

RIJK VAN NIJMEGEN 

AUGUSTUS 2018 GRATIS MEENEMEN!  
WWW.RIJKVANNIJMEGENBRUIST.NL

# BRUIST

Lezersacties  
Maak kans op  
mooie prijzen

Creëer *Rust*  
en ontspanning  
in je leven





# Tegeshop Doddendaal

Keramische wand- en vloertegels

◆ Plavuizen

◆ Indoor/ Outdoor

◆ Vloerverwarmingssystemen



**Tegeshop Doddendaal  
is verhuisd van Nijmegen  
naar Malden**



**Frans &  
Josje  
Koolen**



**Collectie volgens  
de laatste trends**



- 50 jaar ervaring
- Scherpe prijs door rechtstreekse import
- Uitgebreid assortiment
- Tegels veelal uit voorraad leverbaar
- Uitstekende service
- Diverse kortingen op voorraadtegels



Tegeshop Doddendaal, dé tegelspecialzaak van Nijmegen en omstreken, nam begin dit jaar zijn intrek in een mooie nieuwe showroom aan de Hoge Brug 6 in Malden.

Tegeshop Doddendaal heeft al ruim 50 jaar ervaring in het leveren en leggen van keramische tegels en natuurstenen tegels.

In deze showroom een prachtige collectie tegels volgens de laatste trends.

**Kom een kijkje nemen, we staan u met plezier te woord en de koffie staat altijd klaar.**

# Verras, verleid, verover

**Wij zijn Jacco Otten.**

**Een team van 'bruisende' bloembinders in de Van Broeckhuysenstraat 38 te Nijmegen.**

U kunt bij ons binnenlopen voor de allermooiste bloemen, woningdecoratie en een groot assortiment zijde bloemen. Ook bloemarrangementen zoals; boeketten, rouwbloemen, trouwbloemen en bloemabonnements (zowel particulier als zakelijk). Bent u benieuwd naar de mogelijkheden? Kom gerust eens langs...

Verder komen wij graag bij u langs voor het decoreren van uw woning of kantoor met prachtige woonaccessoires en beplanting.

**U bent altijd van harte welkom in onze bruisende winkel die wij meerdere keren per jaar omtoveren in een totaal andere sfeer.**

**Jacco Otten**



6



10



8



# Inhoud

18



31



23

## COLOFON

### BRUIST

**UITGEVER** Nederland Bruist B.V.

**MANAGER** Marcel Bossers

**OPERATIONEEL MANAGER** Lea Bossers

**TRAFFIC** Nederland Bruist

**VORMGEVING** Nederland Bruist - Bjorn Gort

**THEMA'S** Annemiek Jansen - Maaïke van Helmond

**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist

**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist

**EINDREDACTIE** Astrid Berkhout

**ACQUISITIE** Frank van Geel, 06-43093996

### CONTACT RIJK VAN NIJMEGEN BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340

fvangeel@nederlandbruist.nl

 Rijk van Nijmegen Bruist

### CONTACT HOOFDKANTOOR

Nederland Bruist B.V.

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl

www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be

 Like ons op facebook.com/nederlandbruist

**ABONNEMENT** Ontvang de Bruist uit jouw regio(s) iedere maand in je brievenbus voor € 1,49 p.m. **Meer weten?** Stuur een e-mail naar [abonnement@nederlandbruist.nl](mailto:abonnement@nederlandbruist.nl)

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2018 Nederland Bruist B.V. Merknaam Rijk van Nijmegen Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. Nederland Bruist brengt magazines uit in: Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Ibiza, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schilde-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

**ADVERTEREN?**

Mail naar  
[nl@nederlandbruist.nl](mailto:nl@nederlandbruist.nl)  
 of bel  
**06-43093996**

De zomervakantie is inmiddels in het hele land aangebroken. Maar terwijl er heel veel mensen genieten van een welverdiende vakantie, zijn er ook nog steeds meer dan genoeg die ook tijdens de zomermaanden keihard doorwerken. En dat terwijl de zomer juist zo'n fijne tijd is om even helemaal tot rust te komen.

## *Bruisende* **lezer,**

Geen tijd voor een (korte) zomerbreak? Dan kan yoga een uitkomst bieden om toch wat ontspanning en rust te creëren in jouw drukke leven. Helemaal als je je bedenkt dat we tegenwoordig in één week net zoveel prikkels te verwerken krijgen als onze voorouders in hun hele leven. Hoe je dan het best met yoga kunt beginnen? Daar vertellen we je verderop in dit magazine meer over.

Ontspannen kan natuurlijk op nog veel meer manieren. Het juiste moment om te ontspannen is weliswaar wanneer je er geen tijd voor hebt, maar tijd kun je ook maken, wordt weleens beweerd. Creëer alleen al even een momentje van rust voor jezelf door je ergens op een heerlijk plekje te nestelen met dit magazine. We vertellen je namelijk niet alleen meer over yoga, maar spraken ook met ondernemers als Pret Inn Jump en Frans Knorth Makelaardij die op hun eigen bruisende wijze de zomer door komen.

Dus neem een Bruist-break, relax en geniet!

**Lea en Marcel Bossers**



Het is zomer! Door de warmte van de zon hebben we meer energie en de zonnestrallen zorgen voor een gelukkiger gevoel. Dat gevoel willen we graag zo lang mogelijk vasthouden. Ook na de zomer als het drukke, dagelijkse leven weer begint. Gebruik de lange zomerse dagen eens om te kijken of yoga iets voor jou is. Bruist helpt je met deze tips.

# Yoga Waar

## **YOGA IS VOOR IEDEREEN**

Denk niet op voorhand dat yoga niets voor jou is. Yoga doet zijn werk bij iedereen. Feit blijft dat je een aantal houdingen gaat doen die je nog nooit gedaan hebt. Ook de ontspannings-oefeningen zullen in het begin wat vreemd zijn. Ga het gewoon doen, probeer zonder verwachtingen de yogales binnen te stappen en laat het lekker op je af komen. Eén proefles is te weinig om goed te kunnen bepalen of je het wat vindt of niet. Ons advies is: geef jezelf drie maanden de tijd om de positieve voordelen van yoga te ervaren.

## **WELKE FORM IS GESCHIKT VOOR MIJ ALS BEGINNER?**

Vraag jezelf af wat je wilt bereiken met yoga. Je doel is belangrijk in je keuze voor een specifieke yogavorm. Wil je vooral een sterker en soepeler lichaam, meer rust in je hoofd of werken aan een goede houding? Er zijn namelijk vormen waarbij de nadruk ligt op fysieke inspanning, maar ook op spirituele ontwikkeling of mentale ontspanning. Minstens zo belangrijk als je keuze voor de juiste yogavorm,



# moet ik beginnen?

is de leraar/lerares waar je les van krijgt. Het is belangrijk dat deze persoon een voor jou prettige stem heeft, 'jouw taal spreekt' en jou op een fijne manier kan begeleiden. Als je deze klik niet hebt, zegt dat niets over de professionaliteit van de leraar, maar blijkbaar past hij of zij niet bij jou. Het is daarom aan te raden om een proefles bij verschillende scholen in jouw buurt te volgen. Zo ben je lekker breed georiënteerd en kun je de juiste keuze maken over wat jij prettig vindt. Ook als je al wat ervaring met yoga hebt, kan het soms fijn zijn om af en toe nog ergens anders een yogales te volgen.

CREËER **ONTSPANNING** EN  
RUST IN JOUW DRUKKE LEVEN

## WAT HEB IK NODIG?


Naast gemakkelijk zittende kleding, zijn in de meeste yogastudio's alle benodigdheden aanwezig. Soms moet je een matje

huren, bij andere studio's zijn ze weer gratis te gebruiken. Ook is het fijn om eventueel een flesje water mee te nemen.

Yoga leert je om bewuster om te gaan met je lijf en je hoofd. En dat is voor iedereen nuttig in deze snelle tijd. **BEN JIJ ENTHOUSIAST GEWORDEN OVER HET VOLGEN VAN JE EERSTE YOGALES?** Op de website van Nederland Bruist vind je gegarandeerd een yogastudio in jouw regio.

# DE COOLSTE JUMPHAL

van Gelderland



Vette trampolines, lekkere hapjes en drankjes en leuke medewerkers, dat is in een paar woorden samengevat jumphal Pret Inn Jump in Heumen. “Iedereen die van jumpen houdt, kan zich in onze hal optimaal vermaken”, aldus bedrijfsleidster Sofie Hendriks.



### Veruit de leukste

De eigenaar van Pret Inn Jump heeft aan de overkant ook al binnenspeeltuin Pret Inn en concludeerde dat er in de buurt eigenlijk nog behoefte was aan één ding; een vette jumphal. “Die had je hier nog niet. Vandaar dat wij afgelopen maart de deuren van onze eigen hal hebben geopend. Nu al een enorm succes. En hoe kan het ook anders, want we zijn veruit de leukste jumphal van de regio!”

### Bijzondere toepassingen

“Wat ons dan tot de leukste maakt? Alleen al de variatie die wij bieden in één overzichtelijke hal. Bij ons vind je allerlei bijzondere toepassingen in combinatie met trampolines. Zo hebben we een klimmuur, een evenwichtsbalk, een jumptower, een ninja cours met verschillende hindernisbanen en een foampit. En dat alles in een super leuke en sfeervolle setting met gave discolampen en goede muziek. En als ouders geen zin hebben om met hun kids mee te jumpen, dan kunnen zij boven plaatsnemen in onze gezellige horeca vanwaar zij de hele jumphal kunnen overzien.”

### Voor jong en oud

“Kinderfeestje of personeelsuitje? Het kan allemaal; hiervoor hebben wij verschillende arrangementen. Maar ook gewoon komen jumpen kan natuurlijk zeven dagen per week. Voor slechts € 9,- – plus eenmalig € 2,- voor de aanschaf van speciale jumpsokken – kun je bij ons een uur uitleven in de hal. En dat met maximaal 54 personen tegelijkertijd zodat het nooit te druk is.”

Voor iedereen vanaf acht jaar, maar tegenwoordig ook met speciale jumpuurtjes voor de allerjongste kids.

**Dus heb jij ook zin om even helemaal los te gaan op de trampoline? Kom dan snel eens langs bij Pret Inn Jump!**





## SLAAP ZACHT

Wanneer de zomerse temperaturen een aantal dagen aanhouden, kun je de warmte in huis moeilijk kwijt. Dit kan voor slapeloze nachten zorgen. Solis heeft de oplossing: de Easy Breezy is de stilste ventilator voor in de slaapkamer en zorgt voor een verkoelende nachtrust. Goodnight!

**Solis, Easy Breezy, € 139,90**

[www.solis.com/likeapro](http://www.solis.com/likeapro)



# Koele Zomer

## LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

**Maak kans op een  
Traditional Afternoon Tea  
t.w.v. € 23,50 p.p.**

Een uitgebreide theeselectie van Betjeman & Barton met verschillende sweets en savouries inclusief een soepje van de dag bij De Theeschenkerij in Heemstede.



**Like de Facebookpagina** van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens** o.v.v. 'Lezersactie#1 augustus' naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)

## EEN MIX UIT MILAAN EN TURIJN

Heerlijk voor een zomerse avond: de cocktail 'Milano-Torino'. Deze cocktail is laag in alcohol en dankt de naam aan een mix van Campari uit Milaan en Martini uit Turijn. Met de producten van Leopold Vienna heb je de juiste tools in huis om deze cocktail te maken.

**Leopold Vienna, Bar Collectie, vanaf € 3,95**

[www.leopold-vienna.nl](http://www.leopold-vienna.nl)

## MORNING JUICE

Een zonnige ochtend thuis: tuindeuren open, muziekje op de achtergrond, krantje, ontbijtje en een verse juice! Dat is toch een ultiem geluksmoment? De dubbele sapkegel van de Solis Citrus Press Pro zorgt ervoor dat je niet alleen sinaasappels, maar ook alle andere citrusvruchten probleemloos verwerkt. Heerlijk verfrissend!

**Solis, Citrus Press Pro, € 249,90**

[www.solis.com/likeapro](http://www.solis.com/likeapro)

win

5e  
dagen

## LIKE &amp; SHARE/LEZERSACTIE#2

**Maak kans op een Princess Grenada kofferset t.w.v. € 169,99**

Een sportieve, trendy en lichtgewicht koffer in de kleur blauw.

Vervaardigd uit ABS met shark skin, dit helpt beschadigingen aan je koffer te voorkomen.

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

**PRINCESS  
TRAVELLER**



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens** o.v.v. 'Lezersactie#2 augustus' naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)

## MUNTTHEE LEKKER VERFRISSEND

Op een warme zomerse dag werkt muntthee als verfrissende dorstlesser.

Zet voor jezelf - en/of vrienden - een grote pot. Hoe toepasselijk is deze mintgroene theepot? De Duet® Bella Ronde van Bredemeijer® is een echte klassieker: dubbelwandig, elegante vorm en (niet onbelangrijk)

deze theepot schenkt zonder druppelen.

**Bredemeijer®,  
Duet® Bella Ronde  
mintgroen, 1,2 liter, € 109,95**  
[www.bredemeijer.nl](http://www.bredemeijer.nl)





**VIA CANNELLA CUIJK | Wonen & Koken**  
Korte Molenstraat 6 & 14 | Grotestraat 34 5431 DK Cuijk  
0485 - 315057 | [www.viacannella.nl](http://www.viacannella.nl)



**Marieke Lindsen** en **Jane Hersevoort** weten uit eigen ervaring hoe moeilijk afslanken is. Ze gingen op zoek naar een methode die wél werkt en vonden die in een bijzonder geavanceerd apparaat dat je helpt centimeters te verliezen op de plekken waar jij dat wilt. In oktober 2016 openden zij de deuren van **BeautyFIRM** om ook anderen de kans te geven deze innovatieve behandeling te ondergaan.

# Plaatselijk afslanken ís mogelijk!

“Sindsdien loopt het storm!” vertelt Marieke enthousiast. “Wij waren zelf sowieso al overtuigd, maar de positieve reacties van de mensen – zowel mannen als vrouwen – die bij ons komen, bevestigen hoe effectief het apparaat is.”

## Wetenschappelijk onderbouwd

“Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat het apparaat zonder chirurgische ingreep of eindeloos sporten je vetcellen afdrijft, je spieren versterkt en je huid verstevigt. Tevens wordt de bloedsomloop geactiveerd, de lymfecirculatie gestimuleerd, de afvalstoffen verwijderd en zuurstof teruggegeven aan de huid.”

## Hoe werkt het?

“Het apparaat werkt met ultrasound en elektrolyse. Iedere sessie duurt 40 tot 55 minuten. De eerste sessie raak je gemiddeld 10 centimeters kwijt. Daar hoef je niets voor te doen. Terwijl je onder het apparaat ligt, kun je gewoon tv kijken, een boek lezen of een praatje maken. Deze methode is echt een uitkomst als je op specifieke plekken van je vet af wilt komen of gewicht wilt verliezen. Wij voorzien u van advies.”

## Behandeling op maat

“In een persoonlijk intakegesprek geef je aan welk gebied van je lichaam je precies wilt aanpakken. Op basis daarvan stellen we een op jou afgestemd programma op. Het aantal behandelingen hangt af van de hoeveelheid (en type) lichaamsvet. Veel mensen kiezen voor een 10-rittenkaart.” BeautyFIRM onderscheidt zich verder door de persoonlijke aandacht én de huiselijke sfeer. “We vinden het belangrijk dat je je hier snel op je gemak voelt. Daardoor is het ook nog eens gewoon leuk om hier te komen!”



**TIP: Overtuig jezelf en onderga voor slechts € 35,- p.p. (€ 30,- p.p. bij 2 personen) een proefbehandeling.**



A photograph of three men in a workshop or warehouse. They are wearing white and grey work jackets and pants. The man on the left is holding a paint roller. The man in the middle is sitting on a ladder and holding a yellow sponge. The man on the right is holding a paint bucket. The background shows shelves with various paint cans and tools. The text 'Klantgericht, betrouwbaar en kwaliteit.' is overlaid on the image in white, serif font, with horizontal lines underlining each line of text.

Klantgericht,  
betrouwbaar  
en kwaliteit.

Dat zijn de kernwoorden voor Schilderwerken Gebr. Rutten. Een duurzame relatie met onze klanten, daar doen wij het voor. Wij leveren daarom ook graag een totaalpakket voor al uw schilderwerken. Vakwerk, het hele jaar door! Van een eerste stijl- en kleuradvies tot complete organisatie van uw project, van schilderwerk tot afwerking, van nieuwbouw tot monumentaal werk, van groot onderhoud tot 24-uurs-klantenservice. Geniet van uw woning, zowel van buiten als van binnen. In zomer en winter. **T: 024 323 82 86, [info@gebr-rutten.nl](mailto:info@gebr-rutten.nl)**  
**of kijk op [www.gebr-rutten.nl](http://www.gebr-rutten.nl)**

**Eerst denken, dan doen!**



**SCHILDERWERKEN  
GEBR. RUTTEN**



# RESTAURANT DE THORNSCHE MOLEN

LUNCH • PANNENKOEKEN • DINER



Kom langs voor een kop koffie, een lunch of een diner in het restaurant onder de Thornsche molen! Geniet van de perfecte ligging, het mooie uitzicht en uiteraard het heerlijke eten en drinken. U kunt bij ons ook a la carte dineren.

Onze pannenkoeken worden gebakken van meel dat in eigen molen gemalen is.

ER ZIJN  
WEER  
MOSSELEN!

DAGELIJKS  
OM  
10.00 UUR  
GEOPEND



**JE VINDT ONS IN PERSINGEN, OP SLECHTS 4 KM VAN NIJMEGEN!**

Thornsestraat 20 • Persingen • tel. 024-6792399 • info@dethornschemolen.nl

**[www.dethornschemolen.nl](http://www.dethornschemolen.nl)**



**Yoga** heeft als doel het verbinden van lichaam en geest door middel van de ademhaling.

Maar één op de tien yogi's kunnen hun benen **in hun nek** leggen.

Door de fysieke yogahoudingen worden je spieren opgerekt en sterker gemaakt. Het is niet voor niets dat veel **(top)sporters** hun sport combineren met yoga.

Wist je dat wij in **één week** net zoveel **prikkels** te verwerken krijgen als onze voorouders in **hun hele leven**?

We hebben gemiddeld 85.000 **gedachten** per dag, waarvan 80% terugkerend is. **Best vermoeiend...**

**Het juiste moment** om te ontspannen,  
is wanneer je er geen tijd voor hebt.

Wereldwijd zijn er **300 miljoen** mensen die yoga beoefenen.

Doe je yogaoefeningen buiten in de natuur. Je ontspant nog meer als je vogels hoort fluiten of een beekje hoort stromen.

# Wij maken het



“Ga voor  
het beste  
verkoop-  
resultaat”



Frans Knorth Makelaardij | De Plak 17, Bemmel | 0481-763963  
info@fransknorthmakelaardij.nl | [www.fransknorthmakelaardij.nlwishbeauty.nl](http://www.fransknorthmakelaardij.nlwishbeauty.nl)

# verschil

In 2007 opende Frans Knorth de deuren van zijn eigen makelaarskantoor in Bommel. Samen met zijn team staat hij garant voor een actieve en persoonlijke begeleiding bij de verkoop en de aankoop van uw woning. Zij zetten zich voor 100% in om voor u het maximaal haalbare resultaat te behalen.

“Juist in deze overspannen markt is het belangrijk om net even een stapje harder te lopen dan de rest”, aldus Frans. “Het loont nog steeds om een makelaar in te schakelen. Uit onderzoek van de start-up makelaar vergelijkjer DatHuis blijkt dat de gemiddelde verkoopopbrengst meer dan € 18.000 hoger ligt wanneer u met een NVM makelaar werkt.”

## Team van specialisten

Frans Knorth Makelaardij maakt het verschil dankzij het brede team van specialisten dat Frans in de loop der tijd om zich heen heeft verzameld; een marketeer, een Funda specialist, een tekstschrijver, een fotograaf en een aankoopsspecialist. “Iedereen heeft zijn of haar eigen expertise.” Ook handig; Frans Knorth werkt samen met De Hypotheker, die in hetzelfde pand is gevestigd. Hier kunt u terecht voor een deskundig advies over de hypotheek die het beste bij u past.

## Scherp onderhandelen

“We beschikken over een gedegen kennis van de regionale huizenmarkt en kunnen daarmee een

realistische inschatting geven van de waarde van een woning. Dit vormt de basis van de onderhandelingen die we graag tot op het scherpst van de snede voeren.”

## Optimale presentatie

“We halen alles uit de kast om uw woning te verkopen voor de hoogst mogelijke prijs. Een optimale presentatie van het huis is daarvoor essentieel. Als enige in deze omgeving maken we bijvoorbeeld gebruik van Matterport, waarmee mensen een indrukwekkende 3D virtuele tour krijgen door een huis.”

## Geheel ontzorgen

Van de bezichtigingen tot het opstellen van de koopakte en de eindinspectie: Frans Knorth Makelaardij neemt graag alle werkzaamheden uit handen. “Als extra service kunt u geheel gratis gebruikmaken van onze verhuisbus. We werken bovendien op basis van ‘no cure no pay’. U betaalt dus alleen bij succes!”





Het Grote Huis



De Vlaamsche Schuur



Het Koetshuis



Het Paardement



## LANDGOED DE BARENDONK

Landgoed de Barendonk, ten zuiden van  
Nijmegen in het Land van Cuijk, biedt u  
4 leuke groepsaccommodaties

### Het Grote Huis Ontdek het rijke herenboerenleven!

Dit statige voorhuis heeft plaats voor 10 tot 13 personen.  
Het huis is zeer ruim en door de historische accenten extra sfeer-  
vol. Hier geniet u met alle comfort van het plattelandsleven.

### De Vlaamsche Schuur Het Vlaamsch gevoel van thuishomen

De gerestaureerde Vlaamsche Schuur heeft plaats voor groepen  
van 16 tot 22 personen. Deze accommodatie is geschikt voor  
mindervaliden, heeft een riante keuken én een relaxruimte met sauna.

### Het Koetshuis “Kom maar uit de bedstee, mijn liefste..”

Het Koetshuis heeft plaats voor 8 volwassenen en 4 kinderen.  
Extra leuk voor kinderen: ze kunnen slapen in een heuse bedstee!  
Door het klassieke houtwerk en landelijke accenten is Het Koetshuis  
een knusse groepsaccommodatie.

### Het Paardement Stap in... en droom weg

Wist u dat u bij De Barendonk kunt slapen in een oude postkoets?  
Het Paardement is nét even anders: u slaapt boven de oude paardenstallen  
met prachtig uitzicht over het landgoed. Proef de sfeer van vroeger!

## LANDGOED DE BARENDONK

Millseweg 13 | 5437 NB BEERS

0485 31 64 36 | bgg 06 22 447 254

receptie@barendonk.nl | [www.barendonk.nl](http://www.barendonk.nl)


# Team Tennis



Gehele collectie leverbaar in  
4 kleuren: zwart, wit, blauw & rood




**Women Tee**  
S-XXL 28,00 **23,50**




**Women Tanktop**  
S-XXL 25,00 **21,50**




**Women Skort**  
S-XXL 35,00 **30,00**



**Women Hoodie**  
S-XXL 65,00 **55,00**



**Women Sweatpant**  
S-XXL 50,00 **42,50**



**Women Jacket**  
S-XXL 50,00 **42,50**



De Mulder  
keukens op maat

**Locatie Wanssum:** Stayerhofweg 2b, Wanssum | 0478 - 53 90 20  
**Locatie Malden:** Sluisweg 1b, Malden | 024 - 820 09 84  
info@demulderkeukensopmaat.nl | [www.demulderkeukensopmaat.nl](http://www.demulderkeukensopmaat.nl)



*Neem gerust eens  
contact op voor een  
vrijblijvende afspraak.*

# DAGJES UIT IN AUGUSTUS!



**HET IS ZOMER! Bruist zet de leukste evenementen op een rijtje.**

**Jazz in de Gracht**

**17 t/m 19 augustus in Den Haag**

Jazz in de Gracht vindt plaats op de grachten van Den Haag.

**Ballonfiësta Barneveld**

**22 t/m 25 augustus in Barneveld**

Het ultieme ballonfeest. Met een spectaculair avondprogramma van 17.30 - 23.00 uur.

**‘t Preuvenemint**

**23 t/m 26 augustus in Maastricht**

Vier dagen lang genieten van eten, wijn en muziek op het Vrijthof.

**De Uitmarkt**

**24 t/m 26 augustus in Amsterdam**

De nationale opening van het culturele seizoen.

**Harlinger Visserijdagen**

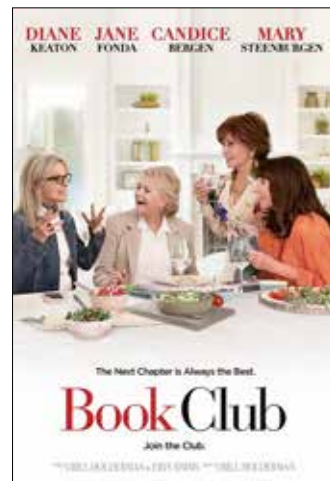
**29 augustus t/m 1 september**

Muziek en dans, kunst, gastronomie, markt, kermis, cultuur en sport.

## FILMPJE KIJKEN BOOK CLUB

BINNEN/BUITEN

Diane (Diane Keaton) is een weduwe. Vivian (Jane Fonda) geniet van haar leven als eeuwige vrijgezel. Sharon (Candice Bergen) verwerkt nog steeds haar scheiding van jaren geleden. En het huwelijk van Carol (Mary Steenburgen) zit in een sleur. Het leven van de vier hartsvriendinnen zal nooit meer hetzelfde zijn nadat ze *Fifty Shades of Grey* in hun boekenclub lezen. Door nieuwe romances inspireren ze elkaar aan een nieuw hoofdstuk van hun leven te beginnen. Misschien wel het beste hoofdstuk tot nu toe... **Book Club gaat op 23 augustus in première.**



## BOEKJE LEZEN MAREIKE KRÜGEL



**ZIE ME STAAN VAN MAREIKE KRÜGEL** is een roman voor iedere vrouw die weleens verzucht of dit nou alles is. Wat moet je doen als je een knobbeltje in je borst vindt. Katharina wil nog graag één normaal weekend met haar gezin doorbrengen voordat ze het nieuws deelt. Maar op de een of andere manier is niets meer gewoon. Het helpt ook niet dat haar man dit weekend vanwege een bedrijfsfeestje niet naar huis komt. Katharina besluit iemand anders in vertrouwen te nemen. Wat begon als een gewone dag, eindigt in een emotioneel crescendo.  
**ZIE ME STAAN van MAREIKE KRÜGEL is nu te koop voor € 18,99**

BRUIST

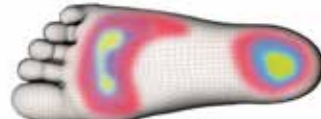
Yoga

Omdat Google niet alle **vragen** kan beantwoorden.



Volg ons op social media @NederlandBruist

**MEPHISTO**   
DE LOOPSENSATIE



ZONDER SOFT-AIR TECHNOLOGIE



MET SOFT-AIR VOOR FLUWEEZACHT LOPEN

Om het meest (pijn)gevoelige deel van de voet tijdens het lopen, tegen harde stoten te beschermen, heeft Mephisto elke schoen voorzien van een Soft-Air Technologie

Gremmen Footwear, winkelcentrum 21 Malden



ijssalon  
**Passione**

Proef Italië in hartje Groesbeek  
(Kerkstraat 16)



ZONNIG TERRAS - 'T LEKKERSTE IJS  
KOFFIESPECIALITEITEN

Zuster Evie Wijchen  
Lokaal & Ambachtelijke  
gemaakte lekkernijen

Zuster Evie




Lokaal & ambachtelijk  
gemaakte lekkernijen

Interesse?

Zuster Evie Wijchen  
De Lingert 5278, Wijchen  
06-53678936  
wijchen@zusterevie.nl

gemaakt  
in Wijchen  
door  
Monique

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





# RUGKLACHTEN?



*Bij de chiropractoren van Chiropractie Fysiotherapie Nijmegen bent u in goede handen*

Bij ons in de praktijk zien wij dagelijks patiënten met de meest uiteenlopende klachten. Lage rugpijn, herniaklachten, scoliose, artrose: allemaal klachten die uw dagelijkse bezigheden behoorlijk kunnen beïnvloeden. In veel gevallen is dit nergens voor nodig en kan de chiropractor u voor een groot deel of zelfs geheel van uw klachten af helpen.

**Blijf daarom niet langer rondlopen met deze klachten,  
maak een afspraak bij ons in de praktijk. Bel ons op 024-3558830.**

**Hatertseweg 665 | Nijmegen | 024-3558830 | [www.chiro-fysio.nl](http://www.chiro-fysio.nl)**



# Festival

1. Terracotta Sun Protect van Guerlain, € 42,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
2. Hollister Festival Vibes for Him and Her, vanaf € 25,- [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)
3. Festivaltasje Oslo, € 17,99 [www.nice-2-have-shop.nl](http://www.nice-2-have-shop.nl)
4. Doosje gekleurde pleisters van Hansaplast, € 2,79 [www.hansaplast.nl](http://www.hansaplast.nl)
5. Hervulbare drinkfles van Marie Stella Maris, € 29,- [www.marie-stella-maris.com](http://www.marie-stella-maris.com)



# Ready

Ga je deze zomer nog een festival bezoeken? Get festival ready met de leukste fashion & beauty items!

- 6. Monsieur Big Waterproof mascara van Lancôme, € 33,- [www.lancome.nl](http://www.lancome.nl)
- 7. Endavor Hat van Barts, € 49,99 [www.barts.eu](http://www.barts.eu)
- 8. Lippenbalsem van Eos, € 5,99 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
- 9. nail & cuticle tattoos van essence, € 1,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)
- 10. Slipper Lenny Unity van Ipanema € 59,99 [www.ipanema-slippers.nl](http://www.ipanema-slippers.nl)

# Waardig *afscheid* nemen van je huisdier

Dierenbegraafplaats 't Jagtveld in het landelijk gelegen Heumen biedt sinds juni 2017 een prachtige plek voor een waardig afscheid van je overleden huisdier.



't JAGTVELD

## MEER WETEN?

Wij heten je van harte welkom bij  
Dierenbegraafplaats 't Jagtveld.

Looistraat 59, Heumen | 06 53532054 | [www.dbp-jagtveld.nl](http://www.dbp-jagtveld.nl)



# IEDERE MAAND BRUIST IN JE BRIEVENBUS

Neem vandaag nog  
een **ABONNEMENT**  
op **Bruist** voor  
€ 1,49 per maand

Kies voor € 17,88 per jaar (per  
editie) welke editie of edities  
je iedere maand thuis of bij  
je bedrijf wilt ontvangen.  
Vraag naar de voorwaarden.



**Dat is  
handig!**

## Meer informatie?

Stuur een e-mail naar [abonnement@nederlandbruist.nl](mailto:abonnement@nederlandbruist.nl)

# Spatial Thinking Consulting:

coaching bij hoogbegaafdheid, ADHD, dyslexie en hoog sensitief

Vertaald betekent Spatial Thinking ruimtelijk denken, waarbij mensen onbewust of bewust in ruimtelijke dimensies gaan denken. Dit kan onder andere van toepassing zijn bij situaties in je loopbaan of werk.

**Aanbieding!** Vrijblijvend kennismakingsgesprek.

[www.gommanspaul.nl](http://www.gommanspaul.nl) | [info@gommanspaul.nl](mailto:info@gommanspaul.nl) | 06-13708029

**SPATIAL  
THINKING  
CONSULTING**



# Kleur kan je stemming beïnvloeden

Chromotherapie, kleurentherapie, gebruikt kleuren om je energiebalans te bepalen. Kleuren werken namelijk heel stimulerend en kalmerend op de geest. Elke kleur heeft een specifieke werking. Dit merk je ook wanneer je een bepaalde kleur in je interieur gebruikt.



GEEL maakt mensen vrolijk en alert. Het helpt bij hoofdpijnen, stembandproblemen en longproblemen omdat het invloed heeft op je zenuwen en ademhaling. Het heeft ook een positief effect op de huid!

ROOD werkt stimulerend, het straalt wilskracht uit. Het beïnvloedt de bloedsomloop en celvernieuwing. Het helpt bij spierspanning, infecties, stress en wondjes.

GROENE kleuren helpen tegen stress en vermoeidheid omdat ze voor ontspanning, emotioneel evenwicht en stabiliteit zorgen. Een gevolg daarvan is het positieve effect op de maag, darmen en blaas. Het wordt gebruikt bij bloedarmoede, duizeligheid en koorts.

PAARS/VIOLET heeft een positief effect op het afweersysteem, lymfesysteem en de milt. Het wordt ingezet bij mensen met een eetprobleem om de eetlust te remmen.

BLAUW wordt ingezet bij chronische aandoeningen, zoals jicht en reuma. Het remt ontstekingen en koorts en brengt je stofwisseling en darmactiviteit in balans. Ook heeft het een positief effect bij slaapproblemen en angst.

Op basis van chromotherapie zijn er ook brillen ontworpen met allerlei kleurenfilters, waardoor jij de wereld bijvoorbeeld door een roze bril ziet. Dit kan je stemming (positief) beïnvloeden!



## GEBROEDERS VAN LIMBURG FESTIVAL 2018

Van 25 tot en met 26 augustus 2018 vindt het 14e Gebroeders van Limburg Festival plaats in de Nijmeegse binnenstad. Het jaarlijks terugkerende festival staat geheel in het teken van de middeleeuwen en eert de rijke middeleeuwse historie die Nijmegen kent.

Een heel weekend lang kun je zien en beleven hoe het leven in Nijmegen in de middeleeuwen is geweest, met een grote optocht door de binnenstad als hoogtepunt. Dit jaar staat het festival in het teken van het thema: 'Liefde voor het landschap', mede omdat Nijmegen ook is verkozen tot Green Capital van Europa!

Het Gebroeders van Limburg Festival zal zich concentreren in en rondom de Stevenskerk, Stevenskerkhof, de Grote Markt en de Lange Hezelstraat. Alles op loopafstand van elkaar, waardoor je eenvoudig meerdere programma's kunt volgen. En op de zondagmiddag vindt de traditionele optocht door de binnenstad weer plaats: de blijde incomste.

**Datum:** 25 & 26 augustus 2018

**Plaats:** Nijmegen

**[www.gebroedersvanlimburg.nl](http://www.gebroedersvanlimburg.nl)**

## AUGUSTUS 2018



## FIETS 4DAGGE NIJMEGEN

De Nijmeegse Fiets4daagse is terug van weggeweest! De fietstocht, waar sportief genieten centraal staat, zal plaatsvinden van 23 tot en met 26 augustus in en rond Nijmegen, de Fietsstad van 2016. Naast de prachtige routes, die elke dag een ander gebied in het Rijk van Nijmegen zullen aan doen, zullen deelnemers langs verschillende Superstops gaan. Het belooft een geweldig evenement te worden, dus schrijf je gauw in! Omdat niet iedereen de mogelijkheid heeft om alle 4 dagen te fietsen, is het ook mogelijk om 1, 2 of 3 dagen mee te doen.

**Datum:** 23 t/m 26 augustus 2018

**Plaats:** Nijmegen

**[www.nijmeegsefiets4daagse.nl](http://www.nijmeegsefiets4daagse.nl)**

## TIPISCH NIJMEGEN

Goed nieuws! Het nieuwe evenement 'TipischNijmegen!' vindt ook in 2018 weer plaats. Van 30 augustus tot en met 2 september is het weer genieten van heerlijke gerechten uit eigen stad. Diverse Nijmeegse restaurants richten 4 dagen lang hun eigen (tipi)tenten in tot soort van mini-restaurant. Ze serveren het publiek een voorproefje van hun menukaart en presenteren hun kooktalent. De toegang is gratis, er is entertainment en alles en iedereen die deelneemt is lokaal. TipischNijmegen! vond vorig jaar voor het eerst plaats in het Julianapark en viel goed in de smaak bij het publiek. Ondanks flinke regenbuien waren er duizenden bezoekers en waren de reacties zeer positief.

### Openingstijden:

Donderdag 30 augustus: 17:00 – 0:00 uur

Vrijdag 31 augustus: 17:00 – 0:00 uur

Zaterdag 1 september: 14:00 – 0:00 uur

Zondag 2 september: 14:00 – 22:00 uur

**Datum:** 30 augustus t/m 2 september 2018

**Plaats:** Julianapark, Nijmegen

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



## UITGELICHT BOELS LADIES TOUR 29 AUGUSTUS

Op woensdag 29 augustus start de tweede etappe van De Boels Ladies Tour en wel in Nijmegen! Op de Grote Markt start het UCI Women's WorldTour-peloton en de finish lijn wordt getrokken op de Voerweg. De Boels Ladies Tour is de belangrijkste Nederlandse etappekoers voor vrouwen.

De wielrensters fietsen over de Van Randwyckweg, De Oude Holleweg, de Vogelzang en natuurlijk over de Zevenheuvelenweg. Als je dan toch de wielrensters gaat aanmoedigen, kun je net zo goed een terrasje meepakken bij de Grote markt of een van de andere leuke pleinen in Nijmegen.

**Waar:** Grote Markt, Nijmegen

**Wanneer:** woensdag 29 augustus 2018





## WATERMELOEN CARPACCIO

**Ingrediënten voor 2 personen | 15 minuten**

2 sneetjes brood - 1 watermelon - 2 bollen mozzarella - rucola  
scheutje olijfolie - 1 limoen - 1 eetlepel balsamicocrème  
4 eetlepels geroosterde pijnboompitten - paar blaadjes verse  
basilicum.

### Bereiding

Snijd de sneetjes brood in blokjes en bak deze in 3 minuten krokant. Snijd de grote watermelon in partjes en verwijder de schil. Verdeel de partjes watermelon op een bord. Snijd de mozzarella in plakken en leg deze op de watermelon. Leg er een handje rucola op. Klop de olijfolie, limoensap en balsamicocrème door elkaar in een kommetje en besprenkel de meloen en de sla hiermee. Bestrooi het bord met pijnboompitten, basilicum en de croutons.

Uw **onderneming** ook  
**presenteren** in dit  
sprankelende **magazine?**

Neem dan **contact** op via  
nl@nederlandbruist.nl of bel  
06-43093996



## NOEDELS MET GARNALEN

**Ingrediënten voor 4 personen | 25 minuten**

250 gr noedels - 1 rood pepertje - 2 tenen knoflook  
2 eetlepels wokolie - 500 gr (rauwe) garnalen - 2 rode paprika's  
200 gr shiitake - scheut teriyaki saus - 4 bosuitjes - 1 eetlepel  
sesamzaadjes

### Bereiding

Kook de noedels gaar volgens de verpakking. Snipper de rode peper en knoflook fijn en fruit een paar minuten aan in de olie. Voeg de garnalen toe en vlak daarna de paprika in reepjes. Snijd de shiitake in plakjes en bak ook een paar minuten mee. Breng de groenten en garnalen op smaak met een scheut teriyaki saus. Schep als laatste de noedels en bosui erdoor en serveer direct met wat sesamzaadjes.

Check ook  
**onze website!**

Neem een kijkje op  
**www.rijkvannijmegenbruist.nl**







## BROCCOLI MET TOMAATJES

**Ingrediënten voor 4 personen | 20 minuten**

500 gr broccoli, in roosjes - 1 teentje knoflook - 1 eetlepel olijfolie  
- 400 gr cherrytomaatjes - peper en zout - klein handje verse muntblaadjes - 170 gr dikke yoghurt 0% - 90 gr walnoten

### Bereiding

Kook de broccoli kort voor (ongeveer 4 minutjes) en giet daarna af. Hak het teentje knoflook fijn. Verhit de olijfolie in een pan en fruit de knoflook aan. Roerbak de broccoli een minuut of 5. Voeg daarna de cherrytomaatjes toe en bak nog kort mee. Breng de groenten op smaak met een snufje peper en zout. Hak de munt fijn en schep door de yoghurt. Serveer de groenten en schep wat van de muntsaus er over. Bestrooi met de grofgehakte noten.



## MOUSSE MET FRAMBOZEN

**Ingrediënten voor 4 personen | 25 minuten + 2 uur wachten**

200 gr frambozen - 250 ml slagroom - 2 blaadjes gelatine  
75 gr suiker - 1 eetlepel citroensap - 2 eetlepels water

### Bereiding

Doe de frambozen in een pannetje en verwarm ze. Bewaar wat frambozen voor de garnering. Voeg het water, de citroensap en de suiker toe. Laat dit ongeveer 10 minuten zachtjes pruttelen totdat de frambozen uit elkaar zijn gevallen. Week de blaadjes gelatine in koud water en voeg ze daarna toe aan de frambozen. Doe het frambozenmengsel in een kom en laat helemaal afkoelen (ongeveer 2 uur). Klop de slagroom stijf en voeg halverwege de frambozen 'jam' toe en mix dit er goed doorheen. Doe het mengsel in glaasjes en maak de randjes schoon. Serveer met verse frambozen en eventueel wat poedersuiker.



**HOOP KEUKENGEMAK**  
**kookwinkel**

voor foodies & lekkerbekken

**Thee Proeverij € 5,-**

Wees niet te laat en meld je nu aan  
bij Hoop Keukengemak!

**Proeverij op 29 augustus Jazz & Wine**



Spoorstraat 39A Wijchen | T 024-6421257 | [www.hoopkeukengemak.nl](http://www.hoopkeukengemak.nl)

# Tijdelijk (recreatieve) woonruimte nodig?



**Diverse chalets**  
**TE HUUR** op camping  
Fortduinen in Cromvoirt



Voor meer info  
bel **06-34590974**  
of mail naar  
**lea@nederlandbruist.nl**

# Koelte in de zomer?



Frank Zonwering  
biedt je vele  
mogelijkheden  
om de zon buiten  
te houden!

Uw vakbekwame adviseur en leverancier voor:  
**ZONNESCHERMEN - ROLLUIKEN - MARKIEZEN - SCREENS**  
**UITVALSCHERMEN - BINNENZONWERING - HORREN**



Cargadoorweg 4c, Nijmegen  
06-17 017 074  Frankzonwering  
info@frank-zonwering.nl  
www.frank-zonwering.nl

Maak kans op een:

voor 2 personen

# 3-gangen menu

t.w.v. **€ 28,50,- p.p.**



Restaurant De Thornsche Molen

+31 6 115 648 23 | Thornse straat 20, Persingen

info@dethornschemolen.nl | www.dethornschemolen.nl



## MAXSTUDIOS

learn how to dance...for real

### HET DANSSEIZOEN GAAT WEER BEGINNEN!

- Hiphop
- Female
- Kidsdance
- Afrodance
- Dancehall
- Breakdance
- Modern Jazz

Schrijf je  
in voor een  
**GRATIS**  
proefles!

MaxStudios | Van Rosenburgweg 6, Nijmegen  
info@maxstudios.nl | www.maxstudios.nl

```

c c a t e r i n g m r
o u d e r w e t s m q
k g e n i e t e n j z
z a e t e n g y i j y
a l d z c b i e f w l
b u i a e q t w g t t
f n n l e v w c f v v
f c e e r w h k h y i
k h r n p r o w k q x
u d w v e t q j q x h
b g m e s c j k w s d

```

genieten  
ouderwets  
eten  
lunch

diner  
feestjes  
catering  
zalen

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg.  
Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 september  
de oplossing in op onze site: [www.rijkvanrijmegenbruist.nl](http://www.rijkvanrijmegenbruist.nl)



Winterzon en Wintersneeuw alweer boekbaar.  
Onze ReisXperts helpen u graag.  
Maak nu een afspraak op [www.deplaneet.nl](http://www.deplaneet.nl), bel of kom langs.