

ROTTERDAM 

OKTOBER 2024 WWW.ROTTERDAM-BRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST



De herfst
geeft creativiteit en energie

Lees het interview
met *Joey Schalker*



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



COSTA SPRINTER

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

Transport van en naar Spanje



12



30



26



28



23

COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
SALES SUPPORT NL Bruist 076-7115340
VORMGEVING NL Bruist - Nesia Mamengko
THEMATEKSTEN NL Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Astrid Berkhout
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Chantal de Visser
EINDREDACTIE Anouk Jacobs

f Like ons op Facebook.com/rotterdambruist

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

Copyright NL Bruist B.V. ©2024. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Rotterdam 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.**



Foto: Ron Eskens soowpictures.nl



We kunnen er niet meer omheen: de herfst is aangebroken. Voor de een een heerlijk seizoen vol warmte en geborgenheid, voor de ander een flinke uitdaging. Behoor jij tot die laatste categorie, blader dan snel verder. In deze nieuwste editie van Bruist geven we je namelijk wat tips over hoe je je ook tijdens de herfst kunt opladen en creatief kunt zijn.

Bruisende lezer,

Een van die tips omvat het plannen van leuke uitjes. In dit kader kun je één ding heel hoog op je to-do lijstje zetten: kaartjes kopen voor de nieuwe komedie *Een rits te ver 2.0*, waarin acteur en zanger Joey Schalker voor het eerst de rol van Harrie Vermeulen overneemt van Jon van Eerd. Hij vertelde ons er meer over tijdens het bruisende interview dat we hadden.

Zo zie je maar weer, van een herfstdip hoeft echt geen sprake te zijn. Ga er lekker op uit, breng een bezoekje aan de lokale ondernemers, trakteer jezelf op de leukste herfstitems en dompel je onder in dit seizoen dat veel leuker blijkt te zijn dan je voorheen misschien dacht.

Geniet van de herfst!

Lea en Marcel Bossers



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

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook De Waterweg Bruist en Drechtsteden Bruist.

Inhoud

De herfst geeft creativiteit en energie

Oktober is aangebroken, de maand waarin de herfst zich in al zijn glorie laat zien. De bomen kleuren rood, oranje en geel, spinnen weven hun kunstige webben en de regen tikt gestaag tegen de ramen. Voor sommigen een seizoen van warmte en geborgenheid, voor anderen juist een uitdaging. Toch biedt de herfst tal van mogelijkheden om je op te laden en creatief te zijn.

Creativiteit in de klas

Op scholen bruist het in deze tijd van het jaar van de creativiteit. Vooral in de kleuterklassen is de herfst een geliefd thema. Denk aan knutselen met kastanjes en dennennappels, bladeren vegen op het schoolplein en met de klas op ontdekkingsstocht in het bos. Herinner jij je nog die tijd dat de ramen van het klaslokaal vol hingen met herfsttekeningen en zelfgemaakte spinnenwebben? De natuur wordt volop benut als inspiratiebron voor de kleintjes, die enthousiast eikels verzamelen en paddenstoelen zoeken.

Omgaan met kortere dagen

De dagen worden korter en men zegt dat hoe ouder je wordt, hoe meer last je krijgt van de kortere dagen. Er zijn mensen die er goed tegen kunnen, maar helaas heeft het merendeel van de bevolking veel last van deze turbulente tijd. Een goede manier om de zogenaamde najaarsmoetheid te bestrijden is het aanhouden van een regelmatig eetpatroon. Eet op vaste tijden je ontbijt,

lunch en diner met veel vitamines. Daarnaast helpt het ook als je overdag veel naar buiten gaat - zelfs als het bewolkt is - en als je veel beweegt. Door te bewegen stroomt er meer zuurstof naar je hersenen, waardoor je fitter wordt.

Herfstige inspiratie: van mode tot uitjes

Herfst is een uitgesproken periode om je te concentreren op inspirerende activiteiten, zoals leuke uitstapjes of winkelend de najaarsmode ontdekken. Een nieuwe lijn van kleuren, modellen en accessoires is namelijk in aantocht. Van de herfstkleuren zijn stijlvolle combinaties te maken die je omgeving laten glimlachen. Als je hunkert naar een complimentje als 'wat zie je er mooi uit', moet je zeker gaan winkelen. En niet alleen de winkels afstruinen is een inspirerende herfstactiviteit. Wat dacht je van uitwaaien tijdens een strandwandeling, een dagje dierentuin of met je kinderen een grote speeltuin bezoeken? De herfst biedt zoveel mogelijkheden dat najaarsmoetheid geen kans hoeft te krijgen.

Wil jij je kansen grijpen in het najaar?

Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



K

STORMMAGTIG,
MAAR MOOI

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

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

LUXE GEURSTOKJES EN GEURKAARS

Met deze set bestaande uit geurstokjes en een geurkaars van Maison Sucre krijgt je interieur een magische atmosfeer en kun je op een stijlvolle manier je huis heerlijk laten ruiken. Deze zachte geuren zijn perfect voor in je woonkamer, slaapkamer of badkamer. Deze luxe geurlin is ook ontzettend leuk om cadeau te geven.

shop.maisonsucre.nl



A



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



OM BIJ WEG TE DROMEN!

In je luie stoel, wijntje erbij en dan dit heerlijke boek om bij weg te dromen...

Een fijn verhaal waarin doodgewoon realisme, humor en spanning elkaar afwisselen en de Portugese hitte als zinderend element fungeert. www.esthervanperen.com
VERKRIJGBAAR BIJ BOL.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



BRUIST Deals

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

JE HUIDSIER MEE DE AUTO IN?

Vind jij het ook zo belangrijk dat het veilig en comfortabel is voor je hond als je je hond vervoert met de auto? Deze hondenmand voor in de auto is eenvoudig mee te nemen, zeer luxe uitgevoerd, voorzien van veiligheidsbanden en antislip bodem.



STUDIO proud

+31 655552993 | info@studioproud.com

www.studioproud.com



Oktober laat je *dansen op de wind*

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/



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



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



Doe mij maar liever geen **ingegroeide haren!**

Helaas is het soms te laat: de bultjes zijn al ontstoken en laten ongewenste littekens of zelfs pigmentvlekken achter. Maar hoe ontstaan deze irritaties eigenlijk?

Oorzaken van bultjes:

- Verkeerd scheren: Te dicht op de huid of tegen de haargroeirichting in.
- Dode huidcellen: Deze blokkeren de normale haargroei.
- Strakke kleding: Belemmering van een gezonde haargroei.
- Huidirritatie: Door wrijving, verkeerde ontharingsmethoden of huidverzorgingsproducten die niet op jouw huid zijn afgestemd.
- Infectie: Ontsteking van de haarzakjes.

Hoe voorkom je bultjes?

- Scrubben: Verwijder dode huidcellen.
- Hydrateren: Houd je huid soepel.
- Scherpe scheermesjes: Vermijd irritatie.
- Scheerapparaat met een platte kop: Zorg voor een gelijkmatige scheerbeurt.
- Scheren met de haargroeirichting mee: Dit vermindert irritatie.
- Strakke kleding vermijden: Laat je huid ademen.

Alternatieve opties bij een erkend huidspecialist:

- Laserontharing: Definitieve vernietiging van haarzakjes.
- IPL-ontharing: Vergelijkbaar met laser, maar met meerdere golflengten voor blijvende resultaten.
- Elektrolyse: Een dun naaldje levert elektrische energie aan de haarfollikel, waardoor het haarzakje definitief wordt vernietigd.

Wil je meer weten over de ontharingsmogelijkheden?

Wij informeren je graag!



Vital Huidinstituut is 32 jaar geleden opgericht door Marjan van Gernerden en staat garant voor uitstekende service, kwaliteit en betrokkenheid. Wij streven ernaar om met de nieuwste generatie apparatuur te werken en volgen alle ontwikkelingen op medisch/cosmetisch gebied.

Up-to-date blijven is ons belangrijkste gedachtegoed. Alleen zo kunnen wij je optimaal van dienst zijn!



Boost je prestaties met kinesiologie!

Heb je moeite met concentreren, heb je last van stress, of ervaar je leerproblemen zoals dyslexie of ADHD? Beïnvloeden deze uitdagingen je prestaties? Educatieve kinesiologie kan je hierbij ondersteunen!

Deze methode richt zich op het optimaliseren van cognitieve functies door lichaam en hersenen in balans te brengen. Met eenvoudige, fysieke oefeningen kun je je (leer)prestaties verbeteren. Educatieve kinesiologie helpt onder andere bij:

- Het versterken van motorische vaardigheden en hand-oogcoördinatie;
- Het vergroten van focus en concentratie;
- Het verminderen van stress en angst.

Of je nu moeite hebt met aandacht, geheugen, of last hebt van examenstress, regelmatige toepassing van de juiste

oefeningen kan een groot verschil maken. Educatieve kinesiologie biedt een praktische en effectieve manier om beter om te gaan met leer- en prestatiedruk, zodat je weer optimaal kunt functioneren.

SLAAPPROBLEMEN

MOEHEID

STRESS & BURNOUT

LEREN EN PRESTEREN

ANGST

PIJN EN HERSTEL

HOOFDPIJN EN DUIZELIGHEID

ZELFONTWIKKELING

Kunnen je prestaties een boost gebruiken? Neem een kijkje op www.touchtilldawn.com of maak meteen een afspraak in Rotterdam of Breda!



Judit Koröcs



Touch till Dawn
Westblaak 122C
(Studio Oost West), Rotterdam
06 1768 5740

Het woord **herfst** is afgeleid van het Oudgermaanse woord 'harbist', wat oogst betekent.

Vroeger was het een tijd waarin boeren hun gewassen binnenhaalden, zoals pompoenen, appels en mais.

De prachtige kleuren van **herfstbladeren**

ontstaan doordat bomen stoppen met het aanmaken van chlorofyl (het groene pigment).

De herfst is een perfecte tijd om **vallende sterren** te zien. De Draconiden-meteorenregen

vindt meestal plaats in oktober, terwijl de Orioniden eind oktober te zien zijn.

Terwijl in Europa de herfst in september begint, begint deze in **Australië** in maart.

Veel dieren beginnen met het verzamelen van voedsel of maken zich klaar voor hun **winterslaap**.

Eekhoorns verzamelen eikels en andere noten.

De herfst is de tijd van **Halloween**, een feest dat zijn oorsprong vindt in het oude Keltische festival

Samhain, dat het einde van de oogst markeerde.

‘Schoonmaken is écht een vak!’

ONAFHANKELIJK INZICHT IN DE KWALITEIT VAN JE DIENSTVERLENING

De schoonmaakbranche heeft helaas regelmatig te maken met een slechte reputatie. En dat is lang niet altijd terecht. Natuurlijk zijn er uitwassen, maar veel schoonmaakbedrijven doen keihard hun best om te zorgen dat hun dienstverlening op orde is. Qualis Insight helpt hen daarbij. Deze onderneming verricht volledig onafhankelijke kwaliteitsmetingen bij schoonmaakbedrijven. “Ik zie het als mijn missie om de schoonmaakbranche in een positiever daglicht te stellen”, aldus eigenaar Edgar van Engelen.

Edgar zit zelf al vanaf zijn negentiende in de schoonmaakbranche. In 2012 startte hij zijn eigen bedrijf, Clear4Clean, dat zich richtte op de ondersteuning van schoonmaakbedrijven in de breedste zin van het woord. In 2022 kreeg hij de kans om Qualis Insight over te nemen. Daar hoefde hij niet lang over na te denken. “Ik kende Qualis Insight en datgene waar ze voor stonden, namelijk objectieve, onafhankelijke en eerlijke kwaliteitsmetingen: dat maakte het makkelijk om de keuze te maken. Dat is namelijk ook datgene waar ik voor sta. Ik vind het geweldig om mensen te motiveren hun werk zo goed mogelijk uit te voeren”, vertelt Edgar enthousiast.



Een keurmerk als zekerheid

Qualis Insight is een meetbureau dat onafhankelijke kwaliteitsmetingen uitvoert. “Een schoonmaakbedrijf kan zelf het initiatief nemen om een onpartijdige rapporteur diens werk te laten beoordelen. Soms is het ook specifiek gericht op het behalen van een keurmerk.

Daarmee kun je toekomstige opdrachtgevers laten zien dat je een professionele, betrouwbare partij bent waar je veilig mee in zee kunt gaan. Verder sta je daarmee sterker bij een Europese Aanbesteding. Wij auditeren voor het keurmerk van SIEV (Schoonmaken Is Een Vak), een brancheorganisatie die zich richt op het midden kleinbedrijf. Daarbij wordt onder andere gekeken naar de kwaliteit van de werkzaamheden, de vakbekwaamheid van de medewerkers en de administratie. Daarnaast geven we een eigen keurmerk Verantwoord Schoon uit. We werken hoofdzakelijk met het meetsysteem LOSK. Waar normaal vaak alleen wordt gekeken of op papier alles is geregeld, gaan onze auditoren echt langs bij een onderneming om ter plekke de beoordeling te doen. Het mooie van LOSK is dat het gestoeld is in de praktijk én dat er op

een positieve, realistische manier wordt gekeken naar schoonmaakonderhoud. Voor een stoffig roostertje verlies je bijvoorbeeld minder punten dan voor een vies toilet, het laatste is uiteindelijk immers belangrijker.” Ook voor het MVO-keurmerk (Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen) kan Qualis Insight de toetsing verzorgen.

Met de voeten in de praktijk

“Onze objectiviteit is essentieel. We zijn dan ook niet verbonden aan leveranciers, intermediairs en dergelijke om alle schijn van belangenverstrengeling te voorkomen. We voeren ook geen dure hermetingen uit. Omdat we zelf uit de praktijk komen, weten we bovendien precies hoe het werkt, dat is een groot voordeel. Daardoor zijn we in staat bedrijven een eerlijk advies te geven waar ze echt iets aan hebben. In onze eindrapportage geven we altijd duidelijk aan wat er goed gaat en wat er beter kan. Uiteindelijk is het uiteraard aan het schoonmaakbedrijf wat ze met de adviezen doen. Op onze manier hopen we zo een bijdrage te leveren aan de verdere professionalisering van de schoonmaakbranche.”

Scan de QR-code en ontdek onze diensten!



Wil je als schoonmaakbedrijf laten zien dat je je zaken goed op orde hebt en beschikt over een positieve instelling? Informeer dan vooral bij Qualis Insight wat ze voor jou kunnen betekenen.



Qualis biedt onafhankelijke en objectieve kwaliteitsmetingen voor de schoonmaakbranche. Met ons unieke meetsysteem en deskundige auditors krijgt u eerlijke en gedetailleerde rapporten, zonder commerciële belangen of vaste contracten. Vertrouw op ons voor betrouwbare audits en directe verbeterinzichten.

- Objectief
- Onafhankelijk
- Onpartijdig
- Schoonmaakbedrijven
- Opdrachtgevers
- Intermediairs

Pieter Zeemanweg 47 B07, Dordrecht
0852 - 08 06 56
info@qualis-insight.com
www.qualis-insight.com

Van Mossel

WISSEL WEKEN

SWITCH NU VOORDELIJG

NAAR WINTERBANDEN OF EEN NIEUWE AUTO

DAGJE UIT COMING OUT WEEK



Verwachtingen die je voelt vanuit je familie, de maatschappij of vanuit jezelf maken het soms moeilijk om je eigen identiteit te ontdekken, maar ook om daarvoor uit te komen. Den Haag wil een stad zijn waar inclusie de norm is en waar iedereen de mogelijkheid heeft om volwaardig en gelijkwaardig in de samenleving mee te doen. Daarom vragen ze hier van 6 tot en met 13 oktober speciaal aandacht voor seksuele, sekse- en genderdiversiteit tijdens de Coming Out Week. Omdat je in Den Haag je kleurrijkste zelf mag zijn. Samen voor queer, samen voor meer!

Kijk voor meer info en het complete programma op www.comingoutweek.nl.

FILMPJE KIJKEN LONGING

BINNEN/BUITEN

Het leven van de zestigjarige Daniel staat compleet op z'n kop wanneer de kinderloze man hoort dat hij niet alleen een zoon van achttien had, maar dat deze een week eerder is verongelukt. Ineens staat hij aan het graf van de zoon die hij nooit gekend heeft. Om een beeld te vormen van wie de jongen was, zoekt hij mensen op uit het leven van zijn zoon. Zo ervaart Daniel voor het eerst in zijn leven het vaderschap. Hij begint zich te identificeren met de jongen en wordt zo gedwongen om ook zijn eigen levenskeuzes te evalueren.

LONGING is vanaf 10 oktober te zien in de bioscoop.



BOEKJE LEZEN EEN AARDIG MEISJE



Megan Smit is een aardig meisje. Helaas is het leven tot nu toe niet zo aardig voor háár. Op jonge leeftijd verloor ze haar vader, ze liep haar gedroomde carrière als filmactrice mis en haar moeder wil maar niet begrijpen waarom ze een einde maakte aan de disfunctionele relatie met haar ex-vriend Rex. Wanneer Megan een nieuw appartement betreft in Rotterdam, lijkt het leven haar eindelijk toe te lachen. Lijkt. Want nog geen vijf maanden later ligt haar buurman dood in het trappenhuis en wordt ze beschuldigd van moord.

EEN AARDIG MEISJE van Elvin Post is vanaf 8 oktober verkrijgbaar.

Duurzaam verwarmen met pelletkachels!

Maak kennis met pelletkachels: de ideale oplossing voor een duurzame en voordelige verwarming! Onze pelletkachels branden op milieuvriendelijke pellets. Met deze CO₂-neutrale brandstof draag je niet alleen bij aan een groenere wereld, maar bespaar je ook nog eens op je energiekosten.

De pellets zijn compact en gemakkelijk te gebruiken. Ze veroorzaken minimale vuil- en geurhinder. Eén kubieke meter pellets staat gelijk aan 320 liter stookolie. Pelletzakken van twintig kilo zijn verkrijgbaar voor een lage prijs. Ons pelletkachelsysteem is efficiënt en zuinig, met een geïntegreerde voorraadruimte.

Maar het wordt nog beter: pelletzakken van twintig kilo zijn verkrijgbaar voor slechts een paar euro. Zo geniet je van een voordelige en duurzame verwarming.

Daarnaast bieden onze pelletkachels nog meer voordelen, zoals een grotere omvang en een efficiëntere werking en gebruik van energie. Ontdek nu de voordelen van een pelletkachel en kies bewust voor een groenere en voordeligere manier van verwarmen.



SCAN DE QR-CODE

en bekijk ons gehele assortiment aan pelletkachels online.



Pelletkachels



CV-haarden

Houtkachels

CV-houtkachels

Gaskachels

Pelletkachels

Sierschouwen

Elektrische kachels

Tuinhaarden

Plateaus

Anthonetta Kuystraat 36, Rotterdam
+31 10 404 6459

info@griffioenrotterdam.nl
www.griffioenrotterdam.nl



De Griffioen

Luxe 4D Master massagestoel

Waarom deze massagestoel onmisbaar is voor jou!

- ✓ Ervaar unieke 4D menselijke massage voor een ongeëvenaarde ontspanning.
- ✓ Programmeer tot 4 persoonlijke massages voor een maatwerk ervaring.
- ✓ 7 instelbare massage intensiteiten voor iedereen.
- ✓ Krijg nu **€ 2.245,- Bruist-korting** op de standaardprijs van € 7.995,-!
- ✓ Inclusief gratis verzending, geen verborgen kosten!

De Master 4D luxe massagestoel biedt je de ultieme ontspanningservaring. Met zijn unieke massageprogramma's en aanpasbare intensiteiten is deze stoel perfect voor iedereen die op zoek is naar comfort en herstel na een lange dag. **Mis deze kans niet om te genieten van luxe tegen een gereduceerde Bruist-prijs!**

Deze stoel is perfect voor wie thuis wil ontspannen en stress wil verminderen.

Scan om te bestellen of voor meer info over de actie de QR-code!



KORTING
30%
VOOR BRUIST LEZERS





Joey Schalker krijgt eervolle rol 'Het ontroert mij'

Joey Schalker speelt dit najaar de rol van Harrie Vermeulen in de nieuwe komedie *Een rits te ver 2.0*. Harrie Vermeulen was twintig jaar lang het geliefde typetje van de meester van de klucht: Jon van Eerd. Maar Jon vond het tijd om het stokje door te geven.

Dit stokje nam acteur en zanger Joey Schalker onlangs in ontvangst. "Het voelt als een enorme eer om die rol te mogen spelen en er natuurlijk mijn eigen invulling aan te geven", vertelt hij enthousiast.

kon bedenken aan wie hij deze rol zou kunnen toevertrouwen." In 2024 is het dan zover: Joey schittert als Harrie.

ONTROEREND Jon verscheen in twintig jaar tijd in maar liefst vijftien verschillende voorstellingen op het toneel als Harrie Vermeulen. Er vormde zich zelfs een vast publiek rondom de komedies. Ook Joey vertolkte meerdere keren verschillende rollen in de shows. "Ik draag Jon een erg warm hart toe. Harrie Vermeulen is zijn kindje en het ontroert me dat ze mij voor deze rol gevraagd hebben", vertelt Joey.

HOOPVOL "Als mensen de voorstelling hebben gezien, hoop ik dat ze zich helemaal ontspannen voelen door de inspanning van het lachen", lacht Joey. "Dat het publiek gevoed mag worden door gelukstofdjes die in je brein vrijkomen en dat je weer een beetje hoopvol bent over de wereld. Het zijn de kleine dingen in het leven die daar tot groot geluk leiden en ik denk dat onze voorstelling daar een van is."

Toch zag Joey het een klein beetje aankomen. "De afgelopen jaren heb ik veel gesprekken met Jon gehad. Hij gaf een keer aan dat hij niemand anders

Een rits te ver 2.0 is tot en met 26 januari 2025 te zien. Bekijk de speellijst op Theater.nl.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist

DE LEUKSTE, MOOIESTE EN
MEEST COMPLETE (INDOOR)
HONDENSCHOOL VAN
ROTTERDAM E.O.



HOND OP SCHOOL
Coaches voor hond & baas

PUPPYCURSUSSEN

GEHOORZAAMHEIDSTRAININGEN

GEDRAGSCONSULTEN

SPORT- & SPELTRAININGEN

AANKOOPADVIES

DIERENARTSTRAINING

VERLATINGSANGSTTRAJECT

MAATWERK



Veilingweg 3, Rotterdam
06-18299873 / 06-29544050 | info@hondopschool.nl

WWW.HONDOPSCHOOL.NL

30

HOND OP SCHOOL: COACHES VOOR HOND & BAAS

Hond op School is een indoor hondenschool in Rotterdam. Onze hondenschool biedt een uitgebreide reeks diensten en cursussen gericht op de opvoeding en training van honden, van pups tot volwassen dieren. Onze missie is om hondenbezitters te ondersteunen bij het creëren van een gezonde en gelukkige relatie met hun hond.

Hond op School biedt diverse puppycursussen, waaronder:

- Puppy FUN: Gericht op socialisatie vanaf 8 weken, met aandacht voor positieve ervaringen.
- Puppy PLUS: Basis gehoorzaamheid voor pups vanaf 12/14 weken, met oefeningen zoals 'zit', 'blijf' en 'lig'.
- Puppy PRO: Vervolg op Puppy PLUS, gericht op het uitvoeren van cues onder moeilijkere omstandigheden.

Deze puppycursussen zijn los te boeken of als bundel met korting in één programma af te nemen, genaamd PUPSTAR.

Naast puppycursussen bieden wij uiteraard ook gehoorzaamheidstrainingen en sport- en spelcursussen aan voor jonge honden, volwassen en sportieve honden.

De trainingsaanpak van Hond op school is uniek, door het werken in kleine groepen van 4 tot 6 honden, met veel persoonlijke aandacht door gediplomeerde kynologische instructeurs en gedragstherapeuten. Een groot deel van de cursussen wordt tevens ondersteund met online educatieve content in onze eigen online academy: de Dogademy.

Naast cursussen bieden we een breed scala aan professionele services als privétrainingen, gedragconsulten, aankoopadvies en speciale trainingen voor buitenlandse honden en dierenartsbezoeken.

De faciliteiten van Hond op School zijn ontworpen voor een veilige en comfortabele leeromgeving, met multifunctionele trainingszalen en een theorielokaal. Ons team van gediplomeerde instructeurs en gedragstherapeuten streeft naar maximale klanttevredenheid en hondenwelzijn.

De bijbehorende boetiek, Woefers, biedt een breed scala aan hondenproducten, van speelgoed tot wandelaccessoires en van kauw- en trainingsmaterialen tot aan hondenmanden. Het aanbod is aanvullend op de opvoeding, training en afgestemd op wat honden nodig hebben. Dit zorgt ervoor dat alle behoeften van honden op één plek vervuld kunnen worden.

Voor meer informatie, bezoek de website van Hond op School (<https://hondopschool.nl>).

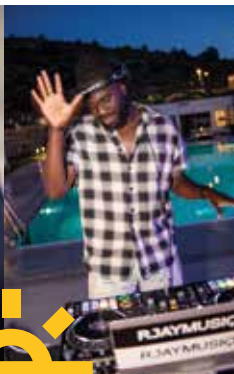


Scan de QR-code en bekijk het gehele aanbod online of ga naar www.hondopschool.nl

31

Luxe vakantie appartementen te huur

Step into your dreams!



**Hacienda
el Sueño**

la cala de Mijas

Ontsnap aan regenachtig weer en geniet van een heerlijke zomer aan de prachtige Spaanse Costa! Speciaal voor jou hebben we nu een last minute actie met 20% korting op jouw verblijf. Gebruik de code **SpanjeBruist2024** en boek direct! Zien we je binnenkort?

Er zijn nog enkele appartementen te koop!

Maak vrijblijvend een afspraak met onze sales.

Sales

+31 621 128 189 • +34 604420449 Diana Mol
+31 263 034 261 Petra De Kleermaeker
www.dreamhomemarbella.com

Meer informatie en voor reserveringen:
www.haciendaelsueno.com
rentals@haciendaelsueno.com of bel met **+34 951 668 718**



SALES

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 van alle gemakken voorzien. 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.



Hotel Ter Zand Hogeweg 59, Burgh-Haamstede | Tel. 0111-764799 | www.sheetz.nl/boutiquehotelterzand

*Gewoon heerlijk fietsen
langs de kust!*



Optimaal genieten!

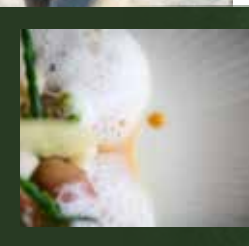
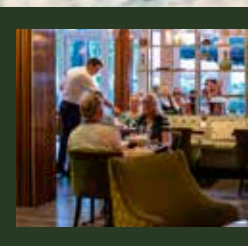
Boutique Hotel Ter Zand biedt zijn gasten allerlei faciliteiten, zoals **het verhuren van fietsen**, waardoor ze heerlijk de omgeving kunnen verkennen.

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



HOTELS BY SHEETZ



DE LANGE & REEK
WONINGINRICHTERS

Bent u toe aan een verrassend advies voor uw interieur?

Graag adviseren wij, de medewerkers van De Lange & Reek, u bij het maken van een persoonlijke keuze waar u echt blij van wordt en bieden wij u de zekerheid van de beste koop. Loop gewoon eens binnen in onze winkel en laat u inspireren. Of maak een afspraak zodat we samen alle tijd hebben voor een goed (advies)gesprek.

- VLOEREN • RAAMBEKLEDING
- SLAPEN • WONEN • HAARDEN
- WOONACCESSOIRES • KASTEN OP MAAT • WANDAFWERKING



Deze maand in de spotlight:

Maatwerk in uw interieur!



Maak uw interieur helemaal af met **kasten op maat**. Zo ontwerpen wij kledingkasten, dressoirs en tv-meubels, afgestemd op de kleuren en materialen van uw interieur. Na ontwerp en productie worden deze door onze eigen vakkundige monteurs bij u geplaatst.

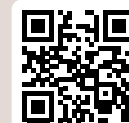
Naast maatkasten kunt u bij ons ook terecht voor een uitgebreid

interieuradvies.

Zo ontwerpen wij de volledige inrichting voor u: meubels, wandafwerking, raambekleding en traprenovatie.

In verschillende kleuren, uitvoeringen en merken.

Bezoek onze showroom om alle mogelijkheden te bekijken.



Voor meer info kijk op
www.delangeenreek.nl



HOTEL **GARBI**
IBIZA SPA ****

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!

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.

WWW.WIMHOFMETHOD.COM



PARADOXALE HAARGROEI

Paradoxale haargroei is een **zeldzame** bijwerking van laserontharing. De laser stimuleert het haar om dikker en opvallender terug te groeien. Deze **bijwerking** komt het meest voor bij laserbehandelingen in het gelaat of nek. Toch komt het ook voor op lichaamsdelen met **fijn of donzig haar**. De oorzaak van deze bijwerking is het niet juist instellen van de **parameters** van het laserapparaat. Daarnaast speelt het hebben van onvoldoende **kennis** en grote rol. Om dit te voorkomen, is het belangrijk om door een **bekwame** en **ervaren** huidtherapeute behandeld te worden.



NIEUWSGIERIG?
bekijk onze
diensten online!



Schieweg 41D, Rotterdam | 06 24 83 78 17
info@clinicmanifest.nl | www.clinicmanifest.nl

TYPISCH Joris Shop
Ballonnen & feestartikelen

Voor ballonnen, feestartikelen en meer kun je terecht in onze **webshop**

Of scan de QR-code



www.typischjorisshop.nl

Ballondecoraties • Entertainment • Verhuur van springkussens, Abraham & Sarah, geboortepoppen, spellen en overige verhuur

06-39816673 | typischjorisevents@outlook.com | www.typischjorisevents.nl

'Wij kunnen mensen met onze nalatenschap een toekomst geven'



Ontdek hoe jouw idealen kunnen voortleven op toegift.nl

toegift.nl
Een goed doel in je testament

BRUIST

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

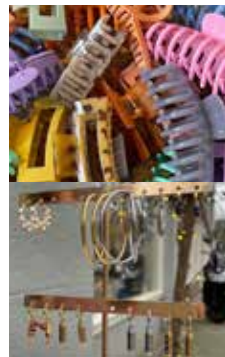
Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist



PUUR VAN ALLES

Gezichtsbehandelingen . microdermabrasie . IPL-behandelingen . meso . kleding . sieraden . cadeautjes . schoenen

SALON . CONCEPTSTORE . COFFEE



Puur van Alles in Rotterdam is opgericht in 2014 door Nikki en is sindsdien dé conceptstore van Kralingen. Een unieke plek waar je terecht kunt voor de laatste trends of heerlijk kan ontspannen.



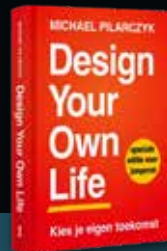


MICHAEL PILARCZYK

Het geloof
in jezelf is je
grootste kracht.



Bestel hier mijn
nieuwe boek



www.michaelpilarczyk.nl



VICTORY OUTREACH ROTTERDAM

Woensdag 19u - 21u
Gebedsdienst

Vrijdag 19u - ...
Young & Comitted

Zondag 11u - 13u
Eredienst

Hartelijk welkom bij Victory Outreach.
Een dynamische, levensveranderende
kerk met diensten
voor jong en oud.



VOWEBSITE

*A place you call home,
a people you call family*

Mijnsherenplein 9, 3081 CN Rotterdam

RENÉ VERHAGEN SCHILDERWERKEN

René Verhagen Schilderwerken is een bloeiend bedrijf dat al jaren uitsluitend samenwerkt met professionals. Voor zowel bedrijven als particulieren voeren wij schilderklussen (en meer) uit.

Bij ons staat de mens centraal. Oprechte interesse in de mensen tonen en al pratend erachter komen wat men precies wil, leiden tot een goed eindresultaat.

ONZE EXPERTISE

Schilderwerk: binnen- en buiten

Latex spuiten en rollen

Behangen / plafond- en vloerafwerking

Stuken

Vervangen van kozijnen

Vervangen van glas / plaatsen isolerend glas

Advies voor materiaal- en kleurgebruik

De klant is koning

De service houdt niet op als het werk gedaan is. Mocht u toch nog tegen iets aanlopen waar u niet tevreden over bent, dan lossen wij dat snel en zo goed mogelijk op. De tevredenheid van de klant staat voorop!

VOOR AL UW SCHILDERWERK
RENÉ VERHAGEN



MAASSLUIS | 010-5928139
WWW.RENEVERHAGENSCHILDERWERKEN.NL

Er zijn verschillende redenen waarom u kiest voor stucwerk. In de eerste plaats geldt het als finishing touch van uw ruwe muur of plafond en zorgt een fraaie afwerklaag voor een mooie uitstraling van wanden en plafonds. In de tweede plaats kunt u voor stucwerk kiezen omdat het de thermische isolatie bevordert en het een brandvertragende en vochtwerende werking heeft.

Verschillende soorten stucwerk

- Glad stucwerk
- Sierpleister (spachtelputz, rustiekputz of granol)
- Schuurwerk
- Spackspuitwerk
- Behangklaar stuken
- Sausklaar stuken
- Tegelklaar stuken

Wilt u weten wat René voor u kan betekenen? Vraag vrijblijvend een offerte aan via 06-41279124.

STUKADOOR NODIG? Alles weer glad?

Bel **06 - 412 79 124** of mail naar **info@reneverhagenschilderwerken.nl**



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 (fijnggehakt)
- 2 teentjes knoflook (fijnggehakt)
- 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.

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

Zoek de zes verborgen letters

Vind de letters en maak er een woord van. Wordthema deze maand is '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	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/rotterdam/puzzelen of scan de QR-code.



Door verstopping of wateroverlast in de knel?



TOS Ontstoppings Service BV
uw adres voor:

- Ontstoppingscontracten
- Onderhoudscontracten
- Preventief onderhoud
(riool/dakgoten)
- Inspecties en reparaties
- Ad-hoc- en/of regioopdrachten



ONTSTOPPINGS SERVICE BV

Baarsweg 124,
3192 VR Hoogvliet
T 010-4383599

www.tostotaal.nl

Voor woningbouwverenigen
overheid - bedrijven - partners
VvE's en particulieren

