

SCHILDE SCHOTEN
'S-GRAVENWEZEL



JANUARI 2025 GRATIS MEENEMEN!
WWW.SCHILDESCHOTENBRUIST.BE

BRUIST

**GENIET &
BEWONDER**



Luxaflex®

Luxaflex® producten zijn zó veelzijdig dat ze ieder interieur nét dat extra stukje persoonlijkheid geven. Door de bijna eindeloze variëteit aan materialen, kleuren en dessins, kan iedereen zijn eigen droomhuis verwezenlijken.

Horizontale jaloezieën zijn een prachtige aanwinst voor ieder interieur

Deze raamdecoratie bestaat uit horizontale lamellen waarmee je zelf de gewenste mate van privacy en lichtinval regelt. Bij Luxaflex® kun je kiezen uit verschillende lamelbreedtes, kleuren en uitvoeringen. Onze horizontale jaloezieën worden gemaakt van gerecycled aluminium.

Wil jij raamdecoratie die makkelijk schoon te maken is en je interieur tegen de felle zonnestralen? Scan de QR-code en vraag een offerte aan bij Van Gorp Projects.



Een prachtige aanwinst
voor ieder interieur



ZONWERING
ROLLUIKEN
OUTDOOR LIVING
RAAMDECORATIE

VAN GORP PROJECTS
HANDELSLEI 224, ZOERSEL
03 384 06 00

WWW.VANGORPPROJECTS.BE



Wij houden
uw energie laag!

MET SFEERVOLLE ELEKTRISCHE HAARDEN

Meer weten over
ons assortiment.
Scan de QR-code:



EVEN LEKKER WEG VAN ALLES

Wat tien jaar geleden begon als experiment is inmiddels uitgegroeid tot een groot succes: Camping Getaway in Wouwse Plantage. Een camping waar je even heerlijk kunt ontsnappen aan het alledaagse. “Back to basic, maar dan uiteraard wel met alle moderne faciliteiten.”, vertelt eigenaar Marcel van der Veeken. “Oftewel de perfecte plek om lekker te genieten!”

Na jarenlang zelf gekampeerd te hebben, leek het Marcel en zijn vrouw Hanne een leuk idee om een eigen camping te beginnen. “In eerste instantie puur als hobby, maar dat nam al snel zulke professionele vormen aan dat het voor mij mijn fulltime baan is geworden.”, vertelt Marcel enthousiast. “Het is hard en gevarieerd werken en je krijgt er ook ontzettend veel energie van. Helemaal als je merkt dat gasten het naar hun zin hebben en positief terugkijken op hun verblijf.”

Hoewel ze van tevoren hadden verwacht vooral mensen uit het buitenland op doorreis een plekje op hun camping te gaan bieden, blijkt inmiddels het merendeel van de gasten uit Nederlanders te bestaan. “Waaronder heel wat mensen die elk jaar weer terugkeren omdat ze het hier zo naar hun zin hebben. Een mooier compliment kun je eigenlijk niet krijgen. Gasten kunnen bij ons gebruikmaken van een simpel,

kunstzinnig sanitairgebouw, privésanitair, een kleine speeltuin en een openluchtzwembad, maar het draait bij ons vooral om de rust en de mooie omgeving net buiten de dorpskern van Wouwse Plantage. De Belgische grens ligt op slechts een steenworp afstand en in minder dan een uur rijden sta je op het strand.”

Camping Getaway is standaard geopend van april tot half oktober. “Met ingang van deze winter proberen we daarnaast echter nog iets nieuws: voor camperaars bieden we een aantal verharde camperplaatsen waar ze ook deze maanden gewoon gebruik van kunnen maken.” Wacht je met kamperen toch liever op het wat warmere weer?

Reserveringen kunnen ook nu al worden gemaakt via info@mygetaway.nl.

CAMPING
Getaway

BACK TO BASIC MET ALLE MODERNE FACILITEITEN



COLOFON

UITGEVER

Nederland Bruist

DIRECTIE

Marcel en Lea Bossers

CONTACT

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

Copyright NL Bruist B.V. ©2025. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van het auteursrecht is niet toegestaan. Schilde Schoten 's-Gravenwezel 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 kan op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 28 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.



LIKE ONS OP belgiëbruist & belgiëbruist

OPVALLEN? Adverteer in Bruist

Mail nl@nederlandbruist.nl of bel
Marcel Bossers: +31 6 34590975
+31 76 7115340.



Scan de QR-code
voor een afspraak!

WEBSITE NODIG?

Mail nl@nederlandbruist.nl of bel
Lorenzo Bossers: +31 6 42720554
+31 76 7115340 of scan de QR-code.



**BRUIST
ONLINE**

Ja, dat kunnen we!



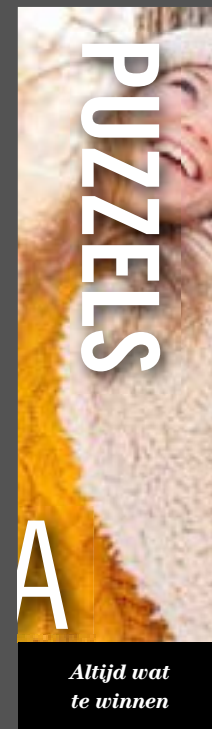
18



42



46



62

Bruist wenst je een knallend 2025 vol liefde, geluk en gezondheid!

*Dat het nieuwe jaar bruist van mooie kansen,
bijzondere momenten en oneindig veel plezier.
Maak er een onvergetelijk jaar van!*



Bruisende lezer,

Het nieuwe jaar begint met een gevoel van mogelijkheden en frisse energie. Het is dé tijd om stil te staan bij wat achter ons ligt en om vooruit te kijken naar alles wat we kunnen bereiken. Goede voornemens vormen een traditie die mensen inspireert om doelen te stellen en positieve veranderingen door te voeren, zowel in hun persoonlijke leven als in hun werk.

Voor ondernemers betekent het nieuwe jaar ook een periode van reflectie en groei. Het is een moment om plannen te smeden, nieuwe kansen te benutten en de koers voor de toekomst te bepalen. Lokale bedrijven spelen hierin een cruciale rol door met creatieve initiatieven, nieuwe diensten en frisse energie bij te dragen aan een inspirerende start van het jaar.

In deze editie van Bruist delen we verhalen van ondernemers die met passie en visie hun goede voornemens in de praktijk brengen. Laat je inspireren door hun plannen en ontdek hoe zij hun doelen vertalen naar concrete acties.

Laten we samen vooruitkijken, dromen waarmaken en van 2025 een jaar maken dat bruist van de mogelijkheden!

Lea en Marcel Bossers



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

Foto: Ron Eskens soowpictures.nl



Goede voornemens

Een nieuw jaar voelt als een frisse start. Goede voornemens zijn populair, maar vaak lastig vol te houden. Hoe zorg je ervoor dat jouw doelen in 2025 wél slagen? Met deze praktische tips kom je verder.

Veel goede voornemens falen omdat ze te vaag zijn. Maak je doel concreet: niet 'Ik wil gezonder leven', maar 'Ik eet elke dag twee stuks fruit'. Kleine, haalbare stappen vergroten je kans op succes.

Focus op één verandering

Probeer niet alles tegelijk te doen. Kies één voornemen waar je je op richt. Dit geeft focus en motiveert om door te gaan als je dit doel bereikt hebt.

Maak een plan

Een goed plan is essentieel. Schrijf je doel op, verdeel het in kleine acties en plan deze in je agenda. Bijvoorbeeld: 'Elke dinsdag en donderdag ga ik een halfuur wandelen'. Door je voortgang bij te houden, blijf je gemotiveerd.

Zoek steun

Een steunend netwerk maakt een groot verschil. Deel je doelen met vrienden of familie. Samenwerken of simpelweg iemand hebben die je aanmoedigt, helpt enorm. Niemand is perfect. Val je een keer terug in oude gewoontes? Laat je niet

ontmoedigen. Herpak jezelf en focus op de volgende stap. Consistentie is belangrijker dan perfectie.

Populaire voornemens

Hoewel doelen persoonlijk zijn, zijn er enkele klassiekers:

- Meer bewegen: wandelen, yoga of sporten.
- Gezonder eten: klein beginnen, zoals meer groenten toevoegen.
- Minder stress: tijd maken voor ontspanning.
- Nieuwe vaardigheden: denk aan een cursus of een nieuwe hobby.

Begin vandaag

Je hoeft niet te wachten tot 1 januari. Start klein en werk stap voor stap naar je doel. Het nieuwe jaar biedt een prachtige kans, maar elke dag is een goede dag om te beginnen.

Met focus, doorzettingsvermogen en een concreet plan maak jij van 2025 een jaar vol groei en succes. Zet die eerste stap en maak het waar!



Carlos Lens:

Tips voor een Gezond en Fit 2025

Carlos Lens, bekend personal trainer van vele Nederlandse sterren zoals Linda de Mol en Anouk, deelt zijn inzichten over gezondheid, fitness en voeding. Met meer dan twee decennia ervaring inspireert hij ons met praktische en haalbare adviezen.

1. Begin met een heldere doelstelling

Carlos benadrukt het belang van een duidelijk doel. Maak kleine veranderingen in je dagelijkse routine, zoals wandelen, bij voorkeur op een lege maag. Dit helpt niet alleen vet te verbranden, maar zorgt ook voor een actieve start van de dag.

2. Krachttraining als basis

In plaats van alleen cardio, raadt Carlos aan om krachttraining toe te voegen. Dit versterkt niet alleen spieren en botten, maar zorgt er ook voor dat je stofwisseling tot wel 48 uur na je workout actief blijft. Bovendien voel je je fitter en zie je er beter uit.

3. Slaap en herstel zijn essentieel

Rust is een van de pijlers in Carlos' filosofie. Probeer 6-10 uur slaap per nacht te halen en maak eventueel gebruik van powernaps van maximaal 20 minuten. Een goede slaaproutine begint met ontspanning en positieve gedachten.

4. Voeding is 80% van het proces

Een gezond dieet betekent gevarieerd eten met groenten, volkoren producten, eiwitten en gezonde vetten. Carlos raadt aan om voeding te plannen en voor 80% gezonde keuzes te maken. Af en toe snoepen mag, zolang het met mate gebeurt.

5. Effectieve oplossingen voor drukke schema's

Voor wie weinig tijd heeft, zijn HIIT-workouts of korte wandelingen ideale oplossingen. Deze zijn intensief en efficiënt, perfect voor een drukke levensstijl.

Met deze tips van Carlos Lens maak je van 2025 een gezond en energiek jaar!

Meer weten? Ga naar www.houseofcarlos.nl of scan de QR-code voor meer informatie.





NJOY
by Yasmin

MAAK EEN AFSPRAAK
Telefonisch of via de website

ma 10.00 tot 15.00
di 09.00 tot 18.00
wo 09.00 tot 18.00
do 09.00 tot 20.00
vr 08.00 tot 18.00
Za 08.00 tot 16.00



JOUW HAAR IS ONZE PASSIE!

Bij N-Joy by Yasmin komt u voor alle haarmode in 's-Gravenwezel in een losse, huiselijke sfeer terecht waar een Scandinavisch interieur u verwelkomt. Yasmin en haar team leggen u graag in de watten en zorgen voor een mooi kapsel, passend bij uw persoonlijkheid. In het kapsalon wordt er stevast gewerkt met de

haarproducten van Redken en Medicuticals, die zorgen voor gezond, glanzend haar en enorm doeltreffend zijn. Geregeld volgt Yasmin ook cursussen om up-to-date te blijven bij de allerlaatste technieken, zoals kleurtechnieken voor een optimaal resultaat.





Nieuwjaar

Nieuwjaar is een moment van hoop, reflectie en viering. Over de hele wereld markeren verschillende tradities het begin van een nieuw jaar, elk met een unieke betekenis en symboliek. In België, ons buurland Nederland en andere landen worden nieuwjaarsborrels vaak georganiseerd om het nieuwe jaar feestelijk in te luiden.

Een van de meest bekende tradities in België is dat mensen er zelf vuurwerk afsteken om middernacht. Dit kleurrijke spektakel symboliseert het verdrijven van kwade geesten en het verwelkomen van een nieuw begin. Veel mensen drinken rond middernacht champagne en toosten op een gelukkig en gezond jaar. Ook de Nieuwjaarsduik is een geliefde traditie, waarbij duizenden mensen in het ijskoude water duiken om het jaar fris en energiek te starten.

Op internationaal niveau zijn er tal van unieke gebruiken. In Brazilië dragen mensen wit om vrede en reinheid te symboliseren, en velen springen over zeven golven in de zee als een ritueel voor geluk. In de Filipijnen is het gebruikelijk om ronde objecten, zoals munten en fruit, te verzamelen als symbool van welvaart. In Schotland wordt 'Hogmanay' gevierd, waar 'first-footing' een belangrijke rol speelt: de eerste persoon die een huis binnenkomt, brengt geluk voor het nieuwe jaar. In Japan wordt het nieuwe

jaar (Shōgatsu) gevierd met het luiden van tempelklokken, 108 keer om onzuivere verlangens en negatieve emoties te verdrijven. Daarnaast is het gebruikelijk om traditionele gerechten zoals 'osechi ryōri' te eten en om familie en vrienden te bezoeken om geluk te wensen.

Nieuwjaarsborrels zijn een integraal onderdeel van de feestelijkheden, vooral in een professionele context. Werkgevers organiseren vaak borrels in januari om het team te bedanken voor de inzet in het afgelopen jaar en om gezamenlijk vooruit te kijken. Het is een moment om relaties te versterken, doelen te bespreken en een gevoel van saamhorigheid te creëren. Bij persoonlijke nieuwjaarsborrels staan gezelligheid en verbinding centraal. Veel van deze borrels vinden plaats in sfeervolle restaurants, waar men geniet van heerlijke hapjes en drankjes in een feestelijke ambiance. Hier komt iedereen samen om het nieuwe jaar in een ontspannen sfeer te vieren.

POT AU FEU Ervaar authentieke Belgische smaken bij Pot au Feu in Schoten. Proef traditionele gerechten zoals ons kenmerkende stoofpotje, gemaakt met lokale ingrediënten. Geniet van een warme sfeer en gastvrije service.

www.potaufeu-schoten.be | Venstraat 155, Schoten | 03 644 91 83



SCHANUL in Schoten biedt een uitgebreide selectie van hoogwaardige groenten en fruit aan, met een nadruk op versheid en kwaliteit van lokale producenten. Klanten kunnen genieten van een variëteit aan seizoensgebonden producten. Door de sterke nadruk op kwaliteit en versheid garandeert Schanul dat klanten de beste producten krijgen. De winkel biedt een aangename ervaring, ideaal voor zowel dagelijkse boodschappen als het samenstellen van speciale maaltijden. **Markt 23, Schoten**

Schanul Schoten | +32 471 49 85 41



LA CANTINA La Cantina is open van 14 tot in de late uurtjes! Op zaterdag zelfs vanaf 11 uur. Kom gerust relaxen op ons terras. Vanaf nu zijn onze heerlijke Nachos terug beschikbaar! **0479 51 09 12** | Theofiel v. Cauwenberghslei 2, Schoten | www.lacantinaschoten.com



DINNER TIME BV Friethuis Dinner Time in Deurne serveert heerlijke, ambachtelijk gesneden frietjes en zelfgemaakte snacks. Eigenaar Sam Vervoort benadrukt de focus op authentieke smaken en bereiding. Bestel online voor snel genieten. **Lakborslei 4, Deurne** | www.frietjesdeurne.be (enkel voor afhalen)

BRUIST

Wilt u 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
of bel Lorenzo Bossers
+ 31 6 42 72 05 54 of +31 76 711 53 40

U kunt ook het contactformulier invullen op:

www.belgiebruist.nl/adverteren



BAKKER AAN HUIS BV Een luxe service waardoor je in het weekend (op zaterdag en zondag) versgebakken brood, broodjes, koffiekoeken en charcuterie gewoon bij je thuis kunt laten bezorgen. Vers is bij ons écht vers! De nacht ervoor door onze vaste, ambachtelijke bakker gebakken. Tot de dag voor levering 20:00 uur kun je bestellen. www.bakker-aan-huis.be (alleen voor afhalen)



VORDENSTEYN BRASSERIE FEESTZAAL Een gezellig familiegebeuren! Klanten ervaren het als thuiskomen. De non-nonsense keuken biedt betaalbare gerechten, van broodjes tot steaks en pasta's. De zaak is ook bekend om optredens van artiesten in het weekend. Met een aparte feestzaal kunnen ze evenementen tot 100 personen hosten. **Vordensteinstraat 78, Schoten** | www.facebook.com/brasserievordensteyn



Vakmanschap in goudsmederij en perfectie

Een juweel of uurwerk als geschenk is een blijvende herinnering. Daarom verdienen uw kostbaarheden de aandacht die zo'n bijzonder moment vereist. Bij onze goudsmederij krijgt elk stuk - of u het nu zelf ontwerpt, kiest uit onze collectie, laat herstellen of aanpassen - de volledige toewijding van ons vakmanschap en maatwerk.

Na meer dan 50 jaar ervaring en voortdurende verfijning van onze procedures en materiaalkeuzes weten wij precies hoe uw ideale juweel eruit moet zien. Of het nu gaat om gouden of zilveren sieraden, een tijdloos ontwerp of iets eenvoudigs, wij leveren altijd de beste kwaliteit.

PERFECTIE ZIT IN ONS DNA

Uw juweel heeft voor u een grote betekenis, en dat begrijpen wij als geen ander. Wij behandelen uw kostbaarheden met de grootste zorg en vakmanschap. Ook na de aankoop staan wij voor u klaar met advies en service. Wilt u oud goud laten verwerken tot een nieuw ontwerp of een juweel of uurwerk laten herstellen? Bij ons krijgen uw dierbare stukken een nieuw leven. Maak een afspraak en ontdek de mogelijkheden.



Meer dan 50 jaar toewijding en ervaring!

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



DE PERSOONLIJKE AANPAK VOOR BETER HOREN!

Sinds de oprichting in 2008 door Berend-Jan Kooijman is Kooijman Hoortoestellen een vertrouwd adres voor hoogwaardige hooroplossingen in Breda. Samen met zijn vrouw Ina runt Berend-Jan deze zelfstandige audicienspraktijk met een focus op persoonlijke aandacht, kwaliteit en uitstekende service. Hun toewijding en vakmanschap hebben Kooijman Hoortoestellen tot een begrip gemaakt, waar klanten graag terugkomen en anderen naar doorverwijzen.

Van industrie naar zelfstandigheid

Berend-Jan, met jarenlange ervaring in de hoor-industrie, besloot in 2008 zijn eigen onderneming te starten. Hij wilde een plek creëren waar de klant centraal staat en waar onafhankelijk advies mogelijk is. Ina voegde zich een jaar later bij het team, en samen hebben ze de praktijk laten groeien tot een succesvolle onderneming. “We hebben nu drie audiciens in dienst,” vertelt Ina,

“en ik houd me bezig met de administratie, declaraties en ondersteunende taken. We vormen echt een hecht team.”

De kracht van zelfstandigheid zit volgens Berend-Jan en Ina in de vrijheid om elk merk hoortoestellen te leveren dat in Nederland beschikbaar is. “Wij zijn niet gebonden aan specifieke merken,” legt Ina uit. “Dit stelt ons in staat om altijd de beste oplossing te kiezen die past bij de behoeften van onze klanten.”

Persoonlijke aandacht en tijd voor de klant

Wat Kooijman Hoortoestellen uniek maakt, is de persoonlijke aanpak en de tijd die voor elke klant wordt genomen. “Bij ons krijgt iedere klant royaal de tijd,” zegt Ina. “Een intake met metingen en aanpassingen kan wel twee uur duren. We willen precies weten wat de klant nodig heeft, en dat horen we vaak terug in de feedback: mensen voelen zich gehoord en geholpen.” Deze aanpak vertaalt zich ook naar een vast aanspreekpunt voor klanten. “We proberen altijd dezelfde audiciens aan een klant te koppelen,” legt Ina uit. “Dit bouwt vertrouwen op en zorgt voor continuïteit in de zorg.” ▶

UW GEHOOR, ONZE UITDAGING

► Mond-tot-mondreclame als bewijs van tevredenheid

De tevredenheid van klanten is zichtbaar in de hoge mate van mond-tot-mondreclame waar Kooijman Hoortoestellen op kan rekenen. “We krijgen veel nieuwe klanten via doorverwijzingen,” zegt Ina trots. “Klanten zeggen vaak: ‘Ga naar Kooijman, zij lossen het op.’ Dat is voor ons het grootste compliment.”

Deze positieve ervaringen zijn niet beperkt tot een specifieke doelgroep. “We helpen jong en oud,” vertelt Ina. “Van ouderen die weer gesprekken kunnen volgen tot jongere mensen die dankzij hoortoestellen beter kunnen functioneren op hun werk. Het is prachtig om te zien hoe onze oplossingen een verschil maken in het leven van onze klanten.”

Langdurige zorg en nazorg

Bij Kooijman Hoortoestellen stopt de service niet bij de aanschaf van een hoortoestel. “Onze klanten kunnen vijf jaar lang op ons rekenen voor nazorg,” legt Ina uit. “Hoortoestellen vereisen regelmatig onderhoud en aanpassingen. Situaties kunnen veranderen – iemand gaat met pensioen of krijgt een nieuwe baan – en wij zorgen ervoor dat de hoortoestellen blijven voldoen aan hun behoeften.”

Ina benadrukt dat deze uitgebreide zorg een belangrijk onderdeel is van hun dienstverlening. “Bij ons kunnen klanten altijd binnenlopen voor bijvoorbeeld een schoonmaakbeurt of kleine reparaties, zonder extra kosten. Het gaat erom dat mensen optimaal blijven horen.”

Een persoonlijke benadering voor een hoorbaar verschil

Met hun focus op persoonlijke aandacht, kwalitatieve hooroplossingen en langdurige zorg heeft Kooijman Hoortoestellen een solide reputatie opgebouwd. De persoonlijke benadering van Berend-Jan en Ina maakt het verschil. Klanten voelen zich welkom en ondersteund, en dat is precies waar het Kooijman om draait.

Nederlandse en Belgische wetgeving: verschillen in hoorzorg

Bij de aanschaf van hoortoestellen spelen verzekeringsregels een belangrijke rol. Nederland en België hanteren verschillende vergoedingssystemen, wat het essentieel maakt om goed geïnformeerd te zijn.

In Nederland bepaalt het hoorprotocol 2.0 de vergoeding. Klanten worden ingedeeld in vijf categorieën op basis van gehoorverlies en persoonlijke situatie. De basisverzekering vergoedt 75% van de kosten, terwijl klanten de resterende 25% zelf betalen, tenzij aanvullend verzekerd. Hoewel de keuze beperkt is, zorgen audiciens zoals Kooijman Hoortoestellen voor een oplossing die bij de klant past.

In België verloopt het proces via de NKO-arts. Na een gehoortest en proefperiode wordt een toestel voorgeschreven. Voor vergoeding is een omstandig verslag en een bijlage 17 vereist, die bij de mutualiteit worden ingediend. Hoewel er meer keuzevrijheid is, is het proces administratief zwaarder.

Van jong tot oud, van eerste kennismaking tot jarenlange nazorg – bij Kooijman Hoortoestellen staat de klant centraal. Hun missie? Mensen helpen beter te horen en zo een hogere kwaliteit van leven bieden. Met zulke toewijding is het geen wonder dat dit familiebedrijf een echte Bruisende Topper is.

Ook de juiste hooroplossing op maat?

**Bel nu voor een afspraak
(+31) (0)76 520 42 64.**



Ina Kooijman



Meer info over onze hooroplossingen?
Scan de QR-code!

KOOIJMAN
HOORTOESTELLEN



KINDERGRIME

WORKSHOPS

AIRBRUSH TATTOOS

BELLYPAINT

MANDALA HANDWERKEN

AIRBRUSH TATTOO

ALLES VOOR DE LACH OP DE SNOET VAN JOUW KAPOEN

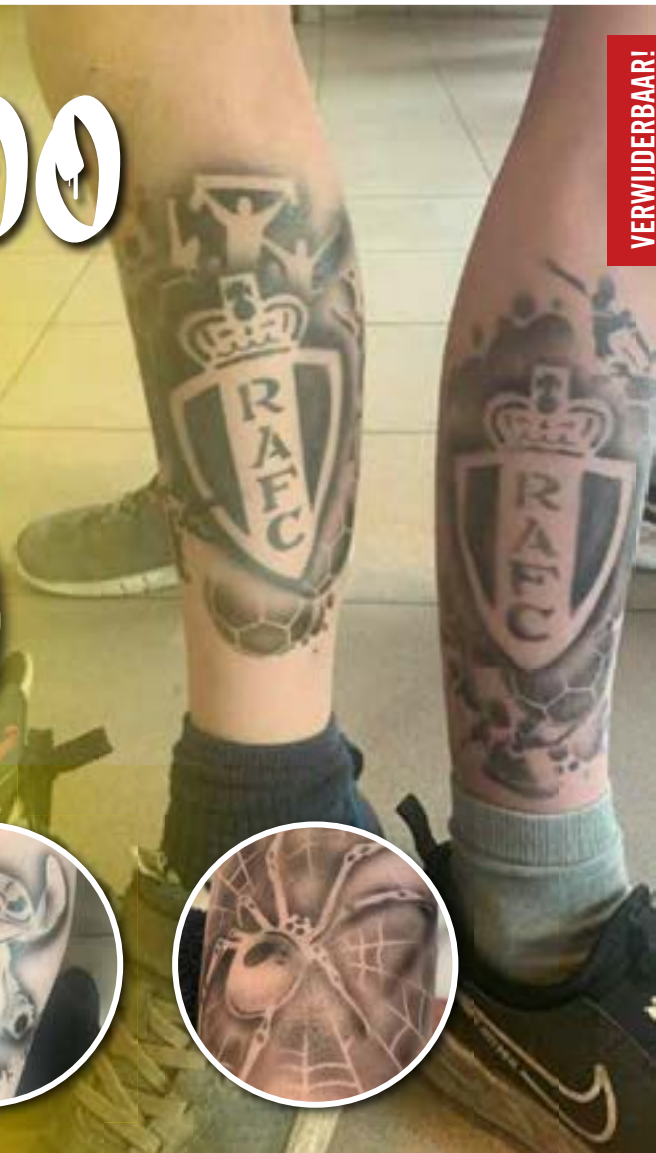
De grote hit van tegenwoordig is toch wel de Airbrush-tattoo!
Een levensechte tattoo, maar pijnloos, zonder naalden.
Watervast, maar toch makkelijk te verwijderen.

Deze tattoos worden op de huid gezet met kindvriendelijke verf, watervast en ze blijven wel tot een week mooi, zelfs na het douchen (mits er niet op gewreven maar enkel op gedept wordt).

Doordat wij zelf sjablonen maken, kunnen wij ook helemaal in thema werken. Let er

wel op dat dit enige voorbereiding vraagt. Dus als je een thema wilt, moet je dit wel op tijd melden.

Verwijderen gaat heel gemakkelijk. De verf gaat er zeer gemakkelijk af door de tattoo in te wrijven met alcohol, denk bijvoorbeeld aan ontsmettingsalcohol.



VERWIJDERBAAR!



Schoolstraat 3/2, Schilde
0032-496707231
info@grimenco.be
www.grimenco.be



VIND JE DIT OOK
HEEL PLEZANT?
-
BEZOEK DE WEBSITE
OF STUUR EEN MAIL!

Volg mij op

SHOP

TILL YOU DROP!



ZORG WEER VOOR GRIP OP JE EIGEN LEVEN!

Het boek 'Laat de kaas niet van je brood eten' geeft je inzicht over hoe je staande kunt blijven en de kracht weet te vinden om door te gaan tijdens het hebben van schulden, stress vanwege persoonlijke geldproblemen of een faillissement.

PRE-ORDER NOW!
via onderstaand mailadres



Jolanda.Phillipse@icloud.com



SPARKLING WHITE

De Sparkling White van Rotterdam Urban Winery is een unieke mousserende demi-sec, gemaakt van gerede tafeldruiven. Met aroma's van vlierbloesem en tropisch fruit, biedt deze wijn een subtiele en volle smaak met fijne zuren en een aangename afdrank. Perfect als aperitief, bij zachte kazen, salades, pittige gerechten of desserts.



rotterdamurbanwinery.nl/winkel/

PROEF EN GENIET

VAN HET MOOISTE WAT DE NATUUR BIEDT!

De FLOWERSNGIN Winter Edition

De FLOWERSNGIN Winter Edition is helemaal afgestemd op het seizoen. Deze typische winterse smaken en geuren zijn ideaal om van te genieten wanneer de bladeren zijn gevallen en de natuur haar winterpak aantrekt!

Wijnegemsesteenweg 17, 's Gravenwezel
+32 (0)3 685 63 68 | info@flowersngin.com



www.flowersngin.com

THAT'SO ON THE GO DARK

De vegan self tan spray van That'so is ongeëvenaard goed en geeft direct een prachtige, egale, echt bruine kleur die 2-3 uur na het aanbrengen doorontwikkelt. Hiermee zie je er sunkissed uit! Ruikt heerlijk en geeft geen vlekken. Tevens verzorgt en hydrateert dit product je huid door toevoeging van onder andere aloë vera. Het perfecte product voor een verantwoorde bruine teint.

125 ml, € 30,-, www.thatso.nl



Frisse start in januari!



BRUIST Deals

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

KERSTBOOM ERUIT KUNST BLOESEMBOOM ERIN

Bij Seta Fiori vind je de meest uitgebreide collectie kunst bloesembomen.

Van tafelmodel tot wel tien meter hoog. Showroom in Bergen op Zoom.

www.setafiori.nl



PEUGEOT MAESTRO PEPERMOLEN

Peugeot, bekend om hun indrukwekkende auto's, biedt ook betaalbare culinaire creaties onder de naam Peugeot Saveurs. Met hun uitgebreide ervaring in smaken omarmen ze nu kruidenmolens, keramische overschotels, degustatieglazen en wijnaccessoires. Elk product van Peugeot Saveurs belichaamt de uitzonderlijke smaakbeleving van dit gerenommeerde Franse familiebedrijf.



LEZERSACTIE* Cadeaubon t.w.v. € 100

Welkom bij De WOONWINKEL de gezellige boetiek voor stijlvolle, duurzame producten. Ontdek het uitgebreide aanbod in een warme sfeer, met persoonlijke service en deskundig advies. Kom langs en vind precies wat je zoekt!



www.woonwinkelkampen.be TAG #KAMPEN



LEZERSACTIES*

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

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



Het perfectioneren van uw interieur is vanzelfsprekend, of u nu bezig bent met een renovatieproject of nieuwbouw. Bij Green House Interiors begrijpen ze dit perfect en bieden ze een totaalinrichting aan die volledig op uw wensen is afgestemd.

Onze showroom, gevestigd in een statig herenhuis met een authentieke smidse uit 1920, vertelt het verhaal van passie voor interieur. Hier voelt u de **harmonie** – van zorgvuldig gekozen bloemen die de kleuren van muren en stoffering versterken, tot een sfeer die **stijl en elegantie** ademt. Bij Green House geloven we dat een interieur méér is dan een mooie ruimte; het is een reflectie van **welzijn en duurzaamheid**. Ons team vertaalt uw wensen naar een **warm thuis** of **inspirerende werkplek**, volledig afgestemd op uw **unieke stijl en comfort**.

MAAK EEN AFSPRAAK

Scan de QR-code en vul het contact-formulier in.



GREEN HOUSE



DE JUISTE MATCH

vind je bij GREEN HOUSE INTERIORS

TAFELS



TUINMEUBELEN



VERLICHTING



DECORATIE

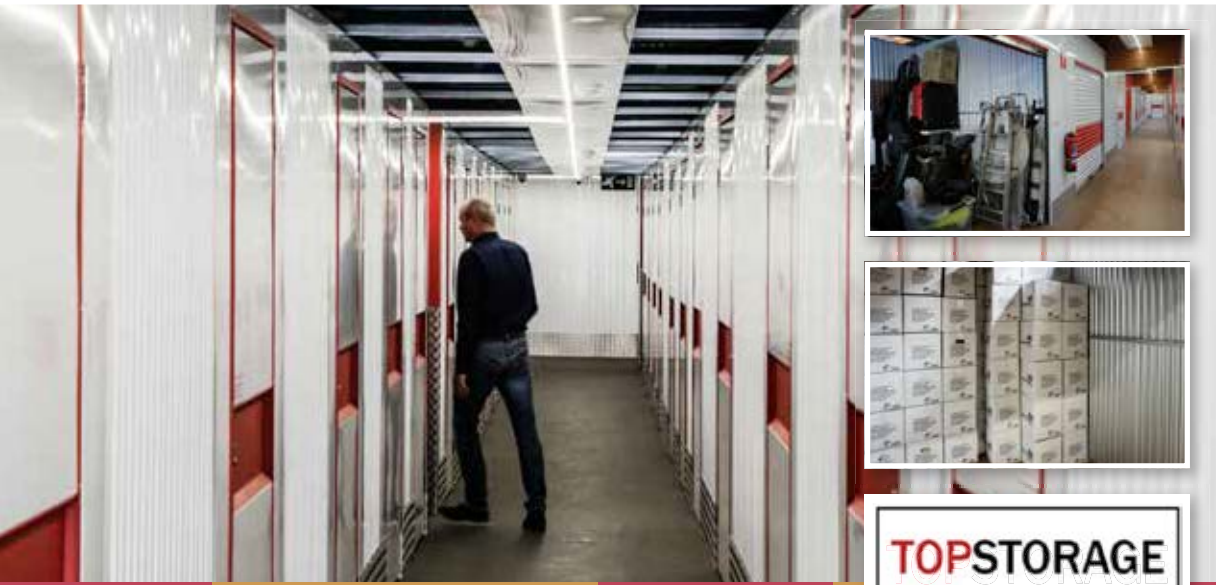


ZETELS

Heilig Bloedlaan 259-261, Hoogstraten | 0498 92 15 91 | greenhouse2@telenet.be | www.greenhouse-interieur.be

RUIMTE NODIG? WIJ HEBBEN DE PLAATS!

Al meer dan 30 jaar zorgt Top Storage voor de stockage van vele meubelwinkels en zelfstandigen. Maar Top Storage heeft zijn storage-boxen uitgebreid zodat ook jij je spullen en persoonlijke goederen kan stockeren bij ons. Top Storage weet als geen ander dat properheid één van de belangrijkste redenen is bij het kiezen van je opslagruimte. Ons team leidt je persoonlijk rond in onze nieuwe self-storage ruimtes zodat je er zeker van bent dat je juist zit bij Top Storage.



Top Storage | Lage Kaart 460 - 2930, Brasschaat | 03 651 30 30 | welkom@topstorage.be | www.topstorage.be

DE RODE ZEE IN SCHILDE

GESPECIALISEERD IN VIS-, STEAK- EN GRILLGERECHTEN

U bent misschien op zoek naar een gezellig restaurant in Schilde of omgeving. Dan zult u bij De Rode Zee niet ontgoocheld worden. Intussen meer dan vijf jaar worden in deze hedendaagse bistro overheerlijke vis- en vleesgerechten geserveerd. Alles wordt dagvers bereid in onze keuken.



KOKEN IS PASSIE EN GEEN JOB

Zoals u op onze menukaart zult zien, kunt u bij ons terecht voor onder andere heerlijk grill, desserts en pasta. Als steakhouse is het team van De Rode Zee in Schilde en buurgemeentes vooral bekend voor zijn grillgerechten en steaks. Proef zeker ook onze fantastische wekelijkse en seizoensgebonden suggesties, ter plaatse te ontdekken.

In ons familierestaurant is er plaats voor 45 personen, buiten is er een tuinterras voor nog eens 45 personen. Ideaal voor een hapje en een drankje. Voor de kleintjes hebben wij altijd iets om te knutselen of in te kleuren. Interessant is dat u nu ook kunt bestellen en afhalen. Zo hoeft u niet te wachten in de zaak.





CONTACTEER ONS
Turnhoutsebaan 214
2970 Schilde
Antwerpen - België
Tel: 03 430 10 01
info@derodezee.be
www.derodezee.be

OPENINGSUREN

Ma	Gesloten
Di	17u00-23u00
Wo	17u00-23u00
Do	17u00-23u00
Vr	17u00-23u00
Za	17u00-23u00
Zo	17u00-23u00



SCAN DE QR-CODE
en reserveer online

Kwaliteit is ons stokpaardje



Wij hebben passie voor hout en de bouwsector

De ziel van hout transformeren tot een afgewerkt product. Daar heeft u een vakman voor nodig.



Huysafwerking

DEUREN

PARKET



TAFELS

KASTEN OP MAAT

TRAPPEN

Huysafwerking
Industrie Zone
Starrenhoflaan 39
2950 Kapellen

info@huysafwerking.be
0032 4 75 39 06 81
www.huysafwerking.be

 Huysafwerking
 Huysafwerking

MAAK EEN
AFSPRAAK
SCAN DE
QR-CODE



Uitwaaien en genieten aan de Zeeuwse kust

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



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

Gewoon heerlijk wandelen langs de kust!



Optimaal genieten!

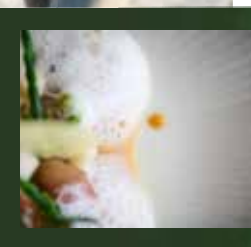
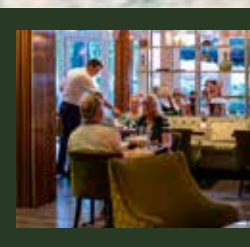
Boutique Hotel Ter Zand biedt zijn gasten allerlei faciliteiten, zoals **het verhuren van fietsen**, waardoor ze heerlijk de omgeving kunnen verkennen.

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



Het laserseizoen is open

Heb je last van huidverslapping, diepere lijntjes, littekens, pigmentvlekken en/of huidaanwassen, dan kan een Co2 laser mogelijk hierbij helpen.

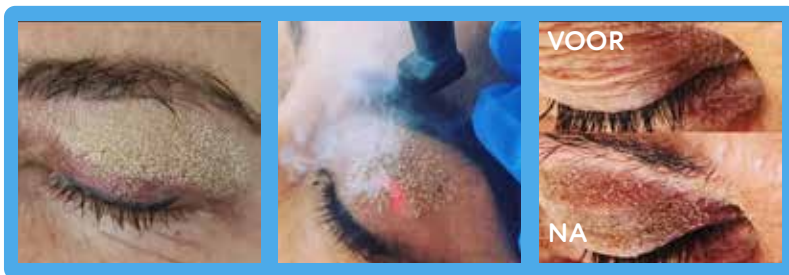
De Co2 laser is een ablatieve, gefractioneerde laser. Dit betekent dat hij kleine minuscule gaatjes in de huid maakt en de bovenste laag van de huid als het ware verdampt. Door de warmte die de laser produceert in de onderhuidse lagen wordt collageenaanmaak versterkt.

Resultaat: een nieuwe huid die strakker en egaler is.

Waarvoor wordt de laser gebruikt?

Huidverjonging bij rimpels, fijne lijntjes en zwakke huidstructuur ter hoogte van het gezicht, de hals, het decolleté en de handen. De combinatie van het afschaven van de opperhuid en de stimulatie van de collageenvorming leidt tot een strakkere en egalere huid.

- De behandeling van littekens (acne littekens of chirurgische littekens). De oppervlakkige egalisatie van de huid is na 3 à 4 weken zichtbaar, maar de verbetering neemt nog toe in de loop van de maanden nadien. Dit komt door de vorming van nieuw collageenweefsel vanuit de lederhuid.
- Niet chirurgische ooglidcorrectie. Door het verstrakken van de huid kan een frissere oogopslag bekomen worden, met minder overtollige huid.
- Pigmentletsels zoals ouderdomsvlekken kunnen eveneens behandeld worden.
- Huidaanwassen zoals wratjes kunnen efficiënt verwijderd worden.



Heb jij nog vragen, stel ze dan gerust aan onze redactie via ontwerp@nederlandbruist.nl. Wij zorgen ervoor dat de arts uw vragen toegestuurd krijgt.

*Dr. An De Cuyper, MD,
Esthetisch
arts Clinic2650*





Januari

Januari, de eerste maand van het jaar, is een periode vol nieuwe energie en frisse kansen. Met haar 31 dagen vormt ze een brug tussen het verleden en de toekomst. De naam 'januari' komt van Janus, de Romeinse god van poorten, deuren en beginpunten. Het is dan ook niet verrassend dat januari symbool staat voor een nieuw begin. In vroegere tijden werd deze maand ook wel de louwmaand, ijsmaand, wolfsmaand of hardmaand genoemd – namen die de winterse kou en uitdagingen van dit seizoen weerspiegelen.

E

Historisch gezien was januari niet altijd de eerste maand van het jaar. Ze werd samen met februari pas later toegevoegd aan de Gregoriaanse kalender. Vandaag de dag markeert januari wereldwijd het begin van talloze tradities en goede voornemens.

Voor veel mensen biedt januari een kans om oude patronen los te laten en met een schone lei te beginnen. Dit kan letterlijk, door bijvoorbeeld het huis op te ruimen. Na de feestdagen voelt het heerlijk om kerstspullen op te bergen en je huis weer overzichtelijk te maken. Het is ook een uitstekend moment om verder te gaan met ontspullen – het bewust afscheid nemen van spullen die je niet langer gelukkig maken. Voor beginners kan het helpen om klein te starten, zoals met een lade of een kledingkast. Een populair idee is het 'Project 333-principe', waarbij je een capsulegarderobe samenstelt van slechts 33 kledingstukken.

Januari is ook een maand van doelen stellen. Het hoeft niet groots of ingewikkeld te zijn; zelfs kleine doelen kunnen een groot verschil maken. Denk bijvoorbeeld aan meer tijd doorbrengen met geliefden, gezonder eten of eindelijk dat boek lezen dat al maanden op je nachtkastje ligt. Schrijf je doelen op en geef jezelf een duidelijke, haalbare tijdlijn.

Daarnaast is januari een heerlijke maand om te reizen, vooral naar zonnige bestemmingen. Terwijl de temperaturen in België vaak rond het vriespunt liggen, kun je elders genieten van aangename temperaturen: 23°C in Dubai, 27°C op Curaçao of zelfs 32°C in Thailand. Voor wie dichter bij huis wil blijven, bieden Gran Canaria en Tenerife met hun 18-19°C nog steeds een welkome ontsnapping aan de winter.

& BEWONDER

STEEDS VERRASSEND AANBOD



INTERNATIONAL FILM FESTIVAL ROTTERDAM

(IFFR) Van 30 januari tot 9 februari verandert Rotterdam in een paradijs voor film liefhebbers tijdens het International Film Festival Rotterdam (IFFR). Het festival trekt bezoekers van over de hele wereld met zijn unieke mix van onafhankelijke en experimentele films. Op het programma staan wereldpremières, korte films en indrukwekkende documentaires, maar het gaat verder dan alleen kijken. Je kunt deelnemen aan boeiende Q&A-sessies, meeslepende kunstinstallaties bewonderen en luisteren naar inspirerende paneldiscussies met filmmakers. Tien dagen lang hangt er een energieke sfeer in de stad, waarin verhalen van alle continenten tot leven komen. Een absolute must voor elke film liefhebber.



DE INTERNATIONALE VAKANTIEBEURS IN

UTRECHT In de koude, donkere wintermaanden is er niets leuker dan alvast weg te dromen bij zonnige bestemmingen en zomerse avonturen. Van 9 tot 12 januari 2025 opent de Jaarbeurs Utrecht haar deuren voor de Internationale Vakantiebeurs, dé plek om je perfecte zomervakantie te plannen. Laat je inspireren door exotische bestemmingen, proef lokale specialiteiten en ontdek unieke reizen. Of je nu verlangt naar een ontspannen strandvakantie, een actieve trektocht of een culturele stedentrip, hier vind je alles wat je nodig hebt. Begin het jaar met nieuwe reiseideeën en kijk alvast uit naar de warme zomerzon!



WINTERWANDELING EN WELLNESS -

ARDENNEN Eind januari 2025 zijn de Ardennen de ideale bestemming voor een winterse ontsnapping, waar natuur en ontspanning samenkomen. Veel organisaties bieden speciale arrangementen aan voor een dag of weekend weg. Geniet van een serene wandeling door besneeuwde bossen, begeleid door een gids die de geheimen van het winterlandschap onthult. Daarna kun je jezelf verwennen in een luxe spa met thermale baden, sauna's en professionele massages. De combinatie van frisse lucht, beweging en ultieme ontspanning maakt dit uitje perfect voor vrouwen (en mannen) die op zoek zijn naar rust en balans. Een unieke kans om je winterdip te verslaan!

MILAN MEN'S FASHION WEEK

Van 17 tot 21 januari 2025 schittert Milaan met de nieuwste herencollecties voor Fall/Winter 2025/26. De wereldstad van mode zet grote namen zoals Prada en Gucci naast innovatieve ontwerpers in de schijnwerpers. Van klassieke maatwerk tot futuristische streetwear, de shows bieden inspiratie voor iedere man die elegantie en innovatie wil combineren. Trends zoals rijke texturen, gedurfde silhouetten en warme aardetinten domineren de catwalk. Deze week is niet alleen een viering van stijl, maar ook een ode aan vakmanschap en creativiteit. Milan Men's Fashion Week is dé bestemming voor liefhebbers van mode en design. Mis het niet!



Antwerpen is een wereldstad op mensenmaat. Ontdek onze bruisende bezienswaardigheden, van interessante musea en leuke attracties tot verrassende plekjes en architecturale hoogstandjes. Van Het Steen, dé hotspot van je bezoek, tot een wervelend nachtleven: hier verveel je je nooit! Met deze maand:

TOT EN MET 2 FEBRUARI 2025

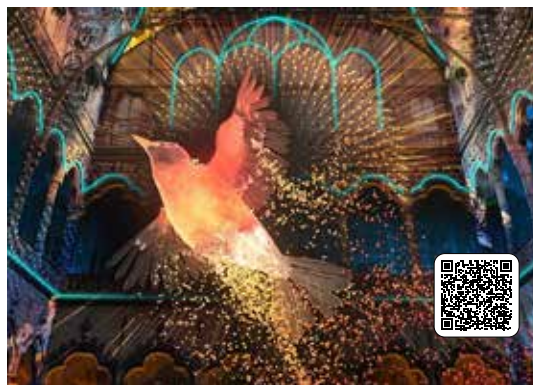
EXPO **CINDY SHERMAN**



FOMU presenteert de eerste grote solotentoonstelling van de Amerikaanse kunstenaar Cindy Sherman in België. Wereldberoemd om haar satirische, maatschappijkritische portretten, gebruikt Sherman zichzelf als model. De tentoonstelling toont meer dan 100 werken vanaf de jaren 1970, met thema's als gender, stereotypen en leeftijd. Net als Ensor biedt Sherman ironisch commentaar op maatschappelijke conventies, waarbij ze de kunstmatige en fluide aard van identiteit blootlegt als een (zelf)constructie. **FOMU, Waalsekaai 47, 2000 Antwerpen**

TOT EN MET 16 MAART 2025

FEVER: MAGISCHE REIS DOOR DE SEIZOENEN EVENT



Tot en met 16 maart transformeert de Antwerpse Handelsbeurs in een magisch samenspel van licht, muziek en architectuur met Enlightenment, een uniek lichtspektakel van het Zwitserse kunstcollectief Projekt. Voor het eerst te zien in België, neemt dit 360° visuele schouwspel je mee op een reis door de vier seizoenen, begeleid door Vivaldi's iconische Vier Seizoenen.

Zittend in comfortabele stoelen of poefs geniet je van een 30 minuten durende ervaring waarin gekleurde lichtexplosies het historische plafond van de Handelsbeurs tot leven brengen. De klassieke architectuur wordt een canvas waar kunst en technologie samensmelten tot een betoverend geheel. Geschikt voor jong en oud, belooft Enlightenment een onvergetelijke avond vol kleur, muziek en verwondering. Mis het niet! **Handelsbeurs Antwerpen, Borzestraat 31, 2000 Antwerpen**



TOT EN MET 31 MAART 2025

DÜRER IN ANTWERPEN EXPO



Bewonder Albrecht Dürer's meesterlijke prenten in Museum De Reede. Ontdek hoogtepunten als De Apocalyps en Passie van Christus, en geniet van zijn technische veelzijdigheid in werken als Landschap met een kanon. Deze tentoonstelling biedt een uniek inzicht in het werk en de invloed van deze grootmeester uit de grafische kunst. **Museum De Reede, Ernest Van Dijkstraal 7, 2000 Antwerpen**

22 JANUARI TOT EN MET 26 JANUARI 2025

RAIN BALLET

Met 'Rain' brengt Opera Ballet Vlaanderen een iconische voorstelling van Anne Teresa De Keersmaeker opnieuw tot leven. Tien dansers bewegen op de hypnotiserende klanken van Steve Reich's Music for 18 Musicians. Verwacht pure dans, grenzeloze energie en een visueel adembenemend spektakel, omlijst door een gordijn van koorden. Een unieke belevenis! **Stadsschouwburg Antwerpen Nieuwstad, 2000 Antwerpen**

TOT EN MET 21 APRIL 2025

OPGESPELD! HEDENDAAGSE JUWELEN EXPO

Bezoek de tijdelijke expo in het DIVA museum en ontdek 25 jaar Antwerpse juwelenkunst met 200 unieke stukken van 60 ontwerpers. Bewonder de esthetiek en innovatie van deze collecties, samengesteld door Dirk Schrijvers. Geniet van workshops, rondleidingen en De Gouden Straatjes voor een complete belevenis in Antwerpen diamantstad! **DIVA I museum voor diamant, juwelen en zilver, Suikerrui 17, 2000 Antwerpen**



Jouw betrouwbare schoonmaakdienst

Wij bieden kwalitatief hoogwaardige schoonmaakdiensten aan bedrijven, particulieren en instellingen.



Onze diensten

- Opkuis van zwaar vervuilde woningen
- Ruiming van gehele inboedel
- Woningen verkoopklaar zetten
- Reiniging van bedrijfsvoertuigen



0467 05 39 31 | info@cleanover.be
www.cleanover.be



Kom op tegen Kanker

www.komoptegenkanker.be

NIEUWE WEBSITE NODIG?

VRAAG NAAR DE MOGELIJKHEDEN

Lorenzo Bossers

**BRUIST
ONLINE**



Benieuwd naar onze unieke mogelijkheden? **Maak dan nu een afspraak: +31 6 42 72 05 54**



The Sircle

Ons aanbod

Matchmaking

EMDR

Inzicht in Coping & Hechting

Koppeltherapie

Relaties & Seksualiteit

Coaching

- 📍 Jos Ratinckxstraat 5, Berchem
Blijde Inkomst 36, 's Gravenwezel
- ☎ 0494 87 90 98
- ✉ info@thesircle.be
- 📷 @TheSircle
- 📘 @thesircle_
- 🌐 www.thesircle.be



SCAN DE QR-CODE
en maak een afspraak

Een stap naar een betere toekomst

Hoewel je al veel pogingen hebt ondernomen, geraak je er bij relatieproblemen soms niet uit met z'n tweeën. The Sircle die neutraal meekijkt en zonder oordeel meezoekt naar oplossingen kan dan een grote hulp zijn.

Relatietherapie is een specifieke vorm van therapie die zich bekommert om het aanpakken van structurele en communicatieproblemen en spanningen tussen koppels. Centraal staan de patronen, het gedrag en de emoties van beide partners afzonderlijk en in verhouding met elkaar. Via gesprek met Sally onderzoek je wat er fout loopt, wat jullie wens is en hoe jullie de relatieproblemen kunnen oplossen of de relatiebreuk herstellen. **70% van de koppels die voor therapie kiezen komen samen uit.**

The Sircle ontvangt jullie als koppel tezamen, maar dit kan afgewisseld worden met individuele sessies. Relatietherapie kan ook een onderdeel zijn van gezinstherapie.

Elke persoon en elke relatie is anders, het is een kwestie van het juiste evenwicht vinden tussen jullie beide. En dat doe je samen. Ook al lijkt het soms uitzichtloos, even stilstaan bij je relatie, tijd maken voor elkaars behoeften en enkele concrete oefeningen kunnen je relatie verbeteren.

Koppeltherapie is geen teken van zwakheid. Het is een teken van betrokkenheid om het beste uit je relatie te halen!



Sally De Schryver

SKIVAKANTIE

GA GOED VOORBEREID OP REIS
met onze WINTERBANDEN,
SNEEUWKETTINGEN en DAKKOFFERS!

Bij ons vind je alles wat je nodig hebt voor veilig
en comfortabel rijden in winterse omstandigheden.

- **Winterbanden met velg:** voor maximale grip en stabiliteit op besneeuwde en ijzige wegen. Met de bijpassende velgen rijd je niet alleen veilig, maar ook in stijl!
- **Sneeuwkettingen:** Voor die momenten waarop de wegen er echt slecht bij liggen, bieden sneeuwkettingen extra veiligheid. Eenvoudig te monteren en extreem duurzaam.
- **Dakkoffers:** Onze ruime en aerodynamische dakkoffers bieden de perfecte oplossing om al je bagage moeiteloos mee te nemen.

Kies vandaag nog voor onze winteraccessoires. Veilig, comfortabel en met de beste service. **Kom nu langs en ga zorgeloos genieten van je skivakantie!**



UW PARTNER IN:

BANDEN NIEUW & OCCASIE • BATTERIJEN • THULE FIETSDRAGERS
VELGEN • SNEEUWKETTINGEN • THULE DAKKOFFERS & DRAGERS
UITLIJNEN • RUITENWISSERS • H&R SPACERS



In onze showroom helpen wij u kiezen om de geschikte winterbanden, velgen, sneeuwkettingen en dakkoffers voor uw wagen te vinden.



KLAAR VOOR DE WINTER?

Maak tijdig uw afspraak voor het monteren van uw winterbanden.



Stralend glad het nieuwe jaar in met E-med Laser!

Vanaf januari introduceren we in onze salon de geavanceerde E-med Laser voor permanente ontharing. Deze innovatieve technologie biedt snelle, pijnarme behandelingen met langdurige resultaten. Zeg vaarwel tegen scheermesjes en hallo tegen een zijdezachte huid! Start vandaag en je bent (bijna) haarvrij tegen de zomer.

Boek nu jouw behandeling en begin 2025 stralend!

Nu tijdelijk 50% KORTING op behandeling 1 en 4
OF BOEK EEN GRATIS TEST.



New Life
NEW LIFE SKIN CARE

Steynhoefsedreef 32, Schilde
+32 0486 37 98 37

schoonheidssalon.newlife@gmail.com
www.schoonheidssalonnewlife.be

Mentaal sterker en fysiek weerbaarder

ÓÓK VOOR BEDRIJVEN, VERENIGINGEN OF SCHOLEN



Onze ervaren instructeurs bieden een leuke en uitdagende workshop die gericht is op het verbeteren van de fysieke en mentale verdediging van uw medewerkers. Uw team leert effectieve technieken en strategieën voor het voorkomen en aanpakken van potentiële bedreigingen op de werkvloer.

De workshop wordt op maat gemaakt voor uw bedrijf en kan op uw locatie plaatsvinden. Het is een uitstekende manier om het teamgevoel te versterken en tegelijkertijd de persoonlijke verdedigingsvaardigheden van uw medewerkers te verbeteren.

Laat uw medewerkers zich zekerder en bewuster voelen en geef hen de tools om zich te verdedigen in potentieel gevaarlijke situaties. Klaar om de veiligheid en het zelfvertrouwen van uw medewerkers te verbeteren? Boek nu onze interactieve workshop Zelfverdediging binnen uw bedrijf!

Iedereen verdient het om zich veilig te voelen



Wil je als eerste al onze nieuwigheden ontdekken?

VOLG ONS!



Shop online:
www.pippakinderschoenen.be

Pippa
Turnhoutsebaan 260, Schilde
info@pippakinderschoenen.be
0477/03.23.60



+32 475 542 568 | info@san-do.be
www.san-do.be

Sando weerbaarheid en zelfverdediging
 Sando_zelfverdediging

Heeft u interesse?
Neem dan contact op
of ga naar de website
voor meer info:
www.san-do.be

MAAT 16 - 41
DUURZAME KINDERSCHOENEN MET PIT

Pippa is een gezellige kinderschoenwinkel in het hartje van Schilde waar persoonlijke service centraal staat. Een goede kinderschoen vanaf de allereerste stapjes is enorm belangrijk voor de verdere ontwikkeling van de voeten van jouw oogappel. We nemen met plezier de nodige tijd voor elke klant. Een goede portie geduld is onze grootste troef. We meten steeds de voeten op en gaan daarna samen op zoek naar de perfecte schoen voor jouw kind in de stijl die jij leuk vindt. Onze collectie bestaat uit hippe, originele, kwaliteitsvolle en duurzame schoenen. Ook voor de mama's hebben we een collectie om te 'twinnen' met je kleine kapoen. Zalig toch!?

Ik kijk er naar uit jou te mogen verwelkomen bij Pippa!

LIEFS, CATO



Onze merken:

Ocra – Angulus – Rondinella – Pom d'api – Naturino x Falcotto
– Gallucci – Blundstone – HIP – Petit Nord – Salt Water Sandals
– Birkenstock – Veja – Bisgaard – Victoria – Alwero – Freedom
Moses – Jeune Premier – Sticky Lemon – Aigle – Bergstein –
Collégien – MP Denmark – Imruby – ...

Start
SOLDEN
vanaf
3 januari

Open op zondag 5 januari van 10u - 13u

Your second nature

Welkom bij Hey Clinics, waar jouw esthetische wensen centraal staan. Wij bieden een breed scala aan cosmetische behandelingen, variërend van injectables tot huidverjonging en huidverbetering. Ons team van ervaren artsen werkt met hoogwaardige merken, waaronder Juvederm, Laluma, Allergan en Prohilo, om jou veilige en betrouwbare resultaten te kunnen bezorgen.

Bij Hey Clinics zorgen we voor een natuurlijke en stralende uitstraling met subtiele behandelingen.

Onze gespecialiseerde artsen

Hey Clinics biedt hoogwaardige cosmetische behandelingen voor een stralende, jeugdige huid. Onze ervaren artsen gebruiken topmerken voor veilige en effectieve huidverjonging en injectable behandelingen. Plan een gratis consult bij een van onze gespecialiseerde artsen.



Plastisch Chirurg
Drs. Frans Straten



Plastisch Chirurg
Dr. Henriette
Kroese-Deutman



Cosmetisch Arts
Dr. Denis Alekseev

hey
clinics.

Hey Clinics
Wolput 30
Vlijmen

Hey Clinics
Parklaan 70
Groesbeek

hey
you

Op zoek naar een stralend resultaat?

**Injectables en
huidverbetering
op maat voor jou**

Onze behandelingen

Botuline toxine

Tegen rimpelvorming, migraine en overmatig zweeten.

Filters

Accentueren en opvullen van delen in het gezicht.

Huidverbetering

Herstellen van de elasticiteit en structuur van de huid.

Maak een afspraak voor een gratis consult.

Scan de QR-code



085 782 5355
info@heyclinics.nl
www.heyclinics.nl

Reken af met chronische pijn en ontdek een energieker en soepeler lichaam in slechts enkele dagen! Dankzij unieke massagetechnieken zoals shiatsu, kneden, rollen en tappen ervaar je direct verlichting van pijn en spanning. Voor een optimale doorbloeding in je benen combineert de massagestoel koolstof infraroodwarmte met luchtcompressie, waardoor je benen licht en energiek aanvoelen.

De S-track volgt nauwkeurig je wervelkolom, terwijl de L-track de massage tot aan je billen doorvoert. Negatieve emoties zoals stress, verdriet en eenzaamheid maken plaats voor vitaliteit en levenslust. Dankzij speciaal ontworpen massagekoppen, die nauwkeurig handbewegingen imiteren, geniet je van de kwaliteit van een professionele masseur in je eigen huis.

De massagestoel wordt compleet geïnstalleerd geleverd. Sluit hem eenvoudig aan, ga zitten en laat je verwennen. **Wacht niet langer en kies voor een leven zonder pijn en met meer energie!**

Kleine massagefauteuil boordevol opties



Slimme 3D massagetechnologie

Perfect voor elk uniek lichaam



Zero Gravity

Onmiddellijke ontspanning



Spierpijn verlichten

Professionele massage bij u thuis



Roterende voetensteun

De nieuwste technologie



8 automatische programma's

Pakt alle problemen aan

Van ~~€2495,-~~
voor
€1995,-

Krijg nu speciale Bruist-korting

€ 500,- korting!

Scan de QR-code en vul de kortingscode **Bruist01** in.

Actie geldig tot 31 januari 2025.



Meteen bestellen of meer informatie? **Scan de QR-code.**
Of boek een afspraak en ervaar het zelf!

Ervaar de ultieme pijnverlichting

Reken af met chronische pijn en ga veel
vrijer door het leven!


CASADA
HEALTHCARE

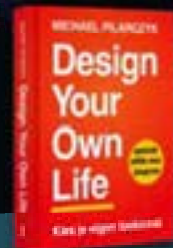
 **ErvaarRust^{.nl}**
Chiropraktisch fysio

Prins Hendrikstraat 17A, Zevenbergen NL | +31(0)76-5083415
info@ervaarrust.nl | www.ervaarrust.nl

Geloof in verandering en bovenal in **jezelf**. Want het geloof in jezelf is je **grootste kracht**. Je moet diep vanbinnen écht overtuigd zijn van **jouw nieuwe verhaal**. Het moet je **nieuwe werkelijkheid** worden. En daarvoor moet het verhaal aansluiten bij **wie je bent** en wat je wilt **bereiken**.



Bestel hier mijn nieuwe boek



BOOST JE ENERGIE MET SIMPELE ADEMHALINGSOEFENINGEN

Heb je behoefte aan meer energie tijdens je drukke dag? Met de juiste ademhalingstechnieken kun je je lichaam en geest een krachtige boost geven. Ontdek hoe ademhaling je kan helpen meer uit je dag te halen.

Waarom ademhaling belangrijk is

Ademhaling is essentieel voor ons energieniveau. Zuurstof voedt onze organen en geeft ons lichaam de energie die het nodig heeft. Door bewust adem te halen stimuleer je niet alleen de zuurstoftoevoer, maar ook je parasympathische zenuwstelsel. Dit resulteert in een verbeterde focus, meer vitaliteit en minder stress.

Drie eenvoudige technieken

Met deze technieken kun je direct meer energie ervaren:

Buikademhaling: Adem diep in door je buik en adem rustig uit. Herhaal dit vijf keer voor een kalmerend en verkwikkend effect.

Dubbele ademhaling: Adem kort en diep in door je neus, gevolgd door een korte en lange uitademing door je mond. Deze techniek helpt je energie snel te verhogen.

Wim Hof Methode: Start je dag met 30 diepe ademhalingen, gevolgd door korte ademhalingen. Dit helpt je energieniveau langdurig te verhogen.

Wil je meer energie, beter slapen en stress verminderen? De Wim Hof Methode combineert ademhaling, koudetherapie en toewijding voor een compleet energiemanagement. Ontdek de kracht van bewuste ademhaling en start vandaag!

Meer weten? Bezoek onze website en voel het verschil.



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.



Winterse stoofpot met seizoensgroenten

Deze winterse stoofpot met seizoensgroenten is het ultieme comfortfood voor koude dagen. Met malse runderlappen, kleurrijke groenten en een rijke, kruidige bouillon is dit gerecht niet alleen voedzaam, maar ook ontzettend smaakvol. Het is eenvoudig te maken en vult je huis met de heerlijke geur van een echte winterklassieker.

BEREIDINGSTIJD

20 minuten voorbereiding en
2 uur koken

RECEPT VOOR

4 personen

INGREDIËNTEN

- 500 g runderlappen
- 3 wortels
- 2 pastinaken
- 4 middelgrote aardappelen
- 2 uien
- Olijfolie of boter om te bakken
- 3 teentjes knoflook
- 2 eetlepels tomatenpuree
- 500 ml runderbouillon
- 2 laurierblaadjes
- 1 theelepel tijm
- 1 theelepel rozemarijn
- Zout en peper naar smaak

BEREIDING

Snijd de runderlappen in grove stukken en de wortels, pastinaak en aardappelen in blokjes. Hak de uien en knoflook fijn.

Verhit olijfolie of boter in een grote stoofpan. Bak het vlees rondom bruin en haal het uit de pan.

Voeg de uien en knoflook toe aan dezelfde pan en fruit tot ze glazig zijn. Roer de tomatenpuree erdoor en bak kort mee.

Doe het vlees terug in de pan en voeg de bouillon, laurierblaadjes, tijm en rozemarijn toe. Voeg de gesneden groenten toe en roer goed door.

Laat de stoofpot op laag vuur minstens 2 uur sudderen, of totdat het vlees mals is en de smaken goed zijn ingetrokken. Roer af en toe door en voeg indien nodig extra bouillon toe.

Verwijder de laurierblaadjes en serveer de stoofpot warm met een stuk vers, knapperig brood.

Maak kans op een fles:

Pizzolato extra dry

Bij Pizzolato maken ze niet alleen een Spumante van alleen Pinot Grigio, maar ook een blend van diverse druiven. De wijn is harmonieus met een fruitig bouquet van rijpe peer en perzik, en biedt een fluweelzachte, frisse, goed uitgebalanceerde en levendige ervaring.



NIX10

j=o	en=i	-lp	s=b	l=t	
p=v	ur=t	s=l	l=m -k		
m=v		i=n			

Los de rebus op.

Maak kans op een fles:

Laurent - Perrier

Laurent-Perrier champagnes staan bekend om hun frisheid dankzij het hoge chardonnay-gehalte. Deze goudgele demi-sec, met aroma's van gedroogd fruit, amandelen, brioche en hazelnoten, verrijkt zoete gerechten. Perfect bij bosbessen- en frambozenmousse.



NIX10

h o l v y t h k u g x	chardonnay
m k e t r i l y s b e	elegant
c h a r d o n n a y l	champagne
e e u p j i k m p h p	citrus
r l c h x z e s e q m	methode
e v e e u t b b r t o	complex
k s e g h o v h i u c	mousse
a f s o a s u r t i c	aperitif
l h d u u n x m i x f	
m e z l o u t r e q d	
r z v k h m f x f n l	

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

Wil jij kans maken op deze leuke prijzen? Stuur de oplossing in voor 1 februari 2025 via www.belgiebruist.be/schildeschoten/puzzelen of scan de QR-code.



Van Mossel.

**Voor de
mobiliteit
van morgen.**

www.vanmossel.be

Van Mossel