

NIJMEGEN



FEBRUARI 2019 WWW.NIJMEGEN-BRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Liefde is...

's-Hertogenbosch
bruist!



MOULIN ROUGE NIGHT

MET EEN OPTREDEN VAN O'G3NE



VRIJDAG 22 FEBRUARI
NIJMEGEN

SPEEL BEWUST 18+
HOLLANDCASINO.NL



MAAK GRATIS KANS OP EEN REIS NAAR PARIJS

TIJDENS DE
MOULIN
ROUGE NIGHT
IN HOLLAND
CASINO
NIJMEGEN

GRATIS ENTREE & DRANKJE

VOOR 2 PERSONEN

Geldig t/m 28 februari 2019
in Holland Casino Nijmegen.



**HOLLAND
CASINO** 

HET ENIGE ECHTE CASINO



6

win



10



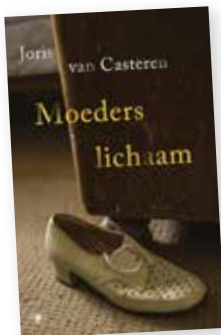
8

Inhoud



36

12



23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.

MANAGER Marcel Bossers

OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers

TRAFFIC Nederland Bruist

VORMGEVING Nederland Bruist - Rowan Graafland

THEMA'S Nederland Bruist - Annemiek Jansen

TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Astrid Berkhout

FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Kim Brugman

EINDREDACTIE Astrid Berkhout

ACQUISITIE Frank van Geel, 06-43093996

CONTACT NIJMEGEN BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340

fvangeel@nederlandbruist.nl

Like ons op Facebook.com/NijmegenBruist

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. ©2019 Nederland Bruist B.V. Merksnaam Nijmegen Bruist is een merksnaam 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, Prinsengeb, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildep-Schoten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

ADVERTEREN?Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
of bel
06-43093996

Februari, de maand van de liefde. De maand van Valentijnsdag, die ene dag waarop je jouw grote (geheime) liefde nog even extra mag verwennen. Maar liefde is zoveel meer dan elkaar cadeautjes geven. Het is samen plezier maken, het is altijd in elkaars gedachten zijn, het is grenzeloos... Liefde is van alles wat, reden genoeg om je hierover verderop in deze nieuwste editie van Bruist meer te vertellen.

Bruisende **lezer,**

Maar februari heeft nog veel meer te bieden dan alleen de liefde. Het is weliswaar nog steeds winter en buiten kan het nog vriezen dat het kraakt, maar toch lonken we alweer een beetje richting de lente. De dagen worden weer langer en dat maakt dat we ook weer vaker de deur uit willen in plaats van het winterse cocoonen voor de verwarming of haard. Misschien wel met die ene grote liefde, om toch nog even op dat thema terug te komen.

Bij ons op de redactie kriebelt het in ieder geval steeds meer, net als bij al de ondernemers die we weer speciaal voor jou hebben geïnterviewd. Neem bijvoorbeeld ondernemers als De Rugspecialist en URBN Folks. Zij geven je maar al te graag een kijkje in hun keuken. Kijk je met ons mee?

Veel leesplezier en geniet van de liefde.

Lea en Marcel Bossers

Liefde is emotie, een gevoel van verbintenis, onvoorwaardelijk vertrouwen, samen genieten van de leuke dingen in het leven, eten bij kaarslicht, sterren kijken, samen een traantje wegpinken bij verdrietige momenten en toekomstplannen maken.

Liefde

... **GRENZELOOS** Liefde kent geen grenzen. Dankzij de moderne technologieën van tegenwoordig ben je altijd met elkaar verbonden. Het was nog nooit zo makkelijk om een relatie met je lief aan de andere kant van de wereld in stand te houden. Al is het natuurlijk leuker om gewoon lekker samen te zijn.

... **DE HELE NACHT BLIJVEN DANSEN** Samen de nacht doorbrengen op de dansvloer, genietend van elkaars energie. Nieuwe en oude liefdes bloeien op tussen het gezeroemes, de harde muziek, mooie mensen en lekkere drankjes.

... **EEN GEZELLIG AVONDJE THUIS** Als je verliefd bent, heb je genoeg aan elkaar. Jullie hebben niets of niemand nodig. Een avondje gezellig thuis met zijn tweeën is in dit geval zeker geen straf. Heerlijk een filmpje kijken op de bank, samen badderen om vervolgens een paar uur later verliefd in elkaars armen in slaap te vallen.



is ...



... ELKAAR CADEAUTJES GEVEN Niets is zo leuk als elkaar verrassen met een kleinigheidje. Gewoon om te laten weten dat je iemand lief vindt. Een kaartje met mooie woorden, een cadeautje dat symbool staat voor jullie grote droom, zijn lievelingsgeurtje, haar favoriete bloemen. Het is altijd leuk om iets te krijgen én te geven.

... ELKAAR OM DE HALS VLIEGEN Heb je elkaar even moeten missen, of ben je gewoon heel blij om je liefje na een werkdag weer te zien? Vlieg je partner dan eens om de hals. Dat geeft een warm en veilig gevoel.

... PLEZIER MAKEN Mensen worden gelukkiger als ze leuke dingen doen. Verliefdheid in combinatie met plezier maken, betekent dat je dolgelukkig bent.

LIEFDE IS...
VAN ALLES EN
NOG WAT

... ALTIJD IN ELKAARS GEDACHTEN Mooie herinneringen, foto's, mailtjes en lieve berichtjes maken dat je aan elkaar denkt. Gewoon even aan elkaar denken, met een lach op je gezicht.

MARIKENSTRAAT

Dé mooiste winkelstraat van Nijmegen

In de Marikenstraat bevind je je op de perfecte locatie voor een heerlijk dagje shoppen! Het zeer diverse aanbod van winkels is verdeeld over maar liefst twee niveaus.

Het unieke aan de Marikenstraat is de verdeling van winkels over de twee verdiepingen die door bruggetjes aan elkaar verbonden zijn. Dit maakt het een sfeervolle locatie voor winkelend publiek. In de gehele straat kun je gebruikmaken van gratis WiFi en er zijn voldoende parkeergelegenheden. Wat hier zeker niet mag ontbreken is de verlichting die het hele jaar door te zien is, wat winkelen in de Marikenstraat nóg gezelliger maakt!



Genieten van

Toen de Marikenstraat in 2000 werd opgeleverd, opende ook **Oil & Vinegar** haar deuren. Marc en Sofang Scheepers waagden als eerste franchisenemers de sprong met dit unieke concept. Samen met een vijftigtal andere gedreven ondernemers hebben zij gezien hoe de Marikenstraat zich de afgelopen jaren heeft ontwikkeld.

“Bij ons in de winkel kun je alles eerst proeven, voelen en ruiken voordat je het koopt”, vertelt Marc. “Dat is nog steeds de kracht van het concept van Oil & Vinegar.”

Olijfolie en azijn

Bij Oil & Vinegar op de Marikenstraat vind je een uitgebreid assortiment van o.a. dressings, pasta's en gedroogde kruiden. “We zijn ons steeds meer gaan concentreren op food producten. Extra vierge olijfolie en azijn vormen onze kernproducten. In totaal hebben we ongeveer 20 verschillende soorten oliën en evenzoveel soorten azijn. Dankzij de veelheid aan smaken is er voor ieder wat wils.”

Topkwaliteit

“Onze extra vierge olijfolie is gemaakt van olijven die binnen 24 uur na de pluk uitgerperst zijn, wat zorgt voor de kenmerkende lage zuurgraad van onder de 0,8%. Echt een topproduct, zoals we ook regelmatig horen



heerlijke culinaire geschenken



van onze klanten. Mijn persoonlijke favoriet is de Bonsecco olijfolie die we op de tap hebben. Een aanrader is bovendien de Castillo de Canena, door de Flos Olei verkozen tot de beste olijfolie van 2018."

"Proeven, voelen en ruiken"

Voor de liefhebbers: De sale met bijbehorende populaire Surprise Bags is inmiddels afgelopen maar in juli volgt een herkansing!



Betty Barclay
Bever
Cape Cod Fashion
Charlie & Goods
Claudia Strater
Comma
Cotton Club
Daily Fresh
Dekker vd Vegt
Douglas
Etos
Galerie Zeven Zomers
Gerry Weber
Holland & Barrett
Home Stock
Hugo Boss
Jack & Jones
Kruidvat
La Ligna
Name It
New Dutch
Oil & Vinegar
Only
OPEN32
Purvey
River Woods
Riviéra Maison
Samo Fashion
Sandwich
Scapino
s.Oliver
State of Art
van Uffelen
Ysveld Fysio
Zeezicht



FIT EN ONTSPANNEND

Renviden lanceert dit jaar drie innovatieve producten op basis van een full spectrum CBD-olie. CBD, ofwel cannabidiol, helpt gebruikers bij onder andere huidproblemen, angststoornissen, stress en slaapproblemen en werkt als ontstekingsremmer. Ga fit en ontspannen het nieuwe jaar in met de producten van Renviden!
€ 19,95 te koop via de website www.renviden.nl

GLINSTEREND WATER

evian® en ontwerper Bjorn van den Berg hebben hun krachten gebundeld en samen een exclusieve collectie evian® limited edition flessen gecreëerd voor de Nederlandse markt. De collectie is een juweel op iedere gedekte tafel, maar heel erg limited, dus houd de website in de gaten om een fles te bemachtigen!

De fles heeft een waarde van € 495,- www.evian.com



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Deze winter presenteert Xsensible een stijlvolle collectie Stretchwalkers.

De Stretchwalkers zorgen voor een perfecte demping en ultieme grip om zo de beste loopervaring te beleven!
www.xsensible.com



Wil jij kans maken op één van de modellen uit de wintercollectie?

Like dan 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 Xsensible naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

win

Lifes

EYECATCHER IN HUIS

In 2019 toe aan een nieuwe eyecatcher in je huis? Check dan eens de schilderijen van Grace Spiegel! Spiegel maakt dromerige portretten van Aziatische vrouwen waarbij zij zich laat inspireren door oriëntaals antiek, Chinese stoffen en aardse kleuren.

Werken zijn te koop vanaf € 350,- via de website www.gracespiegel.com



HEALTHY START

Biologisch voedingsmerk Lima heeft twee nieuwe lactosevrije dranken op basis van amandel. De Lima Amandel Drink Ongezoet en de Lima Haver Drink Amandel passen perfect binnen een evenwichtig dagelijks voedingspatroon en sluiten dus mooi aan bij een gezonde start van het nieuwe jaar! Onder andere te gebruiken in een heerlijk ontbijt of door de koffie.

Prijs vanaf € 2,59 te koop via natuurvoedingswinkels
www.limafood.com

tyle trends,

die je moet proberen
 in het nieuwe jaar!



KUNSTIGE SCHOENEN

Hans Kleinjan, Maikel Kleinjan en Roderik Faasen vormen samen kunstenaarstrio AAA. Hun AAA Gallery is een vrijplaats voor creatieve zielen en een broedplaats voor samenwerkingen. Zo kwam ook de Mascolori collab tot stand. Op de Mascolori schoenen is het beeld van hun schilderij 'Everything in the cloud' te zien, gebaseerd op een fantasierijke wereld.

Prijs vanaf € 249,-
 te koop via www.mascolori.nl/aaa-fresh-12734



CONTOURA

Laura woog iets meer dan 100 kilo en is in 1 jaar bijna 30 kilo afgevallen en 198 cm kwijtgeraakt.

- Armen -14 cm
- Borstomvang -22 cm
- Maag -16 cm
- Taille -23 cm
- Buik -34 cm
- Heupen -22 cm
- Dijen -31 cm
- Knieën -21 cm
- Kuiten -15 cm



Foto: de verBeelding bv
Haar: Bon Ton kappers
Make-up: Martine Hulscher Skincare
Kleding: Seasons damesmode

LAURA: “MIJN STRIJD TEGEN DE KILO’S”

Ik heb afgelopen jaren van alles geprobeerd om af te vallen wat telkens niet lukte. Toen hoorde ik van iemand over Contoura. Ik zag hoeveel die persoon was afgevallen en dacht dat wil ik ook! Eerlijk gezegd ging ik twijfelend naar het gesprek. Ik had een intakegesprek met Az, een hele lieve en spontane vrouw. Het gesprek was fijn en ik ben gelijk begonnen.

De eerste week kreeg ik een activiteitenmeter mee die ik een week lang moest dragen. En ik kreeg een ademanalyse test zodat ze mijn rustmetabolisme kon meten. Na een week waren alle uitslagen binnen en kreeg ik voedingsadvies. Ik moest meer gaan eten maar ook anders. Gezonder. Meer eten? Ja dus... Geen diëten of brood weglaten of supplementen gebruiken etc. nee, Gewoon eten.

Ik was nog niet 100% overtuigd maar ik ging ervoor. Twee keer per week naar Contoura. Er hangt een fijne sfeer. Ook onderling tussen de klanten is het erg gezellig. Eerst ga ik heerlijk ontspannen in de ozoncabine en daarna lekker sporten in de warmtecabine. Tijdens het sporten zit er altijd één van de coaches bij en zij begeleidt en verbetert je.

Ik ben in januari 2018 begonnen en nu een jaar later bijna 30 kilo afgevallen en 198 cm kwijt geraakt terwijl ik ook nog 7 weken met vakantie was. Op vakantie ben ik geen gram aangekomen.

Ik ben nu natuurlijk zeker overtuigd dat Contoura echt de manier is om blijvend en gezond af te vallen en dat zonder een dieet te volgen maar gewoon lekker te eten. Ik moet zeggen: 'Had ik het maar eerder gedaan.'
De vrouwen die er werken zijn super. Echt, het zijn schatten. Ze staan altijd voor je klaar en helpen je goed. Ben heel blij dat ik hieraan begonnen ben.

Dames van Contoura, super wat jullie doen. Jullie zijn top! Ga zo door...
xxx Laura



Ga jij ook de strijd aan tegen de kilo's en wil je je streefgewicht bereiken net als Laura?
Neem dan vrijblijvend contact met ons op.

CONTOURA

v.d. Bruggenstraat 12, Nijmegen • 06 16 96 42 00 • www.contoura.nl

ZwangerFit®

Nieuw in de Praktijk



Blijf fit tijdens en na je zwangerschap!

Wanneer je lichaam tijdens de zwangerschap goed getraind is, heeft dit een positieve uitwerking op de zwangerschap, de bevalling en het herstel.

Chiropractie Fysiotherapie Nijmegen start vanaf januari met cursussen ZwangerFit®.

Bij ZwangerFit® train je samen met een speciaal opgeleide fysiotherapeut, zodat je je niet druk hoeft te maken over wat wel en niet goed is voor jou en je kindje. Deze trainingen zorgen voor minder kans op complicaties tijdens de zwangerschap en bevalling en helpen je na de bevalling weer sterker te worden. Bovendien bevordert het je algehele conditie. Dit is goed voor jezelf, maar ook voor je baby. Ook omvat ZwangerFit® een deel coaching, wat bestaat uit informatie over de zwangerschap en bevalling.

Ben je zwanger of net bevallen en wil je onbezorgd sporten, bel ons op 024-3558830 of kijk op onze website.



't Weerzien

Eten en Drinken



Je kunt ons vinden midden in hartje Nijmegen, dus ideaal tijdens het shoppen. Dichtbij het station en de parkeergarage Keizer Karelplein.

Een heerlijke locatie voor koffie met gebak, ontbijt, lunch, diner en/of borrel. Er is voor ieder wat wils bij ons verkrijgbaar in een uiterst gezellige ontspannen sfeer, waarbij de vriendelijke bediening er alles aan doet om het u naar de zin te maken.

Voor de zakelijke markt is 't Weerzien uitstekend voor lunchafspraken.

Wij verzorgen arrangementen op maat voor grote groepen tot 100 personen. Dus mocht u iets willen organiseren, maak dan vrijblijvend een afspraak.

't Weerzien heeft een mooi terras met uitzicht op de winkelstraat, waarbij u onder het genot van een hapje en een drankje heerlijk kunt genieten.

Wij zijn partner van doenerland.nl, de organisatie voor unieke uitjes tot een weekend vol plezier.

Salon Suites

Health & Beauty door zelfstandige professionals

BEHANDELINGEN IN LUXE!

Bij Salon Suites in Nijmegen werken zelfstandige professionals in Health & Beauty indirect samen onder één dak. Hierdoor zullen er diversen aanvullende behandelingen worden aangeboden door mensen met passie voor hun vak.



Voor jezelf beginnen?

Huur hier je eigen luxe praktijkruimte in Health & Beauty.

- all-in concept.
- flex suites per dag/deel.
- geen lange huurverplichtingen.
- eigen werktijden 7 dagen per week.
- ongemeubileerde & gemeubileerde suites.
- flex suites online te boeken.



SALON NATHALIE FORTIER
schoonheidsbehandelingen
& lichaamsmassages

OOGVERBLINDEND
permanente make-up
& wimperextensions

PRAKTIJK VAN RHOON
gezondheid & schoonheid
van binnenuit

JAGER VAN DER KAMP
fysio- & manuele therapie

ExTRAH
acupunctuur & kruiden

BIJ-ES
hand & voetverzorging

ESTHETIC ARTS
injectables

MANIBUS
massagepraktijk

SALON SHIMADEVI
manicures

BUSINESS COACHING 4 YOU
coaching & massages

NICOYA
massage, coaching,
beweging en voeding

Liefde maakt van een huis een thuis.

Vrijdag 15 februari is het **Warmetruiendag**. Het idee is simpel: Geef aandacht aan klimaatverandering door de verwarming lager te zetten en een warme trui aan te trekken.

Gemiddeld worden mensen 7 keer **verliefd** voordat ze gaan trouwen.

17 februari is het 'Doe Vriendelijk Dag'. Wees vandaag een keer extra **aardig** voor je medemens. Groet de buurman! Neem taart mee voor je collega's! Van alles is mogelijk...

Volg je hart, want dat klopt!

Romantisch zijn bestaat voor het grootste deel uit aandacht, liefde en **qualitytime** voor elkaar.

Als twee lovers elkaar in de ogen staren, gaat hun **hart** in hetzelfde ritme kloppen. Je moet het wel 3 minuten volhouden.

De hand vasthouden van een geliefde of alleen al naar zijn of haar foto kijken kan **pijn verlichten** en stress verminderen. In ieder geval het proberen waard!



Sanne blij en Wouter blij

Als jij tevreden bent over ons vakwerk, vertel het dan vooral door. Een nieuwe klant krijgt dan 10% korting en jij verdient dan de 10% korting op je volgende onderhoudsbeurt. 'Iets opknappen is belangrijk, maar iets onderhouden is nog veel belangrijker.' Iedereen blij met deze deal! Geniet van uw woning, zowel van buiten als van binnen. In zomer en winter.

T: 024 323 82 86 of kijk op www.gebr-rutten.nl

Eerst denken, dan doen!



SCHILDERWERKEN
GEBR. RUTTEN



URBNFOLKS

Welkom



Jij bent welkom bij **URBN FOLKS** om te eten, te drinken en te genieten. Wij willen samen met jou memorabele momenten creëren, opmerkelijke avonden die zorgen voor fijne herinneringen. Luisteren, kijken, proeven, ruiken en voelen. Kortom de zintuigen prikkelen. Dat doen wij door onder andere door het bieden van events met een bijzondere betekenis. Op gebied van muziek, gastronomie, kunst en cultuur. Heb jij een muzikale kwaliteit? Of heb je een gaaf idee? Laat het ons weten. Wij denken graag met jou mee om jouw plannen te realiseren en staan écht open voor jouw ideeën. Laten we wat organiseren. Wij nodigen jou van harte uit om onderdeel te worden van URBN FOLKS, een community met echte mensen en echte momenten. **Tot snel** bij URBN FOLKS.



VAN OLDENBARNEVELTSTRAAT 81
NIJMEGEN | T 024 663 48 74
INFO@URBNFOLKS.COM | WWW.URBNFOLKS.COM

VALT DIT OP?

DAN WERKT DEZE ADVERTENTIE

BRUIST

Ook opvallend adverteren?

Bel 076-7115340 of mail naar nl@nederlandbruist.nl

Eerlijke energie

van A tot Z

Wil je meer informatie?
Neem dan nu contact op voor een persoonlijk gesprek!



- Zonnepanelen
- Zonnedakpannen
- Zonneboilers
- LED verlichting
- Oplaad stations EV
- Warmte pompen
- Koeltechniek

Van advies en ontwerp tot aan het daadwerkelijk plaatsen van de apparatuur. We voeren alles zelf uit en ontzorgen onze klanten van a tot z. Zowel voor particulieren als bedrijven. Onze eigen mensen zijn vakkundig opgeleid en verstaan hun vak. En dat wordt gewaardeerd, we krijgen regelmatig complimenten van onze klanten.



Alle Licor 43^{70cl}

- Original
- Baristo
- Orochata

Van ~~19,99~~

Voor
15,99*



wijnhandel
"In de Blauwe Druif"



*zolang de voorraad strekt en
geldig tot en met 28 februari 2019

Webshop:

www.wijnhuisnijmegen.nl

DAGJE UIT CARNAVAL IN BRABANT



Carnaval 2019 staat voor de deur. Van 3 tot en met 5 maart kun je feestvieren tot je erbij neervalt in plaatsen als Oeteldonk, Kielegat, Lampegat, Kaaiendonk, Kattegat, Kruikenstad en Tullepetanestad. Met zijn allen in de polonaise op muziek van een dweilorkest of genieten van de optocht. Verkleed als banaan, dansmarietje of in boerenkiel. Carnaval is een feest voor iedereen! Kun je niet wachten om naar een optocht te gaan kijken? In Wouwse Plantage is de carnavalsoptocht al een week voor carnaval te bewonderen. Die optocht wordt door veel wagenbouwers als try-out gezien.

zondag 3 t/m dinsdag 5 maart
www.visitbrabant.com/nl/wat-te-doen/carnaval

FILMPJE KIJKEN VERLIEFD OP CUBA

Verliefd op Cuba is de nieuwe Nederlandse komedie van Johan Nijenhuis met Susan Visser en Abbey Hoes. Loes is na haar echtscheiding het vertrouwen in de liefde verloren. Wanneer haar dochter Maartje besluit te trouwen met een Cubaan (Rolf Sanchez), vliegt ze direct naar het Caribische eiland om aan te tonen dat haar schoonzoon in spe enkel uit is op een verblijfsvergunning. Eenmaal geland op het betoverende eiland leert Loes meer over de liefde dan ze ooit had verwacht.

**VERLIEFD OP CUBA draait vanaf
14 februari in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN MOEDERS LICHAAM



Piet van der Molen is een kinderloze vrijgezel die nooit heeft gewerkt en altijd thuis is blijven wonen in het Zuid-Limburgse dorp Oirsbeek. Als moeder in de snikhete zomer van 2013 overlijdt, besluit Piet haar in huis te houden. Hij blijft gesprekken met haar voeren, zijn verdriet is groot. Tweeënhalf jaar later staan er agenten bij hem op de stoep. Een paar uur later takelen mensen in witte pakken een gammele kist naar buiten. Gegrepen door dit voorval reist Joris van Casteren naar Oirsbeek af. Tussen Piet en hem ontstaat een wonderlijke vriendschap. **MOEDERS LICHAAM van JORIS VAN CASTEREN is vanaf 28 februari te koop voor € 19,99**



Laat je buitenkamer nu alvast plaatsen en

Geniet

al in het voorjaar!





Het buitenleven wordt steeds belangrijker in ons leven en hoe heerlijk is het om al in het vroege voorjaar buiten te kunnen genieten! Ben je op zoek naar een tuinhuis, veranda of buitenkamer dat zich onderscheidt in stijl, vormgeving en een meer dan uitstekende prijs/kwaliteit verhouding? Denk dan eens aan Jan de Boer Tuinhuizen!

Al jarenlang is het ontwerpen en vervaardigen van landelijke of moderne tuinhuizen, veranda's, buitenkamers en meer oplossingen op maat onze specialiteit. Onze passie voor hout en voor alles wat met heerlijk buitenleven samenhangt, is overal in ons bedrijf voelbaar. In onze sfeervolle showroom ben je van harte welkom om inspiratie op te doen. Ook word je voorzien van deskundig advies. We denken graag met je mee om uiteindelijk een duurzaam product te kunnen leveren waar je vele jaren plezier aan beleeft.

Al onze producten worden met oog voor detail vervaardigd in eigen fabriek waar onze vakkbekwame medewerkers uitsluitend werken met de beste materialen. Een team van gemotiveerde vakmensen zorgt er ten slotte voor dat je tuinhuis met zorg wordt geplaatst.

We staan open voor je uw wensen en maken er samen iets moois van!

Graag tot ziens!

KOM GEWOON
EENS VRIJBLIJVEND
IDEEËN OPDOEN,
DE KOFFIE STAAT
KLAAR!

Jan en Marga Willems



Jan de Boer
tuinhuizen

Celsiusstraat 8 Wijchen | 024-6416466

www.jandeboertuinhuizen.nl



All you need is.

1. Badkristallen Cherry Blossom van Kneipp, € 8,49 www.kneipp.nl
2. Kimono van Leg Avenue, € 37,95 www.legavenue.com
3. Absolie Drama Matte van Lancôme, € 35,- www.lancome.nl
4. Lip Gloss Hollywood Red van Bobbi Brown, € 27,50 www.bobbibrown.nl
5. Valentines day essielove van essie, € 9,99 www.essie.nl



Love

Februari is de maand van de liefde en van de kleur rood. Gelukkig is de liefde iedere maand belangrijk, zodat je deze rode producten en items na Valentine's Day gewoon kunt blijven gebruiken en dragen.

- 6. Idéalia dagverzorging droge huid van Vichy, € 26,96 www.vichy.nl
- 7. Pure XS for her eau de parfum van Paco Rabanne, vanaf € 59,50 www.pacorabanne.com
- 8. Florian Red van SMAAK Amsterdam, € 249,- www.smaakamsterdam.nl
- 9. Elastiek met dubbelzijdige bloem van Zenner, € 5,99 www.zenner.nl
- 10. Sneakers van s.Oliver Women, € 59,95 www.soliver.nl

Bezieling, beleving en emotie




Arts Keukens
Maatwerk maakt mooier!

EIGENAREN: SILFRAN EN MARIAN PEETERS
VELDWEG 6, RIJKEVOORT | 0485-573194
INFO@AK.NL | WWW.AK.NL

Wat kan de liefde toch mooi zijn. Liefde voor je partner, voor je kinderen, voor je werk en wellicht nog voor vele andere dingen.

De *liefde* van je leven!

Sommige mensen hebben het geluk dat ze de liefde van hun leven ontmoeten. Wij mogen ons daar ook toe rekenen; Lea en ik zijn blij dat we elkaar hebben mogen ontmoeten en dat we samen een mooi gezin vormen. In onze relatie gaan we voor elkaar, ons gezin en onze gezamenlijke passie: Bruist.

Liefde is mooi, maar tegelijkertijd ook een werkwoord.

Als ondernemer behoort je ook verliefd te zijn op hetgeen je doet. Zonder liefde en passie is het onmogelijk om een goed draaiend bedrijf te hebben en te blijven groeien.

Vanuit de passie en de liefde voor Bruist zijn we elke dag bezig om mee te denken met andere ondernemers. Met collega's nadenken over nieuwe acties en hard werken om de deadlines te halen.

Zo is het ook met adverteren!

Wij denken dat als je in staat bent om de passie die je hebt voor je bedrijf in een mooie advertentiecampaignede te vertalen, dat je daarmee veel meer mensen raakt dan met het tonen van alleen je logo en een slogan.

Wij zeggen altijd: adverteren werkt, mits je op de juiste manier adverteert.

Wij kunnen je helpen om na te denken over de boodschap die je nu uitdraagt. Past die wel bij hetgeen je doet? Of adverteer je helemaal niet? Hoe ga je er dan voor zorgen dat jouw potentiële klanten weten wie je bent en waar je voor staat?

Wil je meer weten over adverteren op de juiste manier?

Neem dan eens contact met ons of één van onze collega's op, bel of mail naar 06-34590975, 076-7115340 of nl@nederlandbruist.nl.

We willen graag het maximale uit jouw advertentiecampaignede halen!

Lea en Marcel Bossers



Meld je huis aan

en geniet van een gratis
avondje uit!

Wij bellen graag aan voor een
gratis waardebeoordeling.

www.fransknorthmakelaardij.nl

0481-763963

No cure, no pay!



Frans Knorth

makelaardij

10
jaar



**SUZY GLAM EYEWEAR
VERKRIJGBAAR BIJ HARTING OOGMODE**



Hertogstraat 128, Nijmegen | 024 329 52 00 | info@hartingnijmegen.nl | www.hartingnijmegen.nl

Treed in de voetsporen van Jheronimus

In 's-Hertogenbosch ontmoeten oud en nieuw elkaar. Het is een prachtige vestingstad boordevol monumenten, maar het is ook de stad van eigentijdse kunst, design en hippe winkels. De stad van middeleeuws wonen boven de Binnendieze en van eigentijdse woningen in het Paleiskwartier. Meer informatie vind je op www.bezoekdenbosch.nl.

Den B

WANDELEN

Vrijwel alles in de binnenstad van Den Bosch is makkelijk te voet bereikbaar. De meeste winkels en toprestaurants liggen in het bruisende centrum van 's-Hertogenbosch. De Parade bijvoorbeeld, bekend van de vele feesten en evenementen, is binnen een kwartiertje te lopen vanaf het Centraal Station.

WIL JE LIEVER NIET LOPEN?

Maak dan gebruik van het GRATIS BINNENSTADSBUSJE. Deze gratis bus rijdt een vaste route door de stad. Ieder kwartier vertrekt er een busje vanaf het station.

FORT ISABELLA, BUITENSTAD OM VAN TE HOUDEN Er zijn van die plekken die het gewone overstijgen: Fort Isabella in Vught is zo'n plek. Een bruisende locatie met een bijzonder karakter, midden in de natuur. De historie leeft er voort én er is ruimte voor allerlei nieuwe activiteiten en evenementen. www.fortisabella.nl

HET MUSEUMKWARTIER

Het Noordbrabants Museum vormt samen met het Design museum Den Bosch een van de grootste culturele attracties van Nederland. Het Museumkwartier, dat zich bevindt in het hart van de stad, biedt een veelheid aan cultuur, historie, kunst en design onder één dak. www.museumkwartiershertogenbosch.nl



HISTORIE

Het is de trots van Den Bosch: de Sint-Janskathedraal. De kathedraal is vanuit vele uithoeken zichtbaar en reikt ver boven de stad uit. Kenmerkend zijn de hoge ramen, de kruisbogen en de lucht-bogen aan de buitenzijde. Vanaf de Parade heb je prachtig uitzicht op de Sint-Jan.



Bosch

osch



Nergens ter wereld vind je zo'n compleet overzicht van het werk van Jheronimus Bosch als in het **JHERONIMUS BOSCH ART CENTER**. In deze oude kerk hangen unieke replica's van de kunstschilder. www.jheronimusbosch-artcenter.nl

'S-HERTOGENBOSCH/BRUIST

CARNAVAL

OETELDONKS GEMINTEMUZEJUM

In Den Bosch vind je het Oeteldonks Gemintemuseum. Een plek waar je wordt ondergedompeld in de rijke historie van het nationale, internationale én Oeteldonkse carnaval. Ze zijn het gehele jaar geopend op dinsdag tot en met zondag van 13.11-17.11 uur.

www.carnavalsmuseum.nl



CULTUUR

(ER)VAAR DE BINNENDIEZE De Binnendieze is met recht één van de grootste publiekstrekkingen in 's-Hertogenbosch. Vaar in een karakteristieke open boot onder de bebouwing door en ontdek het eeuwenoude stelsel van alle waterlopen en imposante vestingwerken van de Brabantse hoofdstad.

WINTERWANDEL-VAARTOCHT Bezichtig de stadsmuren en vestingwerken tijdens de stadswandeling en geniet van de levendige verhalen die worden verteld vanaf het water, onder genot van een heerlijke warme glühwein. Elke zaterdag t/m 31 maart.

SMULLEN

DE ECHTE BOSSCHE BOL Je bent niet in 's-Hertogenbosch geweest als je niet zo'n heerlijke, met slagroom gevulde en chocolade geglazuurde sjekladebol hebt gegeten! Banketbakkerij Jan de Groot verkoopt de enige échte Bossche Bol.

www.bosschebollen.nl



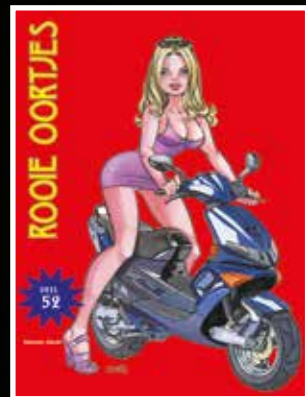
Cadeautip voor VA

Wie kent de strips van Rooie Oortjes niet? Het eerste verhaal werd in 1990 gepubliceerd en was meteen een enorm succes.

De reeks is een strip die erotische humor bevat en bedoeld is voor volwassenen.

Ondertussen is het een internationale strip geworden, want hij verschijnt ook in het Engels, Duits, Frans, Deens, Italiaans, Turks, Afrikaans, Portugees, Spaans en Hongaars.

Naast de publicatie van deze stripverhalen heeft Rooie Oortjes sinds kort een webshop waar je verwenproducten kunt bestellen. In deze webshop vind je vele leuke producten waar jij en je partner wellicht rooie oortjes van krijgen.



www.rooieoortjessexshop.nl

LENTIJN?

Dankzij Fifty Shades of Grey is het gebruik van spannende speeltjes tegenwoordig geen taboe meer. Wil je verschillende producten uitproberen die Christian en Anastasia ook zouden gebruiken?

Willen jij en je Valentijn qualitytime aan elkaar besteden? Dan is deze Grey Box iets voor jullie.

€ 29,95



Grey Bondage Cadeaubox

Cadeaupakket Grey met allerlei spannende bondage toys. Een enerverend cadeau om te geven en te krijgen! Met deze 10-delige set kunnen jullie samen beginnen met aan opwindend bondage avontuur...




Sanadome
HOTEL & SPA NIJMEGEN

Beleef de bronnen van Nijmegen

Weg door Jonkerbos 90 | 6532 SZ Nijmegen | T 024 - 359 72 80 | www.sanadome.nl | Dagelijks geopend van 09.00 tot 23.30 uur

PhysioFlex is DE Fysiopraktijk in Nijmegen voor de behandeling van Rug- en Nekklachten. Dat kan pijn, maar ook bewegingsbeperking zijn. Onze missie is het oplossen van uw klachten en het verbeteren van uw kwaliteit van leven.

Door op een slimme manier in te grijpen op het actieve mechanisme van het lichaam worden wervelkolomklachten bij de 'bron' aangepakt.

HET middel hiervoor is OriGENE therapie. Door jarenlange ervaring met deze therapievorm zijn we in staat om langdurige (chronische) maar ook acute rugproblemen effectief aan te pakken.

Bij PhysioFlex kunt u ook voor andere klachten behandeld worden. Met behandelmethoden als Dry Needling en Manuele therapie zijn de behandel mogelijkheden divers.



Dé specialist voor rug- en neklachten

MET DE OriGENE BEHANDELING



"Alles draait om beweging"

Wat is OriGENE therapie precies?

"Het is een combinatie van kracht- en coördinatie training. Daarbij wordt gebruik gemaakt van een speciaal fysiotherapeutisch behandeltoestel. Als enige in Nijmegen beschikken wij over de module waarmee je niet alleen de rug, maar ook de nek kunt aanpakken. We kunnen de instellingen van het toestel geheel afstemmen op jouw klachten, beperkingen en mogelijkheden. Echt maatwerk dus. Het is de bedoeling dat je er vervolgens zelf actief mee aan de slag gaat, uiteraard onder onze deskundige begeleiding."

Benieuwd hoe wij u kunnen helpen?

Kijk dan eens op onze website! www.physioflex.nl

PhysioFlex | Haterseweg 10, Nijmegen
024-6757897 | info@physioflex.nl
www.physioflex.nl

WINTERACTIE

10% korting op verandazeilen op maat



Neem contact met ons op voor een vrijblijvende offerte

Zeilmakerij De Oversteek | Industrieweg 50 c7, Nijmegen | Hans Waas | 0622331232
hans@airprob.nl | www.zeilmakerijdeoversteek.nl | www.airprob.com

Collectie 2019
nu in onze winkel!



Introductiekorting 10%

tegen inlevering van deze advertentie

INNOVATION™
STORE by DILETTO

Marialaan 118 Nijmegen | 024 3605466 | www.innostore.nl

Jouw *huid* in de winter

Nu de temperaturen buiten flink dalen en we de behaaglijkheid binnen bij de verwarming opzoeken, verandert de behoefte aan verzorging van onze huid.



Door de winterse invloeden wordt je huid sneller droog en voelt deze soms zelfs schraal aan. Beschermen is dit seizoen daarom een absolute must! Bruist geeft je daarvoor de volgende tips:

HYDRATEER JE HUID Gebruik voor een bruisende en energieke huid minimaal een keer per week een hydraterend gezichtsmaker. Ook is het belangrijk om iedere dag - na het douchen - je lichaam met bodylotion in te smeren. Dit zorgt voor extra vocht. Een hete douche is heerlijk in de winter, maar je krijgt er wel een droge huid van. Probeer te douchen met lauw water en dep daarna je lichaam zachtjes met een handdoek.

VOORKOM GESPRONGEN LIPPEN. Eén van de grootste winterproblemen zijn gescheurde lippen. Gebruik een milde lippenbalsem voor overdag en smeer 's avonds voor het slapen vaseline op je lippen.

VERZORG JE HANDEN, VOETEN EN ELLEBOGEN Ook deze lichaamsdelen hebben extra zorg nodig. Gebruik producten die sheaboter, mineralenolie of glycerine bevatten. Een intense verzorging krijg je door je voeten en handen in te smeren met olie en daarna met sokken en speciale handschoenen aan te gaan slapen.



Seizoensgerechten met karakter verfijnd

Onze menukaart heeft een Franse inslag met wereldwijde invloeden.

Elk seizoen staan er op onze menukaart nieuwe gerechten met producten die bij het seizoen horen. In ons restaurant kun je ongedwongen klassiek dineren en genieten van een uitgebreide wijnkaart.



Wij hopen u snel te mogen verwelkomen bij van Dijk en de Boer.

Woensdag en donderdag
heerlijke Chef's Plate voor
slechts € 17,50
Keuze uit vlees, vis,
vegetarisch en veganistisch.
Kom eens kennismaken!

onze
CHEF DENNIS is
CHEF van het JAAR
NIJMEGEN

Dommer van Poldersveldtweg 71, Nijmegen | 024-3244004 | www.restaurantvandijkendeboer.nl

BRUIST

Like ons op **facebook**
www.facebook.com/NijmegenBruist

Bedrijfsfotografie - Bruidsfotografie
Sfeer- en productfotografie



Trouwplannen en nog opzoek naar een fotograaf?

Wij maken graag van jullie mooiste dag onze uitdaging!

*Voor een geheel complete
reportage komen we altijd
met 2 fotografen.*

Kim Brugman
PHOTOGRAPHY

06 10391348 | www.kimbrugmanfotografie.nl
info@kimbrugmanfotografie.nl

mijnzonnebank

**Zeker bruin
voor € 10,-**

Verkooppunt van
Devoted Creations
zonproducten

Met
zonnekaart
voor maar
€ 8,-

Hertogstraat 62, Nijmegen
024-3249584 | www.mijnzonnebank.nl

Wijkverpleging OBG

kan jou niet missen!

Net als alle zorgaanbieders van Nederland, is ook OBG dringend op zoek naar Verzorgenden niveau 3 IG voor de wijkverpleging en voor kleinschalig wonen.



Ben jij verzorgende niveau 3 IG (of vergelijkbaar en ben je bereid een verkorte opleiding te volgen) en sta je open voor een nieuwe “move” in je carrière? kom dan werken bij Dienstcentrum OBG!



- We leveren verzorging & verpleging in Nijmegen-Oost, bijna al onze klanten wonen in de gebouwen rondom Dienstcentrum OBG.
- We zijn een kleine organisatie met korte overleglijntjes, dus een goed idee is snel uitgevoerd.
- We werken in zelforganiserende teams met betrokken collega's, waarmee je kunt sparren en die eigen initiatief zeer waarderen en stimuleren.
- We vinden het belangrijk en vanzelfsprekend dat je je blijft ontwikkelen, we investeren dan ook veel in (bij)scholing.
- De sfeer en werkwijze bij OBG vinden we bijzonder, daarom noemen we ons ook wel de gezelligste werkgever van Nijmegen.

Denk jij dat je past in het plaatje van OBG en zie jij jezelf ook werken bij ons?

Stuur dan nu een e-mail met een motivatiebrief en CV naar Sylvia van de Beeten, Manager Zorg (s.vandebeeten@obg.nu).

Een dagje meelopen is uiteraard mogelijk. Herintreders worden uitgenodigd om ook te solliciteren.

Meer info over deze vacature is te vinden op: www.obg.nu/werken-bij-obg



Professor Cornelissenstraat 2
6524 PJ Nijmegen
024-3279 279
s.vandebeeten@obg.nu
www.obg.nu

FEBRUARI 2019



Woensdag 6 februari 2019 STUKAFEST NIJMEGEN

Het Studentenkamerfestival, één avond waarop iedere bezoeker drie voorstellingen (muziek, theater, dans, film en meer!) bijwoont op verschillende studentenkamers in Nijmegen. Iedere voorstelling duurt 30 minuten, waarna de bezoekers een half uur de tijd hebben om naar het volgende optreden te gaan. Kom ook en geniet van de meest uiteenlopende acts!

Tijden:

Ronde 1 – 20:30 tot 21:00

Ronde 2 – 21:30 tot 22:00

Ronde 3 – 22:30 tot 23:00

Afsluiting in Brerbl tot 04:00

www.stukafest.nl

Facebook: Stukafest



Donderdag 21 februari 2018 HERDENKING BOMBARDEMENT

75 jaar geleden werd Nijmegen getroffen door een bombardement. De stad stond in brand en de binnenstad werd verwoest. Bijna 800 mensen kwamen om en talloze mensen raakte gewond.

Zoals ieder jaar wordt het bombardement herdacht met een kranslegging bij De Schommel van het stadhuis en de herdenkingsdienst in de Stevenskerk. Maar er gebeurt nog meer.

Lint van licht

De brandgrens van 3 kilometer moet om 20.00 uur zichtbaar zijn, hardlopers rennen met fakkels & led lichten de route. 300 zangers, zangeressen & instrumentaisten laten muziek klinken dichters & vertellers doen een voordracht op elke 150 meter van de brandgrens

Tijd: 19:30

Plaats: Raadhuishof, Nijmegen



Zondag 3 maart 2019 OPTOCHT KNUTSENBURG

Na maandenlang werk door de carnavalsverenigingen, wordt op de koopzondag van 3 maart alle fantastische bouwwerken aan het publiek getoond. In een dol-dwaze optocht door de binnenstad.

Het grootste evenement van Knutsenburg krijgt dit jaar een aantal vernieuwde elementen. Meer versiering, muziek maar ook een aanpassing in de prijzen die er te winnen zijn.

Dit alles om klaar te zijn voor de toekomst en er een nog groter en mooier feest van te maken voor deelnemer en bezoeker.

De winkels zijn open en veel cafés en kroegen doen mee, dus je kunt je prima de hele dag vermaken in het centrum van Nijmegen.

Kom jij ook?

Tijd: 14:00

Plaats: Centrum Nijmegen

CARDO THEATER JEANS – BLAME IT ON THE BOOGIE WO 20 FEBRUARI

Met de afgelopen theatershows Magic en A Brand New Day is Jeans op succesvolle wijze een geheel nieuwe weg in geslagen. Met nieuwe, jonge talenten in de cast en verhipping in setting, muziek en choreografie; het zorgde voor enthousiaste reacties van publiek, theaters en pers.

Met Blame it on the Boogie zet Jeans die stijgende lijn voort met een geheel nieuwe productie die wederom garant zal staan voor een spetterend muzikaal feest en een lust voor het oog, voor jong en oud! Met een nieuwe cast wordt u meegenomen op een swingende reis langs diverse muziekstijlen en grote hits; zowel die van vandaag de dag als uit de jaren 90, terug tot aan de jaren 50. Stilzitten zal onmogelijk zijn!

'Put on your dancing shoes, come on down and boogie with us all night long!'

Datum: 20 februari 2019, 20.00 uur
Plaats: Nijmeegsebaan 9, Groesbeek
Kosten: € 12,50
www.cardotheater.nl



Kidsproof Nijmegen verzamelt de leukste tips voor ouders en kids in en om Nijmegen!



10 FEBRUARI DEMONSTRATIE BOEKDRUKKEN

In Museum Kasteel Wijchen kun je in het kader van de expositie 'Strengels & Letters' kennismaken met het ambacht boekdrukkerij in de tijd van de middeleeuwen. Een reenactor demonstreert hoe een drukpers in die tijd werkte. Ook kun je onder begeleiding zelf gaan drukken met deze oude drukpers.

*Museum Kasteel Wijchen;
10 februari 13.00-17.00 uur;
inbegrepen bij
museumticket*



17 FEBRUARI MEERMEISJE (6+)

Het verhaal van een jonge zeemeermin die haar familie, haar waterwereld én haar stem opgeeft uit liefde voor een jongen van het land en de drang om te dansen. In deze vertelling verkoopt het Meermeisje in plaats van haar ziel haar stem aan de Zeeheks, in ruil voor een paar prachtig dansende benen. Het is een vrije bewerking van het sprookje van Hans Christian Andersen: de kleine zeemeermin. Deze jeugdopera is i.s.m. Opera Zuid en Ragazze Quartet.

*Stadsschouwburg
Nijmegen;
14.00 uur; € 20,05*



Kijk voor alle leuke #kidsprooftips
op www.kidsproof.nl

Liefde gaat door de maag, ook op Valentijnsdag. Verwen je geliefde met deze snelle en heerlijke gerechten. Want ze lukken altijd, ook als je geen echte keukenprins(es) bent.

Soep van rode *bieten*

4 PERSONEN - 35 MINUTEN

INGREDIËNTEN

300 gr rauwe rode bieten
2 middelgrote wortels
1 liter groentebouillon
1 appel, geschild en in stukjes
2 sjalotjes, fijn gesnipperd
peper en zout
2 eetl appelmoes
125 ml zure room
bieslook

Staafmixer

Schil de rode bieten en snijd in blokjes. Schraap de wortel en snijd in plakjes. Breng de bouillon aan de kook en voeg de rode bieten, wortels, appel en sjalotjes toe. Laat de soep 20 minuutjes zachtjes koken. Pureer de soep met een staafmixer. Breng op smaak met wat peper en zout en roer de appelmoes erdoorheen. Serveer de soep in kommetjes met zure room en wat bieslook.



FOODHACKS - ZO IS KOKEN NOG LEUKER - **FOODHACKS** - KEUKENTIPS - **FOODHACKS** - HANDIGE WEEJTJES

Weinig ruimte op je aanrecht? Leg een **SNIJPLANK** op de openstaande besteklade.



SLA HOUD JE VERS in een bakje met *vershoudfolie* of in een *plastic zakje*, maar leg er wel een *stukje keukenpapier* bij.

Leg een **FLESJE BIER** gewikkeld in nat keukenpapier in de vriezer en het is in no-time koud.



MAAK JE MAGNETRON SCHOON door een bakje water met azijn een paar minuten te laten draaien.

Stamppot met sniijbonen

4 PERSONEN - 35 MINUTEN

INGREDIËNTEN

1 kg stamppot-aardappels (geschild)
400 gr snijbonen (gesneden)
250 gr spekjes
2 puntpaprika's
1 ui
scheut melk
klontje boter
peper en zout

Doe de aardappels in een pan met kokend water en kook ze 15 à 20 minuten. Kook ook de snijbonen in een pan met water in circa 10 minuten gaar. Bak de spekjes licht krokant in een koekenpan. Snijd de puntpaprika's in reepjes, snipper de ui en bak kort mee met de spekjes.

Giet de aardappels af, stamp fijn met een stamper en maak smeugig met een scheut melk en een klontje boter. Schep de gekookte snijbonen gevolgd door de gebakken spekjes, ui en paprika erdoor. Breng de stamppot op smaak met een snuffje peper en eventueel een snuffje zout.



FOODHACKS - ZO IS KOKEN NOG LEUKER - **FOODHACKS** - SLIMME TRUCS - **FOODHACKS** - KEUKENTIPS

PLAATS DE BAK IJS

in een zakje met
zipsluiting in de vriezer,
dan blijft het ijs heerlijk
zacht.



*Voeg een beetje
soda toe als je
een ei kookt
en het pellen
is een eitje.*

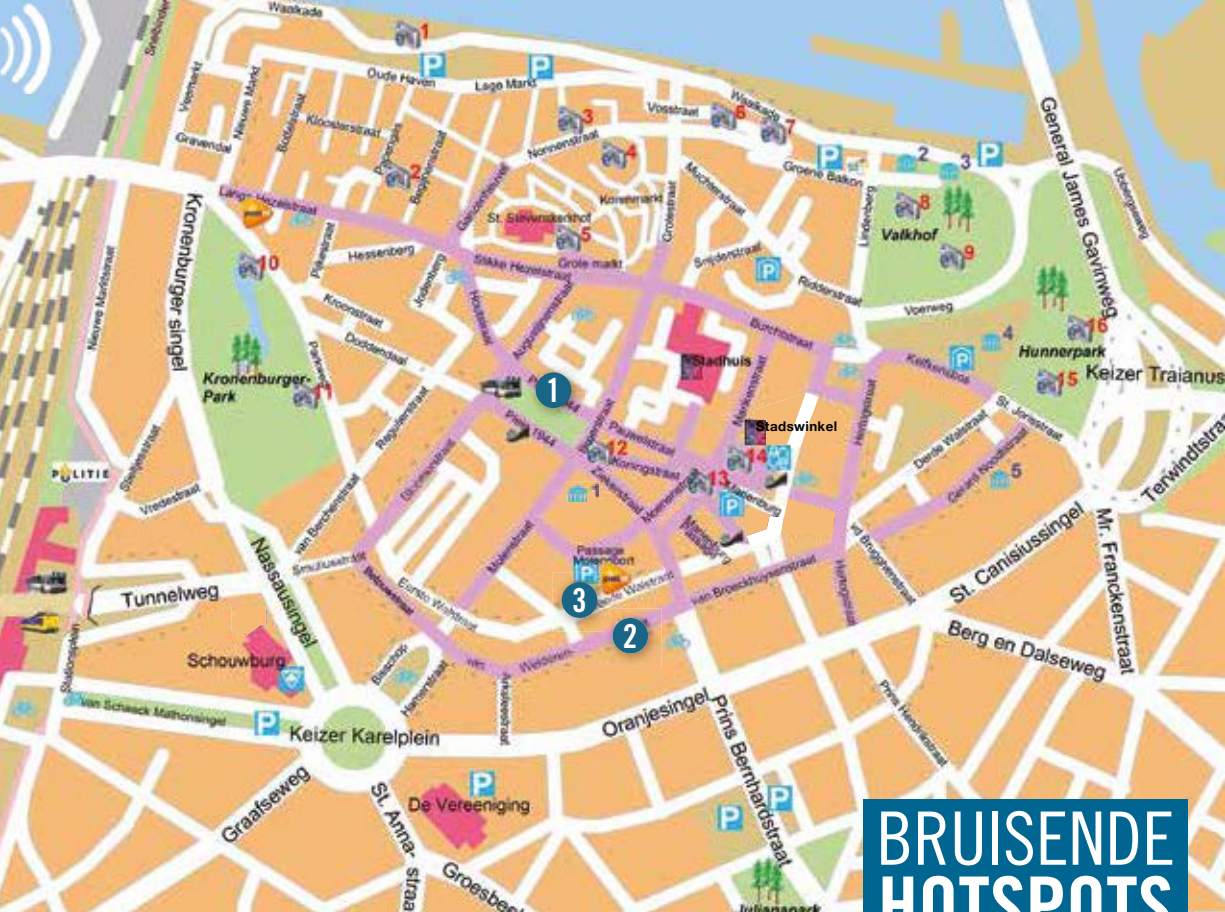


GEBUIK EEN EIERSNIJDER

voor het
snijden van
champignons
of aardbeien.



EENVOUDIG EEN
BOTERHAM OF
PANNENKOEK
SNIJDEN?
*Gebruik een
pizzasnijder.*



BRUISENDE HOTSPOTS

Legenda

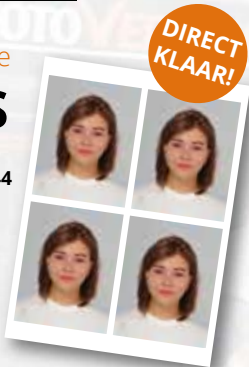
	Winkelstraten		Gemeentelijk gebouw		Bezienswaardigheid
	Parkeergarage		Politie		1. Labyrint
	Parkeerplaats		Postkantoor		2. Protestants Weeshuis
	Fietsenstalling		Busstation		3. Synagoge
	Bibliotheek		Treinstation		4. Commanderie van St. Jan/ Stadsbrouwerij
	VVV		Bioscoop		5. Historische gebouwen / St. Stevenskerk
			Casino		6. Brouwerhuis
					7. Besiendershuis
					8. St. Nicolaaskapel
					9. Barbarossaruïne
					10. Kruittoren
					11. Rondeel
					12. Bedriegertjes
					Museum
					13. Arsenaalpoort
					14. Mariëburgkapel
					15. Keuperstoren
					16. Belvédère

1 FOTO **VERWEIJ**

Officieel goedgekeurde

PASFOTO'S

- ✓ Gevestigd aan Plein 1944
- ✓ Tevredenheidsgarantie
- ✓ Voor alle documenten



www.fotoverweij.nl · 024 - 3226831

2

Pen Shop
sinds 1954

van Wolderenstraat 40
6511 MN Nijmegen
024 322 90 32

www.penshop-nijmegen.nl



3

Homemas

VAGE KLACHTEN ZONDER OORZAAK?

Vage klachten zijn westerse beschouwd schijnbaar zonder oorzaak en worden al snel geschaard onder psychosomatisch of "het zal wel stress zijn". De kijk van de traditionele chinese geneeskunde op ziekte en gezondheid is echter net even anders. Kom daarom eens langs bij Homemas; praktijk voor massage- en pedicurebehandelingen.

Tweede Walstraat 85, Nijmegen
06-28809149 | www.homemas.nl

BRUIST

VALENTIJNSDAG

Liefde,

je moet ervan
houden!



Volg ons op social media @IbizaBruist

NIEUW

BIJ

Tijssen
Mode



HOGAN SNEAKERS

SHOP 24/7 OP TIJSENMODE.NL

Burchtstraat 30, Nijmegen | 024-3222481 | mode@tijssenmode.nl | www.tijssenmode.nl (ook webshop)