

DE BRABANTSE WAL 

APRIL 2024 GRATIS MEENEMEN!  
[WWW.BERGENOPZOOMBRUIST.NL](http://WWW.BERGENOPZOOMBRUIST.NL)

# BRUIST



**KONINGS DAG**  
27 APRIL

**GENIET &  
BEWONDER**



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!



**FONGERS®**  
Distributed by Matrabike

Nuevo Motinova Disc

## Nuevo FM

- Hydraulische schijfremmen
- Maximaal 180 km actieradius
- 7 Shimano Nexus naafversnellingen



Vanaf:

**€ 1499,-**



## Fongers Basic LCD

- LCD Display met 5 ondersteuningsstanden
- Maximaal 150 km actieradius
- 3 Shimano Nexus naafversnellingen



Vanaf:

**€ 999,-**



## Fongers Nuevo Plus

- Motinova Volans Plus middenmotor
- Hydraulische schijfremmen
- Maximaal 180 km actieradius



Vanaf:

**€ 1999,-**



★ Trustpilot



TrustScore 4.7  
4.628 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 e-mail naar:  
[klantenservice@matrabike.nl](mailto:klantenservice@matrabike.nl)

Kijk voor uw FONGERS fiets op:  
[www.matrabike.nl](http://www.matrabike.nl)

# Op zoek naar transport van en naar **Spanje?**

Wij regelen het graag voor u!

Transport van boedel, auto, motor of boot van en naar Spanje. Ook voor kleinere zendingen zoals huisraad, kleding of koffers en dergelijke bent u bij ons aan het juiste adres. Tevens bieden wij opslagmogelijkheden aan in zowel Nederland als Spanje.

Wij rijden naar Spanje (zowel binnenland als de Costa's), Portugal, Frankrijk, België, Duitsland en Nederland.

Ook voor opslagmogelijkheden!



## COSTA SPRINTER

### Transport van en naar Spanje

Vraag naar de mogelijkheden en onze tarieven, bel of whatsapp (+31) 6 27 23 27 26



## COLOFON

### UITGEVER

Nederland Bruist

### DIRECTIE

Marcel en Lea Bossers

### CUSTOMER CARE

Nederland Bruist + 31 (0)76 711 5340

### VORMGEVING

Nederland Bruist - Nesia Mamengko

### THEMATEKSTEN

Nederland Bruist

### TEKSTEN BZ

Astrid Berkhout

### FOTOGRAFIE BZ

Nederland Bruist

### EINDREDACTIE

Astrid Berkhout

### CONTACT

Nederland Bruist, Beneluxweg 45,  
4904 SJ Oosterhout, +31 (0)76 711 5340  
bereikbaar van 08.30 - 17.30 uur.

Copyright Nederland Bruist B.V.  
©2024. Het overnemen van artikelen  
als bedoeld in artikel 15 van de  
auteursrecht is niet toegestaan.  
De Brabantse Wal Bruist is een  
merkennaam 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 33 verschillende edities uitgeeft  
in Nederland, België en Spanje.

## OPVALLEN? Adverteer in Bruist

Mail [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl) of bel  
Marcel Bossers 06 34590975  
076 7115340



Scan de QR-code  
voor een afspraak!

## WEBSITE NODIG?

Mail [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl) of bel  
Lorenzo Bossers 06 42720554  
076 7115340 of scan de QR-code.



**BRUIST**  
ONLINE

*Ja, dat kunnen we!*



*Koningsdag*

16



*Lente*

38



*Een verrassende  
agenda*

42



*Altijd wat  
te winnen*

50



### ADVERTEREN?

Mail [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl)  
of bel Marcel Bossers  
06-34590975 | 076-7115340

Like ons op  
 [nederlandbruist](https://www.facebook.com/nederlandbruist) &  
 [nederlandbruist](https://www.instagram.com/nederlandbruist)



Foto: Ron Eskens soovpictures.nl

# *Bruisende lezer,*

Het is lente! En in Nederland merk je dat meteen aan alles. De mensen gaan steeds meer naar buiten en zijn over het algemeen ook een stuk vrolijker dan in de winter. En we kunnen ze geen ongelijk geven. April is ook de maand waarin onze koning zijn verjaardag viert en de maand die wat ons betreft het startsein vormt voor het festivalseizoen en alle leuke feestjes die bij het mooiere weer horen.



Koningsdag, voorheen bekend als Koninginnedag, is een feestelijke nationale feestdag in Nederland ter ere van de verjaardag van de koning. Op 27 april kleurt het hele land oranje en vinden er door het hele land festiviteiten plaats. Van vrijmarkten en optochten tot concerten en traditionele spelletjes, Koningsdag is een dag vol vreugde en saamhorigheid.

Het is een dag die symbool staat voor saamhorigheid, feestelijkheid en traditie in Nederland. En de dag waarop heel Nederland oranje kleurt. Wij zijn er klaar voor, onze bruisende ondernemers zijn er klaar voor en jij... ben jij er ook klaar voor?

Veel leesplezier toegewenst!

**Lea en Marcel Bossers**

# Omdat elke werkplek **gezonde aandacht** verdient

Gezondzittendwerken.nl combineert projectinrichting in het algemeen met werkplekinrichting en werkplekinstructie in het bijzonder. Met oog voor vitaliteit vanuit mijn expertise als werkplekspecialist.

GEZONDE WERKPLEKKEN  
ONZE OPLOSSINGEN



## Projectinrichting

Met een goed doordachte projectinrichting creëren we een gezonde look-and-feel die bij uw onderneming past.



## Werkplekinrichting

Door deskundig advies en een ruime keuze aan werken en bureaustoelen, bureaus en akoestische oplossingen kan ik een ergonomische werkplekinrichting op maat realiseren.



## Werkplekinstructie

Met een werkplekonderzoek en -instructie op locatie kunnen fysieke klachten voorkomen of verminderd worden, onder andere door het op de juiste hoogte instellen van de stoel, het bureau en het beeldscherm.



Flex, thuis en op kantoor



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

10

**Gezondzittend**  
WERKEN.NL

Helmy Bruning-Borghstijn | Westerland 13, Bergen op Zoom  
☎ +31 610202148 | ✉ [info@gezondzittendwerken.nl](mailto:info@gezondzittendwerken.nl)

11

# PLEZIER VOOR JONG EN OUD



Nº5



## Cafe 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 dansmuziek, zodat de rent helemaal op zijn kop staat!

## Bar Dancing No5

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 No5, 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 no5

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."



### BOUTIQUE HOTEL NO5

Beursplein 5, Bergen op Zoom  
0164-726996 / boutiquehoteln05.nl



### CAFE DE MARKIES

Steenbergsestraat 7, Bergen op Zoom  
0164-726996 / cafedemarkies.nl



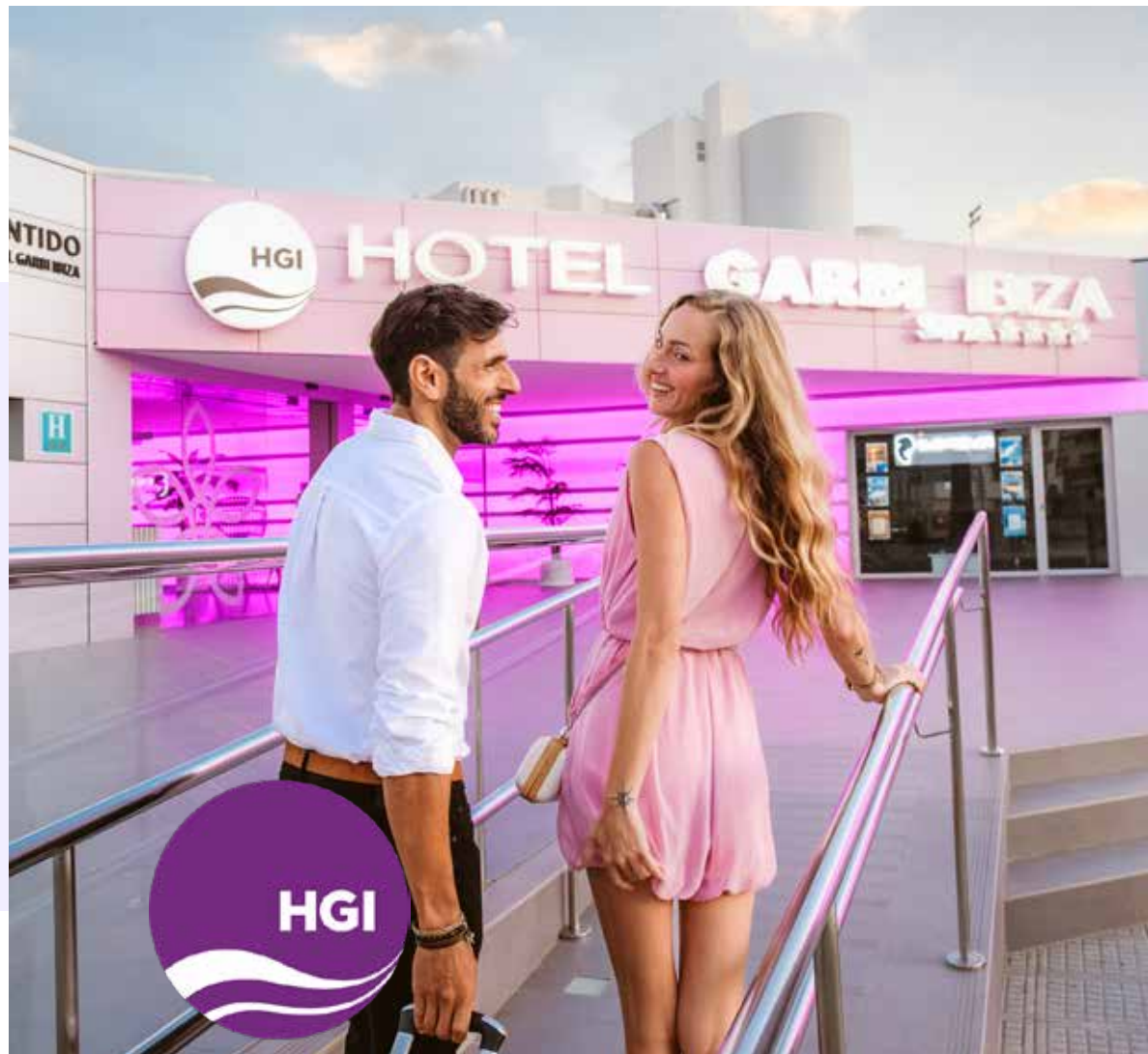
### BAR DANCING NO5

Beursplein 5, Bergen op Zoom  
0164-726996 / no5boz.nl



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 topteam dat ons goed ondersteunt, komt dit helemaal goed!"

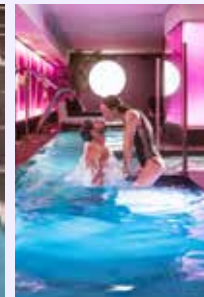




# HÉT HOTEL★★★★

## WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel aan het strand van 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!**



**SCAN DE QR-CODE**  
En laat jouw  
vakantie beginnen!

**HOTEL GARBI**  
**IBIZA SPA ★★★★★**

Calle de La murtra 5, 07817 San Jordi, Ibiza | [info@garbi-hotel.com](mailto:info@garbi-hotel.com) | +34 971 300007 | [www.hotelgarbi-ibiza.com](http://www.hotelgarbi-ibiza.com)



# GENIET

GASTRONOMISCH GENIETEN



Wil je meer weten over de vele festivals op Koningsdag scan dan de QR-code of kijk op: [WWW.FESTIVALFANS.NL](http://WWW.FESTIVALFANS.NL)

L

# Koningsdag

**Op 27 april is het weer Koningsdag en dan vieren we de verjaardag van koning Willem-Alexander. Het is een feestelijke dag waarop heel Nederland oranje kleurt en er overal festiviteiten plaatsvinden. Mensen komen samen om te genieten van muziek, dans, markten en andere activiteiten.**

**T**raditioneel begint Koningsdag met de zogenaamde 'vrijmarkt', waarop iedereen zijn of haar spullen mag verkopen op straat. Kinderen verkopen speelgoed, kleding en zelfgemaakte knutsels, terwijl volwassenen vaak tweedehands spullen aanbieden. Het is een gezellige en levendige sfeer waarin mensen op zoek gaan naar koopjes en genieten van het samenzijn.

Naast de vrijmarkt zijn er ook tal van andere activiteiten te beleven op Koningsdag. Er zijn optredens van bands en artiesten, er worden spelletjes georganiseerd voor kinderen en er zijn vaak speciale Koningsdagfestivals in verschillende steden. Ook worden er vaak traditionele Nederlandse lekkernijen zoals oranje tompoucen en bitterballen gegeten.

Koningsdag is ook een dag waarop de Nederlandse cultuur en geschiedenis centraal staan. Er zijn vaak historische optochten en demonstraties en veel

mensen dragen traditionele klederdracht of oranje kleding om hun liefde voor het koningshuis en het land te tonen. Koningsnacht is de avond voor Koningsdag en wordt in heel Nederland uitbundig gevierd. Het is een feestelijke avond waarop mensen samenkomen om alvast in de feeststemming te komen voor de viering van de verjaardag van koning Willem-Alexander.

Op Koningsnacht vinden er door het hele land feesten en evenementen plaats. Naast de officiële feesten zijn er ook veel spontane feestjes die ontstaan op straat of in huiskamers. Mensen nodigen vrienden en familie uit om samen te genieten van hapjes, drankjes en muziek. Het is een avond waarop de hele stad bruist van energie en plezier. En het is een traditie die door veel Nederlanders gekoesterd wordt en die elk jaar weer zorgt voor een onvergetelijke avond vol plezier en verbroedering.

G

# GENIET

GASTRONOMISCH GENIETEN

## CHOCOLAT

RESTAURANT



**RESTAURANT CHOCOLAT** Een wereld van verleiding, verwend worden en culinaire creativiteit. Laat u verrassen met nieuwe gerechten of houdt vast aan onze toppers. De keuken, onder leiding van eigenaar en chef-kok Dorus Clement, combineert de Internationale keuken met Franse en Oosterse invloeden. Klassiek en stijlvol tegenover creatief en eigentijds. Overdag geniet je van diverse lunchgerechten, een lunchmenu of lunch all the way en in de avond serveren we heerlijke à la carte gerechten of een 4 t/m 7 gangen Gastro-menu.

Torenstraat 9a, Breda | 076-5335975  
[www.restaurant-chocolat.nl](http://www.restaurant-chocolat.nl)



**RESTAURANT 1397** In het historische centrum van Bergen op Zoom ligt Restaurant 1397, onderdeel van Grand Hotel De Draak. In dit restaurant staat de beleving en culinair genieten hoog in het vaandel. Men treft hier een innovatieve kookstijl aan met wereldse invloeden, maar de Nederlandse keuken vormt de basis. Grote Markt 36-38, Bergen op Zoom | +31 16 425 2050  
[www.hoteldedraak.nl/restaurant-1397/](http://www.hoteldedraak.nl/restaurant-1397/)

SCAN DE QR-CODE EN BEKIJK  
ONLINE ALLE MOGELIJKHEDEN

**DE JONGENS VAN ZAND & KLEI** De jongens van Zand & Klei zijn horecaondernemers Tako Hoefsloot, Miranda Brouwers en drie "aardappelb(ro)eren" uit Tilburg. Zij zijn samen de bedenkers van het project. Hun doel: De ordinaire knol in een sexy jasje stoppen. Veemarktstraat 76, Breda | 076 – 886 23 72 | [www.zandenklei.nl](http://www.zandenklei.nl)



**RESTAURANT O&O** Een bezoek aan O&O staat garant voor een avond genieten van bijzondere, Oriëntaalse gerechten die hun oorsprong vinden in Maleisië, Singapore, Thailand, Hong Kong en Japan, met hier en daar een knipoog naar de Franse keuken. Dorpsstraat 138, Sint Willebrord +31 (0) 165 383 249  
[www.restaurantoen.nl](http://www.restaurantoen.nl)



**ZOUT & CITROEN** Welkom bij het sterrenrestaurant van Oosterhout, uw adres voor een culinaire beleving! Wij nodigen u graag uit om de creaties van Bram Helleman en zijn team te proeven begeleidt door de wijn-, en Bierpairings van Sjoerd Bergmans. Ons bedieningsteam onder leiding van Patricia zorgt voor een heerlijke gastvrije ervaring.

Ridderstraat 86, Oosterhout  
0162 - 45 08 06  
[www.zoetencitroen.nl](http://www.zoetencitroen.nl)



**RESTAURANT HET WOLTHUIS** We nodigen u uit om bij Restaurant Het Wolthuis gastronomisch verrast te worden in een informele setting: onze culinaire huiskamer. Chef-kok Marco Wolthuis kookt vanuit een Franse basis met invloeden uit heel de wereld. Samen met zijn partner Judith Verdult & het team laat hij u genieten van een avondvullend diner in een interieur met warme sfeer, waarin iedereen zich thuis kan voelen. Kom genieten van een heerlijke lunch op ons vernieuwde terras! Tijdens de lunch is het mogelijk om van de gehele (diner) kaart te bestellen. Bij mooi weer is het terras natuurlijk ook 's avonds open, zodat u buiten een aperitief kunt drinken! Wouwestraatweg 146, Bergen op Zoom | +31(0)164 785273  
[www.restauranthetwolthuis.nl](http://www.restauranthetwolthuis.nl)



# Uitwaaien en genieten aan de Zeeuwse kust

Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied de Zeepedijnen 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 er even  
helemaal uit!*

## Optimaal genieten!

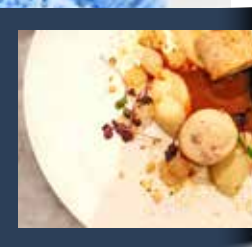
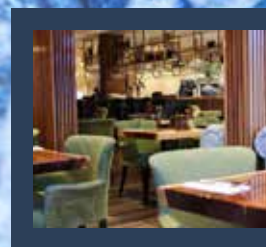
Boutique Hotel Ter Zand biedt zijn gasten allerlei faciliteiten, zoals **het verhuren van fietsen**, waardoor ze heerlijk de omgeving kunnen verkennen.

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**



Boutique Hotel Ter Zand Hogeweg 59, Burgh-Haamstede | Tel. 0111-764799 | [www.sheetz.nl/boutiquehotelterzand](http://www.sheetz.nl/boutiquehotelterzand)

HOTELS BY SHEETZ

# BRUIST HAARUITVAL TIPS

BY JOHN BEERENS



Een gezond persoon verliest per dag zo'n 50 à 100 haren. Dat lijkt veel, maar is heel normaal. Wanneer je echter vaststelt dat je opeens meer haren verliest dan anders en je bij het borstelen of haren wassen merkt dat je borstel of doucheputje vol haren zit, is het tijd om daar iets aan te veranderen. Haaruitval kan verschillende oorzaken hebben: hormonale schommelingen, stress, stoornissen van het immuunsysteem of voedingstekorten. De belangrijkste vraag is: hoe krijg ik mijn volle bos haar weer terug? **Hairmax** helpt je hier graag bij!

JOHNBEERENS  
.COM



TIP  
VAN  
JOHN



De **Hairmax Lasercap 272** bevordert haargroei en haaruitval zal worden verminderd. Je kunt de Lasercap opzetten als een pet waardoor het gebruik er van erg gemakkelijk is. Bereik klinisch bewezen resultaten binnen **3 tot 6 maanden** met slechts 3 behandelingen per week van 7 minuten per keer.

Hairmax® is gespecialiseerd in de behandeling van haaruitval met technologie en speciaal samengestelde producten.

Low-Level Laser Therapy (LLLT) is een chemicaliënvrije manier om uw haar te laten groeien, de haardichtheid te verhogen, uitval te verminderen en uw algemene gezondheid van haar en hoofdhuid te verbeteren.



Ervaar de producten van Hairmax met de **Hairmax Starter Kit**, wetenschappelijk ontwikkeld voor dunner wordend haar. Deze set bevat de shampoo, conditioner en ACCELER8 Hair Booster die dankzij hun unieke **liposoomtechnologie** optimale absorptie van de actieve ingrediënten mogelijk maken.

hairmax®

# Rust, ruimte en overzicht in een opgeruimde omgeving

Dertig jaar lang was Ellen Reede bestuurssecretaresse. Totdat ze met een burn-out thuis kwam te zitten en besloot het roer helemaal om te gooien. Ze wilde iets doen met haar passie voor opruimen, ordenen en organiseren; daarom startte ze haar eigen bedrijf Hart voor Opruimen en ging aan de slag als professional organizer. “Ik krijg zoveel energie van dit werk”, vertelt Ellen enthousiast.

“Die voldoening na het opruimen, dat wil ik anderen ook graag laten ervaren. Wat is er nu fijner dan leven met spullen om je heen waar je blij van wordt? Van het opruimen en organiseren van een kledingkast of keuken tot het op orde brengen van je zolder of garage. Ik help je graag. Ook voor het structureren van je administratie en het in- en uitpakken van je verhuisdozen kun je bij mij terecht. Het is een investering die zich terugbetaalt in meer rust, minder stress en vooral meer woonplezier.”

## Leren hoe het anders kan

“Ik geef je niet alleen je rust terug door samen op te ruimen, maar leer je ook hoe je het anders kunt doen én hoe je het opgeruimd kunt houden. Soms hebben mensen in de loop der tijd, door levens-veranderende omstandigheden, meer spullen verzameld dan dat er ruimte is. Door jou de juiste vragen te stellen, kun jij

een afgewogen keuze maken en zo alleen de spullen overhouden die je graag om je heen hebt. Vervolgens kijken we hoe we het handig kunnen ordenen zodat je weer overzicht hebt. Het doel is dat alle spullen een logische, vaste plek krijgen en dat je de beschikbare ruimte optimaal kunt benutten. Samen creëren we een rustige thuisomgeving waarin je na een lange werkdag ook echt kunt ontspannen en opladen.”

## Hoe gaan we samen aan de slag?

“Tijdens een gratis, vrijblijvend kennismakings-gesprek bij jou thuis, stellen we samen een plan van aanpak op en maken we afspraken. Samenwerking en respect voor elkaar staan bij mij hoog in het vaandel.”



**Wilt u meer informatie?** Scan de QR-code en neem contact op.



**Hart voor Opruimen**  
Coaching naar rust en ruimte in huis

Hart voor Opruimen | Ellen Reede | Tel.: 06 - 81940091 | Mail: hallo@hartvooropruimen.nl | [www.hartvooropruimen.nl](http://www.hartvooropruimen.nl)



**‘JIJ BEPAALT HET  
DOEL, IK HELP JE  
DAT TE BEREIKEN’**

**sven & sophie**

**Aandacht voor  
been- en ondermode is  
aandacht voor jezelf.**

Bij Sven & Sophie beseffen  
wij dat als geen ander.

Daarom bieden onze winkels  
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](http://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*

*Verbazing en verrassing  
aan je voeten*

**Happy Socks**

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



26

**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*



# LANG LEVE DE LENTEKRIEBELS

Lekker in je vel met goede ondermode bij Sven & Sophie



**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*

27

## FIGUACTIVE PRODUCTEN BODY MISSION

De LR BODY MISSION is uw persoonlijke bodyguard die u begeleidt bij het bereiken van uw doelen. Afvalen, gezond eten - je overal goed voelen! Geniet elke dag van romige shakes, stevige soepen en knapperige vlokken - ondersteund door slimme supporters en veel praktische tips voor uw gezonde levensstijl. Klaar om jouw levensstijl aan te pakken? Meer info op de website. Laten we samen werken aan een gezondere en gelukkigere levensstijl!



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

## BRUIST Deals

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



# De lente staat in bloei

## WILKINSON HYDRO 5 SCHEERMESJES

De Sensitive Care 2-in-1 van Intuition by Wilkinson is verrijkt met verzachtende aloë vera en vitamine E, ter verzorging van de gevoelige huid. Met de 5 mesjes en de driedovoudige werking scheer je gladder en wordt de huid gevoed. Door het geïntegreerde schuimblok heb je geen fles scheerschuim meer nodig. Het ideale scheermes voor de gevoelige huid.

[www.plein.nl/wilkinson-scheerapparaat-intuition-sensitive](http://www.plein.nl/wilkinson-scheerapparaat-intuition-sensitive)



## EERLIJKE BIJEN

Zoem, zoem, zoem. Bijen zijn cruciaal voor de ecologie, zelfs de VN heeft een Wereldbijendag uitgeroepen. Sinds 2000 produceert Gry & Sif in Nepal wolvlitproducten in typisch Deense stijl, ontworpen door Gry Staunstrup. Gemaakt door Nepalese vrouwen met traditioneel handwerk, zijn ze nu Fair Trade gecertificeerd met eerlijke lonen, milieubewuste productie en gebruik van zuivere scheerwol uit Nieuw-Zeeland.

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



## SNOEPDOOSJE BLOEMETJE VOOR JOU

Verras met onze Bloemen Door De Brievenbus; een kleurrijke explosie van bloemige lekkernijen in gerecycled plastic. Elk doosje bevat ongeveer 300 gram aan heerlijkheden, inclusief bloemsnoepjes, jellybeans en sprinkels. Bezorging is eenvoudig; rechtstreeks in de brievenbus, zonder gedoe. Verstuur vandaag nog een pakketje vol geluk en tover een glimlach op het gezicht van de ontvanger. [www.topgeschenken.nl/snoepdoosje-bloemetje-voor-jou](http://www.topgeschenken.nl/snoepdoosje-bloemetje-voor-jou)



## KOEKJESVORM UITSTEKER SCHAAPJE

Een leuke koekjesvorm in de vorm van een schaapje. Maak leuke koekjes voor de lente en Pasen. Deze koekjesvorm is ontworpen en geproduceerd door Live Life Happy (3d printer) en kan hierdoor oneffenheden vertonen: dus iedere cookie cutter is uniek! Gemaakt van voedselveilig materiaal.

[www.livelifehappy.nl/koekvormpjes/6047-koekjesvorm-uitsteker-schaapje.html](http://www.livelifehappy.nl/koekvormpjes/6047-koekjesvorm-uitsteker-schaapje.html)



## LEZERSACTIE\* Maak kans op een Peach Blossom Smoothing Body Wash

Dompel je onder in een zomerse geur met deze body wash op basis van perzikbloesem. Deze body wash van O'right bevat ingrediënten die de huid intens verzorgen en hydrateren.

[www.orient.ca](http://www.orient.ca) TAG #BODYWASH



## 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](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)

# Exclusiviteit en functionaliteit in één



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

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

U krijgt op de muur dan dezelfde uitstraling 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](http://www.flowingart.eu)





Niet meer de deur uit  
voor een nieuwe beha!

PANTY/CORSELETS • BORSTPROTHESEN  
NACHTMODE • ONDERGOED • PANTYSLIPS  
GORDELS • BEHA'S

Voor persoonlijk advies en  
verkoop van onderkleding,  
nachtmode en borstprothesen  
bij u thuis

PINNEN? OK!

**Nicole Foundation Service**

Nicole Jansen Taheij | Rode Schouw 17a, Halsteren  
tel. **0164 68 77 99** of mob/whap **06 53 26 69 44**

## 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 cacao boter. Sommige zepen zijn aangevuld met biologische etherische olie, duurzame plantaardige, natuurlijke kleurstoffen of lokale honing. Op dit moment hebben we 20 zepen in het assortiment. Frisse, zoete en aardse geuren om heerlijk van te genieten en je huid te verwennen.



Scan de QR-code  
en boek jouw  
workshop!

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

## Oog voor de sociale kant van revalideren

Bij multidisciplinair gezondheidscentrum Inspirante vind je **diverse disciplines** onder één dak: fysiotherapie, psychologie en een diëtiste. En dat is nog niet het enige, want in de ruime oefenzaal is het bovendien mogelijk om te werken aan herstel na een operatie en het opbouwen van conditie, bijvoorbeeld bij hartproblemen, COPD of andere longaandoeningen.

Aan de hand van een trainingsschema op maat wordt gewerkt aan kracht, conditie en stabiliteit en is er meteen aandacht voor persoonlijke doelen. Deze kunnen per persoon erg verschillen. Afhankelijk van het persoonlijke verhaal en de behoeftes worden doelen opgesteld om samen aan te werken.

Behalve voor de fysieke doelen, hebben wij ook aandacht voor andere factoren. Vaak hebben

mensen al sporttrajecten doorlopen. Maar doordat ze in veel gevallen het sporten opbouwen met pijnklachten, geeft dit tevens emotionele problemen in de vorm van teleurstelling als iets niet lukt of als ze op sociaal gebied af moeten haken doordat ze door hun klachten bijvoorbeeld niet naar een feest kunnen. Bij Inspirante gaat revalideren dan ook verder dan alleen fysiek revalideren. Wij hebben oog voor de sociale kant van revalideren en kunnen je tools aanleren om beter om te gaan met stress en pijn.

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



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

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

**Inspirante**  
het gezonde alternatief!

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



# April brengt fijne momenten



## Ram

Je zal sprankelen dankzij nieuwe energie

### Ram 21-03/20-04

Ram zal sprankelen dankzij nieuwe energie. Je zal veel motivatie hebben om te bewegen en grote veranderingen voelen.

### Stier 21-04/20-05

Deze lentemaand zal vooral gericht zijn op relaties. Diepe overpeinzingen en reflectie over zaken zullen niet op de agenda staan.

### Tweelingen 21-05/20-06

Stemmingen zullen veranderen en de behoefte om altijd het laatste woord te hebben zal toenemen.

### Kreeft 21-06/22-07

April wekt sterke emoties op in Kreeft, die ze in het begin niet zal kunnen beheersen. Je kunt een ongecontroleerde uitbarsting van emoties verwachten.

### Leeuw 23-07/22-08

April wekt in Leeuw seksuele energie en ongebreidelde eetlust op. Jullie zullen nieuwe gebieden van seksualiteit gaan ontdekken.

### Maagd 23-08/22-09

In april zal Maagd de behoefte hebben aan tederheid en liefde. Je zal hunkeren naar een knuffel van iemand dichtbij, maar niet genoeg lichamelijk contact kunnen krijgen.

### Weegschaal 23-09/22-10

April zal een aanzienlijke verbetering in communicatievaardigheden brengen. Je zal deze het meest gebruiken voor je werk.

### Schorpioen 23-10/22-11

April zal wat emotionele instabiliteit en een overmaat aan energie brengen. Je stemming zal veranderen en zelfs kleine dingen kunnen je uit balans brengen.

### Boogschutter 23-11/21-12

In april zal je in harmonie zijn met je ouderlijke instincten. Dus als je kinderen hebt, neem ze dan mee op een dagje uit.

### Steenbok 22-12/20-01

Je zal een sterke motivatie om te werken en een verlangen naar hoge verdiensten voelen en in staat zijn om een maximum van je energie aan het werk te zetten.

### Waterman 21-01/19-02

Watermannen zullen niet stoppen, maar zeer vastberaden en zelfs hardvochtig zijn bij het volgen van hun doelen.

### Vissen 20-02/20-03

Vissen zullen een verlangen naar kennis en studie voelen. Je geheugen zal in staat zijn om een ongelooflijke hoeveelheid informatie op te nemen.



## Zorg goed voor jezelf

**En hoe kun je dat nu beter doen dan door af en toe een heerlijk momentje van rust voor jezelf te pakken en je te laten masseren?**

“In mijn massagesalon bied ik zowel ontspannende massages aan als massages om klachten te bestrijden. Altijd met de traditionele Indonesische massagetechnieken als uitgangspunt.

Klanten kunnen bij mij terecht voor een traditionele Indonesische massage, maar ook voor scrubben, cupping, aromatherapie, reflectie en gezichtsmassages. Groot voordeel hiervan is dat ik bij de meest uiteenlopende klachten hulp kan bieden.

Stress, reuma, zenuwknopen, artrose of andere klachten? Loop er dan zeker niet te lang mee rond, maar maak gewoon eens een afspraak!”

**Mila Tolenaars-Gabe**



## Energetische massage

Tijdens een massage voel je je energetische lichaam. Als je **kleine lichamelijke ongemakken tegenkomt** geef ik je handvaten om **verlichting** te ervaren tijdens de massage. Door de energiebalans in je lichaam te herstellen kunnen deze fysieke klachten al verminderen of verdwijnen. Als je met teveel dingen tegelijk bezig bent kun je last krijgen van je knieën. Klachten als deze kunnen tijdens een massage verlicht worden, en door te benoemen welk bewustzijn erachter zit, kan de klacht ook al voor meer dan de helft opgelost zijn. **Als je weet waardoor je uit balans raakt kun je hier verandering in aanbrengen.**



Tijdens energetische massage kun je ook gebruik maken van **natuurgeneeskundige producten**, zoals bijvoorbeeld edelstenen.



**Corné Timmers**  
energetisch therapeut

Christineplein 13, Roosendaal  
06-43823763  
[www.cornemassage.nl](http://www.cornemassage.nl)

MEER INFO OF ONLINE  
EEN AFSpraak  
MAKEN?



## Klaar voor verandering?

Breng je lichaam en geest weer in **BALANS** en fit met 'pole walking'

Nordic Fit cursussen starten deze maand op verschillende locaties op de Brabantse Wal. Houd daarvoor mijn Facebook pagina goed in de gaten:



Wil jij  
inschrijven?  
worden? Meld  
je dan nu aan!

[www.facebook.com/samenbuitengewoonfit](https://www.facebook.com/samenbuitengewoonfit)



Manon Stuivenberg Huijbergen  
06 - 414 99 531  
[www.sportjefitmetmanon.nl](http://www.sportjefitmetmanon.nl)

## BRUIST

# Lente!

# Zelfs de *zon* is in de *wolken*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



# JAAR LUNANOVA

Dit jaar bestaat mijn praktijk vijf jaar. In deze jaren is er veel veranderd. Destijds begon ik met mijn praktijk, eerder dan eigenlijk de bedoeling was, maar het is goed dat het zo is gelopen.



Vrij onervaren begon ik aan dit avontuur, een eigen praktijk. Ooit begonnen als een droom om een praktijk in Fytotherapie te starten. Dat alleen was niet genoeg om van te leven, dus besloot ik er iets bij te gaan doen wat meer geaccepteerd is. Massage werd het dus.

Ik had nooit gedacht dat massage en ik zo goed bij elkaar zouden aansluiten. Het bleek mijn nieuwe passie te zijn en na de opleiding tot Wellnessmasseur volgde nog een rits aan opleidingen (ik ben nog niet klaar, maar dat ben ik niet zo snel denk ik).

Wel kan ik zeggen dat er veel veranderd is in mijn manier van werken de laatste jaren. Mijn massages zijn niet zozeer meer op Wellness gericht, maar veel meer op bewustwording van je lichaam en hoe je geest en je lichaam samenwerken als een holistisch geheel waarbij balans op alle vlakken het belangrijkste is.

**Omdat ik zo dankbaar ben dat ik dit pad heb gevonden en voor iedereen die zijn/haar lichaam aan mij heeft toevertrouwd, heb ik dit jaar 12 LEUKE WEGGEEFACTIES die jullie kunnen vinden op mijn Facebookpagina.**

Joyce

[info@lunanovamassage.nl](mailto:info@lunanovamassage.nl) | 06 22940604  
[www.lunanovamassage.nl](http://www.lunanovamassage.nl)



## *Lente*

**In Nederland is de lente een prachtig seizoen waarin de natuur ontwaakt en alles weer tot leven komt. De dagen worden langer, de temperaturen stijgen en overal om ons heen zien we de eerste tekenen van nieuw leven. De lente brengt vrolijkheid en optimisme met zich mee en dat is ook te merken aan de mensen om ons heen.**

**W**anneer de lente aanbreekt, lijkt het alsof de hele wereld verandert. De bomen krijgen weer bladeren, de bloemen beginnen te bloeien en de vogels fluiten vrolijk in de bomen. Overal waar je kijkt, zie je kleur en leven en dat heeft een positieve invloed op ons humeur. Mensen worden vrolijker en optimistischer en genieten van de eerste zonnestralen en de frisse lucht.

In de lente is Nederland op zijn mooist. De tulpenvelden staan in bloei en vormen een kleurrijk spektakel dat jaarlijks duizenden toeristen trekt. De Keukenhof, een van de grootste bloementuinen ter wereld, opent zijn deuren en laat bezoekers genieten van miljoenen bloemen in alle kleuren van de regenboog. Het is een lust voor het oog en een bron van inspiratie voor kunstenaars en natuurliefhebbers.

Ook in de steden en dorpen is de lente goed te merken. Terrassen zitten vol

met mensen die genieten van een drankje in de zon, parken worden druk bezocht door gezinnen die picknicken en spelen en overal zie je mensen die lachend en vrolijk rondlopen. De lente brengt een gevoel van vrijheid en blijdschap met zich mee en dat is aanstekelijk voor iedereen om ons heen.

De lente is een seizoen van vernieuwing en groei, zowel in de natuur als in ons eigen leven. Het is een tijd om plannen te maken, doelen te stellen en nieuwe avonturen aan te gaan. Het is een tijd van hoop en optimisme, waarin alles mogelijk lijkt en de wereld aan onze voeten ligt.

En de lente is een tijd van hernieuwde energie en inspiratie die ons motiveert om het beste uit onszelf te halen en te genieten van het leven in al zijn pracht en praal.

# & BEWONDER

STEEDS VERRASSEND AANBOD

**KEUKENHOF (Nederland)** In Lisse bevindt zich Keukenhof, een magisch bloemenpark dat wereldwijd faam geniet als een van de meest indrukwekkende bloementuinen. Het opent zijn deuren van 21 maart tot 12 mei, wanneer de bloembollen op hun hoogtepunt zijn. Het park, uitgestrekt over talloze hectares, betovert bezoekers met een kleurenexplosie van miljoenen bloemen, vooral tulpen. Prachtig vormgegeven bloembedden creëren een levendig mozaïek van kleuren en patronen, terwijl de geur van bloemen zich verspreid door de lucht. Keukenhof biedt niet alleen een visueel festijn, maar herbergt ook diverse paviljoens, beeldentuinen en vijvers waardoor het een onvergetelijke ervaring wordt voor liefhebbers van flora. **Stationsweg 166A, Lisse | [www.keukenhof.nl](http://www.keukenhof.nl)**



**GIRONA FLOWER FESTIVAL (Spanje)** Stad Girona Flower Festival, ook bekend als Temps de Flors, transformeert de middeleeuwse stad van Girona in een betoverend bloemenparadijs. Dit jaarlijkse festival viert de lente met kunstige bloemeninstallaties die de historische straten, pleinen en gebouwen sieren. Gedurende een bepaalde periode komen lokale kunstenaars samen om prachtige bloemenarrangementen te creëren, waardoor de stad tot leven komt met kleuren en geuren. Temps de Flors biedt niet alleen een visueel spektakel, maar ook een unieke gelegenheid om de historische charme van Girona te ervaren, terwijl bezoekers worden ondergedompeld in een sfeer van kunst, cultuur en natuurlijke schoonheid. Het festival is een must voor liefhebbers van bloemen en creativiteit. **11-19 mei Girona**

**CHERRY BLOSSOM (Japan)** Het Cherry Blossom-seizoen in Japan begint rond eind maart en strekt zich uit tot eind mei, waarbij kersenbomen het landschap transformeren met roze en witte bloesems. Dit 'sakura-spektakel' is wereldwijd geliefd en symboliseert vernieuwing en de tijdelijkheid van het leven. Hanami-feesten in Japan, waar mensen samenkomen om de bloesems te bewonderen, zijn een diepgewortelde traditie. Andere Aziatische landen, zoals Zuid-Korea en Taiwan, vieren dit seizoen met festivals en evenementen. Ook in Washington D.C. en diverse Europese steden trekken kersenbloesemfestivals zowel lokale bewoners als toeristen aan, waardoor een levendige viering van de lenteschoonheid ontstaat. Het kersenbloesemseizoen staat wereldwijd bekend om reflectie, waardering en vreugde. **Diverse locaties in Japan**



**LAVENDELVELDEN IN PROVENCE (Frankrijk)** De lavendelvelden in de Provence in Frankrijk vormen, een betoverend tafereel dat elk jaar tussen juni en augustus tot leven komt. Deze schilderachtige regio staat wereldwijd bekend om de uitgestrekte paarse velden die zich uitstrekken tot aan de horizon. De geur van lavendel vult de lucht, terwijl de intensiteit van de kleuren een visueel spektakel creëert. De meest iconische locaties voor lavendelbezoeken zijn onder meer de Valensole-vlakte, Sault en de regio Luberon. **Diverse locaties in de Provence**

**BRUGGE (België)** In de lente ontwaakt Brugge in België tot een betoverend schouwspel van vernieuwing en bloei. Terwijl de zon haar warme stralen over de stad laat schijnen, komen de charmante straten en historische gebouwen tot leven met een explosie van kleur. Bloemen in volle bloei sieren de pleinen en grachten, waardoor de stad een schilderachtige uitstraling krijgt. De lente in Brugge is een tijd van hernieuwde energie met terrassen die tot leven komen en de stad gehuld in een atmosfeer van frisheid en vreugde. **Diverse locaties in Brugge**



# EVENTEMENTEN

STEEDS EEN VERRASSENDE AGENDA

**ZATERDAG 6 APRIL OM 20.00 UUR**

## TOP VROUWEN

Zijn jij en je vriendinnen toe aan een avond uit vol humor, avontuur en (laten we eerlijk zijn) ook af en toe wat moodswings. Een gloednieuwe vriendinnen-comedy, geproduceerd door de makers van de populaire series *Huisvrouwen Bestaan Niet* en *Opvliegers*. Zal het ze lukken om het verleden een plek te geven en hun vriendschap in stand te houden? Met Tanja Jess, Rian Gerritsen en Sandra Mattie.

Theater De Maagd | Grote Markt 32, Bergen op Zoom | [www.demaagd.nl](http://www.demaagd.nl)



**DINSDAG 9 APRIL OM 19.00 UUR**

## ECSTATIC DANCE OOSTERHOUT

Ecstatic Dance is een vrije dans, waarin je je kunt bewegen zoals jij dat graag wilt, alleen of samen. De dansvloer is vrij van stimulerende middelen zoals alcohol en drugs. Er is gratis water en thee. Je danst op blote voeten of dansschoentjes en telefoons zijn uit. Om 19.15 uur gaan de deuren open. Met DJ IRADI.

De Cultuurmakerij | Wilhelminkanaal Zuid 102, Oosterhout  
[www.decultuurmakerij.nl](http://www.decultuurmakerij.nl)



**ZONDAG 14 APRIL OM 15.00 UUR**

## JE ANNE



Je Anne vertelt wat zich twee jaar lang afspeelde in het Achterhuis. De vele moeilijke momenten, de spanning en onzekerheden, maar ook de onderlinge warmte en momentjes van hoop worden belicht. Centraal staan het persoonlijke verhaal van Anne en de dagboeken waarin ze dit neerschreef. Een intiem kijkje in de gevoelens, ontwikkelingen en (on)-zekerheden van het jonge meisje dat ondanks alles altijd optimistisch wist te blijven. De verhalen in haar dagboeken ondertekende ze steevast met Je Anne.

Theater De Maagd | Grote Markt 32, Bergen op Zoom  
[www.demaagd.nl](http://www.demaagd.nl)

**DONDERDAG 25 APRIL OM 20.15 UUR**

## ZENUWSLOPEND - THEATERGROEP OOSTVOGELS

*Zenuwslopend* is een voorstelling vol verdriet, optimisme en levenslust. De voorstelling is gebaseerd op onderzoeken, interviews en ruim 400 vragenlijsten over multiple sclerose (MS). Samen met 4 performers, mét en zonder MS, gaat Oostvogels misverstanden over deze ziekte met 1.000 gezichten te lijf.

De Nobelaer | Parklaan 2, Etten-Leur | [www.denobelaer.nl](http://www.denobelaer.nl)



**ZATERDAG 27 APRIL VAN 06.00 TOT 22.00 UUR**

## KONINGSDAG ROSENDAAL



Viering van de verjaardag van de Koning met activiteiten voor kinderen en muziekoptredens in de binnenstad.

Binnenstad Roosendaal | [www.oranjestichtingroosendaal.nl](http://www.oranjestichtingroosendaal.nl)

**ZATERDAG 20 APRIL OM 20.15 UUR**

## TUSSEN TWEE WERELDEN



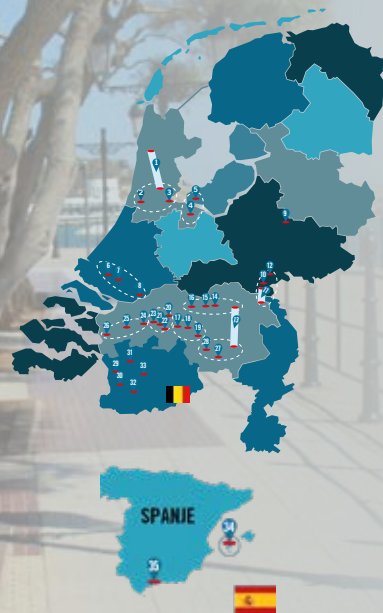
Deze betoverende voorstelling is gebaseerd op de Mabino-gi, een verzameling verhalen die wellicht minder bekend is in Nederland. Eeuwenoud, maar nog altijd verrassend actueel. Over Rhiannon, de vrouw die tussen twee werelden reisde: de onze en 'die andere'. Over Branwen, gevangen in een web van achterdocht. Over de mannen die van hen hielden en tot het uiterste gingen. De verhalen sleuren je mee naar een vreemde maar herkenbare wereld en zetten je aan tot reflectie. Hoe ver zou jij gaan voor degenen van wie je houdt?

Theater De Schelleboom | Mathildastraat 37 a, Oosterhout



# Ontdek waarom Bruist een must is!

In een wereld waar digitale marketing de boventoon voert, lijkt het traditionele gedrukte magazine soms vergeten te worden. Maar laat me je vertellen waarom elke maand adverteren in het magazine Bruist een slimme zet is.



## Ontdek Bruist Online

“Wist je dat wij naast Bruist ook Bruist Online hebben? Met Bruist Online kunnen wij jou als ondernemer ontzorgen op het gebied van social media beheer, het bouwen van een website en/of webshop en het creëren van een eigen brand identity.”

Bruist is meer dan alleen een bundeling van pagina's; het is een gemeenschap. Elke editie verbindt mensen op lokaal niveau, brengt verhalen van de buurt en inspireert tot actie. Door hier te adverteren plaats je je merk recht in het hart van deze gemeenschap.

Maandelijkse advertenties bieden consistentie, een cruciaal aspect van merkherkenning. Door herhaaldelijk te verschijnen nestelt jouw merk zich in het geheugen van de lezers, waardoor de kans op herkenning en vertrouwen toeneemt.

Het magazine biedt een tastbaar voordeel. In een tijd waarin schermen ons leven domineren, biedt een gedrukt magazine een welkome onderbreking. Lezers nemen de tijd om de artikelen te lezen en de advertenties te bekijken, waardoor deze langer in hun gedachten blijft hangen dan een snelle scroll op een scherm.

Bovendien, terwijl digitale advertenties soms verloren gaan in een zee van informatie, is een advertentie in een magazine als Bruist een stuk minder concurrerend. De advertentie krijgt de aandacht die ze verdient, zonder afleiding.

Kortom, maandelijkse advertenties in Bruist bieden een krachtige manier om je merk te verankeren in de lokale gemeenschap, consistentie te waarborgen en een tastbaar voordeel te leveren in een wereld vol digitale ruis. Dus waar wacht je nog op? Laat jouw merk stralen in de een van de magazines van Bruist. Benieuwd naar wat wij voor je kunnen betekenen? Neem contact met mij op.

Met bruisende groet,

*Lorenzo Bossers*

Sales Manager  
Nederland Bruist  
+31 6 42 72 05 54



Benieuwd naar onze unieke mogelijkheden? **Maak dan nu een afspraak!**

**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



**NIEUWE  
WEBSITE  
NODIG?**

**GRATIS DESIGN IN APRIL**  
*VRAAG NAAR DE MOGELIJKHEDEN*



**BRUIST  
ONLINE**

☎ 076 711 53 40 / 06 42 72 05 54 ✉ [info@bruistonline.nl](mailto:info@bruistonline.nl)  
📍 Beneluxweg 45, Oosterhout, Nederland



# Muffins van zoete aardappel en wortel

Zoete aardappel en wortel, verweven in een verrukkelijk mengsel van kruiden en suiker, vormen de basis van deze betoverende lekkernij. Bereid je voor op een smaakexplosie terwijl je deze heerlijke mini-muffins met een vleugje kaneel en nootmuskaat ontdekt. Perfect voor elke gelegenheid. Deze smakvolle traktatie zal zeker een favoriet worden bij familie en vrienden.

30 STUKS • 20 MIN.

## INGREDIËNTEN

- 2 eetlepels boter
- 1 kopje plus 3 theelepels suiker
- 1 ½ theelepel kaneel
- 2 kopjes bloem
- 1 theelepel bakpoeder
- 1 kopje lichtbruine suiker
- 1/2 theelepel nootmuskaat
- een snufje zout
- 1 kopje puree van zoete aardappel
- 1 kopje fijngeraspte wortel
- 2 grote eieren

## BEREIDING

Verwarm de oven voor op 190°C. Vet mini-muffinvormpjes in met boter en zet opzij.

Doe 3 theelepels suiker samen met 1 theelepel kaneel in een kom en zet opzij. Meng bloem voor alle doeleinden, bakpoeder, bruine suiker, nootmuskaat, de overgebleven suiker en kaneel en een snufje zout in een kom. Meng de zoete aardappelen, wortels en eieren in een andere kom.

Meng de natte en droge ingrediënten tot ze gecombineerd zijn (meng niet te veel; het mengsel moet klontertig zijn). Giet het beslag in de muffinvormpjes tot ze voor ongeveer  $\frac{3}{4}$  vol zijn. Bestrooi de bovenkanten met het kaneel-suikermengsel.

Bak in de voorverwarmde oven tot ze gaar zijn, ongeveer 12 tot 15 minuten, of totdat een tandenstoker die in het midden wordt gestoken er schoon uitkomt. Garneer de bovenkant eventueel met geraspte wortels. Serveer warm.



De lente is eindelijk hier! Verlangend naar de eerste zonnestralen die stilletjes onze zomerse dromen wakker schudden. Laat het mooie weer je omarmen terwijl je naar buiten trekt, geniet van de bruisende energie en maak kans op fantastische prijzen door deel te nemen aan onze prijspuzzels.

# PUZZELPAGINA

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

### Los de sudoku op

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was 1-2-9.

### 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

Vind de letters en maak er een woord van. Wordthema deze maand is 'Lente'. De oplossing van vorige maand was **Tulpen**.

Maak kans op het boek

## Beertje het is bedtijd!

Winnaar leukste kinderboek bij The Indie Awards! Help Beertje met tandenpoetsen, zijn pyjama vinden en meer. Dit interactieve boek betreft jonge kinderen actief bij het verhaal en stimuleert hun creativiteit. Perfect voor dreumesen, peuters en kleuters.



Maak kans op een fles

## Cheeky Sauvignon

YES! Lekkere wijn die ook nog eens bijdraagt aan wat belangrijk is: een eerlijke wereld voor iedereen. Per verkochte fles wordt er 750 liter schoon drinkwater aan communities in Afrika geschonken. Bovendien is de wijn 100% biologisch, vegan en super lekker.

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



Los de rebus op.

k	h	v	b	v	f	h	j	i	p	c	alcohol
f	p	o	o	m	l	v	c	n	i	r	vegan
n	s	r	w	v	e	g	a	n	x	q	fles
g	q	r	w	l	s	y	f	a	d	g	afrika
d	r	u	i	v	e	n	r	p	f	l	lekker
t	h	v	j	w	q	k	i	c	v	u	druiven
s	i	f	n	o	t	e	k	f	i	p	biologisch
c	i	b	n	h	v	m	a	e	z	a	wijn
q	c	h	q	w	o	m	m	v	r	o	
c	a	l	c	o	h	o	l	i	k	i	
d	b	p	n	x	f	u	e	g	r	k	

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing.

Wil jij kans maken op deze leuke prijzen? Vul de oplossing in voor 1 mei 2024 via

[www.nederlandbruist.nl/bergen-op-zoom/puzzelen](http://www.nederlandbruist.nl/bergen-op-zoom/puzzelen) of via QR-code.





# POWER DEALS



## MG4 ELECTRIC

VANAF

# € 389

PER MAAND\*



**GESCHIKT VOOR SUBSIDIE**

\*DirectLease o.b.v. 60 maanden en 12.000 km per jaar.

# Van Mossel