

BRUIST

***Nandi van Beurden
speelt Maria***

‘Ik heb ontzettend veel
over mezelf geleerd’

Huidverzorging

ook onder mannen
steeds populairder



VOOR PROFESSIONELE ÉN AMATEURFOTOGRAFEN

De ideale all-in fotografie-locatie!

The ART of YOU Studios is een all-in fotografie studio, die bij uitstek geschikt is voor boudoir-, lifestyle-, fashion- en portretfotografie. Met een ruim assortiment apparatuur en accessoires, zeeën van invallend, natuurlijk licht, en maar liefst vijf gethematiseerde fotografie sets, biedt the ART of YOU Studios een unieke werkplek aan zowel beginnende als ervaren fotografen.

HUUR DE
ART OF YOU
STUDIOS
VANDAAG NOG!

GEMAAKT VOOR FOTOGRAFIE

Hotelkamers, AirBnB's, je eigen garage of zolderkamer, of toch wéér naar dat bos? Pak het eens serieus aan! Als je klaar bent met onhandige check-in tijden, gebrek aan ruimte, in de weg zittende radiatoren, gebrek aan privacy, slecht licht, of apparatuur die niet voldoet, kom dan eens langs. The ART of YOU Studios zijn gemáákt voor fotografen. Wij stellen alles in het werk om jouw shoot succesvol te maken.

PRAKTISCH EN UNIEK

Met een totale oppervlakte van 250m² is the ART of YOU Studios een van de grootste all-in fotografiefaciliteiten in de regio. Als je bij ons huurt dan staat de gehele studio tot je beschikking, inclusief een ruim assortiment Elinchrom studiolielicht en light modifiers. Alles wat je nodig hebt, is voorhanden, je hoeft alleen je camera maar mee te brengen. En je huurt al vanaf € 75,- ex BTW per uur. Nieuwe huurders krijgen bovendien tijdelijk het eerste uur gratis! *



Moderne badkamer met grote vensterbank, design bad en glazen douchecabine



Romantische slaapkamer met weelderig kingsize bed, meubilair en klassieke decoraties



Dark academia stijl woonkamer



Neutrale (witte) portretstudio met Colorama achtergrond systeem met zwarte, witte, grijze, en chromakey achtergrond



Visagie- en kledruimte met daglichtlampen en comfortabele salonstoelen

the
ART
of
YOU

Heuvelstraat 5, Dongen
06 11 22 18 82
info@theartofyou.net

DIT IS
onze studio

VOORZIEN VAN ALLE GEMAKKEN!

- Aparte visagie- en kledruimte
- Ontvangst-, crew-, en vergaderruimte met vergadertafel en 6 comfortabele stoelen.

- Keukenblok voorzien van alle gemakken (koffiezetapparaat, waterkoker, vaatwasser en SMEG-koelkast)
- Verwarming en koeling middels centraal airco systeem (per ruimte instelbaar)

Kijk voor meer info op: www.theartofyou.net

* Eerste uur gratis bij een huurperiode van minimaal 4 uur.



TUINTREND

WAALWIJK

Mooie, comfortabele en betaalbare tuinmeubelen. Een kleurrijke collectie met oog voor detail. Designmeubelen voor ieder budget. Kom naar onze mooie showroom en laat u informeren en inspireren!



SHOWROOM WAALWIJK
TUINTREND
Prof. Lorentzweg 18,
5144NP Waalwijk
The Netherlands

 @tuintrendwaalwijk
 @tuintrendwaalwijk
www.tuintrend.nl
+31733032999
sales@tuintrend.nl

Guiño

OUTDOOR FURNITURE
BEACH
7



8



18



16



win

12



28



23

COLOFON

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout
T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl
www.nederlandbruist.nl
f i nederlandbruist

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Ron Schouwenaar
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook.com/oosterhoutbruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl
of bel 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Oosterhout 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.**



ADVERTEREN?
Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
of bel
076-7115340



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Je merkt het aan alles: de zomer staat weer voor de deur. De zon schijnt meer en meer en eindelijk lijkt het licht aan het eind van de tunnel in zicht te komen. Terrassen zijn weer (deels) open, winkels kunnen weer makkelijker klanten ontvangen en het zogenaamde 'normale leven' komt weer stukje bij beetje op gang. En, ligt het aan ons of worden de mensen steeds vrolijker? Hier bij Bruist is dat in ieder geval wel zo!

Bruisende lezer,

Wat ons betreft een mooi moment om uit te spreken hoe trots we zijn op al onze bruisende ondernemers. Het merendeel heeft een extreem zware tijd achter de rug. Maar in plaats van bij de pakken neer te gaan zitten, hebben zij juist doorgezet. Gezocht naar creatieve oplossingen om toch hun klanten zo goed mogelijk van dienst te kunnen zijn. Voor de ene branche ging dat natuurlijk wat makkelijker dan voor de andere. Maar allemaal bruisen ze net zo hard als voorheen. Misschien zelfs nog wel harder nu er weer steeds meer kan en mag. We zijn er nog niet, maar samen – dus ook met jullie hulp – komen we er vast wel.

Veel leesplezier,
Lea en Marcel Bossers

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Reeshof Bruist en De Langstraat Bruist.

Inhoud

De beste huidverzorging *voor mannen*

Huidverzorging voor mannen wordt steeds populairder. Er staan steeds meer flesjes en potjes naast de vertrouwde deo en zeep op zijn deel van het plankje. En met een verzorgingstijd van twintig minuten vertoeft een man 's morgens maar vijf minuten minder in de badkamer dan een vrouw. Hoog tijd voor een aantal bruisende tips speciaal voor de echte man.

Douchen

Een goede verzorging begint al bij het douchen. Gebruik in plaats van zeep een milde, reinigende douchegel. En al kost het je misschien moeite, begin eens met een wisseldouche. Hiermee krijg je de perfecte oppepper doordat de bloedsomloop wordt gestimuleerd. Heb je weinig tijd, gebruik dan een douchegel en shampoo in één. Huid en haren worden dan gereinigd met een milde substantie. Gebruik na het douchen een lekkere bodylotion.

Scheren

Een probleemgebied bij mannen is de baardgroei; elke scheerbeurt irriteert de huid! Kies daarom voor een scheerschuim, scheergel of aftershave die bij jouw huidtype past. De huid die door het scheren geïrriteerd raakt, is niet bestand tegen agressieve producten. Gebruik daarom snel absorberende, vochtinbrengende crèmes om de huid te kalmeren en een rode, droge huid te voorkomen.

Hydrateren

Het hydrateren van het gezicht doe je natuurlijk met een crème voor mannen. Deze zorgt ervoor dat je huid voldoende vocht krijgt, zijn elasticiteit behoudt en dat huidveroudering zo lang mogelijk wordt uitgesteld. Heb je een droge huid? Neem dan ook een product dat 's nachts voor je werkt. Een nachtcrème is vetter dan een dagcrème en weet het vochtgehalte van je huid uitstekend vast te houden.

Geurtje

Niets is zo belangrijk als de juiste geur. Om ook in stresssituaties cool te blijven, helpt een anti-transpirant. Een deodorant moet altijd een neutrale geur hebben of aansluiten bij de geur van de eau de toilette. Waar echter elke vrouw op afknapt, is een geur die je kilometers vooruit snelt.

Tip: spray een eau de toilette altijd rechtstreeks op de huid, dat voorkomt vlekken op je kleding.

VADERDAGTIP:
VERRAS DE
LIEFSTE PAPA
MET EEN
VERZORGEND
CADEAU

STOP MET DROMEN START MET DOEN!



Indoor/Outdoor Bootcamp - Funboksen - Circuit Training - Cardio Boksen - Kick/Thai Boksen
Boxing Bootcamp - Kabouter Kickboksen - Bokszak Training - Personal Training - Pads Training
Mixed Martial Arts - Ladies Only Kickboxing



TEAM ELITE
INSTITUTE OF SPORT

Ericssonstraat 2E, Rijen | Industrieterrein Aeroparc | 06-14720412 | info@elitegym.nl

teameliterijen | www.elitegym.nl

Kom dan
snel voor
een gratis
proefles!



Voel je weer
VEILIG EN ZEKER
in je badkamer!



Voorkom uitglijders in je douche met BeterGrip

Dat kan nu met de veilige, duurzame en mooie uitstraling van Xenz AntiSlip.

Xenz Antislip is de transparante coating (met antislip-korrel) voor in de douche. De coating is op waterbasis en gebaseerd op oplosmiddelvrij materiaal. Daarnaast biologisch afbreekbaar. Indien gewenst verwijdert u de antislip laag weer. Verkrijgbaar in twee standaard versies, voor een breed scala aan toepassingen.

De nagenoeg onzichtbare antislip wordt toegepast in de douche, in bad of op de geglazuurde tegels. Daardoor worden deze ruimten weer permanent veilig. De aangebrachte AntiSlip coatings zijn hygiënisch en voorzien van een officieel certificaat voor AntiSlip Klasse C. Dit volgens DIN 51097.

Xenz is verkrijgbaar bij:



Neem voor een offerte gerust contact op met ons of check ons complete assortiment antislip op: www.goodflooring.nl

Goodflooring® is een handelsmerk van Haagh Protection BV, Rijen

www.goodflooring.nl



MOOI EN MAKKELIJK

Summer is coming, dus kunnen jouw oksels, benen en bikinilijn wel wat extra aandacht gebruiken. Maar sommige plekjes, zoals je intieme delen, zijn voor een scheerbeurt vaak moeilijk te bereiken. De Intuition Complete van Wilkinson is speciaal ontworpen om het scheren van die lastige plekjes een stuk gemakkelijker te maken. Het mooie design en roségouden kleurtje van de Intuition Complete maken van elke scheerbeurt een fijne beauty treatment!
www.wilkinsonsword.nl



V



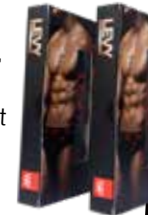
VOOR DE GEVOELIGE MAN

BULLDOG ondersteunt mannen bij hun dagelijkse verzorging. Deze vochtinbrengende gezichtscrème voor de gevoelige huid met groene thee, groene algen en vitamine E zorgt voor een snel herstel van je huid. Alle producten zijn vrij van kunstmatige kleurstoffen en synthetische geurstoffen en bevatten natuurlijke ingrediënten.
www.bulldogskincare.com

LEZERSACTIE

Maak kans op een echte Levy.

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



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

LEZERSACTIE

Maak kans op een baardverzorgingspakket van Bulldog.

Bulldog begrijpt mannen! Of je nu een normale, droge, gevoelige, vette of rijpe huid hebt, Bulldog is er om je te helpen er op je best uit te zien en je goed te laten voelen.



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

win

Yes, de zomer komt eraan!

SPAANSE ROSÉ

Rosé by ¡Hola! komt niet uit een massaproductieketen, maar wordt met liefde gemaakt door een ondernemersstel uit Antwerpen dat meer dan tien jaar geleden vertrok naar Barcelona. Ze droomden ervan om zelf de beste organische cava ter wereld te telen, oogsten en bottelen. Tien jaar later produceren ze van cava tot brut en van witte wijn tot rosé.

www.holacava.com/nl



LEZERSACTIE

Maak kans op een prachtig boeket van

Bloem en Interieur

Bloemen kopen doe je bij Bloem en Interieur! Zij verzorgen namelijk de mooiste bloemen en boeketten speciaal voor jou. Bij Bloem en Interieur zijn diverse soorten bloemen, boeketten of bloemstukken beschikbaar. Prijs zelf afhalen.

Like de Facebookpagina's van Nederland Bruist, Oosterhout Bruist en van De Langstraat Bruist. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! Wellicht maak jij dan kans op zo'n mooi boeket van Bloem en Interieur, Gangboord 1a in Raamsdonksveer.



VERFRISSEND ANDERS

Mocht je deze zomer toe zijn aan iets anders dan een koud biertje of glas wijn, denk dan eens aan witte port. Graham's Blend N° 5 is medium droog en is de allereerste witte port die speciaal gemaakt is om te mixen met tonic. Ben je dus toe aan iets feestelijker, dan is de witte port-tonic (portonic) de ideale zomercocktail! www.wijnkring.nl



A

Voel je thuis en **geniet** van de lekkerste Spareribs

van Oosterhout, Brabant en de rest van de wereld!

Ga naar onze
website en
plaats uw
bestelling

Niet alleen in Oosterhout zijn de gerechten een begrip, maar ook in verre omstreken. We nodigen je graag uit voor een avond genieten in onze gezellige huiskamersfeer met goede bediening.



Eigenaren: Nicolay en Esther van Duuren
Bakkerstraat 21, Oosterhout | 0162-438336 | www.denbal.nl

Luisteren naar het land

De spirituele kracht van Oosterhout is groot. Want wij liggen op de geheime geografie. De Druïden maakten steencirkels zoals Stonehenge in Engeland, de leylijn loopt van daar naar Domburg - Steenberg - De Slotbosse toren - onder mijn praktijk door naar de Heilige driehoek dan richting de kathedraal van Den Bosch en Duitsland in. Deze leylijn is heel krachtig en heel gezond.

***Als je moe bent of je zit teveel in je hoofd,
ga dan eens lopen rond de heilige driehoek.***

Mijn praktijk staat ook boven op deze leylijn. En dat maakt het voor mij gemakkelijker om mijn werk te doen. Omdat het magnetische veld van de leylijn mij goed helpt met de gronding tussen mij en de cliënt. Daarom werkt het goed om hier de oude energieën los te laten. Dat maakt mijn plekje op aarde zo speciaal. Wil je dat ook eens ervaren, kom eens langs.

**Veel succes en plant eens een boom,
daar zal Moeder Aarde heel blij mee zijn.**



**Praktijk voor
natuurgeneeskundige,
energetische en
paranormale therapie.**

**"Magnetiseren is vrede
mogen brengen in het
lichaam."**

CLIËNTENERVARINGEN

Petra is een hele fijne magnetiseur. Ik heb heel veel aan de afspraken, ik zit een stuk beter in mijn vel en heb veel meer energie gekregen.



Petra Busio

Zandheuvel 59, Oosterhout
06-10564703
info@petrabusio.nl
www.petrabusio.nl

Vergoeding via de meeste
aanvullende verzekeraars

HAIR ON THE FLOOR/HAARTIPS

Voor mooi en gezond haar moet je wat over hebben. Vooral lang en gekleurd haar is gebaat bij een goede verzorging. Om je haar er mooier en gezonder uit te laten zien, is een intensief haarmasker een must. En daarvoor hoef je niet per se naar de kapper. Er zijn genoeg maskers die je thuis kunt gebruiken.

Aanbrengtips

Check bij de kapper welk masker geschikt is voor jouw haar. Breng het masker aan op handdoek droog en ontward haar. Je kunt je haar het beste ontwarren met een tangle teezer (borstel) deze zorgt ervoor dat je het haar niet kapot trekt tijdens het borstelen.

Je kunt het masker nog intensiever laten werken door een warme handdoek. De warmte optimaliseert de werking van de actieve bestanddelen. Spoel het masker na enkele minuten goed uit met water. De inwerktijd is verschillend per masker.

Ben jij klaar met
beschadigd haar?

Hair on the FLOOR staat voor een unieke totaalbeleving op kappersgebied, in een ongedwongen en vrolijke sfeer. Met passie voor ons vak staan we je bij met deskundig advies en doorgedreven perfectie om jou de look van je dromen te bezorgen, aangepast aan jouw persoonlijkheid en wensen.

Afspraak maken? Dit kan ook heel makkelijk online via www.haironthefloor.nl of via de boekingsknop op de Facebookpagina van Hair on the FLOOR. Bellen kan natuurlijk ook!



HAIR ON THE
FLOOR

Om verwarring met juli te vermijden wordt de **maand juni** vaak uitgesproken als **juno**.

Rimpels zijn de landkaart van je leven.

20 juni is het **Wereldvluchtelingendag**. Deze dag is speciaal in het leven geroepen om aandacht te vragen voor het lot van vluchtelingen.

Geen enkele andere maand begint op **dezelfde dag** van de week als juni.

Het ronde raampje in de wasmachine is er voor de veiligheid: voor als per ongeluk je kat erin is gesprongen.

Mensen die al op hun 20ste beginnen met een goede **dagcrème** zien er jaren later aanmerkelijk jonger uit dan mensen die nooit smeren.

Een juni-kind is **nieuwsgierig** en ontmoet graag nieuwe kinderen. Je zult dan ook veel vriendjes over de vloer krijgen.

In Scandinavische landen wordt op 24 juni het **Midzomerfeest** gevierd.

HOTEL GARBI OPENT WEER OP 17 JUNI



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

BOEK
VOOR 17 JUNI
EN ONTVANG
10% KORTING EN
GENIET VAN
15% KORTING OP
BOEKINGEN VOOR
VOLGEND JAAR!

JE ZOMER BEGINT HIER...

We hebben keihard gewerkt om ons hotel beter dan ooit te maken! Van onlangs gerenoveerde hotelkamers tot een scala aan nieuwe activiteiten om van te genieten, deze zomer draait alles om het achterlaten van alle stress en het ervaren van de meest ontspannende zomer ooit, waar wij voor alles zorgen...

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een design viersterrenhotel aan het strand van Playa d'en Bossa, in het zuiden van het eiland, op slechts vier km van de stad Ibiza. Het heeft een breed scala aan vrijetijds- en ontspanningsmogelijkheden in de faciliteiten. Een spa-circuit met een Turks bad, een stoombad, een jacuzzi en, voor degenen die op zoek zijn naar ontspanning, een massageservice. Alle gasten hebben gratis toegang tot de spa. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**



Gratis yoga- en zumbalessen aan het strand - Gratis parkeren - Gratis wifi
Geldteruggarantie - Exclusieve capaciteit

SPECIAAL VOOR JOU

CASA BLANCO hippe dingen

Er gaat een wereld voor je open!



Nieuwsgierig? Bestel dan ons magazine via:
nl@nederlandbruist.nl onder vermelding van Casa Blanco



DE MOOISTE
HEBBEDINGETJES
VIND JE BIJ
CASA BLANCO
hippe dingen



GEWOON
WEER OPEN!
KOM SNEL LANGS
EN GENIET!



Fabriekstraat 55 en Piushaven 27 (showroom), Tilburg | 013 590 4459 | Casa Blanco | casablancotilburg

TAKE AWAY

KIJK VOOR ONS

UITGEBREIDE ASSORTIMENT

EN ACTUELE OPENINGSTIJDEN

OP WWW.TFRIETLUIK.NL

DAGJE UIT

HOLLAND FESTIVAL



Van 3 tot en met 27 juni vindt in en om Amsterdam de 74e editie van het Holland Festival plaats. Al sinds 1947 het nummer één festival voor podiumkunsten in Nederland dat podiumkunsten, theater, muziektheater, dans, opera, visuele kunst, literatuur en architectuur met elkaar combineert. De programmering is zo opgezet dat alle producties ook met kleine publieksaantallen kunnen plaatsvinden, rekening houdend met de coronamaatregelen van alle deelnemende locaties zoals die tijdens het festival zullen gelden. In totaal presenteert het Holland Festival 39 producties verdeeld over 25 dagen, waaronder tien wereldpremières en twaalf Nederlandse premieres.

Kijk voor meer informatie op www.hollandfestival.nl.

FILMPJE KIJKEN

BLACKBIRD

Lily (Susan Sarandon) is terminaal ziek. Na al haar opties goed te hebben overwogen, besluit zij dat ze haar leven wil beëindigen, met steun van haar echtgenoot Paul (Sam Neill). Ze vraagt haar geliefde familie om nog een keer met zijn allen bij elkaar te komen voor haar afscheid. Maar al snel komt een onopgelost conflict tussen haar twee dochters Jennifer (Kate Winslet) en Anna (Mia Wasikowska) bovendien... Het perfecte spel van de sublieme cast maakt van Blackbird een tot nadenken stemmend familiedrama over het leven gedurende momenten van afscheid en verlies. **BLACKBIRD is vanaf 10 juni te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN KONINKRIJK



Roy heeft het Noorse bergdorp waar hij opgroeide nooit verlaten, in tegenstelling tot zijn jongere broer Carl die hij altijd probeerde te beschermen tegen hun bikkelharde vader. Net als iedereen in het dorp dacht Roy dat zijn broer voorgoed was vertrokken naar Amerika. Tot Carl terugkeert, met een mysterieuze vrouw en het plan om een luxehotel bij het dorp te bouwen. Oude rivaliteiten steken de kop op en het dorp komt onder hoogspanning te staan, waarbij de broers het mikpunt worden van allerlei verdachtmakingen. Terwijl ze zich met hand en tand tegen de dorpingen moeten verdedigen, wordt Roy ook nog eens verliefd op Carls vrouw... **KONINKRIJK van Jo Nesbø is vanaf 1 juni verkrijgbaar.**

Dierencrematorium MEMORIA Tilburg

Voor een waardig en respectvol afscheid

U als eigenaar maakt zelf de beslissing bij welk dierencrematorium u uw huisdier laat cremëren, ondanks dat uw dierenarts een samenwerking heeft bij een ander crematorium.

U kunt bij ons ook terecht voor een begeleiding naar de oven nadat u afscheid van uw geliefde huisdier heeft genomen.

Neem gerust contact met ons op. Wij zullen zorgen dat u en uw geliefde overleden huisdier met veel liefde en persoonlijke aandacht ontvangen worden.



Ook bij uw
dierenarts

EIGEN
OPHAALDIENST

Wielevenweg 22, Tilburg | 013-5907716 | welkom@dierencrematorium-memoria.nl | www.dierencrematorium-memoria.nl

Gordijncentrum
by Jan & Claudia

Ruim 45 jaar specialist in

RAAMDECORATIE
& VLOERKLEDEN



Ik ben Claudia Hooijmaaijers, interieurstylist en samen met Jan trotse eigenaresse van Gordijncentrum in Dongen. Mijn visie is dat je interieur een weerspiegeling van je karakter moet zijn. Laat mij je foto's en/of tekening van jouw woning zien, nieuwbouw of bestaand, en ik ga er een supermooi geheel van maken voor een budget dat bij je past. Graag tot ziens!

Jouw specialzaak voor elk budget



LIKE US ON
FACEBOOK
www.facebook.com/gordijncentrum

Looiersplein 46, Dongen | 0162 313 876 | www.gordijncentrum.nl

BIKINI READY

De zomer staat voor de deur, dus de bikinistress komt er weer aan. In onze MKBMshop zien we een patroon in aankopen rond de zomermaanden. Slimming Powder en Cellulite Cups zijn dan onze hardlopers.

Hieruit maak ik op dat de meeste mensen acht maanden per jaar alles verwaarlozen en vier weken voor de zomer ineens alles uit de kast trekken om binnen een maand bikiniproof te zijn. Dit is een manier, maar als je het mij vraagt niet de juiste manier. Als je heel snel resultaat wenst, verval je na het behalen van dit resultaat ook heel snel weer in oude patronen. Het heeft tijd nodig om ergens een lifestyle van te maken.

Als je kleine stapjes zet richting je doel doe je er langer over, maar is de kans dat je resultaat blijft veel groter. Vlak voor de zomer kun je altijd nog wat extra's doen, maar dan hoeft je niet vanaf nul te beginnen. Mijn advies: sport het hele jaar en eet het hele jaar gezond, gevarieerd en niet boven je caloriebehoefte.

Check gratis workout video's op
www.mykillerbodymotivation.com



MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

NEEM OOK EENS EEN KIJKJE OP WWW.MKBMSHOP.COM

THEATER.NL EN BRUIST

SLAAN DE HANDEN INEEN!

Voor jouw complete theateruitje

Bruist vermeldt elke maand de leukste evenementen uit jouw regio in het glossy magazine. Reden genoeg om vanaf nu samen te werken met Theater.nl, het grootste theaterplatform van Nederland. We zijn bovendien óók actief in België! Zo blijf je perfect op de hoogte van het brede culturaanbod en maak je als echte theaterliefhebber kans op mooie prijzen!

Wil jij kans maken op mooie prijzen?
Registreer je dan via theater.nl/bruist en wie weet ben jij één van de gelukkigen!

COMPLEET THEATERUITJE

Theater.nl houdt je dagelijks op de hoogte van het laatste theaternieuws, recensies en natuurlijk de mooiste theatervoorstellingen die je direct kunt reserveren via de website. Daarnaast kun je bij ons terecht voor een compleet theateruitje. Wat denk je van een etentje vooraf of achteraf? Maak gemakkelijk via onze website een keuze uit de beste restaurants in de buurt van het theater, of boek zelfs een overnachting in de stad. Dankzij Theater.nl ligt een compleet dagje uit binnen handbereik!

MAAK KANS OP MOOIE PRIJZEN

Geniet elke maand in Bruist van een exclusief interview van Theater.nl met een bekende Nederlander of Vlaming. **Maar dat is nog niet alles: maandelijks geven we prachtige prijzen weg zoals voorstellingstickets of twee weken gratis streamen, want voor het bekijken van een theatervoorstelling hoeft je tegenwoordig de deur niet meer uit.**

 **Theater.nl**
DE WERELD VAN THEATER

Nandi van Beurden is Maria in The Sound of Music: ‘Ik kan niet wachten!’

Na een zenuwslopende zoektocht won Nandi van Beurden *Op zoek naar Maria*. Daarmee gaat er voor de actrice een droom in vervulling: Maria spelen in de musical *The Sound of Music*.

‘IK GA VAN
HET MOMENT
GENIETEN’

“Ik mag weer repeteren, ik mag weer iets maken. Ik kan gewoon niet wachten het theater in te gaan”, verzucht Nandi. Tijdens de televisiezoektocht mocht ze alweer even proeven van het artiestenbestaan, maar dat voelde toch anders. “Ik mocht wel gewoon zingen, dansen en acteren in dat theater, maar er zat natuurlijk geen publiek. Er zat een jury en er stond een camera op je toeter. Dat is iets heel bizars.”

‘Ik ben ook gewoon ‘gewoon’

Tijdens corona heeft Nandi haar tijd goed besteed. “Ik heb voor de klas gestaan! Ik hoorde dat er een tekort was aan leraren in de noodopvang, dus voor die kinderen ben ik juf geweest.” Deze nieuwe ervaring neemt de actrice zeker mee naar *The Sound of Music*. “Ik heb ontzettend veel over mezelf en over werken met kinderen geleerd. Ik heb met de kinderregisseuse afgesproken dat ik bij de repetities kom

kijken als de kinderen aan het studeren zijn. Zo zien ze dat ik ook gewoon ‘gewoon’ ben en dat ze bij wijze van spreken ook aan mij kunnen vragen als ze naar de wc willen.”

Genieten van het moment

En heeft Nandi al een nieuwe droom klaarstaan? De actrice lacht: “Jeetje, nee. Ik moet mezelf wel even de kans gunnen om deze droom ten volle te beleven. Natuurlijk ben je in dit vak altijd bezig met ‘wat komt er hierna’, maar ik heb juist door deze tijd geleerd dat je van het moment moet genieten. Dat ga ik nu ook zeker doen.”

The Sound of Music is vanaf 16 juni te zien in het AFAS Circustheater Scheveningen. Vanaf augustus trekt de musical door het land. Meer informatie: www.soundofmusic.nl.

Theaternl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. Ga naar theater.nl/buurst



Bourgondisch
Genieten
Golf & Culinair

— GOLFBAAN —
BERGVLIET

**GOLFEN EN CULINAIR GENIETEN MET
HET BOURGONDISCH ARRANGEMENT
OP LANDGOED BERGVLIET!**

U wordt ontvangen met 'Koffie Bergvliet',
gaat 18-holes golfen en wordt daarna
getrakteerd op een heerlijk 3-gangendiner!

Reserveren kan via telefoonnummer:
+31 765 795 666



 landgoedbergvliet.nl

Een mooie en *verzorgde baard*

We kunnen er niet omheen: steeds meer mannen laten hun baard groeien. Het is stoer en super mannelijk, maar het laten groeien van een succesvolle baard vereist wel het een en ander aan verzorging.



Om je baard te laten groeien moet je doen wat je altijd doet... behalve scheren dus! Na verloop van een aantal dagen zul je last krijgen van jeuk. En niet zomaar jeuk, maar echt jeuk. Aan deze jeuk is niet veel te doen. Blijf de huid onder de baard goed verzorgen, misschien nog wel beter dan zonder baard. Smeer altijd - maar zeker wanneer je een baard net laat groeien - je huid en baard in met een goede baardolie. Door de baardolie wordt de huid onder de baard goed verzorgd en zal je echt minder last hebben van jeuk. De snelheid waarmee je baard groeit en hoe vol deze wordt, zijn erfelijk bepaald.

Wie dacht het makkelijk te krijgen doordat je je niet hoeft te scheren, komt bedrogen uit. Een baard vraagt om verzorging. Samen met je barbier kun je een stappenplan maken voor hoe je de baard gaat aanpakken en welk model baard jou het beste staat. Het is belangrijk dat je goed let op de vorm van je gezicht en de haargroei. Wil je je baard zelf bijhouden of onderhouden, koop dan goede spullen. Belangrijk is dus een goede baardolie, maar ook een scherpe schaar en/of tondeuse om je baard mee te trimmen mag niet ontbreken. Verder heb je een baardshampoo of eventueel conditioner nodig om je baard mee te wassen. Dit houdt de haren zachter dan gewone shampoo.

Lukt het je niet om zelf je baard goed bij te houden? Kijk dan op www.nederlandbruist.nl voor een barbershop in jouw regio.

Goedkoop je kleding laten bedrukken?

Dan ben je bij **We.Flexx** aan het juiste adres.

BEL NU
06-53252001
VOOR DE
MOGELIJKHEDEN



Naast scherpe prijzen staan wij bekend om de uitstekende kwaliteit van onze producten en bedrukkingen, snelle levertijden en goede service.

Bij We.Flexx personaliseren we diverse items. Dit is al mogelijk vanaf één stuk!

TEXTIEL BEDRUKKING

BELETTERING

VLAGGEN & BANIEREN

STICKERS



WE.FLEXX

Flexibel in | sign | design | print

jouw partner in signing!

Van Hogendorpstraat 53 B, Tilburg

06 53252001

we.flexx@outlook.com

We.Flexx



Met passie bereid!



BEZORGD
MET EEN
GLIMLACH!

Eigenaar: Ruud Cremer | Leijzenhoek 1, Oosterhout | 0162-696462 | www.pokeensweets.nl

Luister jij?

Als iemand zijn
verhaal kwijt wil...



*Word
vrijwilliger!*

[deluisterlijn.nl/
vrijwilliger](https://deluisterlijn.nl/vrijwilliger)

Help door
te luisteren
anoniem - dag en nacht



de luisterlijn
wij geven gehoor

Bloemenwinkel met een zee aan mogelijkheden

“In de winkel heb je veel
keuze en vind je bloemen
en cadeauartikelen voor
elke gelegenheid”



WIJ BLIJVEN GEWOON GEOPEND

- U kunt gewoon DPD en GLS pakketten blijven inleveren en ophalen
- Buiten verkoop van bloemen
- Wij bezorgen alles wat u bij ons bestelt zoals bloemen, kaarsen en cadeauartikelen

Bestellen kan per email info@bloemeninterieur.com
en per telefoon 0162-225539.

Ook kunt u bestellingen plaatsen via [bol.com](https://www.bol.com), welke via
DPD worden bezorgd en/of welke u direct in onze
winkel kunt ophalen.

Bloemen *en* **Interieur**

Gevestigd in Raamsdonksveer en Hank
Hank (alleen op afspraak)
Gangboord 1A Raamsdonksveer
0162-225539 | info@bloemeninterieur.com

BLIJF ER
NIET MEE
RONDLOPEN,
MAAK SNEL EEN
AFSPRAAK!

SCHEM
KAPOT?



Pro Repairs | Catharinastraat 42, Oosterhout
info@prorepairs.nl | 0162-229664 | www.prorepairs.nl

M

Internetdiensten

- Webhosting
- Domeinnamen
- Telecom

www.m-internetdiensten.nl | 085-4861700
Bredaseweg 108A, Oosterhout

Klaar voor de zomer?

het begint bij je voeten

Pedicure Adinda zorgt ervoor dat jouw voeten de aandacht krijgen die ze verdienen. De professionele praktijk is geregistreerd in het kwaliteitsregister voor pedicure, en zit gevestigd in het pand van Van Halderen. Een goede regelmatige verzorging van je voeten voorkomt problemen en daarvoor ben je hier aan het juiste adres. Tijdens een pedicurebehandeling krijg je altijd tips en adviezen voor een goede verzorging van jouw voeten, zodat jouw voeten ook lang na de behandeling gezond zijn en blijven stralen.

Adinda geeft ook IPL behandelingen.

Deze behandelingen voor IPL worden uitgevoerd met een door de EU goedgekeurd apparaat. Om de behandelingen zo goed en correct mogelijk uit te voeren heeft Adinda scholing gevolgd bij Bowie Medicals. Daar heeft ze verschillende certificaten voor behaald. Zodat ze de beste adviezen en behandelingen kan uitvoeren. Ook voor de IPL behandelingen bent u bij haar aan het juiste adres!



Pedicure Adinda

Catharinastraat 42 (1e verdieping), Oosterhout
06-15388484 | www.pedicureadinda.nl

Secrets
by TABOE



ONTDEK HET WIJNGEHEIM VAN ZUID-AFRIKA...



Neem eens een kijkje op www.secretsbytaboe.nl

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL **GARBI**
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit viersterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*



Leer blind typen

ALLEEN MAAR
VOORDELEN



Typen, vrijwel iedereen doet het regelmatig. Of je nu nog op school zit of al aan het werk bent. Om te zorgen dat er ook daadwerkelijk 'goed' wordt getypt, biedt Clasin Dehing met Les van Clasin diverse cursussen voor jong en oud.



Standaard vaardigheid

"Helaas wordt er door veel mensen, zowel kinderen als volwassenen, nog steeds slecht getypt. En dat terwijl typen volgens mij een standaard vaardigheid zou moeten zijn die iedereen beheerst, net als zwemmen of fietsen", meent Clasin. "Vandaar dat ik vijf jaar geleden ben begonnen met Les van Clasin om zoveel mogelijk mensen op de juiste manier blind te leren typen."

Dyslexie

Typen is een vaardigheid die je volgens Clasin binnen tien weken moet kunnen beheersen. "In mijn opleidingscentrum combineer ik online oefeningen met een wekelijkse typeles op locatie. Je krijgt dus ook echt huiswerk mee om goede vorderingen te kunnen maken." Daarnaast biedt ze ook een speciale typecursus voor kinderen met dyslexie. "Gebleken is dat deze kinderen na het volgen van een typecursus beter kunnen lezen en spellen, dus het is zeker een aanrader!"

Voorkom klachten

Maar waarom is het dan zo belangrijk om 'goed' blind te kunnen typen? "Om te beginnen bespaart dit je tijd en daarnaast kan het nek-, rug- en RSI-klachten helpen voorkomen doordat je niet meer continu naar beneden naar het toetsenbord hoeft te kijken en je een meer ontspannen werkhouding aan kunt nemen. Alleen maar voordelen. Tegenwoordig is het bovendien bij veel banen zelfs een pre als je blind kunt typen, het helpt je ook nog eens in je werk."

Persoonlijke aandacht

"Een van de pluspunten van het volgen van een typecursus bij ons is dat we altijd in kleine groepjes werken van maximaal tien personen. Hierdoor kunnen we iedereen meer dan genoeg aandacht geven voor de best mogelijke begeleiding. Wil je ook in tien weken blind leren typen? Meld je dan zeker aan voor een van onze cursussen."

**sven &
sophie**

Aandacht voor
been- en ondermode is
aandacht voor jezelf.

Bij Sven & Sophie beseffen
wij dat als geen ander.

Daarom biedt onze winkel
meer dan alleen een ruim
assortiment eersteklas
producten van toonaangevende
merken.

Wouwsestraat 40, Bergen op Zoom
0164 - 21 06 15

Ginnekenstraat 19, Breda
076 - 521 44 27
(Schuin tegenover HEMA)

Winkelcentrum 21, Etten-Leur
076 502 1549

Arendshof 57, Oosterhout
0162 455 666

Nieuwsgierig?
bekijk meer op
www.svensophie.com



*Trots op
wie je bent*

Calvin Klein lingerie voor dames is iconisch
en staat voor een klassiek ontwerp en een
onevenaarbare kwaliteit. Zo ook de setjes
Panter en pride.

ck
Calvin Klein



*Ondergoed
voor
optimaal
comfort*

LAAT DE ZOMER MAAR KOMEN!

Bij Sven & Sophie zien we weer een beetje licht in de coronatunnel richting de zomer



*Perfect voor een
actief leven*

FALKE
GERMANY 1895

Falke: Cool Kick voetjes en sneakersokken. Voor ons de meest
verkochte voorjaar/zomer sokken.



MUCHACHOMALO*

Heren zwemshorts met gratis een bijpassende
short: de nieuwe zomer Hello Sunshine 5 packs

*Gewoon
mooi!*



— GOLFBAAN —
BERGVLIET

MAAK KENNIS MET GOLF
en blijf heerlijk dineren in ons restaurant!



landgoedbergvliet.nl

SALESDREEF 2 | 4904 SW | OOSTERHOUT | 076-5795666

BRUIST
Deal

€125,-

PER TWEE PERSONEN
PROMOCODE: BRUIST

RESERVEER NU VIA
CONTACT@LANDGOEDBERGVLIET.NL

LANDGOED BERGVLIET

heeft samen met
BRUIST een
speciaal arrangement
samengesteld, waar
u gewoon niet
omheen kunt.

BRUIST ARRANGEMENT

- Ontvangst
met Koffie Bergvliet
- 3 uur durende golfclinic
- 2-gangen maandmenu.

Al een tijdje single en ben je het zat om langer alleen te zijn?
 Wil het maar niet lukken via datingapps? Geef je dan nu op als
 Bruisende Vrijgezel en wie weet vind je wel de liefde van je leven!
 Wij gunnen iedereen de liefde, daarom helpen wij graag een handje
 door samen met jou op zoek te gaan naar een match!

Word jij onze
**nieuwe bruisende
 vrijgezel?**

Meld je dan nu aan!



Durf jij net als deze vrijgezellen de stoute schoenen aan te trekken?

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

Momentje voor jezelf

'Wat vind jij ervan? Aan welke kant sta jij?
 Wat denk jij dat er gaat gebeuren?' En hoe ik
 omga met wat iedereen vindt en roept.
 Dit soort vragen ontvang ik dagelijks.

Het is overduidelijk dat er verdeeldheid is in de maatschappij.
 De wereld is in de war, er heerst chaos en onrust. En de grote vraag
 is: wat gaat er de komende jaren gebeuren? Ondanks dat we het
 niet allemaal met elkaar eens zijn en mogelijk anders kijken naar de
 situatie in de wereld, kunnen we nog steeds naar elkaar luisteren en
 naast elkaar leven zonder direct in conflict te gaan.

Mag ik een advies geven? Je hebt geen toestemming van anderen
 nodig om je blij en gelukkig te voelen. Leef met compassie, begrip
 en respect, maar zonder dat je heldere geest wordt volgekliederd
 door het lawaai en de rommel van anderen.

Ik heb van niemand toestemming nodig om mijn mooiste leven te
 leven. Dat bepaal ik zelf wel en als jou dat niet bevalt, heb ik daar
 geen last van. Je mag van alles vinden, maar vind eerst rust en
 vrede in jezelf. Doe dat door tweemaal per dag een momentje voor
 jezelf te nemen.

Hasta la proxima,

Michael Pilarczyk

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

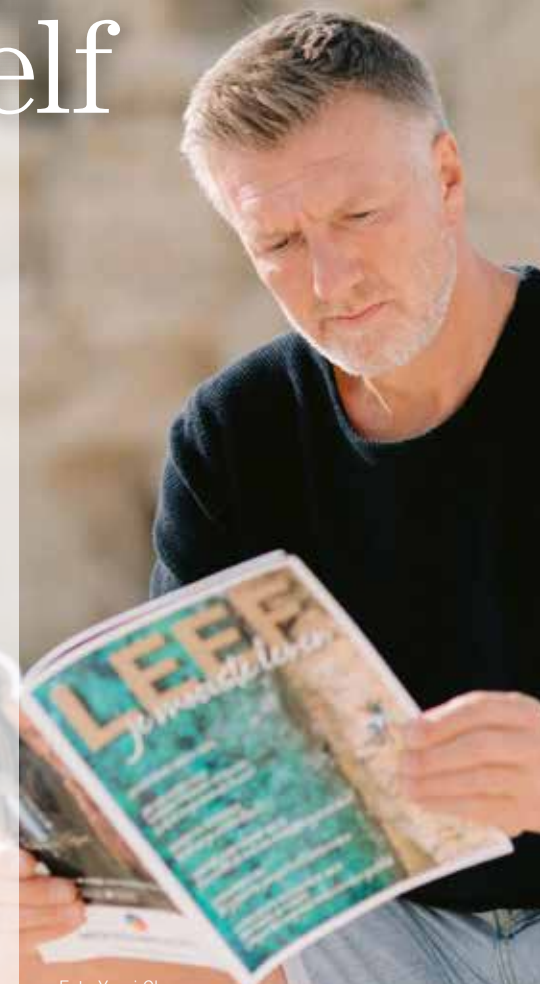


Foto Youri Claessens

Broodje pulled pork met salademix

Wil jij je vader verrassen met een heerlijk broodje varkensvlees? Ervaar met dit recept hoe makkelijk dit Amerikaanse gerecht te bereiden is en hoe ongelooflijk lekker het smaakt! Je moet er wel even de tijd voor nemen.

4 PERSONEN - 1,5 UUR - 12 UUR MARINEREN

INGREDIËNTEN

500 gr procureur
1,5 el gerookte paprikapoeder
1,5 tl knoflookpoeder
1 tl mosterdpoeder
1 tl chilipoeder
1,5 el bruine suiker
1 el fijn zeezout
barbecuesaus
4 broodjes
salademix

BEREIDING

Meng in een schaal alle specerijen met de suiker en het zout en wrijf het vlees flink in met deze mix. Doe het vlees in een plastic zak en laat het een avond/nacht (circa 12 uur) marineren in de koelkast.

Haal het vlees minstens een uur voordat je het in de oven zet uit de koelkast. Verwarm de oven voor op 150 graden. Doe het vlees in een braadslede en giet er wat barbecuesaus over. Dek het losjes af met aluminiumfolie en steek door de folie heen een vlees-thermometer in het dikste deel van het vlees.

Laat het vlees circa 1,5 uur in het midden van de oven garen. De kerntemperatuur moet uiteindelijk rond de 75 graden zijn. Afhankelijk van je oven kan het korter of langer duren. Wil je een licht krokant korstje op het vlees, verwijder dan ongeveer 20 minuten voor de eindtijd de folie. Neem het vlees uit de oven en laat het 10 minuten rusten op een grote, platte schaal.

Trek dan het vlees met twee vorken in stukjes/draadjes uit elkaar. Optioneel kun je er weer wat barbecuesaus doorheen scheppen. Snijd de broodjes open, beleg met een flinke hoeveelheid pulled pork en garneer met de salademix naar keuze.

PUZZELPAGINA

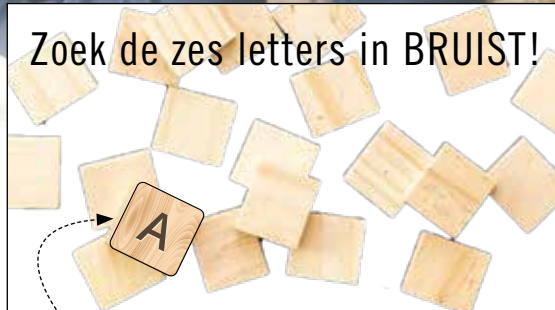
Iedere maand weer gezellig puzzelen. Vul de oplossing van de twee prijspuzzels in op onze website en maak kans op leuke prijzen.



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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **7-2-6**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

Zoek de zes verborgen letters in deze editie van BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand stoer. De oplossing van vorige maand was **moeder**.

Maak kans op dit bruisende

zomer-pakket



l+r=a d+az

m+r=i+e

b=z+bi m+p=r

m=v e=a+t

h=g

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 juli de oplossing in op onze site: www.oosterhoutbruist.nl

Maak kans op een

gezichts-verzorgings-pakket voor de man



De Bulldog producten zijn speciaal ontworpen door de man, voor de man, in simpele duidelijke taal. Het is een compacte lijn met eerlijke ingrediënten.

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

baard	stralen
creme	huid
scheren	verzorgen
gelaat	zacht

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 juli de oplossing in op onze site: www.oosterhoutbruist.nl

VAN MOSSEL ZEKERHEID #3:

DE SCHERPSTE PRIJS VOOR TOPKWALITEIT



kijk zelf op: www.vanmossel.nl/occasions voor meer dan 6000 occasions!

Van Mossel OCCASIONS