

LAND VAN CUIJK 

SEPTEMBER 2018 GRATIS MEENEMEN!
WWW.LANDVANCUIJKBRUIST.NL

BRUIST



Lezersacties
Like & Share

Heb jij het lef
om relaxed te *leven?*

Verlichting brengt sfeer, verlichting brengt rust



De juiste **verlichting** zorgt voor **harmonie** in uw woonkamer, slaapkamer, keuken of kantoor.

Onze zaak is al 95 jaar een begrip in Mill en wijde omgeving en heeft zich de afgelopen 21 jaar gespecialiseerd in verlichting.

In een ongedwongen en gezellige ambiance in onze zaak aan de Schoolstraat in Mill kunt u in alle rust een keuze maken uit ons zeer uitgebreide aanbod verlichting en aanverwante artikelen.

U bent bij ons verzekerd van zeer deskundig advies en wij ontwerpen desgevraagd een compleet lichtplan voor uw woning of tuin. Op verzoek komen wij ook de lampen bij u monteren tegen een geringe vergoeding.

Ons uitgebreide assortiment omvat **hanglampen, wandlampen, vloerlampen, plafondlampen, spots, buitenlampen, kappen** en niet te vergeten alle soorten t'l's, multimedia kabels en **led lampen**.

Kom eens vrijblijvend een kijkje nemen in onze zaak, want Edo verlichting heeft het!

Openingstijden:

Maandag Gesloten
Di t/m vrij 09.00 - 12.15
13.15 - 18.00
Zaterdag 09.00 - 16.00



Dekkers-Fransen

Keuken- en Interieurbouw



Dekkers-Fransen realiseert uw droomkeuken en -interieur, maar daar stopt het niet voor ons. Wij maken uw ruimte compleet met de juiste kleuren, motieven en decoratieve elementen. Samen met u vinden wij de sfeer die bij u past. U ontvangt van ons kosteloos kleuradvies bij de aankoop van uw droomkeuken of interieur. Op die manier laten wij u zien wat kleuren, materialen en decoratieve elementen in samenhang kunnen doen om de sfeer in uw interieur compleet te maken.



Keuken- en interieurbouw Dekkers-Fransen

Veldweg 2, Rijkevoort
T: +31(0)485 479 155
Info@dekkersfransen.nl
www.dekkersfransen.nl





6



10



22



24



35



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 Maaïke van Helmond

FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Kim Brugman

EINDREDACTIE Maaïke van Helmond

ACQUISITIE Raoul Bosman, 06-15948855

CONTACT LAND VAN CUIJK BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340

nl@nederlandbruist.nl

 Like ons op Facebook/Land van Cuijk 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

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 Land van Cuijk 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, Ibiz, Kapellen, Land van Cuijk, De Langstraat, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Prinsenbeek, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schilderschoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

Inhoud

ADVERTEREN?

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



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Het is alweer september, wat gaat de tijd toch snel. Na een aantal supermooie maanden waarin veel mensen genoten van een welverdiende vakantie, is inmiddels voor de meesten het 'gewone leven' weer aangebroken. En hoe... Soms lijkt het net of je helemaal geen vakantie hebt gehad als je weer wordt opgeslokt door de ratrace van alledag.

Bruisende lezer,

Hoe dat komt? In veel gevallen doordat je meteen weer veel te veel ballen hoog probeert te houden: je werk, je familie, je huis, je vrienden en alles wat daarbij komt kijken. En vaak levert dit alles tezamen niets anders op dan stress. Zonde, want je was juist zo ontspannen door die vakantie. Stop dus met het proberen om al die ballen hoog te houden. Hoe je dat doet, lees je verderop in dit magazine. Maar één ding mag duidelijk zijn: stel je prioriteiten niet verkeerd en bewaak je energie.

Rust, Routine en Regelmaat zijn wat dat betreft dan ook de belangrijkste drie rrr'en. Dus pak je moment van rust door de routine in te bouwen om regelmatig even door dit magazine te bladeren. Sla het magazine open en lees behalve het artikel over die 'jongleerkunsten' ook de inspirerende verhalen van bruisende ondernemers als Voetzorg Henny van Kempen en Ellen Hermens die je vertellen waar zij hun prioriteiten leggen.

Veel leesplezier!

Lea en Marcel Bossers

Alle ballen

ZO DOE JE DAT

Hoe houd je deze ballen allemaal hoog? Het enige juiste antwoord hierop is **NIET**. Stop met het proberen om al die ballen hoog te houden. Dit is namelijk onmogelijk zonder eraan onderdoor te gaan. Dit is gemakkelijker gezegd dan gedaan. Ballen hooghouden kan iedereen best lang volhouden, maar ballen laten vallen is de kunst.

JE HEBT TWEE KEUZES. Je gaat op deze manier door en de kans is groot dat je een burn-out krijgt, waardoor je geen enkele bal meer hooghoudt. Of je laat een aantal ballen vallen om weer in balans te komen en te blijven. Bruist adviseert mogelijkheid twee.

DE KUNST ZIT HEM IN HET STELLEN VAN PRIORITEITEN. Werk alleen met de ballen die ertoe doen. Gooi de rest naar anderen, leg ze op tafel of laat ze gewoon vallen. Het is belangrijk om je af te vragen wat je doel is. Wanneer je dit weet, kun je een hoop ballen - taken - laten vallen, omdat ze niet bijdragen aan dat doel. Kijk ook eens kritisch naar je planning. Moet alles meteen gebeuren of zijn er taken die je uit kunt stellen? De ervaring is dat uitgestelde taken achteraf niet belangrijk blijken en alsnog afvallen.



Na een lange zomer met veel vrije dagen en weinig moeten, begint het 'gewone' leven weer. Je drukke baan, het huis, je partner, de familie en de grote vriendenkring vragen weer jouw aandacht. Je hebt meteen weer veel ballen hoog te houden. Weet je niet meer hoe je dit voor elkaar moet krijgen, geeft het stress en wil je hier graag iets aan doen? Bruist geeft tips.

hooghouden



Kom je na het schrappen van minder belangrijke dingen nog steeds tijd te kort, accepteer dan dat je niet alles zelf kunt doen. Je zult taken uit handen moeten geven, hoe moeilijk dit ook is. Geef een ander de kans om te laten zien dat hij of zij deze taak net zo goed (of misschien zelfs wel beter) kan als jijzelf.

STRESS WERKT VERSLAVEND. De adrenaline die ontstaat door stress geeft je een goed gevoel. Wanneer dit daalt, ga jij je rusteloos voelen en zoek je weer naar prikkels die je dat goede gevoel geven. Doordat je niet voldoende rust krijgt, zal dit je uiteindelijk opbreken. Kick af van deze verslaving door meer rust te creëren. In het begin zal dit moeilijk zijn en voel je je erg onrustig. Uiteindelijk went je lichaam aan de lagere adrenalinespiegel, waardoor je meer rust gaat vinden. Door altijd je doel voor ogen te houden, weet je welke taken belangrijk zijn en welke niet. Het afronden van een taak geeft een positief gevoel en energie die je vervolgens in een nieuw project weer kunt gebruiken.

HET LATEN VALLEN VAN BALLEN
VEREIST MOED. **HEB JIJ HET LEF** OM
EEN LEUK, RELAXED LEVEN TE LEIDEN?



Laat de wereld zien dat jij er bent!

Om je nog beter van dienst te kunnen zijn hebben we onze openingstijden verruimd.

Ma 13:00 - 18:00
Di 09:00 - 18:00
Wo 09:00 - 19:00
Do 09:00 - 18:00
Vr 09:00 - 18:00
Za 08:30 - 16:00

Haagsestraat 2, 5431 BM Cuijk / T 0485-318382
info@artizte.nl / www.artizte.nl

Wil je geknipt worden zoals jij dat wilt of heb jij zin in een andere look? Wil je weer stralen vanbuiten én vanbinnen dan ben je bij ons aan het juiste adres! Want als jij er goed uitziet, voel je je ook beter. Artizte Hair & Beauty zorgt voor de perfecte uitstraling.

Onze salon is uitgegroeid tot een compleet en trendy hair- & beautycentrum voor dames en heren. Daar zijn we trots op. Want we willen klanten alleen het beste bieden en zijn steeds op zoek naar nieuwe uitdagingen. Zo blijven we onszelf ontwikkelen.

Wij geven je uitgebreid persoonlijk advies, we nemen heel graag alle tijd voor jou. Goed werk, met aandacht en service, en gebruik van kwaliteitsproducten zijn onze belangrijkste uitgangspunten. Haal samen met ons het mooiste uit jezelf, want als jij er goed uit ziet en je daarbij goed voelt is onze doelstelling geslaagd!

Annelies van den Bosch, eigenaresse
Ingrid Giebels, salonmanager



Aandacht voor je voeten

Je lichaam wordt in je leven talloze kilometers door je voeten gedragen. Alleen dat is al reden genoeg om ze extra goed te laten verzorgen. Hiervoor ben je bij Voetzorg Henny van Kempen aan het juiste adres.



Mooi & verzorgd

“Ik wil er graag voor de mensen zijn”, vertelt Henny. “Ik vind het fijn om iets voor mijn klanten te kunnen betekenen door ze de juiste voetzorg te verlenen en eventuele klachten te verhelpen. Dat is ook waarom ik de opleiding tot pedicure heb gevolgd.”

Risicovoeten

Henny is overigens niet alleen opgeleid tot ‘gewoon’ pedicure, maar is sinds vorig jaar ook medisch pedicure. “Dat betekent dat ook mensen met risicovoeten bij mij aan het juiste adres zijn voor een behandeling en in aanmerking kunnen komen voor een vergoeding. Voor mij maakt deze ‘medische toevoeging’ het werk bovendien alleen nog maar leuker en interessanter.”

Op je gemak

“Of je nu risicovoeten hebt of niet, iedereen is welkom in mijn praktijk. Ik vind het belangrijk dat mijn klanten zich hier op hun gemak voelen. De prachtige omgeving draagt daar zeker aan bij, maar ook het feit dat ik voor iedereen uitgebreid de tijd neem. Kunnen jouw voeten ook wel wat extra zorg gebruiken? Informeer dan naar de mogelijkheden of maak meteen een afspraak.”





WE WOULD LOVE TO SAY HELLO

WLOUD Design geeft met haar meubels en woonaccessoires een verfrissende Scandinavische look aan je inrichting. Het nieuwe Deense designmerk werkt samen met verschillende (opkomende) designers en creëert hiermee een unieke en brede collectie meubels, woonaccessoires en textiel.
www.woud.dk



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Maak kans op Les Georgettes Pink Gold Honeycomb Medium Cuff en een Pink Ibiza ring samen t.w.v. € 138,-

Les Georgettes van Altesse is een innovatief juwelen-concept met verwisselbare gekleurde banden.

www.lesgeorgettes.com/nl

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 september naar prijsvraag@nederlandbruist.nl



Afbeelding kan afwijken

Juweelt voor je

GO WILD

Creative Lab Amsterdam zorgt voor een jungle fever in huis. Het merk brengt happiness in het interieur met exclusieve kaarten, posters en wallpaper collecties. Het eigenzinnige, botanische en moderne behang is dé eyecatcher in huis.

Prijs vanaf € 27,50 per m²

www.creativelabamsterdam.com



TIJDLOZE ALLURE

De nieuwe badkamercollectie 'Antheus' van Villeroy & Boch ademt één en al Art Deco uit. Geïnspireerd door het Bauhaus Design laat designer Christian Haas zien hoe een strak en functioneel lijnenspel goed tot zijn recht komt. Uiteraard met het comfort van nu.

www.villeroy-boch.com



gjes
interieur



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#2

**Maak kans op een Princess
Wielerkoffer in de kleuren van
LottoNL-Jumbo wielerteam
t.w.v. € 79,99**

Lichtgewicht trolley systeem,
ABS met shark skin, dit helpt
beschadigingen aan uw koffer
te voorkomen.

**PRINCESS
TRAVELLER**

Verkrijgbaar bij Blokker
www.princesstraveller.com

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 september' naar prijsvraag@nederlandbruist.nl



KLEUR OP DE MUUR

Geef dit najaar de muren wat extra aandacht door ze een andere kleur te geven. Kies voor een milieuvriendelijke en duurzame variant zoals de krijtverf van Amazona. De enige 100% biologische afbreekbare krijtverf in Nederland.

Prijs vanaf 0,75 L, € 28,50

www.amazona.nl



The health & lifestyle

“Ik wil voor al mijn klanten een geluksmomentje creëren.”
En dat is dan ook precies wat schoonheidsspecialiste Eva van Kollenburg al
ruim acht jaar doet in haar eigen salon: Beauty & Wellnesscare Luna.



Mooi van buiten en van binnen



salon

INNERLIJKE EN UITERLIJKE SCHOONHEID

Een vertrouwde naam waar Eva acht jaar ontzettend hard voor heeft gewerkt, maar sinds mei dit jaar dan wel op een nieuwe, grotere locatie aan de Lavendel in Cuijk. “Hier heb ik mijn droom pas echt helemaal waar kunnen maken: een health & lifestylesalon waar we ons niet alleen focussen op het uiterlijk, maar zeker ook op de innerlijke schoonheid en op een stukje beleving.”

ALLROUND

Beauty & Wellnesscare Luna biedt dan ook een totaalpakket aan behandelingen voor de innerlijke en uiterlijke schoonheid. Van verzorgende gelaatsbehandelingen gericht op huidverbetering tot luxe wellnessbehandelingen om even te ontsnappen aan alle stress en drukte van alledag. “Als allround schoonheidsspecialist en nagelstylist zijn de behandelmogelijkheden die wij verzorgen zeer breed te noemen. Daarnaast zijn wij ook gespecialiseerd in het bieden van huid- en handverzorging voor kankerpatiënten, mede door mijn medische achtergrond. Dit alles in een zeer ontspannen setting met heerlijke Ibiza vibes, zodat iedereen zich volledig op zijn of haar gemak voelt.”



The Health & Lifestyle Salon

“Op alle vlakken willen wij net een stapje extra zetten voor onze klanten. We onderscheiden ons dan ook door onze deskundigheid, veelzijdigheid en flexibiliteit. Daarnaast bieden wij bijvoorbeeld ook als enige in de regio de Universal Contour Wrap Elite. Hiermee verlies je gegarandeerd vijftien centimeter per behandeling en bovendien is het ook een bijzonder goede detoxmethode. Maar eigenlijk geldt hiervoor hetzelfde als voor alle andere behandelingen die wij bieden: je moet het gewoon zelf eens komen ervaren. We zien je graag snel in onze mooie, nieuwe salon!”

Beauty & Wellnesscare Luna
Lavendel 256, Cuijk
06-48086594
Eigenaresse: Eva van Kollenburg
www.beautyandwellnesscareluna.nl





Onvergetelijk

Lapland

• NOORDERLICHT IS
• EEN LICHTFENOMEEN
• DAT OPTREEDT
• BIJ HELDER WEER
• IN DE DONKERE NACHT

Lapland is de benaming voor een gebied in Noord-Scandinavië dat zich grotendeels boven de noordpoolcirkel bevindt. Deze regio strekt zich uit van Rusland, over Finland en Zweden, tot in Noorwegen.

Lapland is één van de weinige plaatsen op onze aarde waar de natuur nog oorspronkelijk en onaangetaast is. In deze ongetemde wildernis heersen een rust en stilte die we eigenlijk niet meer voor mogelijk houden. Een overvloed aan ruimte nodigt uit voor een avontuurlijke tocht in de eenzaamheid van dit wondermooie sneeuwlandschap. Winters Lapland betekent ook onvergetelijke witte vlaktes en met een beetje geluk het ervaren van het noorderlicht.

In Lapland wonen de Sámi, de enige inheemse bevolkingsgroep van Noord-Europa. De Sámi spreken hun eigen taal en hebben hun eigen kleurrijke cultuur. Ondanks hun moderne en eigentijdse levenswijze houden de Sámi hun tradities in ere, zoals de kleurrijke klederdracht, de rendierboerderijen en de 'joiku-zang'. Het absolute hoogtepunt van een Laplandreis is natuurlijk het ervaren van het noorderlicht; een uniek natuurfenomeen, een spectaculair lichtspel aan de hemel van het paradijs.

Deze streek heeft perfect zijn authenticiteit en charme weten te bewaren. Hier beleef je nog de echte natuur: de fauna en flora zijn indrukwekkend, de lucht puur en het water zuiver.

NOORDERLICHT

Het noorderlicht, of aurora borealis, is een lichtfenomeen dat optreedt bij helder weer in de donkere nacht. Het wordt veroorzaakt door uitbarstingen (plasmawolken) op de zon die met grote snelheid in contact komen met het magnetisch veld van de aarde. Het schijnsel van het noorderlicht kan soms heel flauw zijn en kort duren, maar kan evengoed heel fel zijn en meerdere uren duren. Statistisch gezien kun je het verschijnsel in Lapland waarnemen van eind september tot half april, maar een algemene regel en absolute garantie bestaan jammer genoeg niet. Moeder Natuur bepaalt waar, wanneer en hoelang!



Nederland Bruist zoekt *franchisenemers* vanaf 2019

Met 33 uitgaven is **BRUIST** een succesvolle formule in Nederland, België én op Ibiza. **Onze doelstelling** is om meer steden te laten bruisen en te groeien naar 50 maandelijks edities. Daarom heeft Bruist met 12,5 jaar ervaring op zak een vernieuwd **franchiseconcept** opgezet.

Vanaf 2019 zijn wij op zoek naar succesvolle **fulltime topverkopers** met ervaring, die er al jaren van dromen om een eigen onderneming op te zetten.

Ben jij op zoek naar een nieuwe uitdaging of wil je meer informatie?

Aarzel dan niet en stuur je motivatie en cv naar franchise@nederlandbruist.nl of bel met Lea Bossers 06 34590974



Alle **ballen** hooghouden lukt niet met slechts **2** handen!

Als je **100 keer** zegt dat je het druk hebt,
wordt het natuurlijk ook niet rustig.

Het 'altijd druk hebben' wordt gezien als **succesvol**.

Druk zijn is een krachtig statussymbool geworden.

Stel je **prioriteiten** niet verkeerd. Bewaak je energie,
tijd, humeur en gezondheid, want dat zijn belangrijke zaken.

Het is geen kunst om ballen te vinden om hoog te houden.

De kunst zit hem in het **laten vallen**.

Gun jezelf **20 minuten niks** op een dag.

Blader in Bruist, geniet van een theetje en staar uit het raam.

De belangrijkste drie rrr'en zijn **Rust, Routine en Regelmaat**.

Probeer eens letterlijk **5 ballen** in de lucht te houden.

Dan begrijp je ineens hoeveel energie dit kost!

Je hebt het niet druk omdat je zoveel te doen hebt,
maar omdat je de **verkeerde keuzes** maakt.

RUGPIJN?



**FYSIOTHERAPIE
CHIROPRACTIE
SPORT**

WWW.RESU

WIJ HEBBEN AFSPRAKEN MET

Middelweg 10b • Molenhoek • 0

GRATIS
FITNESS
TIJDENS UW
BEHANDEL-
TRAJECT

RESULT*Care*

9,1

RESULTCARE.NL

BIJ ALLE ZORGVERZEKERAARS!



024 3585 905 • info@resultcare.nl

Aphrodite

sexshop & sexbios

Het adres voor alles op het gebied van erotiek

Sexbios

Aphrodite biedt jou tijdens de openingstijden een doorlopende voorstelling van hardcore movies in twee filmzalen. Het aanbod in beide zalen wisselt tweemaal per week. Wij bieden een programma van maandag tot en met woensdag en een programma van donderdag tot en met zaterdag.

De entree bedraagt € 10,-. Eenmaal een kaartje gekocht, dan heb je de hele dag verder toegang tot onze beide zalen.

Iedereen welkom

Iedereen, ongeacht seksuele voorkeur, leeftijd (wel minimaal 18 jaar), huidskleur of wat dan ook is bij ons welkom. Daarmee noemen we in één adem crossdressers, travestieten en transgenders. Wat we niet tolereren is het gebruik van drugs. Daarnaast verwachten we dat je met tolerantie (en respect) naar anderen in onze bios verblijft.

Jongeren
GRATIS entree op
maandag en zaterdag

Stellen (m/v)
en vrouwen altijd
GRATIS entree

Erotiek is onze passie

www.aphroditesex.nl

Molenstraat 205 | Helmond | 0492-548 261

Terug naar jezelf, naar jouw eigen oorsprong

Om van hieruit weer anders met mensen en de wereld om je heen in verbinding te zijn!

Veel mensen verliezen contact met zichzelf, met diegene die zij van nature zijn en ooit waren. Ze verliezen hiermee niet alleen contact met hun pijn, maar juist ook met hun eigen kracht! Deze kracht ligt altijd verscholen achter dat wat we liever niet zien of voelen in onszelf; ook al weten we soms heel goed dat het er is.

Ik neem met mijn heldere blik en zintuigen waar wie jij eens was en wie jij hoort te zijn, wat jouw kwetsuren zijn en waar jouw kracht en ook jouw schoonheid zit. Ik zie en voel waar jouw ontwikkeling eens belemmerd werd en wat het is dat in jou de groei doet stagneren. Want: dat wat geduwd en afgedwongen moet worden, loopt uiteindelijk vast. Zo werkt dat voor mensen individueel, maar ook voor mensen in groter verband en binnen organisaties. Ik help jou verbinden met jouw oorspronkelijke en prachtige zelf. Er is waarlijk geen mooier mens dat jij zou kunnen zijn of zou kunnen worden! Om jou hiermee te helpen, ga ik met jou op met jullie in gesprek en kunnen we, als jij wilt, ook werken met energie.

Ook zo nieuwsgierig naar de mogelijkheden voor jezelf of je naasten? Neem gerust contact op!



Ellen Hermens
Coaching Training Healing

06-44823815

info@ellenhermens.nl

www.ellenhermens.nl

Ellen Hermens maakt gebruik van de volgende methodieken en interventies: NLP - Oplossingsgerichte coaching - Individuele systemische coaching - Bronnen in jezelf - Model van de 12 Levenskrachten - Stress- & Burn-outcoaching - Intuïtieve coaching - Gewonde delen in jezelf - Energetische werk - Leiderschapscoaching.

Basilus van Bruggelaan 4, 5363 VA te Velp (Grave)

Uw **voeten** in de juiste **handen**



- Basis voetzorg
- Diabetische en reumatische voetzorg
- Oncologische voetzorgverlener
- Medische specialisaties zoals nagelbeugel plaatsen, drukvrij leggen, orthese maken en nagelreparaties.

**Voetzorg
Ilse**

waardach podiatrice



Jacob Marisstraat 16, Boxmeer | 0485 21 17 30 of
06 30 867 307 info@voetzorgilse.nl | www.voetzorgilse.nl



Gitaarschool de Gitarist

gitaarschooldegitarist.nl

4 GRATIS PROEFLESSEN!

Bel voor meer info naar:
06 421 487 52

Volg lessen in Cuijk,
Vierlingsbeek en Arnhem

Geen zorg, **wij** houden het koel

Rolluiken, screens en markiezen kunnen uw woongenot sterk verbeteren en houden de zon buiten!

Maar dan moet het wel het juiste product zijn, voldoen aan uw verwachting, uw eisen en uiteraard uw budget. We zijn op de hoogte van de nieuwste trends en praktische snufjes van de meeste merken. Samen bekijken we bij u thuis de mogelijkheden en doen daarna vrijblijvend een voorstel.



zonweringmill

Hertsweg 10, Mill | 06-83606363
info@zonweringmill.nl | www.zonweringmill.nl

DAGJE UIT NEDERLANDS FILM FESTIVAL



VAN 27 SEPTEMBER TOT EN MET 5 OKTOBER vindt de 38e editie plaats van het Nederlands Film Festival. Tien dagen lang is Utrecht de filmhoofdstad van Nederland waar de Nederlandse film het erepodium krijgt dat het verdient. Films van kort tot lang, van arthouse tot mainstream, van analoog tot digitaal. Speelfilms, documentaires, animaties, korte films en televisiedrama's voor jong en oud. Naast honderden films organiseert het festival ook talkshows, seminars en discussies. Hoogtepunt is de avond waarop de felbegeerde Gouden Kalveren worden uitgereikt.

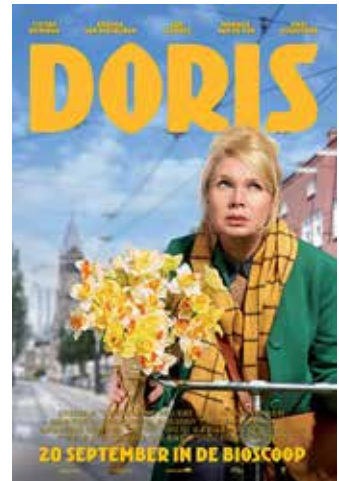
Kijk voor meer informatie en het complete programma op www.filmfestival.nl

FILMPJE KIJKEN DORIS

Aan de vooravond van haar vijfenveertigste verjaardag is Doris Doorenbos (Tijtske Reidinga), een gescheiden vrouw met twee kinderen, op een dood punt aanbeland. Terwijl de mensen om haar heen carrière maken en drukke, volwassen levens leiden, is er van Doris' eigen dromen maar weinig terechtgekomen...

Gemaakt onder de creatieve leiding van Will Koopman (Gooische Vrouwen en Divorce), scenarioschrijfster Roos Ouwehand en regisseur Albert Jan van Rees.

Doris is vanaf 20 september te zien in de bioscoop.



BOEKJE LEZEN OVER PUBERS



Een verfrissend boek met openhartige, komische en herkenbare verhalen over zowel het geploeter als het plezier van het dagelijkse gezinsleven met kinderen en pubers. Geen adviesboek over opvoeden, maar gewoon een hart onder de riem voor ouders die het soms ook even niet meer weten. Inspiratie putte de auteur uit haar eigen ervaringen, waar ze openhartig over heeft geschreven. Over het geploeter, maar ook over het geluk en het plezier. Ouders van kinderen in de tienerleeftijd vinden er ongetwijfeld herkenning in! Het boek wordt uitgegeven door Uitgeverij Boekscout.

JE KRIJGT ER ZO VEEL VOOR TERUG - Openhartige verhalen van een moeder over haar gezin met pubers - van Esther Leijten-Kupers is nu te koop voor € 19,50 via bol.com en www.boekscout.nl



WE MAKEN VAN JE HUIS JE THUIS

Comfortabel wonen willen we allemaal. De inrichting van de woning speelt hierbij een grote rol. En daarvoor ben je bij ons, Voor Verf & Wonen, aan het juiste adres.

Wij zijn een eigentijdse woonwinkel, met oog voor detail en een passie voor het interieur.



Peters Verf & Behang | Molenstraat 53,
Cuijk 0485-321787 | www.peterscuijk.nl

Ook creatief bezig zijn met draad?

Hieronder een kleine greep uit de agenda van september en oktober

18 september en 15 oktober:
Armbreien met lontwol

26 september en 9 oktober:
Handhaken met lontwol

**26 september en
2 - 6 - 30 oktober:**
Breien met bezemstelen

Elke donderdagavond:
Kledingatelier



Haken en Zo Workshops

Arnoud van Gelderweg 99 (1e verdieping) Grave
06-18489646 | www.hakenenzoworkshops.nl

Wat doet **Zon** met je haar?

Terwijl jij buiten in de zon zat, heeft je haar het zwaar te verduren gehad met ultraviolette straling en hitte. Bruist geeft tips om je haar weer gezond te krijgen na deze zomer vol zonnestralen en zout water.



GEBRUIK EEN HAARMASKER. Geef je haar regelmatig, zeker na de zomer, een heerlijk maskertje om te herstellen en masseer de puntjes in met wat olie. Het beste is om aan het eind van de zomer je haren weer even te laten bijpunten, zodat je met een frisse start het nieuwe seizoen in gaat.

GEBRUIK ZILVERSHAMPOO om steeds weer een stapje dichterbij je natuurlijke haarkleur te komen. De zon, het chloor, het zout en de hitte zijn funest voor jouw mooie lokken. Donker haar krijgt een oranje gloed en blond haar wordt zelfs groenig. De oplossing hiervoor is een paarse shampoo of conditioner (zilvershampoo).

SPOEL JE HAAR NA HET WASSEN met koud water. De haarzakjes kunnen dan beter sluiten, waardoor de voedende producten van je natuurlijke shampoo langer aanwezig blijven in de haarzakjes en bij de hoofdhuid.

FÖHNEN EN STYLEN is nooit goed voor je haar. Het is zelfs gezonder je haar te laten drogen aan de lucht. Dep het lichtjes met een handdoek en laat het vervolgens drogen. Wil je toch graag je haar in model stylen? Gebruik dan een heat protection die jouw haar beschermt tegen de hitte van je föhn of styling tools.



Heerlijk *Na*

1. Coconut Water Hydration Oil van OGX, € 10,99 www.ogxhair.nl
2. NIVEA SUN UV Face Moisture Mousse SPF 50+, € 13,49 www.nivea.nl
3. La Vie est Belle limited edition Lady in Pink van Lancôme, € 99,- www.lancome.nl
4. Rouge Pur Couture The Slim van Yves Saint Laurent, € 38,- www.ysl.com
5. Lancaster Tan Maximizer Regenerating Milky Gel After Sun for face and body van Lancaster, € 31,- www.lancaster.nl



zomereren

Kon het maar eeuwig zomer zijn! Maar dat gaat helaas niet. We kunnen natuurlijk wel met de leukste producten het zomergevoel wat langer vasthouden. En dat nazomereren; dat mag hééééél lang duren!

6. Ice Watch, € 99,- www.ice-watch.com

7. Acqua Aromatica Spray Profumo di Energia van Collistar, € 48,49 www.collistar.nl

8. Kallas Hat van Barts, € 34,99 www.barts.eu

9. Terracotta Sous Les Palmiers van Guerlain, € 68,- www.guerlain.nl

10. Born to Run Eyeshadow Palette van Urban Decay, € 51,- www.iciparisxl.nl

BRUIST

Land van Cuijk Bruist ligt iedere maand op minimaal 200 locaties. Het magazine wordt ook wisselend in verschillende wijken huis-aan-huis verspreid. Natuurlijk kun je het magazine ophalen bij een van onze adverteerders of online lezen op www.landvancuijkbriust.nl. Op onderstaande distributieadressen is het magazine elke maand in grotere aantallen af te halen.

RIJKEVOORT

Dekkers Frans en keuken- en interieur
Arts Keukens

VENRAY

Tasse Truus
De maaltijd service

CUIJK

Hap & Sap
Strik
Artizite Kappers
Readshop Cuijk
Beauty & Wellnesscare Luna
Peters Verf & Behang
An3nA Quiltkamer & machinaal borduren
Via Cannella (cadeauwinkel)

SINT HUBERT

Bestoj Trim & Shop

MAASHEES

Marieke Kersten Life Coaching

HEUMEN

Pret Inn Jump

MILL

Onder de Kersenboom
Edo verlichting
Berends Bloemsierkunst
De Ram Mill B.V.
Fitland Mill

BOXMEER

Kees Arts mannenmode
Limburgia Boxmeer
De Betovering VOF
Centrum Mondzorg Boxmeer
Spatial Thinking Consulting
Voetzorg Ilse
Hotel Klooster Elsendael
Intermedica

GRAVE

Juweliersbedrijf De Gouden Luifel
De Gouden Leeuw
Ellen Hermens

GROESBEEK

IJssalon Passione Groesbeek



OOK OP JOUW LOCATIE?

Heb je een locatie met een balie, wachtruimte of leestafel, neem dan contact met ons op via: nl@nederlandbruiust.nl. Dan kan het gratis magazine Land van Cuijk Bruist ook via jouw locatie worden verspreid.

Ga naar www.landvancuijkbriust.nl, meld je aan voor **onze nieuwsbrief** en lees het magazine online.

Ballonnenidee.nl
 Hét adres voor ballonnen
 in alle kleuren en maten en
 voor iedere gelegenheid.

Ballonnenidee.nl | Korte Molenstraat 2, Cuijk
 06-11180453 | www.ballonnenidee.nl



Markt 9 Gennep
www.ijssalonniceday.nl



JE LEVEN WEER IN BALANS



In mijn werk geniet ik van het succesvol begeleiden van cliënten in de leeftijd van circa 30 tot 50 jaar die kampen met (een van de) volgende klachten:

- Innerlijke onrust en gejaagdheid
- Onzekerheid en twijfels
- Faalangst en laag zelfbeeld
- Spanning/stress
- Burn-out

Benieuwd of ik je kan helpen? Neem dan eens contact op of kijk op de website voor meer informatie.



- COACHING
- WANDELCOACHING
- PAARDENCOACHING

Marieke Kersten Lifecoaching
 +31 6 115 648 23 | Hogeweg 8a, Maashees
 info@mariekersten.nl | www.mariekersten.nl

Waardig *afschied* 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

Looistraat 59, Heumen | 06 53532054 | www.dbp-jagtveld.nl



MEER WETEN?

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



Met hart en ziel betrokken

www.fioreuitvaartzorg.nl

Kerkpad 17, Sint Hubert Tel. 0485 - 47 00 00

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 óf 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

Cuijk verrassend - september 2018

7 t/m 11 september

Regionale Kermis

Cuijk centrum

15 en 16 september

Regionale Gezondheidsbeurs

10.00 uur

Ebben Inspyrum

Dinsdag 21 september

Aston Brothers

20.15 uur

Schouwburg Cuijk

Woensdag 22 september

Spinners Blues Machine

22.00 uur

Café Spinners

Dinsdag 28 september

All Stars de musical

20.15 uur

Schouwburg Cuijk

Donderdag 30 september

Orgelconcert

16.00 uur

St. Martinuskerk

Woensdag 5 oktober

Jan Smit

20.15 uur

Met Andere Woorden

Fotograaf: Rene Hermens

Uitgelicht

Zondag 16 september

Hans Dulfer Live

16.00 uur

Café Kansas



Cuijk en omstreken

Cuijk is een bruisend stadje waar veel georganiseerd wordt. Rondom Cuijk liggen passengebieden die werken als een magneet op de watertoeristen.

Tot ziens in Cuijk!



Cuijk verrassend

OTTERSUM

JAZZ > TOUR AAN DE MAAS

08 september

JAZZ TOUR AAN DE MAAS

Stelt u eens voor: op een nazomerse dag, fietsend van de ene monumentale locatie naar de andere, langs de prachtige bosrijke omgeving en mooie uiterwaarden rondom de Maas in de Noord-Limburgse gemeenten Gennep en Bergen. Ondertussen genietend van hoogstaande jazzconcerten van de top van de Nederlandse jazz scene. Tussendoor nog even de tijd nemen voor een hapje en drankje op het terras en daarna weer terug de fiets op, door het groene landschap naar het volgende concert.

Als afsluiting van de tour is er 's avonds in de Roepaen een bijzonder concert met o.a. Bert van den Brink en Tocar!

Aanvang: 10:30 uur,

Waar: Kleefseweg 9,
6595 NK Ottersum

www.jazztouraandemaas.nl

BOXMEER



8 & 9 september

LEKKER.UIT FOODTRUCK FESTIVAL

Na het grote succes van de eerste edities heten wij jullie graag welkom op de derde editie op 8 en 9 september 2018 in het Weijerpark in Boxmeer. Een twaalfal foodtrucks zal het Weijerpark versieren samen met diverse artiesten en theatertalenten, de toegang is geheel gratis!

Waar: De Raetsingel
5831 JJ Boxmeer
www.lekkerpuntu.nl

CUIJK



15 & 16 september

DE GEZONDHEIDBEURS

Toe aan een gezond dagje uit vol belevenissen? Dan moet je op 15 en 16 september 2018 in het Ebben Inspyrium zijn! Maak kennis met meer dan negentig exposanten, volg workshops, laat je inspireren tijdens lezingen, maar bovenal: beleef het!

Ontdek via de meest interessante tests hoe gezond jij bent. Werk je in het zweet met je vrienden tijdens een sportieve workshop. Kook de lekkerste gezonde gerechten onder begeleiding van een sterrenchef. Geniet van een heerlijke beautybehandeling. Ontspan met een yogasessie. Proef de meest smakelijke (h)eerlijkheden uit de regio. Zo is De Gezondheidsbeurs bij uitstek hét gezondste dagje uit in de regio voor jong en oud.

Waar: Beerseweg 45
5431 LB Cuijk
www.degezondheidsbeurs.nl

BOXMEER

17° CONTIWEB MAASHEGGENLOOP

VERNIEUWD PARCOURS INCL. HALVE MARATHON



16 september

MAASHEGGENLOOP

Op zondag 16 September 2018 vindt de 17e editie van de Contiweb Maasheggenloop plaats. Met een vernieuwde opzet is er dit jaar weer ruimte voor een halve marathon! Natuurlijk ontbreken de 5 en 10 kilometer afstanden niet. Voor de jongste hardlopers (tot 5 jaar) is er een bambinoloop (250 meter) en voor de junioren (tot 15 jaar) is er een jeugdloop (1000 meter).

- Start en finish in Groeningen
- Alle afstanden lopen direct in het prachtige Maasheggegebied
- Past goed in de voorbereidingen van de Kustmarathon Zeeland, Marathon Eindhoven en de Marathon Amsterdam

Aanvang: 10:00 uur

Waar: Groeningsestraat 40,
5826 AD Groeningen

www.avsportingboxmeer.nl



BOXMEER

29 september

BLUES ALIVE BOXMEER 2018

We proudly present: Blues Alive Boxmeer 2018!

Een uniek en intiem bluesfestival, tickets zijn beperkt beschikbaar. Don't miss out! Meer informatie, line-up en andere verheugen waardigheden via www.bluesaliveboxmeer.nl

Voorverkoop: € 29,50

Deurverkoop: € 35,-

Aanvang: 15:00 uur

Wanneer: maandag 29 september

Waar: Land van Cuijk
5845 DD Cuijk

www.bluesaliveboxmeer.nl

SEPTEMBER 2018

OPLOO

29 september

GRAANCIRKELLOOP OPLOO

Na twee edities in een bescheiden opzet, is er in Oploo een nieuwe organisatie in het leven geroepen om de Graancirkelloop tot een groot regionaal hardloopevenement te laten uitgroeien. De wedstrijd staat dit jaar op zaterdag 29 september op de hardlooptkalender.

De Graancirkelloop voert de deelnemers over de fraaie en gevarieerde route van het Graancirkelpad, door het buitengebied van Oploo, langs de wind- en watermolen en door het Avonturenpark. Start en finish bevinden zich ter hoogte van de kerk.

Aanvang: 13:00 uur

Waar: Graancirkelloop Oploo
Lavendelkade, 5432 AA Oploo
www.tri-events.nl





Tegeshop Doddendaal

Keramische wand- en vloertegels

◆ Plavuizen

◆ Indoor/ Outdoor

◆ Vloerverwarmingssystemen



Tegeshop Doddendaal is
verhuisd van Nijmegen naar
De Hoge Brug 6 in Malden



Frans &
Josje
Koolen



**Diverse
najaarskortingen
op voorraadtegels**



- 50 jaar ervaring
- Scherpe prijs door rechtstreekse import
- Uitgebreid assortiment
- Tegels veelal uit voorraad leverbaar
- Uitstekende service
- Collectie volgens de laatste trends



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.



Voor een perfecte huid

Een verwenmomentje en een lach op hun gezicht als ze weer naar huis gaan, dat is wat Laura Hendriks, eigenaresse van schoonheidssalon PerfectSkin by Laura, al haar klanten wil geven. "En natuurlijk een kwalitatief hoogwaardige behandeling die de huid ten goede komt."

Behandelingen

- Diverse beautybehandelingen
- Huidverbeterende behandelingen:
needling, anti-aging, acné-behandelingen en microdermabrasie.

En nu ook gestart met cryolipolyse, oftewel het bevriezen van vet.

ACTIE!

Eerste plaatsing nu voor slechts **€ 98,-!**

Kijk voor meer informatie op de website of bel naar 06-132 451 50.

PerfectSkin
by Laura



Laura Hendriks | Pastoor van Delftlaan 3, Sint Anthonis
06-13245150 | www.perfectskinbylaura.nl

Maak kans op een:

Workshop voor 1 pers.

Inclusief drank

t.w.v. **€ 50,-**



Koken bij Kat | www.kokenbijkat.nl

06-51222610 | Stalenberg 14, Sambeek

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

workshops

kookles

soep

vlees

vis

pasta

feestje

kookstudio

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg.
Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 oktober de oplossing in op onze site: www.landvancuikbruijst.nl



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



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