

DE KEMPEN



JULI 2021 WWW.DEKEMPENBRUIST.BE GRATIS MEENEMEN!

BRUIST



De vijf grote
voordelen
van *water*

Frits Sissing
'De magie van
theater is heerlijk'

Uw specialist in terrasvloeren en gevelbekleding

Uw gespecialiseerde verdeler van **QUICK STEP** vloeren

Met een ruime keuze aan vloeren (parket, vinyl & laminaat), gevel- & wandbekleding, binnendeuren, timmer- & tuinhout, plaatmateriaal, BBQ's, terrasvloeren & tuinhuizen is Maxwood dé houtspecialist die kan meedenken, adviseren en begeleiden bij uw projecten.



Tuinhuizen -
Poolhuizen - Carports



Parket
Laminaat - Vinyl



Binnendeuren



maxwood
houthandel voor particulieren en professionelen

QUICK STEP
FLOOR DESIGNERS

Nergens is zoveel sfeer als op je eigen terras.

Vondom X PW richt zich op het ontwerpen en realiseren van strakke, onderscheidende outdoor projecten voor zowel particuliere als zakelijke opdrachtgevers. Maak een afspraak via info@vondom-x-pw.nl of bel +316 12 55 05 73. Kijk op www.vondom-x-pw.nl



VONDOM® X



**SHOWROOM
SPINVELD 22A BREDA
NEDERLAND**

Exclusieve verlichting.

Bij Labor Vincit kunt u terecht voor exclusieve binnen- en buitenverlichting. Samen stellen we een doordacht lichtplan op om de gewenste sfeer te realiseren. Bezoek onze showroom aan Spinveld 22a in Breda en maak kennis met onze merken, zoals Royal Botania, Aldo Bernardi en meer.

Meer weten?
www.laborvincit.nl
info@laborvincit.nl
+31 76 520 4009



LABOR
VINCIT
exclusieve verlichting

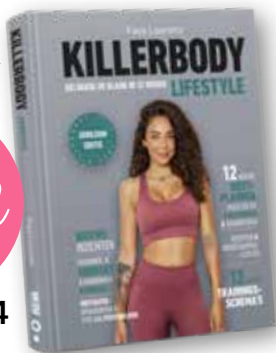
SHOWROOM
SPINVELD 22A BREDA
NEDERLAND



10



14



28

Inhoud



20



44



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
fb @belgiebruist

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

fb Like ons op Facebook.com/dekempenbruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl
of bel Rogier Jongerden, +31 647 885 009

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. De Kempen 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 is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Je merkt het aan alles: de zomer is begonnen! De zon schijnt, de mensen zijn vrolijk en we hebben al de nodige 'rokjesdagen' achter de rug. Gelukkig kan en mag er ook weer steeds meer, dus in plaats van 'veilig' binnen te blijven verplaatst het leven zich weer naar buiten. Heerlijk naar het strand bijvoorbeeld, of gezellig barbecueën in de tuin met een lekker drankje erbij.

Bruisende lezer,

Nu we het toch over drankjes hebben, de keuze is wat dat betreft enorm. Bier, wijn, cocktails, sapjes en... water! Vooral wat dat water betreft, raden we je aan om er elke dag genoeg van te drinken. Het kan namelijk zo ontzettend veel voor je lichaam betekenen, los van dat het natuurlijk ook de dorst lest. Je leest er verderop in deze nieuwste editie van Bruist meer over. En vind je zo'n glas water maar saai? Ook daar geven we je wat verfrissende tips voor.

En tips krijg je niet alleen van ons. Ook alle bruisende ondernemers die we voor deze editie spraken, hebben weer heel wat voor je in petto. Wat precies? Blader verder en ontdek het zelf...

Veel leesplezier,
Manuela Kolkman

Wist je trouwens dat wij vijf glossy magazines uitgeven in jouw regio? Neem eens een kijkje op www.belgiebruist.be en lees ze allemaal online.

De vijf grote voordelen *van water*

FRISDRANK
VERVANGEN DOOR
WATER SCHEELT
VEEL CALORIEËN

Ons lichaam bestaat voor zestig procent uit water. Misschien is dat ook wel de reden dat we zo graag ontspannen aan zee of bij een meer. Maar ook het drinken van water is belangrijk voor onze gezondheid.

Wanneer je niet voldoende drinkt, kan het zijn dat je lichaam uitdroogt zonder dat je het in de gaten hebt. Het voedingscentrum raadt aan om zo'n anderhalve tot twee liter per dag te drinken. Dat geldt zeker voor warme dagen. Gebruik gewoon (kraan)water of een kruidenthee om de vochtbalans in je lichaam op peil te houden. Alcoholische dranken worden niet als drinkvocht meegerekend, omdat deze dranken juist vocht aan het lichaam onttrekken.

Wat kan water voor ons lichaam betekenen?

Water is goed voor je huid. Een van de eerste signalen van uitdroging is waar te nemen aan de huid. Als je de huid iets omhoog trekt en de huid blijft staan, is dat een teken van uitdroging. Door water te drinken houd jij je huid van binnenuit gehydrateerd. Hierdoor zal jouw huid er gezonder en stralender uitzien.

Ook jouw spieren hebben water nodig om goed te functioneren. Water drinken tijdens het sporten of

bewegen is daarom heel belangrijk. Je zorgt hiermee voor een goede aanvulling van het vocht dat je verliest door het zweten.

Water helpt je nieren om afvalstoffen kwijt te raken. Jouw nieren zorgen ervoor dat afvalstoffen je lijf kunnen verlaten via je urine. Drink je te weinig, dan kunnen deze stoffen moeilijker weg. Hoe helderder de urine, hoe beter. Troebele, donkergele urine is dan ook een teken dat je meer moet drinken. Het drinken van een extra glas water geeft bovendien een vol gevoel waardoor je minder snel zult snacken.

Verfrissend: water met een twist

Op een warme dag is het heerlijk om iets toe te voegen aan jouw water. Vul een kan met fris water, voeg hier het sap van een uitgeperste citroen aan toe en een paar blaadjes munt of plakjes komkommer. Zet deze kan in de koelkast en je geniet later van een verfrissend glas water met een heerlijke smaak.

Wil je meer weten over de vochtbalans in jouw lichaam? Op www.belgiebruist.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.





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

Soy

Vind ook leuke
cadeaubonnen
op onze
website!

Zwaluwlaan 6, St. Job-in't-Goor
03 430 43 40
mail@soy.be | www.soy.be
Volg ons op Facebook &
Instagram @soybodycasting



Met **bodycasting** is het mogelijk om fijne gebeurtenissen te vereeuwigen. Veel jonge ouders kiezen ervoor om de voetjes of handjes van hun kindje te laten afdrukken in beeldvorm. Of de poot van je favoriete viervoeter? Er zijn tal van mogelijkheden op het gebied van bodycasting. **Vrijwel alles is mogelijk.**

Creëer een tastbare
Herinnering



Uw badkamer laten renoveren?

**De Vry Service helpt u met kwaliteit, stiptheid
en een straffe prijs-kwaliteitverhouding**



Klop dan
vandaag nog aan
bij De Vry Service
0478 54 24 96

GEDETAILLEERDE AFWERKING Wij hebben vooral enorm veel expertise opgebouwd in de volledige renovatie van badkamers van het ontwerp over de loodgieterij, elektriciteit, bezettings- en chapewerken, vloeren en wandtegels plaatsen, maatwerk en schrijnwerkerij, plaatsen van meubels en sanitair tot de herstellingen. Bij dit alles zorgen wij - ook als vloerder - voor een gedetailleerde afwerking.

ERVAREN EN BETROUWBAAR Met De Vry Service kiest u voor een ervaren en betrouwbare partner voor de uitvoering van een totale badkamerrenovatie. Wij zijn al jaren actief in de sector waardoor u alle advies mag vragen. U kan de zaak iedere dag bereiken van 7 tot maar liefst 22 uur 's avonds voor een badkamer op uw maat.

DE VRY **S** SERVICE

Kempenlaan 15 Beerse 2340
0478 / 54 24 96

WWW.DEVRYSERVICE.BE

BRUIST Deals

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



S

TOFFE PEER

White Stork onderscheidt zich als eerste duurzame hard seltzer in Nederland. De roze variant met peer, hibiscus en lavendel is een verfrissende dorstlesser waarvoor afgekeurde peren een tweede leven krijgen. De unieke bereidingswijze maakt de drank niet alleen honderd procent natuurlijk en duurzaam, maar bovenal verrassend in smaak. Een ware zomertrend! www.drinkstork.com



D

HIPPE BUBBELS

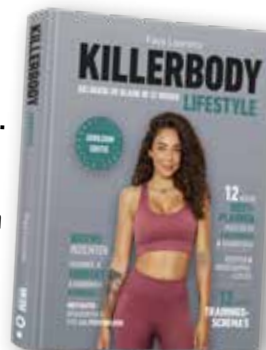
Kroatië als wijnland is hip. Deze bubbels zijn het Kroatisch antwoord op prosecco en laten zien (en proeven) dat er inmiddels een jonge generatie gepassioneerde wijnmakers aan het roer staat. Beide bubbels zijn verfrissend als aperitief en uitstekend geschikt voor zomerse wijncocktails. Fles 75cl vanaf € 12,95 www.croatiangrapes.com/hipkroatie



LEZERSACTIE

Maak kans op het Killerbody Lifestyle boek van Faya Lourens.

Ontwikkel jouw eigen killer body! In haar boek besteedt Faya niet alleen aandacht aan voeding, sport en persoonlijke verhalen van mensen die haar dieet hebben gevolgd, maar ook aan mindset.



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

LEZERSACTIE

Maak kans op Musk Extreme parfum van Perris Monte Carlo.

Musk Extreme is één van de eerste geuren uit de Perris Monte Carlo Fragrance Collection en wordt ook wel geur van de verleiding genoemd. Dit parfum is warm, geraffineerd en zeer sensueel te noemen en verrijkt met o.a. muskmoleculen, bergamot, vanille, rozen en civet. Voor dames en heren. www.perrismontecarlo.com.



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

win

Daar is de zon!

Van top tot teen verzorgd

Wat dacht je van een manicure, pedicure, gelnagels of gellak en gezichtbehandeling?



f Meli-care | Melika Boucham
Kapelstraat 55, 2960 Brecht
+32 497/82 97 67

LEKKER SOEPEL

Wilkinson lanceert de Hi Audrey. Het Duo-Intense serum zorgt ervoor dat het mesje soepel over je huid glijdt. Tegelijkertijd verbetert het de vochtbalans tijdens het scheren om irritaties te voorkomen. Dat maakt de Intuition Hi Audrey ideaal voor de gevoelige huid. Voor een zorgeloze beautytreatment! www.wilkinsonsword.nl



Doe mee en win



HELLO SUNSHINE

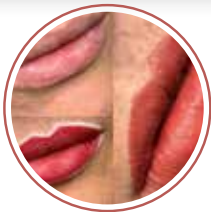
Goede zonbescherming is belangrijk tijdens de zomer. De zon schijnt fel en we hebben niet altijd in de gaten hoe snel je huid beschadigd wordt. Dankzij Hawaiian Tropic Satin Protection SPF 50 bescherm je jezelf zonder de vervelende witte waas. De verfrissende lotion heeft een lichte textuur die snel intrekt. Ook verkrijgbaar in factor 15 en 30. www.hawaiiantropic.com

Yasmien, master in beauty

DITJES/DATJES

LIPS

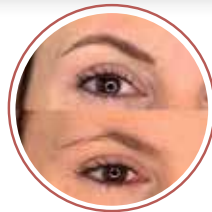
Met een fijne naald kan de vorm aangepast worden en kunnen we de lipkleur opfrissen door het toepassen van een schaduw effect of het volledig opvullen van de lippen. Er wordt gewerkt met zachte kleuren zodat het resultaat na genezing heel natuurlijk is.



BROW ART

Hairstrokes: een machinale techniek waarbij ultrafijne haartjes gezet worden. Kan gecombineerd worden met schaduw.

Powderbrows: een machinale techniek waarbij een zachte schaduw gecreëerd wordt.



MESOSKINLINE

Non-invasieve mesotherapie is een effectieve en pijnloze methode voor het behandelen van rimpels, littekens, striemen en haaruitval.

De geavanceerde meso cocktails zijn zeer effectief en verjongen de huid. De cocktails bevatten hyaluronzuur en worden op een zachte manier in de huid geïmplant.



EYEDSIGN

Deze techniek is het zetten van een ultrastrakke eyeliner... Van het intensifiëren van de wimpers (of voor mannen wel eens een geyliner genoemd) tot een op maat gemaakte 'wing'.



Benieuwd wat ik voor je kan betekenen?

Maak dan eens een afspraak of kijk eens op de website voor meer informatie!

Nieuw adres
vanaf 1 juli,
Sparrenlaan 15,
Brecht



AREOLA (tepelhof)

Een zeer dankbare en prachtige techniek om 3D areola's geheel of gedeeltelijk nieuw op te bouwen. Na een borstreconstructie, als kers op de taart...



Yasmien is master in cosmetische en medische micropigmentatie. Ze heeft al meer dan 18 jaar ervaring en volgt jaarlijks masteropleidingen in het buitenland om de meest geavanceerde, innovatieve en moderne technieken bij te blijven.

Wil ik net mijn **roze bril** afzetten, kom ik jou tegen.

Water dat je in een fles koopt, is soms wel **1.000 keer** duurder dan kraanwater.

Barbecue wordt heel vaak verkeerd gespeld, want nee, je schrijft het dus **niet met een q**.

Een **cabrio** wordt vaak als **droomauto** gezien, omdat het een vrij gevoel geeft wanneer je met open dak rijdt.

Een mens kan ongeveer 1 maand leven zonder voedsel, maar kan echt maximaal 1 week **zonder water**.

Tegenover elk mens op aarde zijn er 200 miljoen **muggen**.

Wanneer je met een andere bril kijkt, kan je **toekomst** er ineens heel anders uitzien.

De beroemde Aviator **pilotenbril** van Ray-Ban werd in 1936 op verzoek van het Amerikaanse leger ontwikkeld.

Vrouwen gebruiken 2 keer zo vaak **een smiley** in hun appjes als mannen.

Bruisend water reinigt de smaakpapillen.

N

THE 1:1 DIET

by Cambridge Weight Plan®



Praktijkgegevens

Daniella Verhaegen
Turnhoutsebaan 14
2970 Schilde
Belgie

Telefoonnummer

0471-680358

Openingstijden

Geopend alle werkdagen na afspraak

Kosten intake

€ 25,00

Facebook

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



Afvallen in Schilde? Laat mij je helpen!

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

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

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

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

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

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

Groet,

Daniella Verhaegen

Maak nu een afspraak met Daniella 0471 – 680358



Lichaamelijke en geestelijke **ontspanning**

Lichaamelijke en geestelijke ontspanning staan centraal bij Pure Intense, hierdoor ben ik enorm fan van deze twee super behandelingen.

Deze twee onderstaande behandelingen worden uitgevoerd met onze SUPER FOODIES lijn en bevat Matcha thee. Dit betekent een boost voor jouw huid en lichaam. Jouw geest wordt in volledige ontspanning gebracht door de Oosterse massage grepen.

Silky cocooning comfort ceremony, 60 min (€65,-)

- Even helemaal relaxen met een 'Head to toe'-massage die zorgt voor diepe relaxatie.

Een rustgevende lichaamsbehandeling uitgevoerd met een voedende body butter die jouw huid intens gaat voeden.

Pamper me Traquil tea ceremony, 60 min (€65,-)

- Beleef een holistische gelaatsverzorging door de Hawaïaanse invloeden die je doorheen de massage beleeft. En geef jouw huid een volledige detox door de aanwezige antioxidanten.

Bij het boeken van 1 behandeling -10% ook op de producten.

Bij het boeken van de 2 behandelingen -20% ook op de producten.



1 behandeling
= 10% korting*
2 behandelingen
= 20% korting*
*Ook op producten



“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 aan ieders inner and outer beauty balance. Dus maak eens een afspraak!”



Pure Intense

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



Voor een mooi moment!

TROUWRINGEN • GOUDSMEDERIJ • KLOKKENMAKERIJ

Vind trouwringen die bij jullie passen! Van alle sieraden die je hebt, is de trouwring het sieraad dat je het langst gaat dragen. Toegegeven, tot de dood jullie scheidt is wel een heel lange tijd, maar toch is het verstandig iets uit te zoeken waar je niet snel op uitgekeken raakt.

Trouwringen uitzoeken: eindelijk is het zover! Trouwringen zijn er in allerlei soorten en maten, maar waar moet je precies op letten bij het uitzoeken van de belangrijkste bling van je leven? Natuurlijk kun je op goed geluk alle juweliers in de omgeving afstruinen op zoek naar de perfecte trouwring, maar het is handiger als je alvast weet wat je wilt. En met 'je' bedoelen we jullie, want je aanstaande moet zijn ring natuurlijk ook willen dragen! Wij helpen je er graag mee.

Maak nu een afspraak!



JUWELIER • GOUDSMID*  KLOKKENMAKER • KUNSTGALERIJ

Paul Van der Auwera

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

DE PERFECTIE VAN 50 JAAR AMBACHT



WE
HEBBEN
MEER
GELEIDE-
HONDEN
NODIG

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



DAGJE UIT WATOU 2021



Van 3 juli tot 5 september vindt in de stad Poperinge Watou 2021 plaats. Deze veertigste editie van Watou staat voor beweging, meerstemmigheid, menselijkheid en intensiteit en volgt een vernieuwd en verrassend parcours. Watou 2021 is als een uitgestoken hand om poëzie en beeldende kunst te ervaren met hersenen, zintuigen en gevoelens en zo vervuld te worden van de meerlagigheid van kunst. De curatoren stellen zich de vraag: wat is onze rol en positie in deze wereld? De drie hoeken van het kunstencorpus zijn: Watou, het kunstendorp zelf, het centrum van Poperinge via de Gasthuiskapel en daartussen het Kasteel De Lovie. **Meer info:** www.kunstenfestivalwatou.be

FILMPJE KIJKEN SPACE JAM: A NEW LEGACY

Tijdens een reis naar de studio's van Warner Bros raken LeBron James en zijn zoonnetje gevangen in een wereld vol bekende verhalen en personages, welke gecontroleerd wordt door een op hol geslagen kracht genaamd AI G. Om zijn zoonnetje te redden, gaat James met de Looney Tunes op avontuur door een fantasiewereld vol iconische filmscènes. Om terug naar huis te kunnen, moeten ze tot slot een wereldwijd bekeken basketbalwedstrijd zien te winnen waarbij AI G digitale super-versies van NBA- en WNBA-spelers heeft gecreëerd. **SPACE JAM: A NEW LEGACY is vanaf 14 juli te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN J.D. BARKER



Jordan is de koningin van de New Yorkse radio. Dagelijks deelt ze haar ongezoeten mening met meer dan vijf miljoen luisteraars. Op een dag spreekt ze beller Bernie, die live een spelletje wil spelen. Jordan moet kiezen tussen Ubers of taxi's. Ze kiest taxi's en vergeet het gesprek al snel. Tot er vlak voor haar kantoor zeven taxi's ontploffen. Terwijl de hulpdiensten uitrukken en het aantal slachtoffers oploopt, hangt Bernie weer aan de lijn. Zo begint er een klopjacht op een onzichtbare, volledig losgeslagen moordenaar, live gevolgd door vijf miljoen luisteraars. Is Jordan sterk genoeg om dit gruwelijke spel te winnen? **DE BELLER OP LIJN VIER van J.D. Barker is vanaf 6 juli verkrijgbaar.**



De Gele Flamingo

Kids concept store



Jouw online geboortelijst

Wij zijn De Gele Flamingo, een online baby en kids concept store bij jou in de buurt. Wij zijn een leuk team mama's dat je maar al te graag inspireert met de leukste producten.

Bij ons vind je ook de grote merken, maar we willen je vooral onderdompelen in unieke producten, organische kleding en de nieuwste musthaves.

Vergeet ook zeker het ruime aanbod houten speelgoed niet.

Een geboortelijst bij ons aanmaken doe je makkelijk zelf online.

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!

24

Je hoeft er niet voor buiten #handig

Je maakt je lijst zelf online aan en kan ook online alle spulletjes die je graag wil hebben toevoegen.

Dat wil zeggen 24/7 items toevoegen, wijzigen of verwijderen. Yay!

De cadeautjes worden 1 keer per 1 à 2 weken gratis thuis geleverd. Extra cocoon time for you!



Geen aankoopverplichting

Yes! Er is geen enkele aankoopverplichting, behalve op de items die je gereserveerd hebt.

Reserveren kan je trouwens ook makkelijk zelf met één klik op de knop!

10% CADEAU
BIJ AFSLUIT

Steeds de nieuwste goodies & trends

Trends voor jullie spotten zit in ons DNA.

Dagelijks lanceren we de nieuwste toppertjes voor jouw kleine flamingo, die jij snel kan toevoegen aan je geboortelijst. Zelfs na je bevalling kan je zo je lijst continu updaten!



www.degeleflamingo.com

De Gele Flamingo
Ruiterij school 14
2930 Brasschaat

geboortelijst@degeleflamingo.com
+32 468 45 31 51

25



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

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

Ben jij een theaterliefhebber?

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

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

Altijd op de hoogte

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

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

Volg ons op social media

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



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

'EEN GROOT
HART VOOR
CULTUUR'



Frits Sissing

'Ik heb theater altijd een spannend medium gevonden'

Frits Sissing: je zou hem wel dé cultuurpresentator van Nederland kunnen noemen. Zo is hij onder meer het gezicht van AVROTROS-programma's *Maestro*, de *Op zoek naar-*reeks en *Tussen Kunst en Kitsch*. "Ik heb een groot hart voor theater en cultuur", vertelt Frits aan Theater.nl.

De liefde voor theater werd Frits al als klein jongetje met de paplepel ingegoten. "Ik heb theater altijd al een spannend medium gevonden. De magie van een avondje uitgaan, dat je in zo'n donkere zaal zit, jezelf heerlijk onderdompelen in een verhaal. Op toneel word je echt even meegenomen naar een andere wereld", legt Frits enthousiast uit.

Extra dimensie

Voor de presentator is een theaterbezoek een echte beleving: "Het blijft mooi dat in het theater de mensen live voor je neus staan. Dat geeft een extra dimensie. Zij zijn bereid om speciaal voor jou in de auto te stappen, het land door te rijden en de hele avond voor jou op te treden. Dat blijft bijzonder."

Cultuurambassadeur

Zijn passie voor cultuur deelt Frits maar wat graag met anderen. "Ik vind het heel leuk om op een amusementaire manier klassieke muziek, kunst en musical bij mensen thuis te brengen en dat dan iemand denkt: dát is leuk, laat ik naar een klassiek concert of een museum gaan."

Zelf geniet de presentator ook enorm van zijn werk. "De onderwerpen waarmee ik werk, geven veel plezier. Bij *Maestro* mag ik bij de repetities van klassieke muziek genieten, bij *Tussen Kunst en Kitsch* zie ik de mooiste schilderijen voorbijkomen en bij de *Op zoek naar-*reeks vind ik het ongelooflijk leuk om jong talent te zien", besluit hij.

Maak kennis met LaserClinique

“Graag stel ik jullie even LaserClinique en mezelf voor. Het idee voor LaserClinique is ontstaan toen ik zelf een laserontharingbehandeling had geboekt. Deze behandeling vond ik persoonlijk vrij pijnlijk en niet zeer effectief. ‘Dit moet anders kunnen’, dacht ik bij mezelf.”

“Ik ging op zoek naar andere permanente laserontharings-toestellen én vond deze. Waarna LaserClinique geboren werd.”

“Met LaserClinique streven mijn team en ikzelf ernaar onze klanten een aangename totaalervaring te bezorgen. Dit start met onze toestellen, meer bepaald de diodelasers die gebruik maken van de SHR-methode, ook wel de Super Hair Removal method genoemd. Deze heeft als voordeel dat de kans op verbranding zo goed als nihil is. Het is een supersnelle methode en - op zeer lichte prikkeltjes na - volledig pijnloos.”

“Maar schoonheidsverzorging is meer dan alleen een behandeling uitvoeren. Ook wat betreft informatie geven over

de behandeling en goeie follow-up daarna, ben je bij ons aan het juiste adres. De fijne babbels tijdens de behandeling horen er natuurlijk ook bij.”

“Wij werken met zorgvuldig uitgekozen partners op locatie (de verschillende locaties vind je op onze website). Ben je getriggerd? Boek dan eens een gratis testsessie op één van onze locaties.”

“Wij kijken er alvast naar uit jou snel te mogen verwelkomen!”

Liefs,
Ellen van de LaserClinique



LaserClinique
Berkenlaan 1, Sint-Job- in-'t-Goor
0477 85 14 43
www.nailstyle-nathalie.be
Onze andere locaties en meer
info kan je vinden op:
www.laserclinique.be



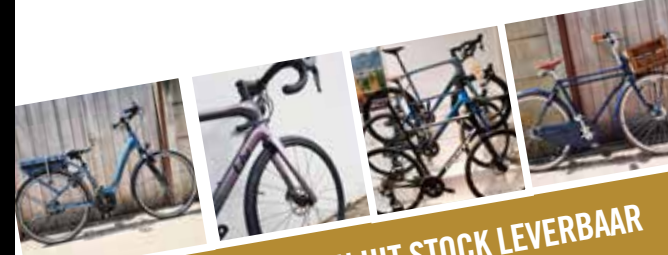
RIJWIELEN HERMANS



Antwerpsesteenweg 325, Westmalle | +32 (0)3 311 65 97

INFO@RIJWIELENHERMANS.BE
WWW.RIJWIELENHERMANS.BE | WWW.RIJWIELENSHOP.BE

ma van 8:30 - 18:00
di -wo - vrij 8:30 - 12:00 en 13:00 - 18:00
za 8:30 - 17:00
donderdag & zondag gesloten



GROTE KEUZE FIETSEN UIT STOCK LEVERBAAR
ONTDEK ZE (EN MEER) BIJ RIJWIELEN HERMANS

UW E-BIKE SPECIALIST



E-BIKE - STADSFIIETSEN - MTB - RACE - KIDS
MEER DAN 50 VERSCHILLENDE ELEKTRISCHE FIETSEN

WIJ AANVAARDEN ECO-CHEQUES
EN CONSUMPTIE-CHEQUES

VRAAG NAAR ONZE
INTERESSANTE FIETSENLEASING



LET'S ENJOY A GINCREDIBLE SUMMER NIGHT WITH YOUR FLOWERS GIN

De zomer is het seizoen van licht, lucht en zon. Van groeien en oogsten. Het moment van het jaar om te reizen, te ontspannen en op zoek te gaan naar nieuwe inspiratie.

De **FLOWERS  GIN Summer Edition** is een evenwichtig gebalanceerde gin, met een neus van weelderige tuinbloemen en pittige toetsen van rijp zomerfruit. Een gin boordevol warme vibes. Heerlijk wanneer de zon hoog aan de hemel staat en prima te drinken tijdens zwoele zomeravonden. Laat het genieten beginnen!

Te koop bij **Natuurlijk Bloembinders** in 's-Gravenwezel, Wijnegemsteenweg 17.

**SHOP THE BOTTLE ONLINE AT
FLOWERSNGIN.COM**

FLOWERS GIN GINGER



Botanicals:

Geplette jeneverbes
Schijfjes gember geplet

Double Dutch Ginger Ale

Bereiding:

Neem een groot glas en vul met ijs. Giet er **5cl FLOWERSNGIN** bij. Voeg de botanicals toe. Ruik en ervaar de aroma's. Overgiet met de ginger ale.

Proef en geniet met mate!



Rustoord De Meibloem is een ROB (Rustoord voor Bejaarden) gelegen in de rustgevende omgeving van het Koningshof te Meibloemlei 6, 2900 Schoten. Wij staan bij de verzorging van de bejaarden. Kwalitatieve verzorging in een rustiek kader. Bejaarden met categorie: O, A (KATZ-schaal) kunnen terecht in het rustoord.

Het rustoord wordt uitgebaat door Ann Bolders en biedt plaats aan 12 bejaarden. Door het beperkt aantal bewoners genieten zij elk van een persoonlijke en rustige aanpak.

Meibloemlei 6, Schoten

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 in 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."

+32 3 658 23 34 | info@demeibloem.com | www.demeibloem.com



En dan is het *zomer!*

Wat hebben we lang moeten wachten op de zomer! We hebben gewoon het voorjaar overgeslagen. Daarom, geniet ervan!

1. Hyaluron tinted Lip™ van Indeed, € 19,95 www.douglas.nl
2. Rouge Volupté Shine van YSL, € 38,75 www.debijenkorf.nl
3. Alibi van Oscar de la Renta, vanaf € 45,- 4. Nagellak van essie, € 9,99 www.essie.nl
5. Lip Laquer Luxe Matte van Tom Ford, € 57,- www.debijenkorf.nl
6. Vinted beach eyeshadow palette van essence, € 5,99 www.essence.eu
7. Bas Kosters x Zenner Borstel anti-klit TeeWee (vanaf 9 juli), € 9,99 www.zenner.nl

8. Body Sunscreen SPF 50 van Patyka, € 33,- www.skins.nl
9. Mineral Sun Care Compact UVA/UVB 30 van Clarins, € 38,75 www.clarins.nl
10. Cocktail edition van Pepe Jeans, For Him en For Her, vanaf € 26,95 www.douglas.nl
11. Spritz Veneziano Doucheegel van Tutto Tondo, € 18,- www.douglas.nl
12. Paula's Ibiza van Loewe, € 78,50 www.debijenkorf.nl
13. Refresh and Revive Aftersun van V-Sun, € 9,95 www.skins.nl

BIJ DE GROOTHANDEL is specialist in de inkoop en verkoop van partijgoederen. **Met een assortiment van meer dan 1000 alledaagse producten** voor schoonmaak, huishouden, verzorging, speelgoed, decoratie, tuin, klussen en ga zo maar door, biedt BDG de oplossing voor iedereen die zichzelf of anderen graag betaalbaar verwernt met veel fijne spullen.

Als snelgroeiende discounter staat BDG bekend om de lage prijzen en het grote aanbod. Daarnaast hecht BDG enorm veel waarde aan kwaliteit en duurzaamheid. Met voornamelijk A-merken of vergelijkbare kwaliteit streven ze ernaar de klanten zoveel mogelijk **waar voor hun geld** te geven.

Op werkdagen vóór 16:00 uur besteld, dezelfde dag verzonden

- Gratis verzending vanaf €50,-
- Niet goed, geld terug
- Achteraf betalen mogelijk



Merkbaar beter, steeds voordelig

**ALTIJD
LAGE
PRIJZEN**



WWW.BIJDEGROOTHANDEL.COM

Schijnt de zon? Draag een *zonnebril!*

Eén van de populairste fashionitems: de zonnebril. Hoewel je zonnebril er natuurlijk ook cool uit moet zien, dient zo'n bril in de eerste plaats om je ogen te beschermen tegen de uv-stralen van de zon. Waar moet je rekening mee houden bij de aanschaf van een goede zonnebril?

MET EEN
ZONNEBRIL
VERMINDER JE
DE KANS OP
KRAAIENPOOTJES

Dat uv-straling schadelijk is voor de huid, weten de meeste mensen wel. Dat hetzelfde geldt voor de ogen is helaas nauwelijks bekend. Zonder goede bescherming kan uv-straling namelijk permanente schade aan de ogen veroorzaken. Een goede zonnebril heeft het kwaliteitslabel UV-400 of het opschrift 100% UV-bescherming. Check dit voor je een bril koopt.

Ook goed voor je huid

Een goede zonnebril beschermt niet alleen je ogen, maar ook de tere huid eromheen. Let er bij het passen van een nieuwe zonnebril dus op dat deze breed genoeg is om ook de huid rond je ogen voldoende te beschermen. Dit verkleint de kans op huidveroudering.

Sterk staaltje

'Had ik maar veel eerder een zonnebril op sterkte genomen.' Misschien wel de belangrijkste tip voordat je een zonnebril gaat uitzoeken: laat je ogen opmeten. Daarna kan de opticien bepalen of je

voldoende hebt aan een 'gewone' zonnebril of dat je juist een zonnebril op sterkte nodig hebt.

Met een kleurtje

Wist je dat gekleurde glazen in jouw bril niet alleen mooi zijn, maar ook nog een reden hebben? Gele glazen verscherpen bijvoorbeeld het zicht. Bruine en grijze glazen verminderen de felheid van het licht. Groene glazen zijn vooral prettig wanneer je veel buiten bent. Ze zijn kleurneutraal en voorkomen vermoeide ogen. En roze glazen in een zonnebril maken het zicht veel helderder. Daarnaast staat een roze zonnebril natuurlijk geweldig bij jouw outfit!

Voor de kids

In welke (speelgoed)winkel je ook kijkt, zodra het zonnetje schijnt, vind je overal vrolijke zonnebrillen voor kids. Heel leuk natuurlijk, maar vaak gaat het hier om goedkope brillletjes met plastic glazen zonder enige bescherming voor de juist zo tere kinderoogjes. Koop dus ook voor kinderen altijd een zonnebrilletje met uv-filter.

Ga jij deze zomer voor een nieuwe zonnebril? Op www.belgiebruist.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

Geniet van de zon, maar doe het *veilig*

Als je te lang en te veel in de zon zit, loop je niet alleen de kans dat je verbrandt en eerder rimpels krijgt, maar loop je ook meer risico op huidkanker.

Bruist geeft tips hoe je verstandig kunt zonnen.

Wat heb jij dit jaar met je tijd gedaan? Het is niet dat je te weinig tijd hebt, maar misschien weet je er niet goed mee om te gaan. Kun je geen prioriteiten stellen, kun je niet de juiste keuzes maken, durf je geen 'nee' te zeggen?

Het enige wat je hoeft te doen, is beslissen wat je doet met de tijd die je is gegeven. Wijze uitspraak van Gandalf (Lord of the Rings). Hoeveel zomers heb je nog te gaan, hoe vaak zul je nog kerst vieren?

Neem eens een paar minuten de tijd om er met aandacht over na te denken. Wat heb jij het afgelopen jaar gedaan met je tijd?

We hebben allemaal dezelfde hoeveelheid tijd. Het is dus van belang hoe jij ermee omgaat. En onthoud: dit leven heeft een deadline. Je toekomst wordt elke dag korter. Geniet van elk moment.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

www.meditationmoments.nl



Laat de huid eerst voorzichtig wennen aan de zon. Dit biedt een natuurlijke bescherming tegen verbranding. Zoek de schaduw op tussen twaalf en drie 's middags, de zon is dan het sterkst.

Draag beschermende kleding. Donkere en dicht geweven stoffen laten minder uv-straling door. Je kunt dit zelf controleren door de stof tegen het licht te houden. Draag in de volle zon een pet of hoed om een zonnesteek te voorkomen.

Bescherm je huid met een goede zonnecrème. Ook wanneer je al een bruine tint hebt. Wees bovendien voorzichtig in de bergen, waar de stralen intenser zijn. Smeer onbedekte huid een half uur voordat je de zon ingaat goed in. Na het zwemmen en sowieso elke twee uur weer opnieuw insmeren. Houd kinderen jonger dan een jaar altijd uit de directe zon en gebruik voor hun tere huid minstens factor 30.

Zonnebrillen zijn meer dan een fashion item. Het dragen van een zonnebril met uv-werende glazen op zomerse dagen is belangrijk om onze gevoelige ogen te beschermen tegen de zon. En dat is voor ons weer een goede reden om deze zomer een nieuwe, hippe zonnebril aan te schaffen!

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!*



Vrijgezel Annelies stelt zich voor

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

“Single, maar zeker niet alleen of eenzaam”, zo omschrijft de goedlachse Annelies uit Hilversum zichzelf. Een vrouw met heel wat passies en vol creativiteit. “Ik houd van stildansen, puzzelen, zwemmen, aquajoggen en lezen, om maar een paar voorbeelden te noemen. En hoewel ik enige tijd geleden gepensioneerd ben – ik heb 27 jaar als parfumeursassistente gewerkt – heb ik nog steeds meer dan genoeg om handen. Ik volg namelijk cursussen kunstgeschiedenis en ik werk nog een paar dagdelen per week als vrijwilliger in het ziekenhuis, inmiddels alweer zo’n vijftien jaar.”

Aanvulling gezocht

Een bezige bij dus, die Annelies. Maar toch is er in haar leven nog meer dan genoeg ruimte voor iemand naast zich. “Ik heb twee kinderen en een aantal zeer dierbare vrienden die ik allemaal al heel lang ken. Maar ik ben er inmiddels ook wel weer aan toe om

mijn leven en mijn passies met iemand anders te delen. Waar ik naar op zoek ben? Naar iemand die mijn leven kan verrijken. In mijn eentje vermaak ik mij in principe prima, dus een man moet echt een aanvulling zijn. Zelf ben ik ontzettend trouw en eerlijk, dus dat verwacht ik ook terug van een man. Mijn voorkeur gaat uit naar een wat langere man van ongeveer mijn leeftijd. En laten we humor niet vergeten. Heel belangrijk in het leven! Ik lach ontzettend graag en gier het dan ook vaak uit van het lachen. Zo erg zelfs dat ik daarmee weer andere mensen aan het lachen maak...”

Annelies, een stralende dame met zoals gezegd heel veel passies. Zo veel zelfs dat we ze hier niet allemaal konden vermelden. Nieuwsgierig naar haar andere hobby's en bezigheden, wie weet vertelt ze je er binnenkort zelf wel meer over...

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar doornbosannelies@gmail.com.



**‘GEVOEL VOOR HUMOR
IS ECHT EEN MUST’**

LENGTE
175 CM

LEEFTIJD
66 JAAR

OGEN
BLAUW-
GRIJS

*Jij reageert
toch ook?*

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

Eindelijk! Wij hebben zin in *de sportzomer!*

Nadat vorig jaar bijna alles werd afgelast, kunnen we nu eindelijk weer genieten. Het EK voetbal, de Tour de France en de Olympische Zomerspelen in Tokio vormen de hoofdmoot van een heerlijke sportzomer.

Dit jaar dus nieuwe ronde, nieuwe kansen! De sportzomer van 2021 is veelbelovend en kan weleens de boeken in gaan als de grootste ooit!

Het Europees Kampioenschap voetbal duurt nog tot en met 11 juli. Het speciale aan deze editie is dat er geen gastland is waar het toernooi wordt gespeeld. Het toernooi wordt in twaalf stadions en in even zoveel landen gespeeld. Nog nooit waren er zoveel landen gastheer. De openingswedstrijd is gespeeld in Rome, de finale zal plaatsvinden in Londen.

Tour de France

Op 26 juni startte de 108e editie van de Tour de France in de Franse kustplaats Brest om ruim drie weken later op de Champs-Élysées in de hoofdstad Parijs te finishen. Binnen dit tijdsbestek zal er een prachtig parcours afgelegd worden met klauterwerk in het Centraal Massief, de Pyreneeën, de Provence, de Jura en de Alpen.

Olympische Spelen sluiten deze sportzomer af

Na een jaar uitstel kunnen we dan toch getuige zijn van een van de meest belangrijke sportevenementen ter wereld, de Olympische Spelen. Van vrijdag 23 juli tot en met zondag 8 augustus is het tijd voor de Spelen in Tokio. Met een tijdsverschil van zeven uur is het net als vijf jaar geleden rekenen geblazen om onze Belgische sporters live aan het werk te zien.

Afgelopen seizoenen kwamen er ook heel wat topsporters langs in Het huis en kregen we een unieke inblik in hun leven. Deze zomer valt opnieuw te genieten van deze afleveringen.

De televisiekijker kan zich wederom verheugen op een sportzomer met voor- en nabeschouwingen en gezellige avondprogramma's. Daarom wensen wij alle supporters een bruisende sportzomer toe.

Wil je de sportzomer volgen op een nieuwe en extra grote televisie? Op www.belgiebruist.be vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

ZIT JIJ AL
KLAAR VOOR DE
SPORTZOMER
VAN 2021?

Couscoussalade met gerookte zalm

Zin in iets lichts en voedzaams? Kies dan voor deze heerlijke, snelle en gezonde maaltijdsalade met couscous en gerookte zalm. Een heerlijk recept voor warme zomerdagen. In kleinere porties ook prima als bijgerecht te gebruiken.

4 PERSONEN - 15 MINUTEN

INGREDIËNTEN

30 ml boter
250 ml parelcouscous
500 ml groentebouillon
60 ml peterselie
1 eetlepel dille
60 ml grapefruitsap
3 eetlepels olijfolie
zout en peper
1 kleine rode ui
500 ml rucola
100 gr fetakaas
1/4 komkommer
400 gr gerookte zalm

BEREIDING

Smelt de boter in een pan op middelhoog vuur en bak de parelcouscous in 1 minuut bruin.

Voeg de groentebouillon toe en breng het aan de kook. Dek de pan af en kook op een laag vuur in 8 tot 10 minuten gaar. Roer af en toe in de pan tot de vloeistof volledig is opgenomen.

Leg de couscous op een bord en laat het afkoelen. Hak de peterselie en de dille en meng deze samen met het grapefruitsap en de olijfolie in een kom. Voeg naar smaak zout en peper toe.

Snipper de rode ui en voeg deze samen met de couscous, rucola, de verkruimelde fetakaas en de in schijfjes gesneden komkommer toe aan de slakom. Roer het geheel voorzichtig door en voeg tenslotte de zalm toe.
Smakelijk eten!





PUZZELPAGINA

Ook in juli zorgt Bruist ervoor dat jij weer lekker kunt puzzelen. Op je balkon, in de tuin of heerlijk op je ligbedje aan het strand.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-4-6**.

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 zomer. De oplossing van vorige maand was **vaders**.

Maak kans op dit bruisende

zomer-pakket



l+r=a -ur

☀+🇺🇸 y=i🐮-it

💣b=z+🐜-mi

m+🐵p=r k+👁g=m

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

Maak kans op een

Peach blossom Smoothing Body Wash



Begin de dag fris met deze heerlijke body wash op basis van perzikbloesem en geniet van een verzorgde en gehydrateerde huid door dit fijne product van O'right.

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

bloesem	schuim
zacht	wassen
perzik	lichaam
zeep	aroma

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 augustus de oplossing in op onze site: www.dekempenbruist.be

VOOR MOBILITEIT, VOOR IEDEREEN

officieel dealer van:



Jeep



MAXUS

ISUZU



www.vanmossel.be

Van Mossel