

KIJKEN

'Wat je misschien nog niet van me wist: al van kleins af aan ben ik gefascineerd door het circus. De film *The Greatest Showman*, met Hugh Jackman in de hoofdrol, vind ik dan ook geweldig. Het is immers het waargebeurde verhaal van een ondernemer die zijn droom najaagt: het oprichten van een eigenzinnig circus. De muziek is even opzwevend als de dansscènes stimulerend zijn. Puur vertier!'

'The Greatest Showman' van Michael Gracey is uit op dvd.



Sonja Kimpfen

Elke week stelt een BV zijn of haar uit- en thustips voor. Gezondheidscoach Sonja Kimpfen (59) is gefascineerd door het circus en – minder verrassend – krijgt op restaurant graag véél groentjes op haar bord.



UIT ETEN

'Groenten zijn voor mij een fundamenteel onderdeel van een lekkere maaltijd. En het liefst zijn het er ook ruim genoeg, om aan de grote eetlust van mijn man tegemoet te komen. Gelukkig is dat bij brasserie en restaurant Oliver in Massenhoven zeker het geval. Ze hebben een ruime kaart met originele gerechten die bovendien steeds vol zijn van kleur – met dank aan de lading verse groenten.'

Oliver, Liersebaan 261 in Massenhoven – www.oliver.be

OP STAP

'Momenteel loopt in het Antwerpse Middelheimmuseum de tentoonstelling 'Experience Traps', waarin hedendaagse kunstenaars zich laten inspireren door het barokke landschap. Het resultaat is te bewonderen in openlucht: een verademing! Neem gerust de kindjes mee, want ook aan hen is gedacht met een kunstzinnig springkasteel. Mijn kleinzoon Jack mag zich alvast aan een uitstapje verwachten!'

'Experience Traps' loopt nog tot zondag 23 september in het Middelheimmuseum in Antwerpen.



LEZEN



'Meestal lees ik non-fictie boeken over gezondheid, maar voor *Uitgebroad* van gewezen gerechtsarts Pat Craenbroek heb ik met plezier een uitzondering gemaakt. In deze thriller, over een meisje dat zich van het leven heeft beroofd, laat een gerechtsarts haar fantasie de vrije loop. Eens je begint te lezen, kan je niet meer stoppen.'

'Uitgebroad' van Pat Craenbroek wordt uitgegeven door Paris Books en kost 20 euro.

OP REIS



'Begin november organiseren mijn man Marc en ik een achtdaagse fitreis naar Turkije. Terwijl ik mental coaching geef over de tien synergieprincipes voor een gezonde levensstijl, geeft hij drie work-outs per dag. Met deze fitreis willen we de deelnemers tonen hoe ze hun lijf onder controle kunnen krijgen, op een leefbare manier.'

Fitreis met Sonja Kimpfen van 3 t.e.m. 10 november 2018 in Turkije - www.sonjakimpfen.be