

DE BRABANTSE WAL



OKTOBER 2024 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.NEDERLANDBRUIST.NL

# BRUIST



GENIET &  
BEWONDER



**BOREK**  
parasols | outdoor furniture

ENJOYING THE OUTDOORS  
WITH OUR THREE BRANDS

ORIGINAL DUTCH DESIGN SINCE 1977

Showroom Borek | Bedrijfsweg 7 | Oosterwijk (NL) | T +31 (0)13 528 88 66 | E mail@borek.eu



**MAX&LUUK**  
PARASOLS | OUTDOOR FURNITURE



**yoi**  
INSPIRED BY  
RELAXATION



Wij regelen het graag voor u!

# Betrouwbaar transport

van en naar **Spanje!**

Bent u op zoek naar betrouwbaar transport voor uw inboedel, auto, motor of boot van en naar Spanje?

Costa Sprinter staat voor u klaar! Wij verzorgen met plezier ook kleinere zendingen zoals huisraad, kleding of koffers. Onze uitgebreide dienstverlening omvat tevens opslagmogelijkheden in zowel Nederland als Spanje. Of u nu verhuist naar de zonovergoten Costa's of naar het Spaanse binnenland, wij regelen het graag voor u!

#### Complete transportservice voor Spanje en Europa

Costa Sprinter biedt meer dan alleen transport naar Spanje. Wij rijden regelmatig naar Portugal, Frankrijk, België, Duitsland en door heel Nederland. Onze service is ontworpen om aan al uw transportbehoeften te voldoen, of het nu gaat om een enkele koffer of een complete inboedel. Dankzij onze ruime ervaring

en **betrouwbare dienstverlening** bent u verzekerd van een **zorgeloze verhuizing**.

#### Opslagmogelijkheden in Nederland en Spanje

Heeft u tijdelijke opslag nodig tijdens uw verhuizing? Geen probleem! Costa Sprinter biedt **veilige** en **flexibele opslagmogelijkheden** aan in zowel Nederland als Spanje. Of het nu gaat om kortedurende of langdurige opslag, uw bezittingen zijn bij ons in goede handen.

Wij zorgen ervoor dat uw goederen veilig en beschermd worden opgeslagen tot u ze weer nodig heeft.

**Kies voor onze betrouwbare en flexibele service en onze jarenlange ervaring. Contacteer ons vandaag nog voor een vrijblijvende offerte!**



MEER INFO, scan de QR-code of  
kijk op [www.costasprinter.online](http://www.costasprinter.online)



## COSTA SPRINTER

Vraag naar de mogelijkheden en onze tarieven, bel of whatsapp (+31) 6 27 27 27 72

## Transport van en naar Spanje



# GA ER FIETSEND OP UIT IN DEZE KLEURRIJKE HERFST

## FONGERS Nuevo Plus



Adviesprijs  
€2999,-  
nu

**€2199,-**

  
**FONGERS**  
Distributed by Matrabike

Matrabike heeft al meer dan 30 jaar ervaring met het leveren van fietsen direct van fabrikant naar de klant. Het assortiment van Matrabike bestaat uit allerlei soorten fietsen; van racefietsen, stadsfietsen, mountainbikes tot elektrische fietsen. Oftewel; Matrabike heeft voor elk wat wils! Het is voor Matrabike van groot belang dat klanten écht waar voor hun geld krijgen.

*Matrabike heeft de hoogste klantenwaardering in de fietsenbranche op Trustpilot.*

## FONGERS Cargo 3 Basic



Adviesprijs ~~€3299,-~~  
nu

**€2499,-**

*Ook beschikbaar  
in het bruin*

★ Trustpilot



TrustScore 4.7  
4.928 reviews

### Matrabike Waalwijk (NL) Online (NL + BE)

Gompenstraat 21, 5145 RM Waalwijk,  
Nederland. Tel. 0416 34 20 12

### Matrabike Sint-Martens-Latem (BE)

Kortrijksesteenweg 70, 9830 Sint-Martens-  
Latem, België. Tel. 03 888 09 90

### Matrabike Rumst (BE)

Antwerpsestraat 83, 2840 Reet  
(gemeente Rumst), België.  
Tel. 03 888 09 90



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 elektrische fiets op:  
[www.matrabike.nl](http://www.matrabike.nl)

## COLOFON

### UITGEVER

NL Bruist B.V.

### DIRECTIE

Marcel en Lea Bossers

### SALES SUPPORT

NL Bruist + 31 (0)76 711 5340

### VORMGEVING

Nesia Mamengko

### THEMATEKSTEN

NL Bruist

### TEKSTEN BZ

Maaïke van Helmond

### FOTOGRAFIE BZ

Chantal de Visser

### EINDREDACTIE

Astrid Berkhout

### CONTACT



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

Copyright NL 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 merknaam en eigendom van NL Bruist B.V.. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. NL 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. NL Bruist B.V. is een uitgeverij van glossy magazines die 32 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.



### 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)

## 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!*



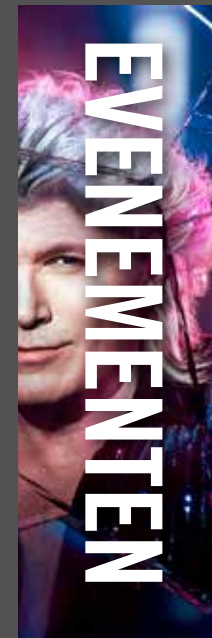
*Culinaire  
tradities*

16



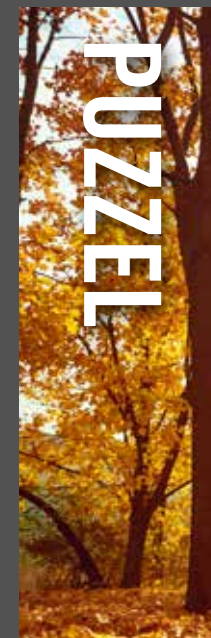
*Bekende  
shopstraten*

38



*Een verrassende  
agenda*

42



*Altijd wat  
te winnen*

50



# *Bruisende lezer,*

Oktober brengt de herfst naar Nederland, een seizoen van kleurrijke bladeren, knusse avonden en herfstige gezelligheid. Het is een ideale tijd om de natuur te verkennen, met wandelingen door de glooiende bossen en langs de schilderachtige grachten die in herfstkleuren schitteren. De koelere temperaturen zijn perfect voor het genieten van warme dranken en lokale lekkernijen zoals stamppot en pompoensoep.

In de oktobereditie van Bruist delen lokale ondernemers hun beste tips om de herfst optimaal te beleven. Ontdek de charmante markten met seizoensgebonden producten, van vers geoogste appels en pompoenen tot ambachtelijke kazen en bieren. Lokale boetieks presenteren hun nieuwste herfstcollecties, ideaal voor het vinden van die perfecte, comfortabele outfit. Bovendien vind je aanbevelingen voor gezellige cafés en restaurants, waar je kunt genieten van hartverwarmende gerechten en lokale delicatessen. Laat je inspireren door de inzichten van Nederlandse ondernemers en ervaar de herfst op een authentieke en gezellige manier.

**Lea en Marcel Bossers**



**Adverteren?** Mail naar [nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl) of bel 076-7115340.



Foto: Ron Eskens soowpictures.nl

# Passie voor (edel)stenen

Van jongs af aan heeft Nicky al een grote fascinatie voor stenen. Deze passie is nooit verdwenen en inmiddels heeft ze er zelfs haar werk van gemaakt. “Met mijn bedrijf Gemstone Dreams verkoop ik de mooiste edelstenen, mineralen en bijpassende producten. Ze zijn perfect als cadeau, maar ook ideaal om zelf te houden.”



Het idee voor Gemstone Dreams ontstond in december 2022. “Mijn liefde voor stenen bracht me vaak bij verschillende verkopers en het leek mij geweldig om ook zelf stenen te gaan verkopen. In januari 2023 heb ik de sprong gewaagd en ben ik daadwerkelijk zelf begonnen met de verkoop van stenen en aanverwante producten. Aanvankelijk had ik een bescheiden aanbod van ongeveer dertig items in mijn webshop, maar het afgelopen anderhalf jaar is mijn assortiment flink gegroeid. In april heb ik zelfs mijn eigen winkel geopend in Bergen op Zoom, waar klanten op afspraak langs kunnen komen om de collectie te bekijken. Daarnaast verkoop ik via mijn website, tijdens live-sales op Instagram en ook enkele keren per jaar op beurzen.”

Hoewel Nicky ook andere producten verkoopt, zoals sieraden en woondecoratie, ligt de focus van Gemstone Dreams duidelijk op de stenen. “Ik kies elke steen zorgvuldig zelf uit om er zeker van te zijn dat ik alleen de mooiste toevoeg aan mijn assortiment. Bovendien probeer ik zo dicht mogelijk bij de bron in te kopen, zodat ik de prijzen scherp kan houden.” Deze zorg en aandacht worden gewaardeerd door haar klanten. “Ik hoor vaak dat mensen merken hoeveel tijd ik steek in de selectie en dat elke steen echt uniek is. Daarom kies ik er bewust voor om kleinschalig in te kopen, zodat mijn aanbod steeds bijzonder blijft.” Daarnaast hecht Nicky veel waarde aan klantvriendelijkheid. “Persoonlijke service staat bij mij voorop. Ik wil dat iedere klant zich gehoord en gewaardeerd voelt, of het nu gaat om advies bij een aankoop of een vraag over een product. Ik ben altijd bereid om mee te denken en zorg ervoor dat klanten met een goed gevoel terugkomen.”

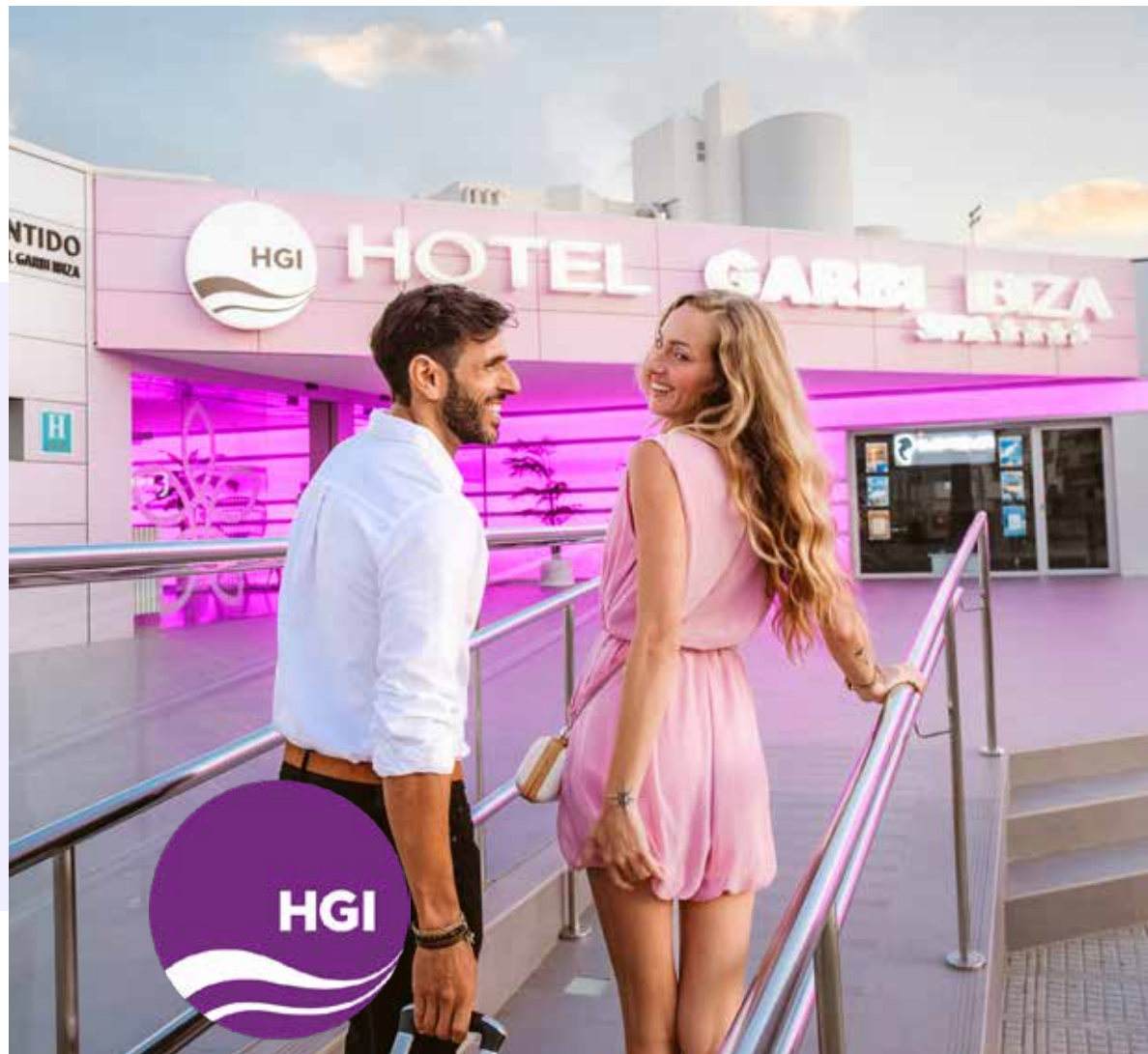
*Nicky Wauters*



Scan de QR-code voor meer informatie

Gemstone Dreams | Zuidzijde Haven 39 A Unit 111, Bergen op Zoom | [www.gemstone-dreams.com](http://www.gemstone-dreams.com)





# 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)





## *Culinaire tradities*

**De voorkeuren voor uit eten gaan in Nederland en België, aan de Costa del Sol en op Ibiza weerspiegelen de diverse culinaire tradities van deze landen en regio's, elk met hun eigen unieke gerechten en eetgewoonten.**

In **Nederland** zijn bistro's en eetcafés populaire eetgelegenheden waar mensen genieten van eenvoudige, maar smakelijke maaltijden. Gerechten zoals saté met friet, stoofvlees en biefstuk met pepersaus zijn typisch Nederlandse keuzes. Buitenlandse keukens, zoals Italiaans en Aziatisch, winnen ook aan populariteit. Pizza margherita en sushi zijn veelgevraagde opties. De trend naar vegetarische en veganistische gerechten groeit, met een breed scala aan plantaardige menu-opties die de Nederlandse eetgewoonten verder diversifiëren.

**België** staat bekend om zijn verfijnde gastronomie en uitgebreide maaltijden. Belgen genieten van voorgerechten zoals garnalenkroketten en kaaskroketten, gevolgd door hoofdgerechten zoals mosselen met friet, waterzooi (een romige kip- of visstooft) en stoofvlees met bier. Belgische bistro's serveren vaak steak tartaar en konijn in geuze. Het Belgische bier en de friet spelen een belangrijke rol in de eetcultuur, waarbij een ontspannen maaltijd vaak met veel aandacht voor detail wordt bereid.

Aan de **Costa del Sol**, in Zuid-Spanje, kunnen bezoekers genieten van de zon en een rijke keuken die de nadruk legt op verse ingrediënten en smaken. Typische gerechten zijn pescaito frito (gefrituurde vis), espeto de sardinas (gegrilde sardines op een spies) en gazpacho (koude tomatensoep). De vele chiringuitos (strandrestaurants) bieden een casual en ontspannen eetervaring met een focus op lokale zeevruchten en tapas.

**Ibiza**, beroemd om zijn levendige nachtleven en prachtige stranden, biedt een scala aan eetgelegenheden, van chique restaurants tot informele strandbars. Gerechten zoals paella, calamares (gegrilde inktvis) en sobrasada (Spaanse worst) zijn populair. De tapasbars van het eiland serveren een variëteit aan kleine gerechtjes, ideaal voor een sociale eetervaring tijdens de lange, warme avonden.

Laat je verrassen door de lokale gerechten en geniet van de rijke eetculturen.





**RESTAURANT CHOCOLAT** Een wereld van verleiding, verwend worden en culinaire creativiteit. Laat je verrassen door nieuwe gerechten of houd vast aan de 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 ze heerlijke à la carte gerechten of een vier- t/m zevengangen Gastro-menu.

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

SCAN DE QR-CODE EN BEKIJK  
ONLINE ALLE MOGELIJKHEDEN



**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 knipooig naar de Franse keuken. Dorpsstraat 138, Sint Willebrord +31 (0) 165 383 249  
[www.restaurantoeno.nl](http://www.restaurantoeno.nl)



**BRASSERIE OVERSTAG** is een gezellig restaurant aan jachthaven Noordschans in Klundert, met een heerlijk terras aan het water, lekker eten en vriendelijk personeel. Iedereen voelt zich hier thuis! Perfect voor fietsers, watersporters en families. Kom langs en beleef het zelf. Proef de specialiteiten!

Noordschans 121, Klundert | 0168 - 74 55 63 | [www.brasserieoverstag.nl](http://www.brasserieoverstag.nl)



## BRUIST

### Wil je ook op de GENIET-pagina staan?

Vraag dan naar de mogelijkheden of maak een afspraak via de QR-code.

Mail naar [lorenzo.bossers@nederlandbruist.nl](mailto:lorenzo.bossers@nederlandbruist.nl) of bel Lorenzo Bossers + 31 6 42 72 05 54 of +31 76 711 53 40

Je kunt ook het contactformulier invullen op:

[www.nederlandbruist.nl/adverteren](http://www.nederlandbruist.nl/adverteren)



**RESTAURANT 1857** Bij Restaurant 1857 draait het niet alleen om eten, maar om een complete culinaire ervaring waarin luxe en verfijning samenkomen. Joke en Joey van Heesbeen, het gepassioneerde duo achter het restaurant, creëren gerechten met ingrediënten van de hoogste kwaliteit. Hun liefde voor goed eten, verse producten en verrassende smaakcombinaties zorgt voor een onvergetelijke avond. Het stijlvolle pand en de gedrevenheid van het team maken de ervaring compleet. Bij 1857 staan vakmanschap en gastvrijheid centraal, met als doel iedere gast een unieke beleving te bieden. Boek een tafel en ontdek de culinaire verrassingen van Restaurant 1857.

Molenstraat 18, Roosendaal | 0031 (0)165 85 08 09  
[www.restaurant1857.com](http://www.restaurant1857.com)





# 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)

**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)

 **Bamboo  
basics**

Ze hebben een goede pasvorm en zijn aan  
de bovenzijde naadloos afgewerkt met  
een mooi glad en soepel boordje. Door  
deze zachte afwerking geven deze slips  
nauwelijks druk op de buik. Behalve door de  
zachtheid zit bamboe bamboe ondergoed  
ook heerlijk omdat het goed vocht opneemt  
en hypoallergeen is.

*Verbazing en verrassing  
aan je voeten*

**Happy Socks**

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



# KLAAR VOOR HET NAJAAR

Lekker in je vel met goede ondermode bij Sven & Sophie

*Ook nog duurzaam*



**MUCHACHOMALO\***  
UNDERWEAR

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

*Een tikkeltje  
rebels*

Oroblu is hét Italiaanse  
legwear en bodywear  
merk voor de elegante,  
zelfbewuste vrouw.



*Het meest  
verkochte  
party  
kniekousje*

**OROBLU**



# Versterk je nagels met rubberbase



Rubberbase is een innovatieve, flexibele gel die speciaal is ontwikkeld om de natuurlijke korte nagels te versterken. Deze nieuwe generatie gel beweegt moeiteloos mee met de natuurlijke nagel, waardoor barsten en breuken worden voorkomen. Voor prachtig verzorgde en stevige nagels, vertrouw op de kracht van rubberbase.

lebros\_beauty  
 Lebros beauty



**Maak nu je afspraak!**  
Scan deze QR-code.



Lebros Beauty | Ruitersluis 22, Steenberg | 06-11917785 | yvonnevanrosendaal40@gmail.com | www.lebros-beauty-1.salonized.com

Anne wil dokter of verpleegkundige worden.

Later, als zij beter is.



Ga naar

[kika.nl/voorlichting](http://kika.nl/voorlichting)

## Klaar voor verandering?

Breng je lichaam en geest weer in **BALANS** en word 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:

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



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

Wij jij  
buitengewoon fit  
worden? Meld  
je dan nu aan!



COLUMN/ELLEN REEDE

## Passie voor opruimen

**Wat is jouw passie? Wat is passie eigenlijk?**

Passie betekent 'hartstocht' en is een intens enthousiasme voor iets wat je doet; een handeling waar je blij van wordt!

**Mijn grote passie is OPRUIMEN!!!**

Ik ben een enthousiaste organizer en steek graag mijn handen uit de mouwen, terwijl ik jou begeleid om je doel te bereiken.

Ik bied begeleiding aan op het gebied van

- opruimen en (re)organiseren van je fysieke spullen;
- (re)organiseren van je administratie;
- het maken van keuzes en georganiseerd inpakken vóór een verhuizing;
- gestructureerd uitpakken ná een verhuizing;

Daarnaast help ik je bij het vinden van een oplossing voor de spullen die je niet meer 'dienen', die een tweede leven verdienen.

Ik doe dit met veel plezier voor zowel particuliere als zorgklanten (via de WMO en WLZ) in de gemeenten van de Brabantse Wal.

**Bel, app of mail me voor een gratis en vrijblijvend adviesgesprek. Samen zorgen we voor rust en ruimte in jouw (t)huis!**



Ellen Reede

Ik woon in Bergen op Zoom en werk namens Hart voor Opruimen als KIWA-gecertificeerd Professional Organizer. Ik help jou met het efficiënt opruimen en organiseren van je ruimten en administratie. Daarnaast bied ik ondersteuning bij ontspullen voor een verhuizing en bij overzichtelijk inrichten na een verhuizing.



**Wilt u meer informatie?**

Scan de QR-code en neem contact op.



hartvooropruimen



Hart voor Opruimen



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

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

# Omdat langer thuis veilig moet zijn



Kunt u niet eenvoudig naar onze showroom komen? Dat is geen probleem! Timmers MediCare brengt met veel plezier onze kennis en producten naar uw huis met onze gratis unieke Advies aan huis-service. Van rollators tot drempelhulpen en van badkameradaptaties tot trapliften; het is onze prioriteit om u te helpen bij het vinden van de juiste oplossingen voor uw situatie.

## Waarom kiezen voor advies aan huis?

**Gemak & Comfort:** U hoeft de deur niet uit, wat ideaal is als u zelf geen vervoer heeft.

**Persoonlijk advies:** Onze deskundige adviseurs bieden u een op maat gemaakt advies en werken hiervoor samen met ergotherapeuten uit de hele regio.

**Uitgebreid assortiment:** Van een sta-op-stoel tot rollator of aanpassingen voor uw toilet en douche.

**Installatie:** Indien u dat wenst, zorgen wij ook voor de professionele montage van de door ons geadviseerde aanpassingen.

## Een kleine greep uit ons aanbod

- Drempelhulpen
- Badkamer aanpassen
- Toilet aanpassen
- Rollators en rolstoelen
- Sta-op- en relaxstoelen
- Traprollator of traplift

*“Een aantal maanden geleden merkte ik dat het voor mij steeds moeilijker werd om zelfstandig te douchen. Dankzij de Advies aan Huis-service van Timmers MediCare heb ik nu aanpassingen in de badkamer waardoor het weer wel lukt. De adviseur was zeer deskundig en nam echt de tijd om mij te helpen. Ik kan nu weer veilig en met vertrouwen mezelf verzorgen.”*

*Henk, 74 jaar.*



Gratis advies aan huis! Timmers MediCare zorgt ervoor!

Timmers  
MediCare

Timmers Medicare BV | Kade 51, Roosendaal | 0165-560609  
info@timmersmedicare.nl | [www.timmersmedicare.nl](http://www.timmersmedicare.nl)



## FIGUACTIVE PRODUCTEN BODY MISSION

De LR BODY MISSION is jouw persoonlijke bodyguard die je begeleidt bij het bereiken van je doelen. Afvallen, gezond eten, je overal goed voelen! Geniet elke dag van romige shakes, stevige soepen en knapperige vlokken, ondersteund door slimme supporterters en veel praktische tips voor je 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)



## MAESTRO PEPERMOLEN

De Maestro pepermolen is een toonbeeld van vakmanschap en innovatie. Deze robuuste molen is uitgerust met een uniek maalsysteem en verwisselbare reservoirs, ontworpen om de aroma's van verschillende pepersoorten volledig tot hun recht te laten komen. Van een uitstekende kwaliteit en met groot gebruiksgemak. [be.peugeot-saveurs.com/nl](http://be.peugeot-saveurs.com/nl)



## ZABRONI CASCARA IJSTHEE SIROOP

Maak kennis met Zabroni's Cascara IJsthee Siroop, een verfrissende drank gemaakt van de gedroogde schil van de koffiebes. Cascara biedt een fijne balans tussen zoet en zuur met een lichte koffiesmaak. Probeer deze nieuwe drank en ontdek de unieke smaak van cascara. [www.zabroni.com](http://www.zabroni.com)



## VOGELHUISJE COTTAGE

Geniet jij ook zo van vogels in je tuin? Dan is het zeker aan te raden om een nestkastje te plaatsen. Daarnaast zal dit houten vogelhuisje ook prachtig staan als decoratie in je tuin. Het vrolijke huisje bevat veel decoratieve elementen en is ontworpen in cottage stijl. [www.vogelhuisjes.nl](http://www.vogelhuisjes.nl)



# BRUIST Deals



## Oktober laat je *dansen op de wind*

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

## INTUITION QUATTRO FOR WOMEN

Dit stijlvolle rosé gouden scheersysteem is voorzien van vier mesjes en is speciaal ontworpen voor vrouwen die heel glad en stijlvol voor de dag willen komen. Quattro for Women is geschikt voor het ontharen van alle zones, met een fluweelzacht en superglad resultaat. Ook de moeilijk bereikbare plekken worden gemakkelijk meegenomen. Het scheermesje bevat aloë vera en vitamine E, wat zowel tijdens als na het scheren verzorging biedt. [www.wilkinsonsword.com](http://www.wilkinsonsword.com)



## URBAN WINERY SPARKLING WHITE

De Sparkling White van Rotterdam Urban Winery is een unieke mousserende demi-sec, gemaakt van geredde tafeldruiven. Met aroma's van vlierbloesem en tropisch fruit, biedt deze wijn een subtiele en volle smaak met fijne zuren en een aangename afdronk. Perfect als aperitief, bij zachte kazen, salades, pittige gerechten of desserts. Met 7,5% alcohol is deze lichte wijn ideaal voor een lunch. [rotterdamurbanwinery.nl/winkel/](http://rotterdamurbanwinery.nl/winkel/)



## LEZERSACTIE\* FLOWERSNGIN Autumn Edition t.w.v. € 55,-



De FLOWERSNGIN Autumn Edition is helemaal afgestemd op het seizoen. Ontdek de zoete, evenwichtig gebalanceerde smaak, met rijke toetsen van bessen. Van dit smaakbommetje geniet je puur, als borreltje in een klein glaasje.



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



## 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)

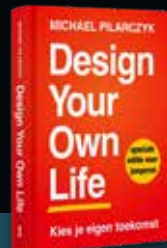


**MICHAEL PILARCZYK**

# Het geloof in jezelf is je grootste kracht.



Bestel hier mijn  
nieuwe boek



[www.michaelpilarczyk.nl](http://www.michaelpilarczyk.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 nekkklachten, 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)



## KOUDE DOUCHES VERSUS WARME DOUCHES

Als je lichaam verlangt naar een warme douche, ben je niet de enige. De meeste mensen genieten van de warmte. Toch is het zeker de moeite waard om koude douches in je routine op te nemen. Ondanks de koude schok bieden ze talloze gezondheidsvoordelen die de moeite waard zijn. We zijn ervan overtuigd dat je na verloop van tijd van je koude douches zult houden!

### De schok van een koude douche

Wanneer de kou je lichaam raakt, ervaar je een schok. Hoewel dit onaangenaam kan zijn, verhoogt het je zuurstofopname, hartslag en alertheid. Dit verbetert je bloedsomloop, geeft energie en versterkt je immuunsysteem door de aanmaak van witte bloedcellen.

### Koude douches voor mentale gezondheid

Koude douches verlichten mentale gezondheidsproblemen door de bloedsomloop te stimuleren en de bloeddruk te verlagen. De koude schok verhoogt stresshormonen zoals cortisol, wat je stressbestendigheid verhoogt. Ook verhogen ze endorfines, wat depressie en angst kan verlichten.

### Nooit meer een warme douche?

Je kunt nog steeds warme douches nemen, vooral ter ontspanning. Wissel af en neem minstens één keer per dag een koude douche, bij voorkeur 's ochtends. Dit stimuleert en verbetert je gezondheid.

### Koude douches met de Wim Hof-methode

De Wim Hof-methode helpt je dagelijks een koude douche te nemen via kou, ademhalingsoefeningen en toewijding. Volg zijn cursus voor maximale gezondheidsvoordelen!



## JE BENT STERKER DAN JE DENKT DAT JE BENT



Ademhaling



IJstherapie



Toewijding

**LET OP:** ademhaling volgens de Wim Hof-methode kan de motorische controle beïnvloeden en in zeldzame gevallen tot bewustzijnsverlies leiden. Ga altijd zitten of liggen als je de technieken oefent. Oefen nooit in of nabij watermassa's, terwijl je een voertuig bestuurt of in een andere situatie waarin bewustzijnsverlies jezelf of anderen schade kan toebrengen.



Scan de QR-code voor meer uitleg en oefeningen.

# Lichaam & Bewustzijn

Na vijf jaar van focussen op massages en massagetherapie ga ik mijn **werkzaamheden uitbreiden**.

Nog steeds zal ik veel masseren en mooie gesprekken met jullie voeren. Maar daarnaast zal ik steeds meer de aandacht gaan richten op het holistisch werken en ook andere tools toepassen in het lichaamswerk. Denk daarbij aan ademwerk, Focussen en Voice Dialogue. Hierdoor mogen mijn sessies nog meer de diepte in en dat vind ik juist mooi!

Ook ga ik groepswork doen op een mooie nieuwe locatie waar ik in een fijne setting met kleine groepjes kan gaan werken. Bijvoorbeeld Mindfulness en Meditatie, het bewegen door emotie, een Elementen vierdaagse en De Rauwe Vrouw.

De Rauwe Vrouw gaat vooral om het omarmen van de vrouwelijke energie in jou en dit er volledig laten zijn. Hierin ga ik je ondersteunen samen met de groep, want groepswork is enorm krachtig, zeker in dit soort werk.

**Graag zie ik jou binnenkort op mijn behandelafel of in een mooie groep.**



Joyce



# Genieten van het Zonovergoten Kreta

Een vakantie naar Kreta, met verblijf in het prachtige Lyttos Beach Resort in Chersonisos, is een ideale en veelzijdige keuze voor families die op zoek zijn naar een mix van ontspanning, avontuur en cultuur. Dit resort is perfect gelegen aan een prachtig zandstrand en biedt alles wat je nodig hebt voor een onvergetelijke gezinsvakantie.

**Lyttos Beach Resort** is een paradijs voor volwassenen en voor kinderen. Het resort beschikt over meerdere zwembaden, waterglijbanen en een uitgebreide kidsclub waar de kleintjes zich de hele dag kunnen vermaken. Terwijl de kinderen genieten van hun eigen avonturen in het geweldige waterpark, kunnen ouders ontspannen aan het strand of in de spa van het resort. Er zijn ook tal van sportfaciliteiten, zoals tennisbanen, een fitnesscentrum en zelfs een minigolfbaan, zodat er voor ieder gezinslid iets te doen is.

**Chersonisos** zelf is een levendige badplaats met een scala aan restaurants, winkels en uitgaansgelegenheden. Voor een avondje uit kunnen de oudere kinderen veilig op pad naar de gezellige boulevard, waar ze kunnen genieten van het bruisende nachtleven. Dit biedt

ouders de kans om even tot rust te komen, wetende dat de kinderen zich vermaken en je toch in de buurt bent.

Op slechts een korte afstand van Chersonisos ligt **Heraklion**, de hoofdstad van Kreta. Een bezoek aan deze stad is een must voor elke cultuurliefhebber. Bezoek het indrukwekkende **Knossos-paleis**, waar je meer te weten komt over de oude Minoïsche beschaving, of wandel door de sfeervolle straatjes van de oude stad en geniet van de authentieke Griekse keuken zoals bijvoorbeeld in restaurant Peskesi of een van de vele tavernes.

Tot binnenkort op het zonovergoten Kreta!

Wil je meer weten over Kreta?

Scan dan de QR-code en bekijk ons bruisend bezoek op YouTube.



Lyttos Beach Resort



Lyttos Beach Resort waterpark



Minas, Kathedraal, Heraklion



# De ultieme ontspanning aan de Zeeuwse kust

Op een unieke locatie in Zeeland, dicht bij natuurgebied de Zeepeduinen en het strand van Westerschouwen, vind je **Grand Hotel ter Duin**. De perfecte plek om te genieten van alles wat de Zeeuwse kust te bieden heeft!



Grand Hotel ter Duin is van alle gemakken voorzien. Wil je Zeeland op twee wielen verkennen? Geen probleem, het hotel kan de fietsen voor je regelen. Daarnaast beschikt het hotel over een prachtige lobby met bar, waar je heerlijk kunt zitten om te genieten van een hapje en een drankje. Ook voor een smakelijk diner ben je hier aan het juiste adres. Grand Hotel ter Duin is niet alleen open voor hotelgasten, want iedereen is hier welkom om even te relaxen.

Met een uitgebreide wellness, fitnessruimte en het strand op loopafstand ontbreekt het je hier nergens aan!



Grand Hotel ter Duin Hogeweg 55, Burgh-Haamstede | Tel. 0111 655 200 | [www.sheetz.nl/grandhotelterduin](http://www.sheetz.nl/grandhotelterduin)



*Echt tijd voor elkaar!*

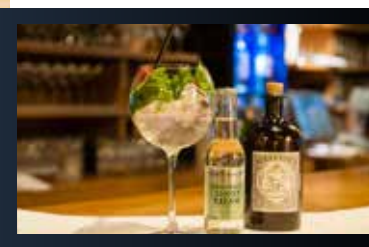
## Lekker uitwaaien!

Grand Hotel Ter Duin ligt op loopafstand van het strand. Leg je deze afstand liever niet te voet af, dan verhuren wij ook fietsen.

Het luxe hotel met **133 kamers** en vier appartementen kent verschillende faciliteiten waarvan je onbepikt kunt genieten: twee sauna's, een Turks stoombad, verwarmd zwembad en twee luxe zonnebanken. De kamers zijn sfeervol ingericht en hebben een warme uitstraling.



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



HOTELS BY SHEETZ



## *Amsterdam Dance Event*

**Amsterdam Dance Event (ADE) is een jaarlijks terugkerend festival dat Amsterdam wereldwijd op de kaart zet als dé hotspot voor elektronische muziek. Sinds de oprichting in 1996 is het uitgegroeid tot het grootste evenement ter wereld voor elektronische muziek en de daaraan verbonden industrie.**

**G**edurende vijf dagen in oktober transformeert ADE de stad in een bruisend centrum van beats, showcases en innovaties, waarbij honderden locaties meedoen aan het programma. Het unieke van ADE is dat het niet alleen draait om feesten. Het festival biedt een veelzijdig platform dat zowel artiesten en producers als muziekliefhebbers bij elkaar brengt. Overdag worden er conferenties georganiseerd met panels, workshops en lezingen, waar professionals uit de muziekindustrie samenkomen om te netwerken en te leren. Innovaties in technologie, muziekproductie en marketing staan hier centraal. Van bekende dj's tot opkomende talenten, iedereen krijgt de kans om zijn of haar stem te laten horen.

's Avonds verandert de stad in een vibrerend dansparadijs, met optredens van internationale toptiesten in clubs, concertzalen en zelfs op unieke locaties zoals kerken en oude pakhuizen. Genres variëren van house en techno tot trance, drum and bass en alles daartussenin. ADE weet niet alleen de gevestigde namen te

trekken, maar geeft ook opkomend talent een kans om zich aan een groot publiek te presenteren.

Naast het feestelijke aspect richt ADE zich ook op maatschappelijke en culturele impact. Programma's zoals ADE Green belichten de duurzame toekomst van festivals en de rol van muziek in de samenleving. Ook kunst en technologie krijgen steeds meer een plek, met projecten die experimenteren op het snijvlak van audiovisuele en digitale ervaringen.

ADE is daarmee veel meer dan een festival; het is een ontmoetingsplek waar creativiteit, muziek en technologie samenkomen. Het is een platform waar nieuwe trends worden geboren en waar de liefde voor elektronische muziek wereldwijd wordt gevierd. Een ervaring die de ziel van Amsterdam vangt en die elk jaar weer duizenden harten sneller doet kloppen.

*16 t/m 20 oktober 2024*



# & BEWONDER

STEEDS VERRASSEND AANBOD

**CLOSING PARTIES IBIZA** De eindfeesten op Ibiza markeren een prachtig einde van een lange zomer die begon in april. Ondanks dat de temperatuur daalt, zijn deze feesten in september en oktober de heetste op het eiland. Iconische clubs zoals Hi, Pacha, Amnesia en Ushuaïa worden het toneel van spectaculaire afsluiters, met optredens van top-dj's en adembenemende shows. Na een seizoen waarin het clubleven op Ibiza zijn glans herwon, beloven de closing parties van 2024 nog onvergetelijker te worden. Het is de ultieme gelegenheid om de zomer in stijl af te sluiten, met een energieke sfeer en een feestelijke ambiance die je niet wilt missen.

<https://ticketsibiza.co.uk/ibiza-closing-parties/>



**OKTOBERFEST** Het Oktoberfest 2024 in München, dat duurt tot en met 6 oktober, belooft een onvergetelijk feest te worden. Dit iconische festival viert zijn 191e editie met een bruisende mix van traditionele Duitse cultuur en moderne festiviteiten. Bezoekers kunnen genieten van gezellige bierhallen met de beste lokale bieren en heerlijke Beierse gerechten. Het evenement biedt ook kleurrijke parades, livemuziek en een scala aan attracties en kraampjes. Jaarlijks trekt het Oktoberfest miljoenen bezoekers van over de hele wereld en met de rijke tradities en feestelijke sfeer is het de ultieme bestemming voor een bijzondere herfstervaring.

[www.oktoberfestfan.nl/oktoberfest-munchen-2024/](http://www.oktoberfestfan.nl/oktoberfest-munchen-2024/)

**HALLOWEEN 2024** Halloween 2024 wordt een spookachtig spektakel dat je niet wilt missen. Van 25 tot 31 oktober transformeren steden over de hele wereld in griezelige wonderlandjes, met decoraties die variëren van sinistere spookhuizen tot angstaanjagende verkleedpartijen. Feestgangers kunnen genieten van spannende evenementen zoals halloweenfeesten, trick-or-treating en kostuumwedstrijden. Diverse attracties zoals spooktochten en horror-maze avonturen zorgen voor extra spanning en plezier. Met een focus op creativiteit en fantasie zullen de feestelijke activiteiten zowel jong als oud in de ban houden. Bereid je voor op een week vol plezier en huiveringwekkende momenten die het halloweenseizoen onvergetelijk maken!

Diverse attracties en locaties



**TCS AMSTERDAM MARATHON** Op zondag 20 oktober 2024 vindt de TCS Amsterdam Marathon plaats, één van de grootste hardloopevenementen van Nederland. Met duizenden deelnemers van over de hele wereld belooft het weer een sportieve en feestelijke dag te worden. De route voert de lopers langs bekende plekken in de stad, zoals het Rijksmuseum en het Vondelpark. Het biedt zowel professionals als amateurs een geweldige uitdaging. Voor velen is het een kans om hun persoonlijke doelen te behalen, terwijl de toeschouwers langs de kant voor een geweldige sfeer zorgen. Het belooft een sportieve viering te worden van zowel doorzettingsvermogen als Amsterdam zelf.

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

**ZONDAG 6 OKTOBER 11:00 - 16:00 UUR**

## VINTAGE EN BROCANTEMARKT

Brocanteurs en particuliere vintage liefhebbers brengen hun mooiste vintage, brocante, curiosa en sixties items mee zodat de bezoekers van deze markt weer heerlijk kunnen snuffelen tussen al dat moois. Dus ben je op zoek naar dat ene item voor je verzameling, vintage kleding, gerestylede meubels, lp's, mooie brocante en leuke nostalgische hebbedingetjes, kom dan genieten in Buurthuis Keijenburg, **Buurthuis Keijenburg | Keijenburg 70, Roosendaal**



**WOENSDAG 9 T/M ZONDAG 13 OKTOBER**

## TENTOONSTELLING IK BEN IK

Begin september gaan jongeren in Popup Club 'Ik ben ik' creatief aan de slag met tekenen, schilderen, collage maken, fotografie en het maken van een ruimtelijk object van bijvoorbeeld klei, karton of recycle materialen. Tijdens Coming Out Roosendaal 2024 zijn deze kunstwerken te zien als tentoonstelling in het Tongerlohuis.

**Kerkstraat 1, Roosendaal**



**DONDERDAG 24 EN VRIJDAG 25 OKTOBER**

## FACE THE FUTURE



De legendarische Nederlandse illusionist Hans Klok keert terug op het podium met een spectaculaire nieuwe show: Face the Future. Geïnspireerd door de razendsnelle technologische ontwikkelingen in AI en Virtual Reality, nodigt hij je uit om samen met hem een ongelooflijke magische reis door de tijd te maken. Het verhaal begint met Hans Klok die een online avatar creëert als oplossing voor de uitdagingen van een illusionist in 2024. Face the Future is een verhaal over het onder ogen zien van jezelf, wat er gebeurt wanneer de mens in conflict komt met technologie en een blik op de menselijke kant van Hans Klok. Maar bovenal is het een spectaculaire familieshow zoals de wereld nog nooit heeft gezien.

**De Kring Roosendaal | Kerkstraat 1, Roosendaal**

**ZATERDAG 12 OKTOBER**

## SARADAG OOSTERHOUT

Dit jaar voor de 10e keer! Voor alle Oosterhoutse Sara's uit 1974 is er vandaag vanaf 10.00 uur een compleet verzorgde dag vol gezelligheid, met activiteiten, lunch, diner en op z'n tijd een drankje.

**Binnenstad Oosterhout**



**VRIJDAG 25 OKTOBER 20:15 - 21:55 UUR**

## BEVRIJDINGSconcert OOSTERHOUT

Op 25 oktober wordt er tijdens het Bevrijdingsconcert Oosterhout gevierd dat Oosterhout 80 jaar bevrijd is. 80 jaar mogen leven in vrijheid, dat is bijzonder. In deze periode worden er dan ook verschillende activiteiten georganiseerd als onderdeel van 80 jaar bevrijding Oosterhout. Tijdens dit gratis concert hoor je de adembenemende muziek van Zagan Military Band, Choir of the University of Wrocław 'GAUDIUM' en Natalie Salek. Dit concert is gratis toegankelijk. Reserveren is wel verplicht! Maximaal 4 kaarten per reservering.

**Theater de Bussel, Torenstraat 10 Oosterhout**



**DONDERDAG 31 OKTOBER OM 20:15 UUR**

## OP EEN MOOIE PINKSTERDAG



De musical Op Een Mooie Pinksterdag vertelt het verhaal van een ondernemersgezin waarin iedereen langs elkaar heen leeft zonder echt naar elkaar te kijken. Geheimen, idealen en de zoektocht naar vrijheid houden de gemoeden bezig, terwijl de druk en de opinie van de maatschappij sterk voelbaar zijn. Ondersteund door de tijdloze liedteksten van Annie M.G. Schmidt, laat Invitéater je met hedendaagse inzichten de jaren '60 opnieuw beleven. Invitéater ontving voor Romeo na Julia de Cultuurprijs 2023.

**De Kring Roosendaal | Kerkstraat 1, Roosendaal**





### 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.

# De kracht van naamsbekendheid *in ons magazine*

Als uitgeverij begrijpen wij dat adverteren in een magazine niet altijd direct nieuwe klanten oplevert. Het is een veelgehoorde misvatting dat een enkele advertentie meteen zorgt voor een verkoopstijging. Echter, de werkelijke waarde van adverteren in ons magazine ligt in iets veel fundamenteler en duurzamer: naamsbekendheid.

Naamsbekendheid is het vermogen van jouw merk om herkend en herinnerd te worden door potentiële klanten. In een markt waar consumenten dagelijks worden overspoeld met informatie, is het cruciaal dat jouw merk blijft hangen. Ons magazine biedt de perfecte omgeving om je merk op te laten vallen en consistent in beeld te blijven.

Elke keer dat een lezer door ons magazine bladert en jouw advertentie ziet of jouw column leest, wordt een zaadje geplant. Na verloop van tijd, wanneer deze lezers een product of dienst nodig hebben die jij aanbiedt, is het jouw naam die naar boven komt. Dit proces van geleidelijke herkenning en herinnering kan uiteindelijk leiden tot meer vertrouwen en loyaliteit van klanten.

Denk aan de grootste merken die je kent. Hun succes is zelden gebaseerd op één enkele advertentiecampagne, maar op een voortdurende aanwezigheid en herkenbaarheid in de media. Door te adverteren in ons magazine investeer je in deze langdurige zichtbaarheid en merkherkenning.

Jouw merk verdient het om gezien en onthouden te worden. Kies voor Bruist en leg de basis voor een langdurige en succesvolle relatie met je doelgroep. Naamsbekendheid is geen sprint, maar een marathon en wij lopen graag met je mee!

Neem vandaag nog contact met ons op en ontdek hoe Bruist jouw merk naar een hoger niveau kan tillen. J jouw succes begint hier!

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!**

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 en 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

Als het *weer*  
niet meezit, zorg  
dan zelf voor een  
*goede bui*



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



# Gehaktbrood met stukjes pompoen

Dit gehaktbrood met pompoen is een smaakvolle en voedzame herfstmaaltijd. Serveer het met geroosterde aardappelen of een frisse salade en voeg geraspte kaas toe voor een extra smaakboost. Perfect voor een gezellig diner!

6-8 PORTIES • 80 MIN.

## INGREDIËNTEN BODEM

- 300 g pompoen (in kleine blokjes)
- 2 eetlepels olijfolie
- zout en peper naar smaak
- 500 g rundergehakt
- 1 ui (fijngehakt)
- 2 teentjes knoflook (fijngehakt)
- 1 theelepel gemalen komijn
- 1 theelepel paprikapoeder
- 1 theelepel tijm
- 1 ei
- 50 g paneermeel
- 2 eetlepels ketchup of tomatenpuree
- verse peterselie (voor garnering)

## BEREIDING

Verwarm de oven voor op 180°C en besprenkel de pompoenblokjes met olijfolie, zout en peper. Rooster ze in de voorverwarmde oven gedurende 20-25 minuten of tot ze zacht zijn.

Doe ondertussen het gehakt in een grote kom en voeg de fijngesneden ui, knoflook, komijn, paprikapoeder, tijm, zout en peper toe. Meng alles goed door elkaar.

Laat de geroosterde pompoen iets afkoelen en voeg deze voorzichtig toe aan het gehaktmengsel, zodat de pompoenstukjes heel blijven. Voeg vervolgens het ei en het paneermeel toe en meng alles goed door elkaar voor de binding.

Vet een cakevorm of ovenschaal in en druk het gehaktmengsel stevig aan in de vorm, zodat je een mooi gevormd brood krijgt. Smeer de bovenkant van het gehaktbrood in met ketchup of tomatenpuree voor extra smaak en bak het gehaktbrood ongeveer 45-50 minuten in de voorverwarmde oven, totdat het gaar en goudbruin is.

Haal het gehaktbrood uit de oven en laat het even rusten voordat je het aansnijdt. Garneer tot slot met wat verse peterselie en serveer.







De herfst nodigt uit om buiten te genieten van knisperende bladeren en warme kleuren. Maak een herfstwandeling en laat je betoveren door de natuur. Los daarna de puzzels van Bruist op en maak kans op leuke prijzen!

# PUZZELPAGINA

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

### Los de sudoku op

De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-3-1**.

Zoek de zes letters in BRUIST!

Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.


### Zoek de zes verborgen letters

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

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.



Maak kans op

## Killerbody Lifestyle boek

van Faya Lourens.

Ontwikkel jouw eigen killerbody! 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.



Los de rebus op.

f	o	n	l	g	t	f	n	k	l	i	body
h	i	u	g	n	l	s	i	b	v	n	fitness
i	y	t	c	i	s	l	s	g	t	s	faya
e	r	p	n	d	l	m	y	r	j	p	inspiratie
q	b	f	r	o	s	p	n	s	x	r	killer
y	h	s	o	v	s	s	y	i	a		mindset
y	m	i	n	d	s	e	t	b	m	t	sport
k	u	o	g	w	u	t	w	l	c	i	voeding
i	a	s	r	x	s	k	y	v	b	e	
n	g	g	r	s	a	f	e	j	v	u	

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 november 2024 via [www.nederlandbruist.nl/bergen-op-zoom/puzzelen](http://www.nederlandbruist.nl/bergen-op-zoom/puzzelen) of via QR-code.





**Van Mossel**

**WISSEL  
WEKEN  
SWITCH NU VOORDELIJG**

**NAAR WINTERBANDEN OF EEN NIEUWE AUTO**