy gevoel krijgt bij het zien van je lijst en een nog blijer gevoel wanneer al die pakjes thuis geleverd worden!

## ZWANGER?

SPRING DAN ZEKER EENS  
BINNEN OM JE **GRATIS 'PREGGO'**  
**GOODIEBAG** AF TE HALEN  
AAN ONS MAGAZIJN

RUITERIJSSCHOOL 14  
2930 BRASSCHAAT

## AFSPRAAK MAKEN?

+32 468 45 31 51  
GEBOORTELIJST@DEGELEFLAMINGO.COM



AVENT - TRIXIE - BABYLONIA  
KONGES SLØJD - BABYBJÖRN  
CAM CAM - COCO & PINE -  
JELLYCAT - JOLLEIN - TIMBOO  
ERGOBABY - LIEWOOD



Why go  
Flamingo?

- ♡ Gratis verzending van jullie cadeautjes
- ♡ 10% cadeau bij afsluit
- ♡ Beheer je lijst makkelijk zelf
- ♡ geen aankoopverplichting



WWW.DEGELEFLAMINGO.COM



OP VERTOON VAN DIT MAGAZINE KRIJGT U

**250 euro korting\***

OP UW BEHANDELING

€ 250 KORTING OP UW BEHANDELING\*

# Haartransplantatie: iets voor u?

Maar liefst 70% van de mannen wordt getroffen door haaruitval en kaalheid. Gelukkig is er een steeds toegankelijker manier om te voorkomen dat u kaal wordt. Bij haarkliniek Transhair hebben we verschillende soorten haartransplantaties die uw haarlijn en zelfvertrouwen herstellen. Op onze consultlocaties in Antwerpen en Gent geven we u graag advies over de beste behandeling voor u!

## Overweegt u een haartransplantatie?

Graag vertellen onze adviseurs op onze consultlocaties in Antwerpen en Gent u meer over de mogelijkheden.

Voor meer informatie over ons en onze behandelingen verwijzen we u graag naar onze website [www.transhair.nl](http://www.transhair.nl). Graag tot ziens bij Transhair!

**Transhair  
Nederland**

Wolput 30  
5251 CG Vlijmen

**Transhair  
Antwerpen**

Noorderlaan 147  
2030 Antwerpen

**Transhair  
Gent**

Gaston Crommenlaan 8  
9050 Gent



[transhair.nl](http://transhair.nl)  
073 - 68 47 311

\*O.b.v. de standaard Transhair prijslijst, niet geldig i.c.m. andere aanbiedingen en niet inwisselbaar voor contanten.



# Inhoud



23

## COLOFON

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

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

Like ons op Facebook.com/dekempenbruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl  
 of bel Manuela Kolkman, 0477-841299

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. De Kempen 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.**



Het is bijna zover... de winter gaat weer plaats maken voor de lente! En hoewel maart de buienmaand bij uitstek is, merk je aan alles dat we weer richting de warmere maanden van het jaar gaan. Heerlijk! Wat ons betreft kan dat voorjaar niet snel genoeg zijn intrede doen.

Voor veel mensen vormt het voorjaar dé aanleiding voor een grote schoonmaak in huis. Maar ook om het interieur eens goed onder de loep te nemen. Wordt het niet weer eens tijd voor wat nieuws?

## Bruisende lezer,

Voor iets anders dan anders? Dan kan maatwerk de oplossing zijn voor jou. Een kast of bijvoorbeeld deur op maat zorgt namelijk gegarandeerd voor een unieke en persoonlijke uitstraling. Daarover vertellen we je dan ook graag wat meer.

Zo blijven we je elke maand verrassen met de meest inspirerende verhalen. Met de lente in onze kop bruisen wij weer van de ideeën, net als alle ondernemers die ook deze maand weer hun verhalen met je delen. Zoek dus een heerlijk plekje in het (bijna) voorjaarszonnetje, sit back, relax en geniet van deze nieuwste editie van Bruist.

**Manuela Kolkman**

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

# 'Op maat gemaakt'

Deuren, je kunt ze in verschillende soorten en maten kopen. Standaardmaten welteverstaan. Maar wat nou als jouw huis geen standaard deurmaten kent? Of als je gewoon iets anders dan anders wilt? Maatwerk is het antwoord!

Vooral in oudere woningen willen de deurmaten nog weleens afwijken van wat tegenwoordig als standaard wordt beschouwd. Maar ook in modernere huizen met hoge plafonds is er allesbehalve sprake van standaardmaten. In dergelijke gevallen ontcom je er bijna niet aan om de hulp in te schakelen van een maatwerkspecialist die voor jou een deur op maat maakt.

## Uniek & persoonlijk

Groot voordeel daarvan is dat je de deur volledig af kunt stemmen op jouw wensen. Niet alleen de maat is immers aan te passen, maar ook het volledige uiterlijk van de deur. Het materiaal, de kleur, het deurbeslag, wel of geen glas (en wat voor glas). Je kunt het eigenlijk zo gek niet bedenken of er is vast wel iemand die het voor je kan maken. Maatwerk zorgt voor een unieke en persoonlijke uitstraling. Dat is dan ook meteen de reden waarom veel mensen toch voor deuren op maat kiezen terwijl ze gewoon een huis hebben met standaardmaten.

## Kasten op maat

En dat geldt niet alleen voor maatwerkdeuren, maar eigenlijk voor al het maatwerk in je woning. Zo kiezen ook steeds meer mensen voor maatwerkkasten die bijvoorbeeld perfect in die ene hoek in de woonkamer passen, of onder dat schuine dak in de slaapkamer, of in die nis in de gang, om maar wat voorbeelden te noemen. Helemaal nu kleiner wonen de trend lijkt te zijn, geven maatwerkkasten niet alleen een unieke touch aan je interieur, maar zorgen ze er ook nog eens voor dat je optimaal gebruik maakt van de beschikbare ruimte.

## Prijskaartje

Een belangrijke afweging is (tenzij maatwerk echt noodzakelijk is) of je er dat extra geld voor over hebt. Vaak hangt er namelijk wel een iets hoger prijskaartje aan een maatwerkdeur of -kast. Maar heb je dat er voor over, dan is maatwerk altijd een meerwaarde voor je interieur.

Ben jij ook op zoek naar maatwerk voor in jouw huis? Op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be) vind je altijd wel een maatwerkspecialist in jouw regio. Kijk bijvoorbeeld eens bij Ferenco in Schoten op [www.ferenco.be](http://www.ferenco.be)

MAATWERK  
ZORGT VOOR EEN  
UNIEKE TOUCH

# Meerjarenplan 'Meer voor Malle'

De gemeente Malle schoot begin dit jaar uit de startblokken met het meerjarenplan 2020 - 2025. Het plan kreeg de titel 'Meer voor Malle' en bevat de beleidskeuzes van het nieuwe bestuur.

De gemeente Malle is een werk van vele handen. Het is een sterk gemeentebedrijf dat zich focust op transparantie, efficiëntie en slagkracht, met een eigentijds personeelsbeleid en een gezonde financiële basis. Dat is de invalshoek van ons meerjarenplan. De komende jaren ondernemen we heel wat acties om ervoor te zorgen dat Malle een fantastische gemeente is en blijft om in te leven.

Het realiseren van een kernversterkend project in Westmalle is een prioriteit voor dit gemeentebestuur. Deze legislatuur start het herontwikkelen van de site aan de Antwerpsesteenweg/Sint-Jozeflei/Marialei/Berck-hovenstraat op. We ontwikkelen een aantrekkelijke en dynamische dorpskern, rekening houdend met de behoeftes van onze inwoners en verenigingen en met ruimte voor alle aspecten van het gemeenschapsleven.

Veiligheid is een legitieme basisbehoefte en een recht van iedere Mallenaar. Voor dit gemeentebestuur is het belangrijk dat iedere inwoner zich veilig voelt in Malle.

Daarnaast nemen we ook onze rol als zorggemeente verder op. We blijven investeren in individuele hulpverlening en organiseren extra projecten voor samenlevingsopbouw en mantelzorgers.

Alle acties binnen het meerjarenplan zijn getoetst aan de duurzame ontwikkelingsdoelstellingen (DOD's). Malle hecht veel belang aan duurzaamheid en we willen als lokaal bestuur een voorbeeldfunctie opnemen voor inwoners en bedrijven.

Het volledige meerjarenplan 2020 - 2025 voor Malle vind je op [www.malle.be/meerjarenplan](http://www.malle.be/meerjarenplan).

*Harry Hendrickx*

burgemeester  
[www.malle.be](http://www.malle.be)





### HAUTE COUTURE

Stolichnaya Vodka vormt de basis voor de heerlijkste cocktails voor alle seizoenen. De Haute Couture wordt geserveerd met Stoli Cucumber, dry white vermouthe en komkommersliertjes op een spiesje. Voor wie het graag wat zoeter heeft, is de 'Strike A Pose' een aanrader. Dit is een lekkere mix van Stoli Vodka met vers limoensap, siroop en verse limoen. Enjoy! [www.stoli.com](http://www.stoli.com)



### LEKKER PITTIG

Al sinds 1994 brouwt de Scheldebrouwerij heerlijke karaktervolle biertjes. Probeer eens het heerlijke biertje Oosterstout. Dit pittige biertje kent een zoete smaak door karamel. Ideaal voor op een terrasje tijdens de eerste zonnestralen!

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

## BRUIST Deals

Ook deze maand hebben we weer enkele mooie Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Ga naar [www.belgiebruist.be/lezersacties](http://www.belgiebruist.be/lezersacties) en profiteer van mooie kortingen van onze bruisende ondernemers.

# Het voorjaar hangt in de lucht!

win

### LEZERSACTIE

Maak nu kans op luxeuze huidverzorgingsproducten van MGC Derma

Het merk is ontwikkeld door experts op het gebied van natuurlijke huidverzorging en ze hebben gebruik gemaakt van de meest hoogwaardige ingrediënten.



Like de Facebookpagina van België 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. #MGC naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### KLAAR VOOR ROKJESDAG

Dit voorjaar introduceert Wilkinson een nieuw lid uit haar Intuition-familie: de Intuition Complete.

Dit roze scheermes speciaal voor vrouwen heeft vijf Skin Perfect-mesjes en een slanke scheerkop, waardoor je nu nog makkelijker bij de lastig bereikbare plekjes komt. Zo zijn jouw benen, oksels en intieme delen in een handomdraai spring ready!

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



### LEZERSACTIE

Maak kans op één van de 10 Hop On Hop Off tickets van Dordrecht Tours.

Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier. Aangeboden door:



Like de Facebookpagina van België 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. #DORDRECHTTOURS naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### LEZERSACTIE

Maak kans op een Wilkinson Intuition F.A.B. scheermesje.

Dit systeem scheert moeiteloos in beide richtingen - f(orwards) a(nd) b(ackwards). Je had nog nooit zo snel een gladde huid.



Like de Facebookpagina van België 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. #FAB naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### MANNEN MET BAARDEN

Het Britse mannenmerk Bulldog biedt een ruim assortiment aan mannelijke verzorgingsproducten. Mannen met baarden vinden het wel zo fijn om hun baard goed te verzorgen.

Bulldog heeft een 2 in 1 shampoo die aloë vera, kamille olie en groene thee extracten bevat. Zo kun jij met een frisse en verzorgde baard de deur uit. [www.bulldogskincare.com](http://www.bulldogskincare.com)



# Kom tot rust in de **badkamer** van uw dromen



## Douchen tijdens de verbouwing!

Met het oog op het ontzorgen van onze klanten komen we uit met 'Showertime', onze mobiele badkamer! U kunt tijdens de verbouwing rustig thuis blijven douchen. Ook voor aannemers - verzekeringen - evenementen - of privé.



Droomt u van een moderne en comfortabele badkamer? Dan zijn wij, De Vry Service uit Malle, uw professionele aannemer. Wij werken uw wensen vakkundig uit en realiseren uw droombadkamer zonder zorgen. Ondertussen bestaan we al 10 jaar en kunt u bij ons terecht voor totale badkamerrenovaties én voor kleinere sanitaire projecten en herstellingen.

Onze focus ligt steeds op comfort, duurzaamheid en kwaliteit en dit met de glimlach. Dat we een uitstekende service bieden, had onze naam u al verteld. Wij werken van ontwerp tot en met de afwerking. U hoeft dus geen andere partij meer in te schakelen!

*Dit jaar hebben we ook een aantal belangrijke investeringen kunnen doorvoeren om u als klant nog beter van dienst te kunnen zijn.*

**Kijk op [Showertime.be](http://Showertime.be) of mail naar [info@showertime.be](mailto:info@showertime.be).**



Stijn Streuvelsstraat 14, Malle  
0478 / 54 24 96  
[www.devryservice.be](http://www.devryservice.be)



# OPENDEURDAGEN

7-8 EN 14-15 MAART

Kortingen  
van **10-30%**  
op al onze  
fietsen

2 gratis  
servicebeurten  
bij aankoop  
van een fiets!

Ruime toonzaal met ruim 200 fietsen.  
Hersteldienst met mogelijkheid tot reservefiets.



RIJWIELEN HERMANS

Wanneer u binnenloopt bij Rijwielen Hermans, kunt u erop rekenen dat u de allerbeste service ontvangt. U wordt uitstekend geadviseerd en uw nieuwe fiets wordt gratis opgemeten en afgesteld. Dankzij de professionele herstel- en onderhoudsdienst blijft uw fiets altijd in topconditie. Nieuwe fiets nodig? Breng dan binnenkort eens een bezoekje aan Rijwielen Hermans!

Antwerpsesteenweg 325, Malle | **+32 (0)3 311 65 97** | [info@rijwielenhermans.be](mailto:info@rijwielenhermans.be) | [www.rijwielenhermans.be](http://www.rijwielenhermans.be)



# 60 secondenregel

Het reinigen van je huid is het belangrijkste onderdeel van je dagelijkse schoonheidsroutine! Een deel dat je minstens twee keer per dag doet. Wees eerlijk: hoe lang duurt je reinigingsritueel? In de stoel van de schoonheidsspecialiste heb je gemerkt dat het reinigen van je huid langer duurt dan wanneer je het zelf thuis doet.

Om uw huid goed te reinigen en de door u gebruikte reiniger goed te laten werken, heeft u minimaal 60 seconden nodig. 60 seconden moet je je huid verzachten en het vuil uit je poriën verwijderen. Bovendien zal de textuur van je huid verbeteren en je huid er veel beter laten uitzien.

Je huidbarrière werkt de hele dag hard om externe invloeden tegen te gaan. Gebruik een zacht reinigingsmiddel dat uw huidbarrière niet beschadigt.

Een goed gereinigde huid zorgt ervoor dat het elixer en de dagcrème die je daarna gebruikt, veel beter worden opgenomen door de huid.

Dus zelfs als u haast heeft om 's ochtends naar buiten te gaan en u bijna in slaap valt voordat u naar bed gaat, denk er dan altijd aan om uw huid schoon te maken!



Te koop bij  
Pure Intense  
voor slechts  
€41,-



“Sinds 2018 is Pure Intense gevestigd in Malle, omgeven door de dorpskern en omringd met de volledige liefde van mezelf. Maxime is de naam achter schoonheidsinstituut Pure Intense. Inner and outer beauty staat centraal bij Pure Intense en ook in de toekomst streef ik daar steeds meer naar.”

“Ik kijk er naar uit om jullie te leren kennen en samen met jullie te werken naar ieders inner and outer beauty balance. Dus maak eens een afspraak!”



Pure Intense  
Brechtsesteenweg 8, West Malle  
0032-468227712  
info@pure-intense.be

## 1 maart is in België nationale complimentendag.

Mensen die in maart geboren zijn, zijn volgens antropoloog Gerhard Weber over het algemeen **langer** dan gemiddeld.

Oudere huizen kennen vaak geen standaardmaten, **maatwerk** is daarvoor de oplossing.

Internationale **Vrouwendag** wordt elk jaar gevierd op 8 maart. Op deze dag vragen vrouwen wereldwijd aandacht voor onder andere gelijkheid en economische zelfstandigheid.

Maart is de buienmaand bij uitstek. Vandaar ook de uitspraak ‘**maartse buien en aprilse grillen**’.

21 maart is het weer zover: het is **lente!**

Met een maatwerkkast kun je invulling geven aan loze ruimtes waardoor je de beschikbare ruimte **optimaal benut**.

In het laatste weekend van maart wordt in de nacht van zaterdag op zondag **de klok** een uur vooruitgezet.

**Lammetjesmaand** is een van de vele bijnamen van de maand maart.



MY BEAUTY PARTNER



JE VIND ALLE PRODUCTEN  
EN TOEBEHOREN IN ONZE WEBSHOP  
OP [WWW.TOTALBEAUTYCONCEPT.BE](http://WWW.TOTALBEAUTYCONCEPT.BE)

BIED HET  
JE KLANTEN  
TIJDIG AAN!

## WAXING & SUGARING

ZACHTE EN DOELTREFFENDE ONTHARING  
VOOR VROUWEN EN MANNEN

## Alles voor de professionele beautyspecialist

Professional Nails • Nail Care • Hand Care • Foot Care  
Skin Care • Body Care • Cleansing & Nourishing  
QC Hygienic & Deo • Self Tan • Hair, Skalp & Roots  
Spa Care • Make-up • Lashes • PMU • Hygienic • Devices  
Salon & Marketing Tools • Self Beauty Fillers • Glam Sets

Kijk op  
[www.totalbeautyconcept.be](http://www.totalbeautyconcept.be)

— TOTAL  BEAUTY —  
concept

Vaartdijk 15/3V2 | 2960 Brecht | +32 3 291 49 86  
[info@totalbeautyconcept.be](mailto:info@totalbeautyconcept.be) | [www.totalbeautyconcept.be](http://www.totalbeautyconcept.be)

EXCELLENCE IN BEAUTY!

# 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 4 sterrenhotel 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!*



# Met succes afvallen?



Bij Proti Balance kunnen onze professionele dieetcoaches u helpen in uw strijd tegen de overvloedige kilo's.

Kom langs om ons te vertellen over uw doelen en wij maken ze haalbaar voor u. Bovendien is onze uitgebreide begeleiding voor onze klanten volledig gratis!

## Proti Balance is uw garantie op succes:

- Ruime keuze proteïnevoeding, snacks en voedingssupplementen
- Persoonlijk plan
- Uitgebreide (gratis!) begeleiding door een professionele dieetcoach
- Iedereen welkom; man of vrouw, jong of oud
- Ook gespecialiseerd in sportdieet
- 6 dagen op 7 geopend
- Ook na bereiken van uw doel blijft opvolging gratis!

Meer info of bestellingen: [www.proti-balance.be](http://www.proti-balance.be)



**GRATIS** flesje collagendrink bij aankoop vanaf 30 €

Actie geldig tot 01/04/2020 bij afgifte van deze bon.  
1 bon per klant, niet cumuleerbaar met andere acties.



## Openingsuren:

Maandag & donderdag:  
09:00 tot 18:00  
Dinsdag, woensdag & vrijdag:  
10:00 tot 18:00  
Zaterdag:  
09:00 tot 17:00  
Zondag gesloten

*Binnenkort ook Turnhout*

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

# DAGJE UIT HET SCHLAGER-FESTIVAL 2020



Jong en oud amuseert zich op Het Schlagerfestival en trekt jaarlijks in groten getale (meer en meer verkleed) naar de Ethias Arena voor een onvergetelijke avond of namiddag. In 2020 viert Het Schlagerfestival zijn 15-jarig bestaan met een liveband, een indrukwekkend podium in het midden van de zaal, dansers en opnieuw een schare indrukwekkende artiesten. Van 27 maart tot en met 4 april kan er weer luidkeels meegezongen worden met tal van tophits van Willy Sommers, Wim Soutaer & Charles Van Domburg, De Romeo's, Jan Smit, Christoff, Raymond van het Groenewoud, Bart Kaëll, Yves Segers en Laura Lynn.

Meer informatie op [www.hetschlagerfestival.be](http://www.hetschlagerfestival.be)

## FILMPJE KIJKEN THE INVISIBLE MAN

BINNEN/BUITEN

What you can't see can hurt you. Elisabeth Moss is te zien in een angstaanjagend verhaal over obsessie. Als de gewelddadige ex van Cecilia Kass (Elisabeth Moss) zelfmoord pleegt en haar een groot deel van zijn vermogen nalaat, vermoedt zij dat hij zijn dood in scène heeft gezet. Na enkele bizarre toevalligheden met dodelijke afloop realiseert Cecilia zich dat de levens van haar vrienden en familie in gevaar zijn. Langzaam begint Cecilia door te draaien, terwijl zij wanhopig probeert te bewijzen dat zij achterna gezeten wordt door iemand die door niemand gezien kan worden. **THE INVISIBLE MAN is vanaf 4 maart te zien in de bioscoop.**



## BOEKJE LEZEN VERSMACHTEND VERLANGEN



De 18-jarige Jennifer is klaar voor een avond met haar vriendje Jason. Ze hebben het rijk voor zich alleen, want haar ouders komen pas de volgende dag terug van vakantie. De volgende ochtend vinden Jennifers ouders het vreselijk verminkte lichaam van Jason, badend in bloed. Van Jennifer ontbreekt elk spoor. Voor rechercheurs Nadia Mendonck en Dirk Deleu start een race met ongelijke kansen. De enige aanknopingspunten zijn een onheilspellend briefje en een pakket met een misselijkmakende inhoud. Zijn er gestoorde grappenmakers aan het werk of moeten ze jacht maken op een seksueel roofdier dat hen altijd een stap voor lijkt te blijven? **VERSMACHTEND VERLANGEN is nu verkrijgbaar in de boekhandel.**

**NJOY**  
by Yasmin

## HEB JIJ IETS TE VIEREN?

Een huwelijk, communie of een andere gelegenheid?

Samen zorgen we ervoor dat jij en/of je kleine kapoen kan stralen op de grote dag.

Boek dan tijdig je afspraak, dit kan online of telefonisch.

Tot snel!

[www.n-joybyyasmin.be](http://www.n-joybyyasmin.be) | +32 3 430 68 06  
Moerstraat 6 | 2970 's Gravenwezel



WIJ MAKEN  
VAN JE HUIS  
EEN THUIS!

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



**interieur.**  
RENDERS

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





**OPENDEURDAGEN**  
6, 7 en 8 maart  
-10% korting

7 For All Mankind – Ana Alcazar – Angels Jeans – Avalanche – Black Rose – Citizens of Humanity – Dame Blanche – DL1961 – Esqualo Herzen's Kocca – Liu-Jo – Leo&Ugo – Mac – Mos Mosh – Oakwood Ottod'ame Relish – River Woods – Senso – Signe Nature Tramontana  
Juwelen Les Cordes

Handelslei 3, St. Job in 't Goor | **03 636 45 60**  
info@boetiekidefix.be | [www.boetiekidefix.be](http://www.boetiekidefix.be)

BOETIEK  
**idefix**  
PRESENTEERT

# MODESHOW

LENTE-ZOMER COLLECTIE 2020  
6<sup>DE</sup> EDITIE

**DONDERDAG 5 MAART 2020**  
THE MISSING LINK  
ANTWERPSESTEENWEG 297 - WESTMALLE

**VANAF 19:00** VERWELKOMEN WE JULIE GRAAG  
**MET EEN DRANKJE.** WE STARTEN DE SHOW  
OP 20:00 EN SLUITEN AF MET EEN **KNALLENDE**  
**AFTERPARTY MET DJ** VANAF 22:00!

**KOOP ALVAST JOUW INKOMKAART**  
**AAN €10 IN DE WINKEL** (03 636 45 60)

KOM VANAF 6 MAART MET JOUW INKOMKAART  
NAAR DE WINKEL EN GENIET VAN €10 KORTING  
OP AL JOUW AANKOPEN!



# Creëer een tastbare herinnering



Met veel liefde en attentie giet ik jouw verhaal in een persoonlijk beeld. Op dezelfde manier creëer ik handgemaakte, geurende kaarsen die aansluiten bij jouw verhaal.

- **Marissa Moerman**



**Ook een  
persoonlijke  
bodycasting?**  
Kijk eens op  
[www.soy.be](http://www.soy.be)

**Soy** | Zwaluwlaan 6, St.Job-in't-Goor | **03 430 43 40** | mail@soy.be | [www.soy.be](http://www.soy.be)  
Volg ons op Facebook & Instagram @soybodycasting



# Lentekriebels

Kun je ook niet wachten tot het voorjaar komt en heb je nu al lentekriebels? Met deze producten laat je de lente gewoon lekker eerder beginnen en stap je straks helemaal voorbereid dit heerlijke seizoen in.

1. Clay And Glow Mask, € 26,50 [www.clayandglow.com](http://www.clayandglow.com)

2. Hydrate & Recharge Shampoo van JOHN FRIEDA®, € 10,99 [www.etos.com](http://www.etos.com)

3. Classique Pin-up Eau De Parfum Limited Edition van Jean Paul Gaultier, € 107,05 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)

4. ROUGE G Lipstick van Guerlain, Shade € 34,- en Case, € 22,- [www.guerlain.com](http://www.guerlain.com)

5. MutinyTM Squalane-Based Alternative Lip Balm van Medik8, € 34,95 [www.medik8.be](http://www.medik8.be)

6. Kissed by mist front van essie, € 9,99 [www.essie.be](http://www.essie.be)

7. Foamie Conditioner Bar, € 4,95 [www.etos.com](http://www.etos.com)

8. Cleve Clay Bag van Cowboysbag, € 149,95 [www.cowboysbag.com](http://www.cowboysbag.com)

9. La Vie est Belle Intesément van Lancôme, vanaf € 80,14 [www.lancome.com](http://www.lancome.com)

10. Roselift Collagène Jour van Payot, € 79,- [www.payot.com](http://www.payot.com)

11. Sea Horse Plankton Gel Cleanser van Beauty Kitchen, € 17,49 [www.hollandandbarrett.com](http://www.hollandandbarrett.com)

12. CHOOSE YOUR Glow! highlighter palette van essence, € 4,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)



★ MAANDMENU MAART ★

gerookte eendenborst met appel en peperkoek

of

kroketje van ham en witlof

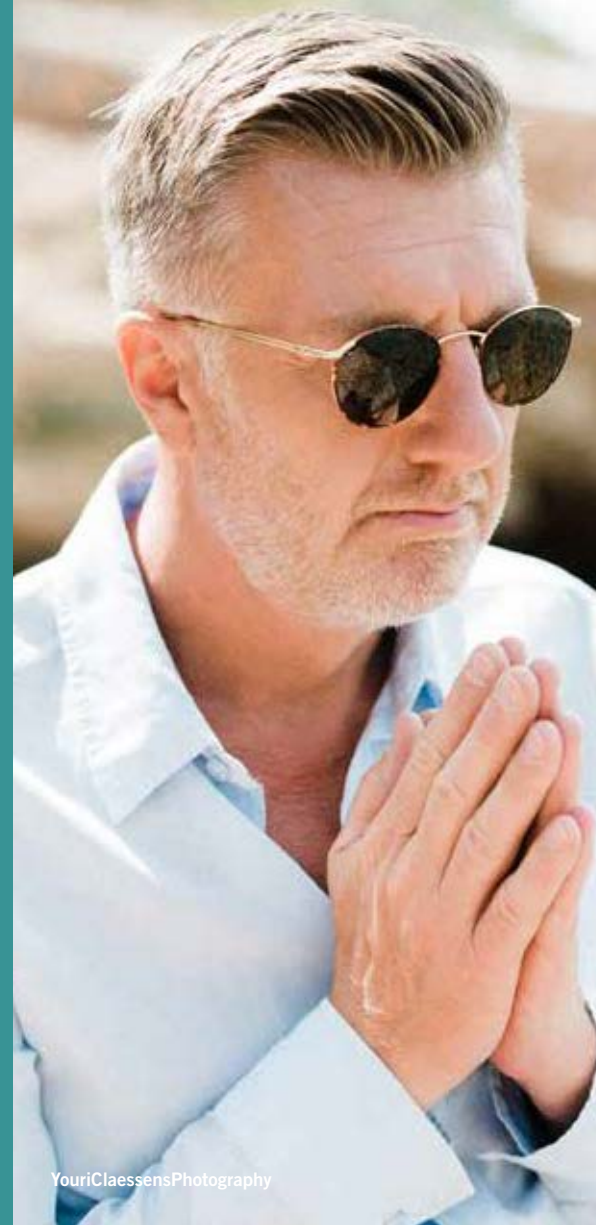
osso bucco van zeeduivel

of

coq au vin

cheesecake met witte chocolade en framboos

*Kom  
proeven!  
Slechts  
€ 38,-*



# Ik ben dankbaar

Zeg vaker 'dank je wel', al is het in stilte. Drie kleine woordjes met een grote betekenis. Wees dankbaar voor wat je hebt. Wees niet ongelukkig over wat je niet hebt. Dankbaarheid geeft een gevoel van verlichting en geluk.

Je kunt je staat van bewustzijn en je energieniveau verhogen door dankbaarheid te tonen. Wanneer je oprecht dankbaar bent, is dat een blijk van waardering en een uiting van vriendelijkheid.

Dankbaarheid kun je elke dag beoefenen. Bijvoorbeeld 's avonds. Neem voordat je gaat slapen tien minuten tijd en rust voor jezelf. Sluit je ogen en adem een paar keer ontspannen diep in en uit. Voel wat er in je lichaam gebeurt. Vervolgens vraag je aan jezelf: waar ben ik vandaag dankbaar voor? Stel die vraag vanuit je hart. Waar ben ik vandaag dankbaar voor? Elke dag zijn er dingen om dankbaar voor te zijn.

Met een positieve gedachte je dag afsluiten beïnvloedt je onderbewustzijn positief. Als je dat elke avond doet, zul je ontdekken dat je met een prettig gevoel gaat slapen. Wees dankbaar en je zult je gelukkiger voelen.

Hasta la proxima.

*Michael Pilarczyk*



# DE MEIBLOEM, GEEN EINDHALTE

Residentie De Meibloem is een kleinschalig rustoord voor bejaarden in Schoten. Er is ruimte voor 12 bewoners. Het is een open residentie in een rustige omgeving. Wat hen zo bijzonder maakt? Uitbaatster en verpleegkundige Ann Bolders vertelt: "De Meibloem is een warme omgeving. Doordat we zo kleinschalig zijn, worden onze bewoners geen nummer. Mensen hoeven bijvoorbeeld niet vroeg op te staan om gewassen te worden omdat we anders ons werk niet rond krijgen, hier heerst geen hoge werkdruk. Wil iemand aan tafel eten of wat drinken met andere bewoners? Dat kan. Willen ze liever op kamer hun kamer blijven? Ook prima."

"Waar ik moeite mee heb, is hoe er momenteel wordt gekeken naar rusthuizen en naar bejaarden. Het is vaak big business, mensen worden aan hun lot overgelaten, er is onvoldoende personeel... Vooral de kleinschalige rusthuizen gaan tegen die trend in.

Wij hebben plezier in ons werk, nemen de tijd, zorgen graag voor onze mensen en leren veel van al hun levenservaring. Heel waardevol! Bij ons bloeien

ze op door alle nieuwe sociale contacten en wij ondersteunen hen waar het moeilijker gaat."

"Veel mensen zien een rustoord als een eindhalte. Dat is het niet. Het is een verlenging van de thuissituatie, een nieuwe manier van wonen, een nieuwe start. Wij trachten hun zelfstandigheid zo lang mogelijk aan te sporen en we begeleiden hen daarin. Dat duurt langer, maar het maakt mensen blij. Daar gaan we voor."



*Kwalitatieve verzorging  
in een rustiek kader*

# De strijd tegen *ongewenste haren*

Veel mensen hebben last van ongewenste haargroei, oftewel haargroei op plekken waar ze dat liever niet zouden hebben. Iets waardoor sommige mensen zich onzeker kunnen voelen. Maar gelukkig ook iets waarvoor diverse oplossingen zijn.

De ernst van het probleem verschilt van persoon tot persoon. De een heeft slechts enkele ongewenste donshaartjes terwijl de ander last heeft van opvallende, dikkere en donkere haren. En of het haar dan ook daadwerkelijk ongewenst is, hangt ook weer van de persoon af. De een kan er prima mee leven, de ander schaamt zich erdoor.

## Scheren

Is de haargroei echt extreem en wil je ervan af, dan is het aan te raden om een afspraak te maken bij je huisarts die je vervolgens kan doorverwijzen naar een specialist. In de wat minder extreme gevallen kun je vaak zelf de strijd tegen de haren aangaan. Daarvoor bestaan verschillende methodes waarvan scheren nog wel de bekendste (en meest gebruikte) is. Nadeel hiervan is echter dat de haren snel terug groeien en dan meestal hard en stug aanvoelen. Niet de meest geschikte methode dus voor alle plekken op je lichaam...

## Waxen

Als alternatief kiezen veel mensen voor waxen. Voordelen hiervan zijn dat het haar langer wegblijft, dunner terugkomt en je ook geen last hebt van scheerbultjes. Bovendien hoeft je het niet per se zelf te doen, maar kun je ook naar een salon gaan om je professioneel te laten waxen. Nadelen zijn dat waxen niet geheel pijnloos is en dat je ook een iets grotere kans hebt op ingegroeide haren dan bij scheren.

## Laseren

Andere 'oplossingen' zijn bijvoorbeeld het gebruik van ontharingscrèmes, epileren, bleken en harsen. En natuurlijk het permanente alternatief: laseren, waarvoor tegenwoordig steeds meer mensen kiezen. Bij het laseren worden de cellen van de haarwortel zo beschadigd dat er geen haar meer kan groeien, oftewel: het resultaat is meestal blijvend. Laseren werkt echter niet altijd even goed bij mensen met blond of rood haar. Zij kunnen dus beter voor een van de andere oplossingen kiezen.

Heb jij ook last van ongewenste haargroei? Kijk dan eens op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be). Hier vind je vast wel een specialist in jouw regio die je van je probleem af kan helpen.

LASEREN IS  
MEESTAL PERMANENT,  
MAAR WERKT NIET  
BIJ IEDEREEN



# MAANDAG 2=1 SPECIAL

Uw bezoek aan Holland Casino Breda krijgt nog meer cachet met een smaakvolle beleving in ons restaurant. In maart en april kunt u elke maandag genieten van de **Maandag Special**, 2x een hoofdgerecht voor de prijs van 1.

## DE VOLGENDE MAANDAG SPECIALS WORDEN GESERVEERD TUSSEN 17.00 & 21.00 UUR:

Elke 1<sup>e</sup> maandag schnitzel

Elke 2<sup>e</sup> maandag sliptong

Elke 3<sup>e</sup> maandag spareribs

Elke 4<sup>e</sup> maandag kreeft

De 5<sup>e</sup> maandag in maart mosselen

Kom smaakvol dineren in Holland Casino Breda.

**Vooraf reserveren is gewenst via 0031 - 765 251 100. Eet smakelijk!**

Niet geldig in combinatie met andere acties. Zolang de voorraad strekt.

Speel bewust 18+  
Hollandcasino.nl

36

# SMAAKVOL GENIETEN

2=1 ELKE MAANDAG EEN  
ANDER HOOFDGERECHT



MAART & APRIL  
BREDA

HOLLAND  
CASINO

NIEUW

37



DO IT  
YOURSELF!

# Nieuwe kleren? *Maak ze gewoon zelf!*

‘Do it yourself’, oftewel DIY, is hipper dan ooit. Steeds meer mensen kiezen ervoor om zelf dingen te maken. Zo ook kleding. Want waarom kleding kopen als je ook zelf unieke kleding kunt maken?

Misschien zie je bij het zelf maken van kleding meteen het beeld van je moeder of oma achter de naaimachine voor je. Vroeger was het namelijk veel normaler om zelf je garderobe te maken. Een trend die nu weer een ware opmars beleeft, mede doordat duurzaamheid steeds belangrijker wordt.

## Oefening baart kunst

Zelf kleding maken is daarnaast ook gewoon ontzettend leuk. En helemaal niet zo moeilijk als je misschien denkt. Als je met een simpel patroon begint en de lat in eerste instantie niet te hoog legt, zul je zien dat je het naaien al snel onder de knie krijgt. Oefening baart kunst! Mits je goede patronen hebt natuurlijk, maar die zijn tegenwoordig heel eenvoudig online te vinden, in speciale tijdschriften en natuurlijk bij handwerk winkels. Keuze genoeg, dus er zit vast wel een patroon naar jouw wens bij. En het leuke is: je kunt dit nog helemaal eigen maken door de stof (en

de furnituren) die je kiest. In één kleur of met een vrolijk printje, maar net wat jij mooi vindt.

## Unieke kleding op maat

Het lijstje benodigdheden om voor de eerste keer aan de slag te gaan, is gelukkig ook niet heel uitgebreid. Natuurlijk heb je het patroon en geschikte stof nodig en ook een naaimachine is handig, tenzij je alles met de hand wilt doen. Daarnaast is het zeker ook aan te raden om een goede stofschaar aan te schaffen, eventueel een klein schaar, patroonpapier, garen, spelden en naalden, kleermakerskrijt en een meetlint. En dan ben je er eigenlijk al wel. Natuurlijk heb je nog tal van andere gadgets, maar die kun je wellicht beter in een later stadium aanschaffen. Eerst maar eens zien of dat zelf kleding maken ook echt iets voor jou is. Is het antwoord daarop ‘ja’? Dan loop jij binnenkort in unieke kleding, geheel op jouw maat gemaakt.

Wil jij ook zelf kleding (leren) maken? Op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be) vind je ongetwijfeld een ondernemer in jouw regio die je hierbij kan helpen.

## TROUWEN IN 2020?

Gaan jullie trouwen in 2020?  
Wij verzorgen graag het boeket,  
de bruidsbloemen, corsages, kerk-  
en feestzaalversiering.

**Neem vrijblijvend contact met  
ons op om uw wensen met ons te  
bespreken!**



Meer weten? Spring binnen in de winkel  
of bel naar 03 345 12 42

**bb** | bloemen  
babette

Handelslei 7, Sint-Job-in-'t-Goor  
03 345 12 42  
info@bloemenbabette.be  
www.bloemenbabette.be

## Laat je troetel **weer stralen!**

Is jouw hond toe aan een trimbeurt, of heeft  
hij enkel een wasbeurt nodig? Bij trimsalon  
'van snoetjes tot voetjes' kan je terecht met  
alle honden, groot en klein!

**Trimsalon 'van snoetjes tot voetjes'**  
Bergsebaan 83 | 2960 Sint-Job-in-'t-Goor | **0474/49 10 03**  
trimsalonvansnoetjestotvoetjes@gmail.com  
www.trimsalon83.wixsite.com/snoetjestotvoetjes

Was jij je hond  
liever zelf?  
Geen probleem!  
Huur de doggy  
self wash.



**ADVERTEER  
OOK IN  
BRUIST!**

# OPVALLLEN

## IN JOUW REGIO?

Bel **0477-841299**

of mail naar **mkolkman@nederlandbruist.nl**

MAN/CAVE



# HELLUP... ik word vader!



Stress! Dat is voor veel mannen de eerste fase als ze horen dat ze voor het eerst vader gaan worden. Want HELLUP, hoe doe je dat, een goede vader zijn? En hoe help je de moeder van je kind door die negen maanden heen?



Wees gerust, je bent niet de eerste die in paniek raakt en zeker ook niet de laatste. Er komt ook heel wat op je af, maar gelukkig heb je (in de meeste gevallen) een paar maanden om aan het idee te wennen en om je voor te bereiden op de grote dag.

### Babykamer

Be prepared! Wacht dus niet tot het allerlaatste moment met het afmaken van de babykamer, maar zorg dat die ruimschoots op tijd klaar is. Een kindje kan nu eenmaal wat eerder komen dan gepland en als die kleine er eenmaal is en je druk bent met luiers verschonen, dan heb je echt geen tijd (en zin) meer om nog al die klussen te moeten doen.

### De zakelijke kant

Wat ook belangrijk is, is de 'zakelijke kant' van het krijgen van een baby. Het regelen van kraamverlof en ouderschapsverlof, maar zeker ook het erkennen van het kind, mochten jullie niet getrouwd zijn. Zorg dat je ook dat soort dingen op tijd geregeld hebt. Maar het allerbelangrijkste is nog: geniet! Je wordt immers maar één keer voor het eerst vader.

# Weetjes over het *'zwarte goud'*

Wij blijken een van de grootste koffiedrinkers ter wereld te zijn. Uit onderzoek blijkt namelijk dat we gemiddeld 2,4 koppen koffie per persoon per dag drinken, wat neerkomt op gemiddeld ruim 260 liter per persoon per jaar.

En zo zijn er nog heel wat andere leuke koffie-weetjes. Wist je bijvoorbeeld dat koffie meer aroma's bevat dan wijn en dat je het best een glas water kunt drinken voor je aan je kopje koffie begint? Dat zou ervoor moeten zorgen dat je smaakpapillen worden gereinigd, waardoor je die aroma's beter proeft.

## Nog een bakkie?

58% van de Vlamingen drinkt hun eerste kopje koffie al voor acht uur 's ochtends. Volgens onderzoek zou je echter beter kunnen wachten tot negen uur. Dan zou het effect van de cafeïne het optimaalst zijn. Behoeftte aan nog een bakkie? Wacht daar dat minstens anderhalf uur mee, zodat de cafeïne zijn werk kan doen. Drink je te snel je kopjes koffie achter elkaar, dan zorgt dat ervoor dat je onrustig wordt in plaats van geconcentreerd, wat waarschijnlijk eigenlijk je bedoeling was.

## Afknapper

Wist je trouwens dat gelovigen pas veel later koffie mochten drinken dan niet-gelovigen? Koffie kreeg namelijk pas in de zestiende eeuw de zegen van de paus. Daarna konden gelovigen ook genieten van het 'zwarte goud', zoals koffie ook wel genoemd wordt. Het grappige is dat uit onderzoek is gebleken dat het door veel mensen tijdens een date als afknapper wordt ervaren als hun date geen koffie drinkt. Dit omdat koffiedrinken wordt gezien als iets gezelligs en sociaals.

## Vooraf blijven drinken

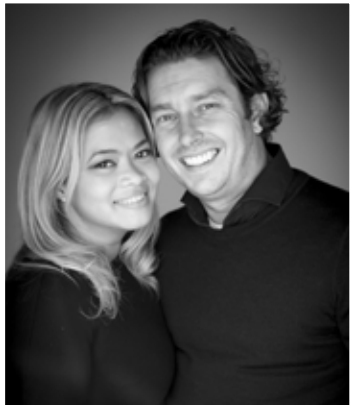
Nog een leuk koffieweetje: koffie is de op één na meest verhandelde grondstof ter wereld. Alleen aardolie staat hoger in deze lijst. Dagelijks zijn er wereldwijd namelijk zo'n 25 miljoen boeren en arbeiders (verdeeld over ruim vijftig landen) bezig met de productie van koffie. Vooral veel koffie blijven drinken dus, anders raken heel wat mensen hun baan kwijt!

Heb je na het lezen van dit artikel zin gekregen in een heerlijk kopje koffie? Op [www.belgiebruist.be](http://www.belgiebruist.be) staan tal van lekkere koffie-adresjes in jouw regio.

KOFFIE IS  
GOEDGEKEURD  
DOOR DE PAUS

# WERKT ADVERTEREN?

**In deze nieuwe rubriek vertellen adverteerders aan de hand van vijf vragen hoe ze de samenwerking met Bruist ervaren.** Deze maand met **Inge van der Gaag** die met Tandprothetische praktijk I.A. van der Gaag al jaren te vinden is in onze glossy magazines. Deze trouwe klant is zeer tevreden over onze samenwerking en daar zijn wij op onze beurt erg trots op!



*Marcel en Lea Bossers,  
directie Nederland Bruist*

Met 37 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 vijftig 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?**

Loes heeft mij heel wat jaren geleden benaderd. Ik vond haar een leuke meid en zodoende trok ze mij al vrij snel over de streep. Daarbij was ik zelf ook heel enthousiast over het magazine. Er ontstond al snel een goede samenwerking.

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

Ik vind het magazine inhoudelijk sterk, je stopt hem makkelijk in je tas door het formaat en je leest de stukken makkelijk weg. Daarbij is het magazine bijna overal te vinden. Dankzij de diverse onderwerpen en leuke recepten is het blad ook erg vrolijk. Het blad past goed bij mij als persoon en is erg nuttig voor mijn praktijk.



*Inge van der Gaag*

## **Hoe vind je de samenwerking met Bruist?**

Met onze samenwerking ben ik superblij. Ik kan fijn afspraken maken, omdat ze nakomen wat ze mij beloven. Daarnaast helpt Bruist mij ook met mijn persoonlijke marketing. Een extra service waardoor ik de samenwerking nog meer waardeer.

## **Wat heeft adverteren bij Bruist je opgeleverd?**

Er zijn veel nieuwe klanten naar mij toegekomen die daarbij vertelden dat ze me hadden ontdekt via het magazine. Ook vinden veel bestaande klanten het leuk om mij in het blad tegen te komen. Al met al zorgde Bruist voor veel meer naamsbekendheid.

## **Zou je Bruist aanbevelen?**

Jazeker! Zoals ik net toelicht, hebben de advertenties in de magazines van Bruist mij veel opgeleverd. Daarbij kan ik me focussen op mijn werk binnen de praktijk, omdat Bruist advertenties voor mij publiceert. Ieder zijn specialiteit: ik ben goed in prothesen en Bruist in advertenties!

## ZEKER WETEN!

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





## TOTAL RESET - ANKE JOCHEMS 7 MAART

Klein zinderend theater dat anders hetzelfde publiek misschien niet zou kunnen bereiken.

We serveren het publiek een kleinschalig culinair theaterfestivalletje in een prachtig kasteel in het mooie Kalmthout. Om de zintuigen te prikkelen, in een verhaal te worden meegenomen en mooi vernieuwend werk te zien. Het verenigen van gepassioneerde mensen. Makers én kijkers. We denken samen na, staan stil en laten iedereen betoveren door de setting en het culinaire en artistieke aanbod.

**Wanneer:** Vrijdag 7 maart om 17:30 uur - 23:00 uur.

**Waar:** kasteel Boterberg Noordeind 97, Kalmthout  
**Prijs:** € 25,-



## BANFF MOUNTAIN FILM FESTIVAL 10 MAART

Na een succesvolle zesde editie komt het Banff Mountain Film Festival in maart 2020 weer naar De Roma! Het Banff is uitgegroeid tot een internationale referentie en wordt nu beschouwd als het grootste en meest prestigieuze festival voor avonturenfilms met de bergen als centraal thema. Het festival gaat sinds 1976 elk jaar door en heeft zijn naam te danken aan het dorp waar het wordt georganiseerd: Banff, gelegen in de staat Alberta in de Canadese Rocky Mountains. Na afloop vertrekken de de beste internationale avonturenfilms op wereldtournee. Ze worden vertoond in niet minder dan 42 landen en lokken meer dan 800.000 toeschouwers. Alle vertoningen worden omkaderd door podiumanimaties en interessante ontmoetingen. Maar bovenal vinden ze plaats in een supergezellige sfeer.

**Wanneer:** Dinsdag 10 maart  
**Waar:** Turnhoutsebaan 286, Borgerhout  
**Prijs:** € 17,-  
**Meer info:** [www.deroma.be](http://www.deroma.be)



## CRIMINALITEIT VOORSPELLEN: BIG DATA OF BIG BROTHER? DINSDAG 11 MAART

Kunnen we misdaad voorspellen en voorkomen? Hoe gaat 'predictive policing' in zijn werk? Wat zijn de voordelen en gevaren? Hoe veranderen nieuwe technologieën het werk van de politie?

In deze editie van Wetenschap Centraal staat professor Wim Hardyns stil bij de uitdagingen in het omgaan met big data en welke impact deze ontwikkelingen kunnen hebben op de maatschappij. Hij toont dit aan de hand van een concrete toepassing in 'predictive policing'. Hierbij worden predictieve modellen gebruikt om criminaliteit te voorspellen met data uit verschillende organisaties.

**Wanneer:** Dinsdag 11 maart om 19:00 uur  
**Waar:** Bibliotheek Permeke, De Coninckplein 26, Antwerpen  
**Prijs:** gratis  
**Kaartverkoop:** [www.permeke.org](http://www.permeke.org)

## UITGELICHT

### OVERLAST ZATERDAG 21 MAART



De Studio zorgt op zaterdag 21 maart opnieuw voor Overlast. Loud business as usual: 3 zalen, 9 bands, 3 dj's op 1 avond. Vers Belgisch talent zet het kot op stelten. Nieuwe revelaties om te ontdekken à volonté. Line-up t.b.a. It's gonna be a special one!

#OVERLASTTILLYOUPUKE  
#GIRLSMAKESHITHAPPEN  
#DESCHOONSTEFAMILIE"

"In De Studio kon je het met eigen ogen aanschouwen: de toekomst van de Belgische muziek is verzekerd. Tientallen beloftevolle bands en dj's geven het beste van zichzelf verspreid over drie podia en een danszaal." (Indiestyle)

**Wanneer:** Zaterdag 21 maart om 20:00 uur  
**Waar:** De Studio, Maarschalk Gerardstraat 4, Antwerpen  
**Prijs:** € 10,00  
**Meer info:** [www.destudio.com/overlast](http://www.destudio.com/overlast)



# Grote *garnalen* met ras el hanout en groenten

2 PERSONEN - 20 MINUTEN

## INGREDIËNTEN

300 g biologische garnalenstaarten  
(diepvries)  
olijfolie  
2 koffielepels ras el hanout  
4 grote tomaten  
200 g spinazie  
1 dl room  
peper en zout

Houd de diepgevroren garnalen onder stromend water en maak ze los van elkaar. De garnalen mogen nog bevroren zijn, maar ze mogen niet meer aan elkaar kleven. Zet een pan op het vuur met een scheut olijfolie. Bak de (nog diepgevroren) garnalen gedurende ongeveer 2 minuten. Strooi er 2 koffielepels ras el hanout over en bak nog eens 2 minuten.

Snijdt intussen de tomaten in plakjes. Haal de garnalen uit de pan, ook al zijn ze nog niet helemaal gaar, en leg ze op een bord. Leg de tomatenplakjes in de pan met het aanbaksel; dat geeft een lekkere smaak. Zet een deksel op de pan en laat 6 tot 8 minuten stoven.

Roer de tomaten om en leg er de spinazie op. Giet de room erbij, zet het deksel opnieuw op de pan en laat ongeveer 3 minuten stoven. Roer de groenten door elkaar en kruid met peper en zout.

Leg de garnalen op de groenten en laat nog even doorkoken zodat alle smaken, maar ook de gele kleur van de ras el hanout, zich vermengen. Serveer in een mooie pan.



**Manuela**, media adviseur bij Bruist

Ook een groot fan van garnalen? Dan is dit gerecht echt jouw ding. Heerlijke garnalen om van te smullen, op smaak gebracht met ras el hanout. Dit gezonde recept maak ik zelf vaak klaar. En het fijne is dat je er maar een minimum aan ingrediënten voor nodig hebt en het is weinig werk. **Snel, gemakkelijk en superlekker!**

Blox is de eerste en enige leverancier die met eenheid en luxe materialen uit voorraad een woning of bedrijf kan voorzien van een architectonisch verantwoorde tijdloze high-end uitstraling.

# BLOX<sup>®</sup>

## Handmade Luxury Furniture

Uw woning, bedrijf, kantoor of hotel in een stijl exclusief voor u geleverd. Blox biedt u een eigen architectonische eenheid, in uw eigen stijl en in uw eigen kleur gespoten. Honderden high-end mogelijkheden van natuurlijke en hoogwaardige materialen tegen middensegment prijzen.

Blox: architectonische eenheid in stijl en kleur, desgewenst gecombineerd met luxe hardsteen en stoffering. Laat u vrijblijvend en professioneel informeren door een van onze dealers. **Ervaar nu zelf de vele mogelijkheden van dit unieke Blox concept op [www.blox.sale](http://www.blox.sale).**



Blox zoekt  
professionele samenwerkingen.

Wij staan open voor een samenwerking met stylisten, architecten en luxe meubelwinkels. Graag willen wij samen met u dit unieke modulaire Blox concept op de kaart zetten.



Maak geheel vrijblijvend een afspraak in ons Blox innovation office. Wij komen ook graag bij u langs om de mogelijkheden van dit unieke Blox dealerconcept vrijblijvend toe te lichten. **Neem daarvoor contact op met:**  
**Pierre de Wit** +31 (0)6 580 61 339  
**René van de Pol** +31 (0)6 580 61 319



## BLOX<sup>®</sup>

Blox Luxury Furniture | Raadhuisstraat 19, 5066 AP Moergestel | +31 (0)85 020 59 53  
[info@blox.sale](mailto:info@blox.sale) | [www.blox.sale](http://www.blox.sale)

# Yoek Fashion

de kleding die  
elke vrouw  
vertrouwen geeft!



Ongeziene  
eenmalige grootste  
Yoek actie van  
25 maart t/m  
4 april 2020



*Vicky Devriese*

“Bij Damesmode Xtra ga je met een tevreden gevoel naar huis.  
We hebben voor ieder wat wils: ook voor dames met een maatje meer”,  
zegt de enthousiaste zaakvoester Vicky Devriese.

Ook zin in persoonlijk advies op maat?  
Dan ben je bij Damesmode Xtra aan het  
juiste adres. Spring gerust eens binnen!

Ertbrandstraat 291, Putte-Kapellen  
**(0032) 03/ 664 16 61**  
xtra.vicky@skynet.be

