

DE BRABANTSE WAL 

AUGUSTUS 2023 GRATIS MEENEMEN!
WWW.BERGENOPZOOMBRUIST.NL

BRUIST



Blijf een leven
lang *jong!*

Jeangu Macrooy:
'Ik vertrouw volledig
op mijn skills'

Fongers. Een echt Hollands fietsmerk dat haar oorsprong vindt in Groningen. Fongers was vanaf 1884 gevestigd aan de Hereweg in Groningen en pionier in de ontwikkeling van de klassieke Nederlandse toerfiets. Fongers legde zich vanaf 1884 toe op de fabricage van hoogwaardige rijwielen, die zeker in de jaren tot 1910 alleen waren weggelegd voor de koopkrachtige bovenlaag van de bevolking. Het bedrijf ontwikkelde een eigen productenlijn met veel specifieke details. Zo introduceerde het merk een eigen velgremstangensysteem en een Fongers stuurstop. De onverminderde keuze voor kwaliteit en duurzaamheid van alle Fongers modellen maakt dit merk ongekend populair binnen Nederland. Inmiddels is Fongers gevestigd aan de Gompensstraat in Waalwijk, waar de drang naar het leveren van een kwalitatief hoogwaardige fiets voor een eerlijke prijs onverminderd groot is.



FONGERS. Een oerhollands fietsmerk met meer dan 80 verschillende e-bikes!

NUEVO Motinova Plus Disc



FONGERS
Distributed by Matrabike

Nuevo

- Volledig stille Motinova motor
- Maximaal 150 km
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

€ 1999,-



Supreme Disc

- Krachtige voorwielmotor
- Maximaal 150 km
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

€ 1499,-



Fongers Supreme

BESTE KOOP
AD: Februari 2021

Livorno RB

- Krachtige Bafang M200 middenmotor
- Maximaal 150 km
- Shimano Nexus 7 naafversnelling



Vanaf:

€ 1599,-



Fongers Livorno

ZEER GOED
AD: Februari 2021



TrustScore 4.6
4,045 reviews

Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

Gompensstraat 21, 5145 RM Waalwijk,
Nederland. Tel. 0416-342012

Matrabike Sint-Martens - Latem (BE)

Kortrijksesteenweg 70, 9830 Sint Martens
Latem, België. Tel. 038880990

Matrabike Rumst (BE)

Antwerpsestraat 83, 2840 Reet
(gemeente Rumst), België.
Tel. 038880990



Matrabike Experience Center Waalwijk (NL)

matrabike
AL 30 JAAR VAN FABRIKANT NAAR KLANT!

Heeft u vragen of wilt u meer informatie?
Stuur dan een email naar:
klantenservice@matrabike.nl

Kijk voor uw FONGERS fiets op:
www.matrabike.nl

**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

MUCHACHOMALO*
UNDERWEAR



De naam Muchachomalo,
stoute jongen in het Spaans,
zegt het eigenlijk al: de
Muchachomalo boxershorts
voor heren en jongens zijn
speels, excentriek en stoer.
Nu ook in microfiber!



*Een tikkeltje
rebels*

DE ZOMER IS IN VOLLE GANG!

Lekker in je vel met goede ondermode bij Sven & Sophie

Kijk in onze
winkels voor
onze **SALE**

Happy Socks

Wat is er nou leuker dan de
zomer vieren met Happy Socks
om je voeten? Want de gekke
prints maken elke dag een
stuk kleurrijker. Nu met nieuwe
cadeaudozen.



XPOOOS
THE ART OF SOCKS

Bij XPOOOS weten ze hoe ze jouw voeten knap
moeten aankleden. Vol eigenzinnige, originele
prints en rake kleurencombi's zijn deze sokken
kunstwerkjes op zich.

*Kunstwerkjes voor
je voeten*



MARCMARCS

Marcmarcs heeft bewezen dat
hoogwaardige beenmode wel
degelijk betaalbaar kan zijn. Al
decennialang werkt Marcmarcs
samen met ambachtslieden die het
naadje van de kous weten.

*Hoogwaardige kwaliteit
aan je voeten*





8



10



27



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
CUSTOMER CARE Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist – Nesia Mamengko
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook/Bergen op Zoom

Vind je dit een leuk magazine?
Laat het ons weten
op klantenvertellen.nl



ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl of
bel Marcel Bossers 06-34590975 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2023. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Bergen op Zoom 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.**



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl



Je hele leven jong blijven, wie wil dat nu niet?! Helaas kunnen we de tijd niet stilzetten, maar gelukkig zijn er wel diverse dingen die we zelf kunnen doen om een jeugdig gevoel en een jeugdige uitstraling te behouden. Wat dan precies? Je leest het verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

Bruisende lezer,

Wie zich nog absoluut niet druk hoeft te maken over ouder worden, is de 29-jarige singer-songwriter Jeangu Macrooy. We kennen hem natuurlijk allemaal al van zijn deelname aan het Eurovisie Songfestival in 2020, maar nu duikt hij ook de theaters in met de rol van Jezus in de musical Jesus Christ Superstar. Een nieuwe uitdaging waar hij ontzettend veel zin in heeft, zoals je kunt lezen in het bruisende interview dat we met hem hadden.

Wat mag je verder verwachten van deze zomerse editie? Uiteraard weer heel wat inspirerende interviews met ondernemers uit jouw regio, leuke tips, wetenswaardigheden en interessante nieuwtjes. Genoeg leesvoer om even heerlijk van te genieten. En dat is mooi meegenomen, want ook ontspannen is belangrijk om je lichaam en geest jong te houden.

Geniet van de zomer!
Lea en Marcel Bossers



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

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



12



28

Inhoud

Fotograaf: Rinse Fokkema

Blijf een *leven lang jong!*

Ooit was het een groot compliment als je ouder werd geschat dan je eigen leeftijd. Ouder lijken was stoer en je voelde je zelfverzekerder. Maar rond de dertig ligt het omslagpunt. Ineens ben je heel blij met elk jaar dat je jonger wordt geschat.

Ouder worden is tegenwoordig normaal. Vroeger werden mensen na hun vijftigste als oud gezien, maar nu staan we op die leeftijd nog middenin het leven. Het hebben van werk, kinderen, een partner, ouders en het koesteren van dromen en ambities maken ons druk.

In plaats van drastische maatregelen te nemen bij een plastisch chirurg, kunnen we ervoor kiezen om zelfvertrouwen uit te stralen. Het blijkt dat mensen die zich geen zorgen maken over ouder worden gemiddeld 7,5 jaar langer leven dan degenen die geforceerd jonger willen lijken. We willen niet noodzakelijk jong blijven, maar wel dat jeugdige gevoel behouden. Bruist geeft advies om lichaam en geest soepel te houden en elegant ouder te worden.

HOUD JE HERSENEN ACTIEF Zoek uitdagend werk, volg een opleiding of doe een (talen)cursus. Als je je hersenen intensief gebruikt, gaan het concentratievermogen en geheugen minder snel

achteruit. Ook een potje Triviant of knutselen met je (klein)kind is smeeroelie voor je brein.

ONTSPAN Maak regelmatig tijd om te ontspannen; met een boek, tijdens een avondje met vrienden, tijdens de yogales of een stevige wandeling. Je blijft niet alleen geestelijk fit, maar het houdt ook je lichaam in vorm.

KIES VOOR 'KRACHTVOER' Bescherm je lichaam door veel voedsel te eten dat natuurlijke anti-oxidanten bevat. Die zitten onder andere in broccoli, tomaten, druiven, blauwe bessen en citrusvruchten.

BLIJF LACHEN Als je het leven van de positieve kant bekijkt, is de kans groter dat je beter slaapt en minder vaak ziek bent. Met een echte, gemeende lach train je de spieren in je gezicht én kun je je levensduur verlengen. Als dat geen goede reden is om vaak te lachen...

Wil jij tips om jong te blijven? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



Vind je dit
een leuk artikel?
Laat het ons weten op
klantenvertellen.nl.



STRAAL ZELFVERTROUWEN UIT EN
ELEGANT OUDER WORDEN
GAAT BIJNA VANZELF

Plezier voor jong en oud



N05
BAR - DANCING



BRUISENDE/ZAKEN

Drie ondernemingen, is dat niet een beetje veel bij elkaar? Ilse lacht: “Ik moet toegeven dat we weinig slapen, vooral in de weekenden, dan is het maximaal drie uur per nacht. Maar als ik iets wil bereiken, ga ik er voor de volle honderd procent voor en moet alles ook helemaal perfect zijn. En met ons opteam dat ons goed ondersteunt, komt dit helemaal goed!”

Café de Markies

Sinds zeven jaar runt Ilse Bazen samen met haar partner Walter van Loon Café de Markies aan het Beursplein in Bergen op Zoom. Dat staat bekend als een gezellige bruine kroeg voor jong en oud. Met in de middag relaxed een koffietje, wijntje, speciaal biertje of cocktailtje op het gezellige terras of in de knusse bar. Na 23.00 uur gaan alle tafels en stoelen aan de kant en draait Walter achter zijn dj-booth nummers van André Hazes en Elvis Presley tot dancemuziek, zodat de tent helemaal op zijn kop staat!

Bar Dancing N05

In 2020 kregen Ilse en Walter de kans om de naastgelegen locatie erbij te nemen, zodat ze daar wat meer voor de jeugd op konden zetten. Ook deze onderneming, Bar Dancing N05, is inmiddels een alom bekende bar geworden waar elke vrijdag en zaterdag verschillende gast-dj's er een goed feestje van maken!

‘JONG EN OUD KOMT BIJ ONS LANGS’

Boutique Hotel N05

Daar bleef het niet bij, want bij deze overname zat ook een hotel inbegrepen. “Dat hebben we in de coronaperiode helemaal, van boven tot beneden, verbouwd en omgetoverd tot een klassiek boutiquehotel”, aldus Ilse. “Hier krijgen we verschillende gasten te logeren, onder andere romantische koppeltjes, bruiloftsgasten, fietsers en zakenmensen. De locatie is natuurlijk geweldig, want de kamers kijken allemaal uit op het prachtige, magische Markiezenhof.”



Café de Markies

Steenbergsestraat 7, Bergen op Zoom
0164-726996

Benieuwd naar ons volledige

aanbod? Neem een kijkje op onze website! www.no5boz.nl

N05 Bar Dancing & Boutique Hotel

Beursplein 5, Bergen op Zoom
0164-726995





LEZERSACTIE*

Self Tan 125 ml van That'so t.w.v. € 27,-

De vegan self tan spray van That'so is geweldig. Het geeft direct een egale bruine kleur die zich in 2-3 uur ontwikkelt. Geen vlekken, geen oranje/gele kleur of zwarte puntjes in je poriën. Ook hydrateert en verzorgt het je huid met aloë vera. Perfect voor een verantwoorde bruine tint.

www.thatso.nl TAG #SELFTAN



COCONAUT

Coconaut is een verfrissend water afkomstig van jonge Vietnamese kokosnoten met een heerlijke smaak en geweldige voordelen. Het is een natuurlijke isotoon die uitstekend hydrateert en energie geeft. Het is een gezond alternatief voor zoete en calorierijke multifruitedranken. Je kunt het puur drinken of gebruiken in cocktails en andere drankjes.

Coconaut is lekker en verfrissend, in fruitige smaken zoals watermeloen, perfect om af te koelen tijdens hete zomerdagen.

www.unlimitedhealth.nl



MINERAL POWDER BRUSH

Verwen jezelf met de handige Hawaiian Tropic Mineral Powder Brush. Deze poederkwast bevat een matterend poeder met SPF 30. Geschikt voor gebruik op zichzelf, onder make-up of als matterende setting powder. Blijf de hele dag stralend en goed beschermd met dit doorzichtige poeder, geschikt voor elke huidskleur. Met 100% minerale ingrediënten, zonder chemische toevoegingen.

www.hawaiiantropic.eu



TOPBLOEMEN BOEKET

Bij Topbloemen.nl bestel je de mooiste boeketten met een persoonlijke boodschap. Bij elke bestelling van het Goede Doelen boeket wordt € 2,50 aan een goed doel gedoneerd. Topbloemen.nl verdubbelt deze donatie, waardoor € 5,- per verkocht boeket naar het doel van die maand gaat. Zo helpt Topbloemen.nl mensen en/of dieren die meer nodig hebben dan een mooi boeket.

www.topbloemen.nl



Voel de magie van de zomer!

BRUIST Deals

Ook deze maand hebben we weer enkele Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Neem een kijkje op www.nederlandbruist.nl/lezersacties en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.

TOSKANI

Speciaal ontworpen voor haaruitval, bieden de Toskani Anti hairloss producten een geavanceerde oplossing. Met hun krachtige ingrediënten zijn deze producten geschikt voor alle soorten alopecia. Ze versterken en revitaliseren de haarfollikels, resulterend in een hogere haardichtheid en verbeterde haarconditie. Ideaal voor dunner wordend haar, kale plekken en algemene haaruitval.

www.toskani.nl



DRY OIL SUN SPRAY VAN THAT'SO

That'so is ongeëvenaard als het om self tan producten gaat, maar ook op het gebied van zonbescherming kun je niet om het merk heen. De Dry Oil Sun Sprays bevatten allemaal 3 SPF in 1 flacon. Spray je één keer, dan ben je met factor 20 beschermd. Spray je kort daarna weer, dan met factor 30, et cetera. Er is ook een sun spray die tevens anti-insecten is en een spray voor mensen met tatoeages, zodat deze niet verkleuren door de zon. 175 ml, € 26,- www.thatso.nl



Doe mee en win

LEZERSACTIE*

Doe mee en win een overheerlijke fles Cheeky Sauvignon

Deze (h)eerlijke Cheeky Sauvignon is tropisch, verfrissend en zit tjokvol citrus. Bovendien is de wijn 100% biologisch en vegan! Per verkochte fles wijn wordt 750 liter schoon drinkwater gedoneerd aan communities in Afrika!

www.thegoodwine.nl TAG #WIJN



LEZERSACTIES*

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie!

Of stuur je gegevens o.v.v. de TAG bij de lezersactie naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

Een goed ingerichte werkplek en de juiste werkhouding voorkomen pijnlijke klachten en zorgen voor een ontspannen ademhaling en een goede stem

Samen sterk!

Gezondzittendwerken.nl & logopediepraktijk Bruning & Helmy Bruning, adem-/stemtherapeut en werkplekadviser

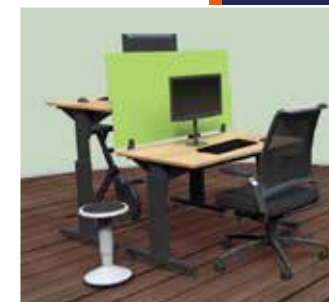
Indicatie vragen:

- Brengt u regelmatig veel uren zittend door voor werk of hobby?
- Heeft u hoofdpijn, pijn in uw rug, schouders, nek of arm?
- Heeft u een beroep/activiteit waarbij u uw stem veel gebruikt?
- Is uw stem snel vermoeid of hees?
- Heeft u klachten van kortademigheid of hyperventilatie?

spieren in rug, nek, arm en schouders en dat zorgt weer voor een verhoogde spierspanning rondom het middenrif, de hals en de stembanden.

De succesvolle aanpak is een combinatie van twee werkvelden: adem-/stemtherapeut en werkplekadviser

De fysieke klachten behandel ik in mijn logopediepraktijk in Medisch Centrum De Grebbe in Bergen op Zoom. Steeds vaker zijn de adem-/stemklachten waarmee de patiënt zich meldt deels te wijten aan een verkeerde werkplek en/of verkeerde houding. Door dit in de behandeling mee aan te pakken, kan de medische klacht sneller en succesvoller worden behandeld. En dat is het mooie aan de combinatie met mijn onderneming Gezondzittendwerken.nl. Als werkplekadviser houd ik me voor mkb-ondernemingen bezig met het onderzoeken, optimaliseren en inrichten van arboproof werkplekken. Door de aanschaf van de juiste bureaustoel, (zit/sta) bureau, balanskruk en akoestische oplossing kan ik de werkplek optimaal op maat inrichten. Ik ben zelfstandig leverancier van diverse merken stoelen en meubilair en niet te vergeten akoestische oplossingen, want een slechte akoestiek is killing voor concentratie en stem.



Het ontstaan van klachten:

Het gaat om de balans tussen fysieke en mentale belasting versus overbelasting. Dat is voor iedereen anders en afhankelijk van de persoonlijke en werksituatie.

Spanning, stress en emotie zijn externe factoren die invloed hebben op een klacht. Daaronder valt ook een verkeerd ingerichte werkplek of houding. Beiden veroorzaken een oppervlakkige ademhaling, pijnlijke

Conclusie:

Door een holistische benadering van fysieke klachten kan onnodig leed en (zorg)geld bespaard en verholpen worden!

SAMEN STERK:

Flex, thuis en op kantoor



www.gezondzittendwerken.nl

Helmy Bruning-Borghstijn | Westerland 13, Bergen op Zoom
+31 610202148 | info@gezondzittendwerken.nl

Gezondzittend
WERKEN.NL



BRUNING
Logopedie
Communicatie en meer...



VOOR HET JUISTE
EINDRESULTAAT

Exclusiviteit en functionaliteit in één



Flowing Art ontwikkelt, produceert en installeert decoratieve gietvloeren bij particulieren en bedrijven.

Waar Flowing Art zich in onderscheidt, is dat ze ook plinten en wandpanelen kunnen maken van hetzelfde materiaal als uw gietvloer.

U krijgt dan dezelfde uitstraling op de muur als op uw gietvloer. Ideaal voor bijvoorbeeld de badkamer. Ook mooie printafbeeldingen voor aan de wand vindt u bij Flowing Art.

Voor bijzondere tafelbladen die bewerkt zijn met epoxy, zoals ingegoten mosselschelpen, bent u bij Flowing Art aan het juiste adres.

Kom vrijblijvend eens kijken in onze showroom. Het liefst op afspraak.

Ampèreweg 6,
Hoogerheide (NL)
+31 (0)164-606148
info@flowingart.eu
www.flowingart.eu



Iedereen wil **oud worden**, maar niemand wil het zijn.

Voor iets dat eigenlijk vanzelf gaat,
is ouder worden nog best **lastig**.

Een dagje ouder worden maakt alleen wat uit
als je **een banaan** bent.

Een **middagdutje** heet niet voor niets een schoonheidsslaapje.

Je handen verraden meestal je echte leeftijd door
pigmentvlekken en rimpels. Gebruik dus een goede handcrème.

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

Veel mensen hebben een mentale **leeftijd** tussen de 28 en 42.

Laat je niet tegenhouden door de zeurders
die vinden dat je ergens 'te oud voor bent'.

De goedkoopste facelift is een **glimlach**.

Rimpels zijn de landkaart van je leven.





Kasten exact op uw maat!

Een kast kun je overal kopen...

45 jaar kennis, vakmanschap
en kwaliteit niet!

www.degraafbv.nl

Woonboulevard Hoogstad - Vlaardingen

De Graaf
Haalt alles uit de kast... **sinds 1975!**



REPAIR YOUR HAIR AFTER SUMMER

JOHNBEERENS
.COM



Step 1

Reinigen en hydrateren

Begin je haarverzorgingsroutine met de juiste reiniging en hydratatie. Gebruik de **Amika Hydro Rush Moisture Shampoo** om alle resten van zout water, chloor en onzuiverheden uit je haar te verwijderen. Deze shampoo herstelt het vochtgehalte van je haar en maakt het zijdezacht.

De zomer is een heerlijke tijd vol zon, zwembaden en strandavonturen. Maar al die vreugde kan je haar uitputten.

De combinatie van chloor, zonnestralen en zout water kan je lokken dof en beschadigd achterlaten. Gelukkig heeft Johnbeerens.com de perfecte oplossing om je haar te herstellen en te hydrateren.



Step 2

Intensieve voeding

Na de invloeden van de zomer heeft je haar behoefte aan intensieve voeding. Breng de **Amika Kure Bond Repair Mask** aan op vochtig haar. Met speciaal ontworpen "bond cure technology", richt dit masker zich op het herstellen en versterken van de bindingen in het haar.



Step 3

Herstel en bescherm

Om je haar te beschermen en het herstelproces te bevorderen, is het essentieel om een leave-in product te gebruiken. Breng de **Amika Hydro Rush Hydration Leave-in Conditioner** aan op handdoekdroog haar. Je haar zal sterker worden en beter bestand zijn tegen toekomstige beschadiging.



Step 4

Style en bescherm

Voor een extra boost aan verzorging en styling, gebruik je de **Amika Blockade Heat Defense Serum** voordat je hittegereedschap gebruikt. Deze spray beschermt je haar tegen schade door hitte en houdt je kapsel langdurig in model. Spray gelijkmatig over je haar en geniet van een prachtige styling zonder zorgen over schade.



TIP
VAN
JOHN



Amika Dream Routine

Voedende verzorging

Om je haar intensief te voeden en te herstellen, gebruik je de **Amika Dream Routine Overnight Hydration Treatment**. Het overnight masker hydrateert het haar 72 uur lang en vermindert haarbreek. Je haar zal gevoed en intens gehydrateerd zijn. Ready to sleep!



Meer informatie over deze producten?

- Beautycare Johnbeerens.com
- +31 13 530 2010
 - beautycare@johnbeerens.com

KUN JIJ EEN BEETJE (ZON)LICHT GEBRUIKEN?



Je bent welkom om Hawaiiaans lichaamswerk te ontvangen. Lomi Lomi is een vorm van lichaamswerk die al jarenlang wordt gebruikt op de eilanden van Hawaïi.

In deze helende vorm van massage wordt het gehele lichaam gemasseerd met warme kokosolie, waarbij ik gebruik maak van mijn handen en mijn onderarmen om strijkingen en knedingen toe te passen. Ook kan er zacht gewerkt worden op botstructuren en kunnen gewrichten in beweging worden gebracht door rekkingen en/of mobilisaties.

Na deze behandeling stroomt alles in je lichaam weer volop, alles wordt in beweging gezet. Doordat het gehele lichaam wordt behandeld, voel je je weer heel.

Voorafgaand aan de sessie is er altijd een gesprek om te kijken waar jouw behoefte ligt op dat moment en waar jij voor jezelf aan wil werken.

Om optimaal profijt te hebben van een Lomi Lomi behandeling, kun je vooraf ook een Ho'oponopono sessie aanvragen. Wat dit precies inhoudt kun je lezen op mijn website www.lunanovamassage.nl of navragen als jij bij me bent voor een massage.

Joyce

Noordzijde Haven 48, Bergen op Zoom | 06 22940604
info@lunanovamassage.nl | www.lunanovamassage.nl

22

DAGJE UIT HUNTENPOP



Huntenpop is een jaarlijks terugkerend, tweedaags muziekfestival dat al jaren bekendstaat om de gevarieerde programmering; van opkomend regionaal talent tot (inter)nationaal bekende artiesten en van gevoelige popliedjes en snoeiharde rock-'n-roll tot aan happy hardcore en hiphop. Verspreid over diverse podia is het allemaal te vinden op het gezelligste festival van de Achterhoek, om precies te zijn in het DRU Park in Ulft. Dit jaar vindt op 11 en 12 augustus inmiddels alweer de 32e editie van het festival plaats, met optredens van onder andere Kraantje Pappie, Son Mieux, Di-rect, Claude, Voltage, S10, Suzan & Freek, DeWolff, Stuk en Flemming. **Kijk voor meer info op www.huntenpop.nl.**

FILMPJE KIJKEN ONLY YOU

Only You volgt Elisabeth (gespeeld door Claire Bender), die op het punt staat om te trouwen met haar jeugdliefde. Er zijn geen echte hobbels in haar leven. Op één avond verandert echter alles als daar ineens de mysterieuze Arthur (gespeeld door Egbert-Jan Weeber) is. Niet in staat weerstand te bieden aan de enorme aantrekkingskracht, geven de twee zich volledig aan elkaar over. De rest van de wereld bestaat niet meer, er is alleen maar die ander. Dan blijkt dat Arthur een geheim met zich meedraagt dat Elisabeths leven én de prille romance opnieuw compleet zal veranderen. **ONLY YOU is vanaf 3 augustus te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN PAULO COELHO



Veronika heeft het allemaal; ze is jong, mooi, ze heeft een leuke baan en een liefdevolle familie. Toch blijft ze het zware gevoel hebben dat er iets mist. Op haar vierentwintigste besluit ze daarom zelfmoord te plegen. Wanneer ze vervolgens ontwaakt in een psychiatrische kliniek, beseft ze dat ze helemaal niet dood wilde, maar dat ze vooral graag een ander leven wil leiden. Maar de overdosis heeft haar hart dusdanig beschadigd dat ze nog maar enkele dagen te leven heeft. Durft ze nog iets van het leven te maken nu het eigenlijk al te laat is? **VERONIKA BESLUIT TE STERVEN van Paulo Coelho's vanaf 15 augustus verkrijgbaar.**

**OOK
MASSAGES
AAN HUIS**

23



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ****

HÉT HOTEL****

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'enBossa, aan het grootste 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!



SCAN DE QR-CODE
En laat jouw
vakantie beginnen!

Thee zoals
thee hoort
te zijn



Dorpsstraat 154
2940 Stabroek, België
teekompleet@gmail.com
www.teekompleet.be
0032-495126473
0032-476908600



Thee maakt je dag compleet!

Wij hebben een mooi en steeds wisselend aanbod van meer dan 130 soorten thee en infusies, waaronder thee van de eerste Belgische theeplantage, leuke theeaccessoires, koffie, botanicals en lekkere zoetigheden.

Ben je op zoek naar een leuk geschenk? Thee voor je restaurant? Speciale relatiegeschenken? Leuk en origineel uit de hoek komen voor je huwelijk, de geboorte van je kindje... zeg het eens met thee!

Kom je graag een kijkje nemen in onze winkel?, Je bent altijd welkom op donderdag, vrijdag en zaterdag vanaf 10 uur.



Veerle en Ludo

'Als ik later groot
ben... werk ik als
verpleegkundige'

Anne - 12 jaar

Ieder kind droomt. Heeft
ambities. Net als Anne.

Maar dromen waarmaken is
niet vanzelfsprekend.

Eerst moet zij beter worden.



Meer leren over
kinderkanker
of een gratis gastles
aanvragen?

Ga naar

kika.nl/voorlichting



Heerlijk genieten!

Stichting 't Opkikkertje verhuurt aangepaste vakantiebungalows

Stichting Vakantiehuis 't Opkikkertje beheert en verhuurt 3 aangepaste vakantiebungalows op vakantiepark Familyland.

De bungalows zijn ruim opgezet en voorzien van alle mogelijke voorzieningen voor mensen die net even wat andere wensen hebben. Vaak chronisch zieken, kankerpatiënten, mensen met een verstandelijke of lichamelijke beperking, maar ook ouderen die bijvoorbeeld van een rollator afhankelijk zijn.

Heel belangrijk: Er zijn geen 'criteria' waaraan voldaan moet worden: Iedereen is samen met familie, vrienden of verzorgers van harte welkom.

Stichting Vakantiehuis 't Opkikkertje bestaat al 32 jaar en door de inzet van de vele vrijwilligers en dankzij allerlei hulp en giften kunnen wij de bungalows netjes onderhouden en ook betaalbaar houden.

Wij zijn op zoek naar een secretaris voor 2 uur per week en mensen voor diverse hand en spandiensten.

Spreekt het u aan om u in te zetten voor deze groep mensen en ons team te versterken, neem dan contact op.



Vrijwilligers
gezocht



P/a Ad van Dorst | Garry Horselaan 5, Hoogerheide | 06 51212244 | info@opkikkertje-hoogerheide.nl | www.opkikkertje-hoogerheide.nl

Jeangu Macrooy in Jesus Christ Superstar: ‘Ik vertrouw volledig op mijn skills als performer en zanger’

Met zijn kenmerkende stemgeluid heeft Jeangu Macrooy al de harten van vele muzikliefhebbers veroverd. Maar nu staat hij voor een nieuwe uitdaging: het vertolken van Jezus in de vernieuwde versie van musicalklassieker Jesus Christ Superstar. “Ik duik met volle toewijding en overtuiging dit nieuwe avontuur in”, laat hij weten aan Theater.nl.

De Surinaams-Nederlandse singer-songwriter brak in 2020 door na zijn deelname aan het Eurovisie Songfestival. Naast zijn inmiddels gevestigde muziekcarrière heeft Jeangu geacteerd in meerdere (theater)producties, zoals Vergeten Helden en The Passion. Hij vertelt hoe deze ervaringen hem helpen bij dit nieuwe avontuur: “Bij Jesus Christ Superstar helpt het heel erg dat het een doorgecomponeerde musical is. Er zijn dus geen gesproken teksten. Ik vertrouw volledig op mijn skills als performer en zanger. Ik vertel zingend een verhaal en breng zingend emoties over. Ja, dat kan ik.”

AUDITIE Jeangu deed auditie voor de rol van Jezus nadat hij hiervoor was uitgenodigd door regisseur Ivo van Hove. “Audities zijn nooit echt leuk om te doen, want er hangt altijd een aparte

sfeer en spanning. Maar ik voelde al heel snel dat de muziek goed bij me paste. Als ik deze liedjes elke dag moet zingen, zou dat geen straf zijn!”

TOEWIJDING EN OVERTUIGING Jesus Christ Superstar is vanaf januari 2024 in de theaters te zien. Of we Jeangu daarna vaker als acteur op het podium kunnen bewonderen, weet hij zelf ook nog niet. “Ik wilde altijd al in een musical spelen en ben heel blij dat het deze productie is geworden. Mijn grote liefde blijft het maken van muziek, maar je weet maar nooit. Ik duik met volle toewijding en overtuiging dit nieuwe avontuur in. We gaan zien wat het me brengt”, sluit de zanger af.

Bekijk de speellijst van Jesus Christ Superstar op Theater.nl.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist

Uitwaaien en genieten aan de Zeeuwse kust

Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied De Zeepe Duinen en het strand van Westerschouwen, vind je sinds circa anderhalf jaar het luxe **Boutique Hotel Ter Zand**. Perfect om heerlijk te genieten van alles wat de veelzijdige Zeeuwse kust te bieden heeft.



Boutique Hotel Ter Zand



HOTELS BY SHEETZ

Uniek aan het concept van Boutique Hotel Ter Zand zijn onder andere de **32 Garden Suites**, die zich verspreid over het terrein bevinden. En ook de **53 kamers in het hotel** zelf vormen een goede reden om hier vaker terug te keren. De kamers zijn gloednieuw en voorzien van alle gemakken. Doordat de kamers over drie panden zijn verdeeld, voelt het hier bovendien toch aan als een kleinschalig hotel waar je als gast alle aandacht krijgt die je verdient. De medewerkers van het hotel hebben dan ook vooral oog voor het welzijn van de gasten.

*Gewoon heerlijk fietsen
langs de kust!*



Kom weer tot rust!

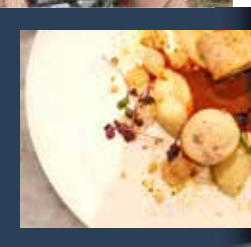
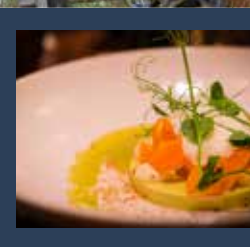
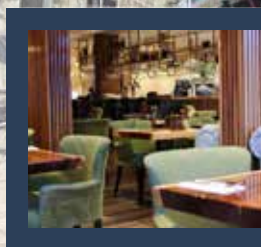
Boutique Hotel Ter Zand biedt zijn gasten allerlei faciliteiten, zoals **het verhuren van fietsen**, waardoor ze heerlijk de omgeving kunnen verkennen.

Vergeet daarnaast ook niet **het restaurant Le Poirier** waar verrassende gerechten worden bereid met de mooiste streekproducten.

Daarnaast kun je gebruikmaken van de **wellness en fitness** die zich op slechts tweehonderd meter van het hotel bevinden.



Scan de QR-code en ga naar de website voor meer info of om meteen te reserveren.



LE POIRIER



BRUIST

Gezocht

BEZORGER

WAT WIJ ZOEKEN:

Een gemotiveerde man of vrouw die **1 week aan het begin van elke maand** onze magazines wil gaan bezorgen.

Ben jij die actieve thuismoeder of vitale, actieve oudere man of vrouw, **GEPENSIONEERD**, die er voor wil gaan om elke maand bedrijven te bezoeken om daar magazines af te geven?

INTERESSE?

Stuur voor meer informatie en de voorwaarden een mail met je CV (en pasfoto) naar Lea Bossers via vacature@nederlandbruist.nl.

Ben jij op zoek naar een (bij)baan voor DE EERSTE volle week in de maand?

Word dan nu **BEZORGER** van onze bruisende magazines in deze regio



BRABANTSE WAL BRUIST

Ambachtelijke zeep

100% natuurlijk en met liefde gemaakt

Bestel hier jouw ambachtelijke zeep met duurzame ingrediënten. De ingrediënten van onze zepen zijn op elkaar afgestemd zodat er heerlijk schuim ontstaat. Elke zeep is uniek, handgemaakt, handgesneden en met de hand verpakt. Alle zepen bevatten de basisingrediënten olijfolie, kokosolie en cacaoboter. Sommige zepen zijn aangevuld met biologische etherische olie, duurzame, plantaardige en natuurlijke kleurstoffen of lokale honing. Op dit moment hebben we 20 zepen in het assortiment, met frisse, zoete en aardse geuren om heerlijk van te genieten en je huid mee te verwennen.



Scan de QR-code en boek jouw workshop!

Zuivere zeep | info@zuivere-zeep.nl
06-46236855 | www.zuivere-zeep.nl

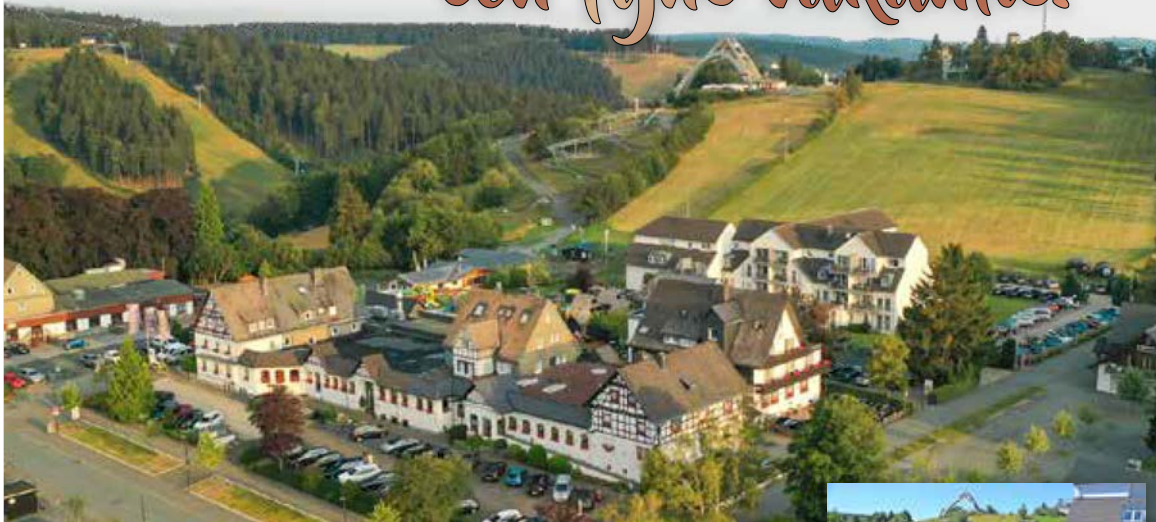
'Wij kunnen mensen met onze nalatenschap een toekomst geven'



Ontdek hoe jouw idealen kunnen voortleven op toegift.nl

toegift.nl
Een goed doel in je testament

Uw garantie voor een fijne vakantie!



Op slechts 200 kilometer van de Nederlandse grens, midden in het land der 1000 bergen, ligt vakantiehôtel Der Brabander. Direct aan het wandel- en skigebied, maar ook het perfecte startpunt voor de mooiste fiets- en motorroutes. En dan is er nog vanaf 2 overnachtingen de gratis entree bij meer dan 45 verschillende attracties in Winterberg en omgeving. Gegarandeerd een fijne vakantie voor jong en oud!



- 📍 Am Waltenberg 65, Winterberg (D)
- ☎ 0049 2981 9320 (Nederlands gesproken)
- ✉ info@brabander.nl



SCAN DE QR-CODE EN BEKIJK HET ONLINE MINI-MAGAZINE
WWW.BRABANDER.NL/BRUIST

vakantiehôtel
Der Brabander
appartementen

Uw leukste Zomervakantie

met uw (klein)kinderen

30°C VERWARMD BUITENBAD

Daarom populair bij onze kleine gasten:

- Uitgebreid animatieprogramma met o.a. koekjes bakken, kinderdisco en spelletjes
- Groot luchtkussen, klimkasteel en voetbalkool
- Verwarmd buitenbad
- Kinderland met Playstations en speelcomputers voor de allerkleinsten
- Veel kindvriendelijke excursies
- Heerlijke kindermenu's

45 GRATIS UITSTAPJES
ONDER ANDERE:

- IJscorfuur
- Woudwacht
- Looptour
- Bani-waai
- Goudsk: Natuurspeel
- Wilgen
- Schipje
- Water-scooter
- Zomerrodde
- Grond-vogel

Reserveer vandaag nog en laat de voorpret beginnen!

Telefonisch:
dagelijks van 9.00 tot 21.00 uur via tel. 0049 2981 9320 (Nederlandstalig)

Online:
24 uur per dag via www.brabander.nl/zomervakantie

Per mail:
info@brabander.nl

Complete Midweek
5 dagen / 4 nachten incl. ontbijt, diners en heel veel extraatjes!
Reeds vanaf:

€369,- p.p.

2 t/m 5 jaar € 109,-
6 t/m 11 jaar € 169,-
vanaf 12 jaar € 249,-

Klassieke taco's met rundergehakt

Zelfgemaakte taco's zijn perfect als diner na een drukke dag. Deze taco's gevuld met rundergehakt zijn binnen enkele minuten klaar en zijn ook nog eens hartstikke lekker. Met verschillende toppings kun je zelf eindeloos variëren met smaken.

12 TACO'S • 20 MINUTEN

INGREDIËNTEN

450 gram mager rundergehakt
 1 eetlepel chilipoeder
 1 theelepel gemalen komijn
 3/4 theelepel zout
 1/2 theelepel gedroogde oregano
 1/2 theelepel knoflookpoeder
 1/4 theelepel gemalen zwarte peper
 1/2 kopje tomatensaus
 1/4 kopje water
 12 tacomshellpen

BEREIDING

Voeg het rundvlees toe aan een grote koekenpan op middelhoog vuur. Breek het vlees met een houten lepel uit elkaar. Voeg chilipoeder, komijn, zout, oregano, knoflookpoeder en peper toe aan het vlees. Goed roeren. Bak tot het vlees gaar is, ongeveer 6-8 minuten, af en toe roeren.

Verlaag het vuur tot medium. Voeg de tomatensaus en het water toe. Roer om te combineren. Kook, af en toe roerend, gedurende 7-8 minuten, tot een deel van de vloeistof is verdamppt, maar het vleesmengsel nog een beetje sauzig is. Haal van het vuur.

Verwarm de tacomshellpen volgens de aanwijzingen op de verpakking. Vul de tacomshellpen met 2 volle eetlepels tacovlees. Top met gewenste taco-toppings: geraspte kaas, geraspte sla, gehakte tomaten, in blokjes gesneden rode ui, tacomsaus, zure room, guacamole, et cetera.



Terwijl je geniet van je verdiende tijd aan het zwembad, strand of in de natuur, kun je jezelf onderdompelen in verschillende puzzelmogelijkheden. Door deel te nemen aan deze puzzelacties maak je bovendien kans op geweldige prijzen, die je vakantie nóg onvergetelijker zullen maken.



Vind je dit een leuke puzzelpagina? Laat het ons weten op klantenvertellen.nl

PUZZELPAGINA

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **3-8-4**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Zoek de zes verborgen letters in deze editie van BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand 'blijf een leven lang jong'. De oplossing van vorige maand was **koffer**.

Maak kans op een:
5-daags verblijf in Vakantiehôtel Der Brabander

L.v.v. **€ 698,-**

Het arrangemente omvat 4 overnachtingen met ontbijtbuffet en diners voor 2 personen in een standaard kamer. Het bekendste vakantiehôtel van Winterberg staat garant voor een gastvrij en onvergetelijk verblijf.

*Het te winnen bedrag kan ook in mindering gebracht worden op andere arrangementen.



- Am Waltenberg 65, Winterberg (DE)
- 0049 2981 9320
- info@brabander.nl
- www.brabander.nl



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

- | | |
|------------|-------------|
| brabander | appartement |
| winterberg | hotel |
| wellness | duitsland |
| familie | vakantie |

Streef 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 september de oplossing in op onze site: www.bergenopzoombruist.nl

Maak kans op het boek:

De Heraklesmoorden

Realiteit en mythologie lijken samen te komen wanneer een moordenaar zich door de twaalf werken van Herakles laat inspireren. De Heraklesmoorden is een thriller uit de nieuwe serie De Mythosmoorden, waarbij telkens een mythologisch verhaal centraal staat.



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

- | | |
|----------|-----------|
| thriller | favoriet |
| bekroont | olbrechts |
| spanning | herakles |
| moorden | mythisch |

Streef 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 september de oplossing in op onze site: www.bergenopzoombruist.nl

BRUIST
ONLINE

Ja, dat kunnen we!

Wij ontzorgen de ondernemer op het gebied van social media, webdesign en merkidentiteit om meer bereik en professionaliseren je online kanalen!



**SOCIAL MEDIA
BEHEER**

WEBDESIGN

MERKIDENTITEIT

NIEUWSGIERIG? Ben je benieuwd naar wat we voor je kunnen betekenen? Neem dan even contact met ons op zodat we een kennismakingsgesprek met je in kunnen plannen!



☎ 076 711 53 40 ✉ info@bruistonline.nl
📍 Beneluxweg 45, Oosterhout, Nederland