

NIJMEGEN 

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

BRUIST



Dagje weg?

Haarlem
bruist!

Wat doe jij op 12 april?

Lees Bruist op Nationale Offlinedag!

JANNES IN HOLLAND CASINO



**VRIJDAG 26 APRIL
NIJMEGEN**

SPEEL BEWUST 18+
HOLLANDCASINO.NL

GRATIS ENTREE & DRANKJE

VOOR 2 PERSONEN

Geldig t/m 30 april 2019 in Holland Casino Nijmegen.

BRS-CODE 8 200

10 & 24 APRIL

WINNING WEDNESDAY
ONTVANG GRATIS
€10,- SPEELGELD

21 & 22 APRIL

ZET IN OP PASEN
GENIET VAN EEN LUXE
LUNCH VOOR €7,50

RESERVEER ALVAST UW TAFEL
VIA 024 - 381 63 81



**HOLLAND
CASINO** 
HET ENIGE ECHTE CASINO



Inhoud

24



38



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 Maaike van Helmond,

Astrid Berkhout

FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Kim Brugman

EINDREDACTIE Astrid Berkhout

ACQUISITIE Nederland Bruist

CONTACT NIJMEGEN BRUIST

Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda

T 076-7115340

nl@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, Prinsbeek, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Schildes-Scholten, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

ADVERTEREN?

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

Heb je dat gevoel ook weleens, dat de tijd vliegt? Voor ons idee is het pas net 2019, maar het eerste kwartaal hebben we alweer achter de rug. Je hoort ons overigens niet klagen hoor; alleen maar fijn dat die koudere, natte maanden achter de rug zijn.

Bruisende lezer,

We zijn dit jaar natuurlijk al verwend met een aantal zeer zonnige dagen, maar dat mogen er wat ons betreft nog wel wat meer worden. Dus kom maar op met die heerlijke voorjaarszon!

Het is dus alweer april. De maand van Pasen en de verjaardag van de koning. En zo kent deze maand nog heel wat meer bijzondere dagen. Wat te denken van Nationale Offlinedag en Secretaressedag? En ook Wereldboekendag staat in april op de kalender, zoals verderop in deze nieuwste editie van Bruist eveneens te lezen valt.

Wat je nog meer kunt lezen? Van alles! Zo nemen we je mee naar dé monumentenstad die alles heeft; bruisend Haarlem. Wist je dat deze oude stad iedereen wat te bieden heeft? Daar vertellen we je graag meer over. Net zoals bruisende ondernemers als Anna Orlova en Azuëra Maas je maar al te graag meer vertellen over hun eigen bedrijf. Nieuwsgierig? Blader dan snel verder...

Veel leesplezier en tot volgende maand.

Lea en Marcel Bossers



Een monumentenstad die alles heeft

Een gezellig historisch centrum, verborgen straatjes en hippe conceptstores: Haarlem is de stad die alles heeft. Deze prachtige oude stad in Noord-Holland zit boordevol historische panden en toffe winkelstraten en heeft voor ieder wat wils. Nog meer informatie vind je op www.visithaarlem.com.

Haarlem



SHOPPEN

In **DE GOUDEN**

STRAATJES vind je alles van unieke boetiekjes tot interieurshops en ambachtelijke winkels. De mooie gevels maken shoppen in de Gouden Straatjes een feestje, of je nu op zoek bent naar nieuw, vintage of design!

STADSSCHOUWBURG & PHILHARMONIE HAARLEM

biedt voorstellingen en concerten op twee prachtige locaties in Haarlem. De zaal van de honderdjarige Stadsschouwburg is bekleed met goud op de wanden, rood pluche en een kroonluchter. De Philharmonie beschikt over één van de beste akoestische kamermuziekzalen van Europa. Met als pronkstuk het Cavaillé-Coll-Organ.

CULTUUR

Oud en nieuw ontmoeten elkaar in het **FRANS HALS MUSEUM**. Historische werken hangen naast hedendaagse kunst en eigentijdse installaties. In het **TEYLERS MUSEUM** ontdek je de wonderen van kunst en wetenschap. Teylers is het oudste museum van Nederland en je vindt hier onder meer kunstwerken van de oude meesters, eeuwenoude fossielen en peperdure boeken.



BEREIKBAAR

Haarlem is goed bereikbaar met zowel de auto als het openbaar vervoer. Haarlem heeft twee treinstations en is goed te bereiken vanuit heel het land. Via de toegangswegen vind je borden met aanwijzingen naar de dichtstbijzijnde openbare parkeergarages. In het centrum zelf is parkeren moeilijk door de beperkte parkeergelegenheid op straat.



Haarlem

HAARLEM/BRUIST

HISTORIE

Vanaf buiten de stad is de grote **ST. BAVOKERK** al te zien. De bouw van deze historische kerk begon in 1245 en het gebouw wordt tot op heden gebruikt voor kerkdiensten. Deze unieke middeleeuwse kerk is één van de grootste van Nederland.

DE NIEUWE BAVO BLOEIT

Van 5 t/m 13 april is de St. Bavokerk stralend middelpunt van bloem(sier)kunst. Met ruim 60.000 bloemen, geschikt door studenten en docenten van diverse Nederlandse opleidingen bloemsierkunst.

Sprookjesachtig en betoverend!

www.denieuwebavobloeit.com



NATUUR

Als je even wilt ontsnappen aan de drukte van het stadsleven is **NATIONAAL PARK KENNEMERDUINEN** om de hoek.

Je kunt hier goed fietsen, wandelen of hardlopen.

Voor de liefhebbers van een prachtige horizon en een frisse zeelucht is het strand van **BLOEMENDAAL AAN ZEE** vanuit Haarlem goed te bereiken, zowel met het openbaar vervoer als met de auto.

JOPENKERK

Jopen heeft de eeuwenoude Haarlemse brouwtraditie in ere hersteld. Een voormalig godshuis in het levendige centrum van Haarlem is omgetoverd tot een moderne stadsbrouwerij, grand café en restaurant. De Jopenkerk Haarlem maakt van ieder bezoek een ware beleving. Onder het genot van een borrel of diner kunnen bezoekers het brouwproces met eigen ogen aanschouwen.

www.jopenkerk.nl/haarlem



De tentoonstelling **ANNO HAARLEM**

vindt plaats in de kelder van het stadhuis. In deze tentoonstelling word je meegevoerd naar de glorie-dagen van Haarlem tijdens de Gouden Eeuw en zie je onder andere hoe de St. Bavokerk werd gebouwd.



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!



Via www.marikenstraat.nl houden we je op de hoogte van alle evenementen, activiteiten, nieuwtjes & gebeurtenissen in de meest bruisende straat van Nijmegen!

Buiten begint bij

Vanaf het allereerste begin is outdoor specialist Bever gevestigd in de levendige Marikenstraat. Menigeen is bij binnenkomst aangenaam verrast door de omvang van de winkel. Liefhebbers van het buitenleven kunnen hier zeker hun hart ophalen!

Breed assortiment

"We beschikken over een breed assortiment", vertelt Edward. "Zo hebben we outdoor kleding voor jong en oud. Tegenwoordig hebben we veel langere, mooi gesneden, waterdichte jassen die je niet alleen kunt dragen op vakantie, maar ook als je je kinderen naar school brengt of naar je werk gaat." Daarnaast vind je bij Bever je complete kampeeruitrusting: Van klamboes en rugzakken tot slaapzakken en tenten. Dus zeker de moeite om een bezoek te brengen aan Bever in de Marikenstraat in Nijmegen.

Aparte schoenenafdeling

"Op onze schoenenafdeling verkopen we niet alleen wandelschoenen van alle bekende merken, maar ook alles wat je nodig kunt hebben bij het wandelen, zoals sokken en heuptassen. Afhankelijk van wat je precies gaat ondernemen (af en toe een wandeling of de Vierdaagse) kijken we welke schoen het beste bij jou past. Eventueel aangevuld met een inlegzooltje dat zorgt voor meer stabiliteit en eventuele klachten vermindert."



Bever



Enthousiast team

"Vanuit onze eigen ervaring en onze kennis van de producten, denken we actief met je mee. Wat zijn jouw wensen en wat heb je precies nodig om datgene te kunnen doen wat je wilt? We willen niet dat jij dadelijk ergens 'in the middle of nowhere' opeens begint te twijfelen aan je materiaal. Alle reden om de tijd te nemen voor een passend advies. En ondertussen proberen we je ook nog enthousiast te maken om buiten op te zoeken!"

De Marikenstraat te Nijmegen zal binnenkort weer voorzien zijn van prachtige Vierdaagse decoratie! In de straat zullen overspanningen hangen met daaraan kleurrijke vlaggen en schoenen.

De bomen op het Raadhuisplein en het Koningsplein zijn dan weer voorzien van prachtige kunstgladiolen.

Ook voor 2019 hebben we rondom de Nijmeegse Vierdaagse weer een leuke winactie. Men kan een paar oude schoenen inleveren bij Hugo Boss in de Marikenstraat. Hieruit wordt een selectie gemaakt van de 10 paar mooiste schoenen. Via de Facebookpagina van de Marikenstraat kan men stemmen op het mooiste paar. De vier personen met de meeste stemmen voor zijn of haar paar schoenen, winnen een prijzenpakket.

Tip:

Je kunt bij Bever ook terecht voor een aantal speciale services: Het professioneel reinigen van donskleding en slaapzakken, en het repareren van schoenen.



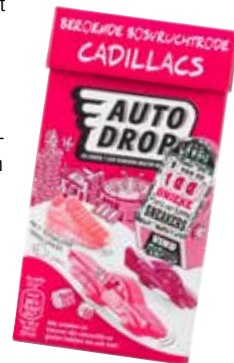
Betty Barclay
Bever

Cape Cod Fashion
Charlie & Goods
Claudia Strater
Comma
Cotton Club
Daily Fresh
Dekker v.d. 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
Purdey
River Woods
Rivièra Maison
Samo Fashion
Sandwich
Scapino
s.Oliver
State of Art
van Uffelen
Ysveld Fysio
Zeezicht



AF EN TOE ZONDIGEN

De limited edition snoepjes in het Cadillac-doozje dat eigenzinnig schoenenontwerper Floris van Bommel voor Autodrop heeft ontworpen, zijn zeker de moeite waard! De heerlijke bosvruchten-smaak is zoet en de sneakervorm van de snoepjes is grappig en verfrissend. **Het doosje Cadillac Autodrop koop je onder andere bij Albert Heijn voor € 1,64** www.autodrop.nl/vanbommel



VERSE, GEZONDE EN DUURZAME MAALTIJDEN
Soms heb je geen zin om na een lange dag nog naar de supermarkt te gaan, maar wil je wel een gezonde maaltijd op tafel zetten. Freasy maakt dat makkelijk! De verse maaltijden van Freasy bevatten alleen gezonde ingrediënten en geen onherkenbare toevoegingen. De gerechten zijn tot tien weken houdbaar in de vriezer én zijn plasticvrij verpakt. **De maaltijden van Freasy zijn verkrijgbaar vanaf € 7,- per gerecht.** www.freasy.nl

Het is weer

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Wil jij kans maken op een heerlijk diner voor twee bij een vestiging van Moeke naar keuze?

Restaurant Moeke is te vinden in Delft, Rhenen, Breda, Enschede, Ede, Nijkerk en Scheveningen.



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 #Moeke naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**



BUITEN DE DEUR ETEN

Neerploffen in een restaurant is altijd lekker. Bij Moeke is de sfeer laagdrempelig en heb je het gevoel dat je bij iemand in de huiskamer zit. Wél een huiskamer met heerlijke gerechten, van lunch en diner tot borrelhapjes en goede wijnen of speciaalbieren. Restaurant Moeke is te vinden in Delft, Rhenen, Breda, Enschede, Ede, Nijkerk en Scheveningen. www.moeke.nl

SPORTIEF CRUISEN

De Union E-Lite is de nieuwste telg in de fietsenfamilie van Union, en daar moet je op gezien worden! De E-Lite is een elektrische fiets waarmee je met gemak een flink aantal kilometers kunt maken. Of je de fiets nu gebruikt voor een rondje door het park of om de stad te doorkruisen: trendy ben je sowieso! **Vanaf €1.999. www.union.nl**



voorzijder!

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#3

Maak nu kans op 2 entreekaartjes voor Linnaeushof.

Linnaeushof mag zich met recht Europa's grootste speeltuin noemen. Er zijn meer dan driehonderdvijftig speeltoestellen en attracties.

Europa's grootste speeltuin
Linnaeushof

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 actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. Lezersactie #Linnaeushof naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#2

Maak nu kans op een Meguiars New Car Kit t.w.v. € 79,99

Was, droog en wax uw auto met deze speciale producten. Behandel tot slot ook de banden en de auto zal er weer als nieuw uitzien! Aangeboden door www.wheeloutlet.nl



ELST
HANDEL & MONTAGE

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 actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. Lezersactie #Linnaeushof naar prijsvraag@nederlandbruist.nl**

CHARME VAN DUIFHUIZEN

Om de snakeprint trend kun je niet meer heen! Dat is dan ook de reden waarom wij zo'n fan zijn van deze shopper van het merk Charm. Deze tas is gemaakt van echt leer en biedt voldoende ruimte voor je dagelijkse essentials. **Charm shopper snake light grey, € 49.95 www.duihuizen.nl**



Plaatselijk afslanken? Het kan!

Beautyfirm biedt afslankbehandelingen en silhouetverbeteringen aan met het meest geavanceerde apparaat op dit gebied. Wij maken gebruik van ultrasound en elektrostimulatie, wat leidt tot spectaculaire successen. Gemiddeld verlies je al 10 cm tijdens de eerste proefbehandeling.

De volgende zones kunnen behandeld worden:

- buikrol boven of onder de navel
- lovehandles
- knieën
- taille
- binnekant dijbenen
- billen
- achter- of bovenkant armen

Een proefbehandeling
nu voor € 35,-

Kom je samen dan betaal je
€ 30,- per persoon!



LENTEKRIEBELS

Stop nu met niezen



Heerlijk, het is weer voorjaar. Lammetjes in de wei, vlinders fladderen rond en alles staat weer in bloei... Helaas is niet iedereen blij met het voorjaar, voor velen start met het voorjaar ook weer het hooikoortsseizoen.

Snotteren, niezen, benauwdheid; allemaal klachten die veel voorkomen bij mensen met hooikoorts.

Bij ons in de praktijk maken wij gebruik van medical taping om de klachten te verminderen. Al veel van onze patiënten hebben hier hun klachten door zien verminderen of zelfs geheel door zien verdwijnen, in veel gevallen medicijnen niet meer nodig.

Loop niet langer onnodig rond met deze klachten, heeft u hooikoorts? Maak een afspraak! Neem hiervoor contact op met 024-3558830.



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

MANIBUS
massagepraktijk

SALON SHIMADEVI
manicures

**KINDERCOUNSELING
NIJMEGEN**
counseling

BROWS TO BE
microblading

MOOI4ME
ontharen met IPL

PRAKTIJK VOOR INJECTABLES
injectables

CLAUDIE VERMEER
coaching



Hottub Select bestaat 12,5 jaar!

Het hele jaar door heerlijk warm en ontspannen badderen, dat wil iedereen wel. Dat kan met een hottub. Hottub Select is al 12,5 jaar dé specialist op dit gebied. Je kunt hier terecht voor een ongekend aanbod van hottubs en alle toebehoren.

Jubileum hottub Breezy

De Finse Kirami Breezy is helemaal compleet met benodigheden en aflevering aan huis. Deze kunststof Hottub is voorzien van complete bodemisolatie, comfortabele kunststof binnenkuip in diverse kleuren en onderhoudsvrije Profiline composiet afwerking in Nightsky Black of Chestnut Brown. Standaard met houtgestookte buitenkachel Cult 36 kw en ook de grotere kachel Macu 40kw behoort tot de opties. De Kirami kunststof hottubs zijn het snelste en makkelijkste in gebruik.

JUBILEUMACTIE



Kirami Profiline Composiet

inclusief



€ 2.395,-

incl. aflevering in NL, BE

Makkelijk in gebruik

Sinds 2011 hebben wij mee mogen denken om Finse en Scandinavische hottubs geschikt te maken voor ons Nederlands & Belgisch gebruik. Wij willen 's avonds na het werk lekker kunnen genieten van onze hottub. Dat betekent dat je deze snel leeg, schoon, vol en warm moet kunnen maken en verder ook geen zorgen moet hebben over het onderhoud. Tegenwoordig kun je de hottub zelfs uitrusten met een waterboiler, waardoor je deze binnen 2 uur op temperatuur krijgt én houdt."

Grote Paasshow in Odiliapeel

Tijdens onze Jubileumweken hebben wij diverse geweldige acties in onze showrooms en in onze webwinkel. Ons 12.5 jarig jubileum wordt gevierd tot 1 mei, met onze geweldige grote paasshow op 2e paasdag tot 16.00 uur.

Bel gerust om een afspraak te maken voor een bezoek aan een van onze vernieuwde showrooms! Ook ben je op tweede Paasdag van harte welkom tijdens onze grote Hottubshow.

Ook zijn wij op zaterdagen doorlopend geopend.



HOTTUBSelect.nl

Hottub Select | 0413-27 55 66
info@hottubselect.nl | www.hottubselect.nl

7 April is Wereldgezondheidsdag. De bedoeling van deze dag is om **ziekten** die anders in de taboesfeer zouden blijven hangen, **bespreekbaar** te maken.

Leg je mobiel even weg en lees op 12 april één van onze bruisende magazines, het is dan namelijk Nationale **Offlinedag**.

Niet vergeten: de 3e donderdag in april is het weer **Secretaressedag**. Zet jij jouw rots in de branding ook in het zonnetje?

Eerste paasdag valt dit jaar op 21 april. Voor wie ga jij alle **paaseitjes** verstoppen?

22 april is een belangrijke dag. **International Earth Day** heeft als doelstelling mensen te laten nadenken over hun consumentengedrag en de invloed hiervan op de aarde.

Wereldboekendag op 23 april is ingesteld door UNESCO om het lezen, en het plezier in lezen, te promoten.

Op 27 april viert Koning Willem-Alexander zijn verjaardag in Amersfoort. Hoe ga jij deze **Koningsdag** vieren?

Je huid verbeteren en zelfs liften zonder chirurgische ingreep

Schoonheidssalon Patrizia Bos is al 40 jaar een begrip in Nijmegen en dat komt onder andere doordat we altijd voorop lopen met het implementeren van de nieuwste technieken en behandelingsmethodes. Plasma is dé nieuwste techniek op het gebied van huidverjonging en huidverbetering. Onze klanten die een Plasma kuur hebben gevolgd zijn razend enthousiast over het resultaat.

Wat is plasma?

In de natuurkunde kennen we naast vaste, vloeibare en gasvormige stoffen ook een vierde aggregatietoestand; de fase plasma. Plasma bestaat uit een geïoniseerd gas samengesteld uit ionen en elektronen. De fase plasma zorgt ervoor dat het Plasma apparaat waar wij mee werken in staat is om de huidcellen nieuwe energie te geven en zo de huid te verjongen en te egaliseren.

Hoe werkt plasma streaming?

Het Plasma apparaat glijdt langzaam over de huid. De plasmabundel dringt door alle huidweerstand heen en kan heel precies gericht worden op de probleemgebieden. De plasmastroom genereert een samenspel tussen vrije negatief geladen elektronen en positieve ionen. De energie die tijdens dit proces vrijkomt creëert een regeneratie in het bindweefsel en heeft een blijvend effect op de cellen. Plasma is een vorm van energie en heeft een sterk geneeskrachtige werking. Het doodt ongezonde bacteriën en remt daarmee ontstekingen. Het liften van de huid gebeurt met een soort pen waaruit kleine plasmastroompjes komen. De fibroblasten in de huid worden aan het werk gezet en maken nieuw collageen en elastine aan. De huid wordt opgevuld dankzij deze nieuwe vezels en oogt gelijkmatiger, gladder, steviger en heeft een fijnere huidstructuur.

Het grote voordeel van de Jett Plasma Lift

De behandelingen zijn aangenaam, geheel pijnloos en veroorzaken geen wondjes en/ of korstjes. Deze methode is breed inzetbaar:

- voor het vervagen van rimpels
- het liften van oogleden
- verstevigt en verjongt de huid
- acne
- rosacea

Er is geen herstelperiode, je kunt na de behandeling gewoon je werkzaamheden oppakken. Na de 1e behandeling zie je al direct zichtbaar resultaat. Voor een optimaal resultaat adviseren wij (afhankelijk van je huidconditie) 4 tot 8 behandelingen in kuurverband en vervolgens eens in de 3 maanden een opfrisbehandeling. De prijs van de behandelingen verschilt per zone/behandel gebied. Bij een kuur van 5 behandelingen ontvang je 1 onderhoud behandeling na drie maanden gratis.

Nieuwsgierig geworden naar onze salon of de Jett Plasma Lift? Je kunt via onze site een gratis intake inplannen.



wijnhandel
"In de Blaauwe Druif"



KALMUCK FEDERSPIEL GRÜNER VELTLINER WACHAU

De hele maand april

van ~~€ 11,99~~ voor € 9,99

Ontdek alle wijnen van Wijnhuis Gritsch uit
Spitz Wachau. De absolute top uit Oostenrijk!

Lang leve de lente!
Proef deze Gritsch topper van 100%
grüner veltliner. Complexe aroma's in
de neus van zwarte peper en weide
bloesems. Heerlijke witte wijn voor op
het terras of bij de asperges.

Webshop:

www.wijnhuisnijmegen.nl

Speciaal voor lezers van Bruist: houd het koel deze zomer, op terras en in huis. Pak dit voordeel!

**incl. afstands-
bediening!**

BRUIST ACTIE:

Knikarmscherm
type PICA incl.
motor + afstands-
bediening.

Prijsvoorbeeld:
400 x 250 cm nu

€ 979,-

(excl. montage) ■

Terrasscherm Pica

Heerlijk het voorjaar en de zomer vieren op eigen terras, beschermt onder een knikarmscherm! Gezellig met familie en vrienden genieten van een verkoelend drankje, of heerlijk met een boek in de tuinstoel liggen. Shadow Design Holland b.v. heeft voor elk terras de juiste oplossing als het om knikarmschermen gaat. Verleng de zomerdag met terrasverwarming en verlichting onder het scherm! Informeer vrijblijvend naar alle mogelijkheden.





**incl. elektrische
bediening!**

Shadow Design Holland b.v.
krachtig in klimaatoplossingen



Levering aan particulieren, bedrijven en instellingen in het hele land. Neem contact op voor advies en een vrijblijvende offerte.

**ZipScreen 95 XS
windvast met rits!**

**BRUIST
ACTIE:**

ZipScreen 95 XS windvast met rits, aan beide zijden aan het doek gelast. Het doek blijft in alle standen windbestendig.

Prijsvoorbeeld:
120 x 180 cm nu

€ 380,-

(excl. montage)



Stekkenberg 11
6561 XE Groesbeek
+31 (0)85 071 83 55
+31 (0)6 117 044 20
info@shadowdesignholland.nl
shadowdesignholland.nl

WWW.LARGERTHANLIFE.NL



RESTAURANT
DE THORNSCHE MOLEN
LUNCH - PANNENKOEKEN - DINER

www.dethornschemolen.nl

0247 67 399

www.dethornschemolen.nl



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.

Officiële
trouwlocatie
met schitterend
uitzicht!

DAGELIJKS
OM 10.00 UUR
GEOPEND

WWW.LARGERTHANLIFE.NL



RESTAURANT
DE THORNSCHE MOLEN
LUNCH - PANNENKOEKEN - DINER

www.dethornschemolen.nl

0247 67 399

www.dethornschemolen.nl

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

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

www.dethornschemolen.nl

DAGJE UIT

Europa's grootste speeltuin
Linnaeushof

*Like
& Win*



Linnaeushof mag zich met recht Europa's grootste speeltuin noemen. Er zijn meer dan driehonderdvijftig speeltoestellen en attracties zoals kabelbanen, trampolines en luchtkussencentrum, waterfietsen, karts, funny-wheels, minigolfbanen, een super glijbaan en nog veel meer. De speeltoestellen en attracties bieden kinderen de mogelijkheid om actief te spelen, waarbij het gebruik van de eigen energie en de eigen fantasie voorop staan.

Bruist geeft deze maand kaarten weg voor een dagje Linnaeushof. Kijk op de shoppingpagina in dit magazine hoe jij kans maakt.

**Geopend vanaf 27 maart 2019
Meer info op www.linnaeushof.nl**

FILMPJE KIJKEN BAANTJER HET BEGIN

Een jonge Jurre de Cock (Waldemar Torenstra) is in het begin van de roerige jaren 80 nét rechercheur bij de Amsterdamse politie in het rauwe politiestation aan de Warmoesstraat. Samen met zijn nieuwe partner Montijn (Tygo Gernandt) stuit De Cock op een moordzaak die leidt naar een mogelijke aanslag tijdens de kroning van prinses Beatrix. Ze moeten alles op alles zetten om een drama op de kroningsdag te voorkomen.

**BAANTJER HET BEGIN draait vanaf
18 april in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN WIL SCHILDERS



DE SUDOKU... vrijwel iedereen zal er weleens een hebben opgelost of een poging gedaan hebben tot. Heb je daar wat moeite mee of zou je je sudokukwaliteiten willen verbeteren, dan is het boek 'Los elke sudoku op' een aanrader. Wil Schilders: "Ik heb er al zoveel opgelost dat ik inmiddels door heb hoe sudoku's werken. Kennis die ik graag wil delen." Vandaar dat hij enkele jaren geleden dit boek schreef dat zelfs al in meerdere talen is vertaald. "Als je dit boek stap voor stap doorloopt, leer je steeds moeilijkere sudoku's oplossen."

LOS ELKE SUDOKU OP van
WIL SCHILDERS is voor € 19,95 te koop
via www.loselkesudokuop.nl

Wil jij de mooiste versie van jezelf zijn?

Zo ga je weer stralen!

Na ruim tien jaar ervaring te hebben opgedaan in andere klinieken en ziekenhuizen, besloot dokter Annemarie van Rosmalen in 2011 haar eerste cosmetische kliniek op te zetten.

Enkele jaren later volgde er ook een tweede kliniek. Haar deskundige, persoonlijke aanpak en eigen visie op schoonheid maken haar uniek in haar vakgebied.

Als kind al was Annemarie mateloos gefascineerd door het menselijk lichaam en wilde ze precies weten wat zich onder de huid afspeelde. Geneeskunde studeren lag dan ook voor de hand. Ze specialiseerde zich in cosmetische geneeskunde.

Specialisme dokter Annemarie van Rosmalen

Dokter Annemarie heeft veel ervaring met het uitvoeren van diverse cosmetische behandelingen. Ze is gespecialiseerd in de liquid facelift en injectable behandelingen rondom de ogen. "Door subtiele filler behandelingen kan ik mensen weer laten stralen doordat ze geen vermoeide blik meer hebben. De meeste cliënten ken ik al jaren. Mede daardoor kan ik de tijd als het ware stilzetten en zorgen voor een natuurlijke uitstraling. De onder- en bovenoogleden zijn een lastig gebied om te behandelen. Daarom heb ik mij juist daarin gespecialiseerd. Het ooggebied zorgt voor de eerste indruk die anderen van je hebben. Door mijn jarenlange ervaring kan ik een groot verschil maken en zorgen voor een frisse oogopslag."



Erkende titel

Dokter Annemarie vindt het belangrijk dat cosmetische behandelingen kwalitatief goed en veilig worden uitgevoerd, daarom is zij ook voorzitter van de onderwijscommissie voor een tweejarige opleiding tot cosmetisch arts. "Vanaf de zomer van 2019 is cosmetisch arts een erkende titel en daar zijn we erg gelukkig mee! Ons vakgebied is de afgelopen jaren sterk geprofessionaliseerd."

Vooroordelen wegnemen

"Steeds meer mensen, zowel mannen als vrouwen, weten inmiddels de weg naar onze kliniek te vinden. Toch hebben we nog altijd te maken met vooroordelen en karikaturen. In de ons omringende landen is een bezoek aan een cosmetisch arts de normaalste zaak van de wereld, maar in Nederland kun je maar beter zwijgen over een beetje botox in je fronsrimpel of kraaienpootjes. Het calvinisme zit diep; tevreden zijn met hoe je eruitziet is de gedachte, terwijl je aan de andere kant keihard op datzelfde uiterlijk wordt afgerekend. In onze klinieken is het uitgangspunt bij alle behandelingen een frisse en natuurlijke uitstraling. Niemand wil een gezicht waar overduidelijk 'iets' aan gedaan is. Dat is tegenwoordig gelukkig helemaal niet meer nodig."

Drijfveren

"Veel van de mensen die bij mij in de kliniek komen krijgen vrijwel dagelijks van hun omgeving te horen dat ze er moe of boos uitzien, waardoor ze onzeker worden. Daarom krijg ik iedere keer een goed gevoel als zij door een relatief eenvoudige handeling weer goed in hun vel zitten en tevreden zijn met zichzelf. Onze cliënten op iedere leeftijd de mooiste versie van zichzelf laten zijn, dat is waar ik het voor doe."



Dokter Annemarie van Rosmalen



Kijk uit. Jezelf mooier maken kan lelijk uitpakken.
Een geslaagde ingreep begint bij een geschikte arts.



Lekker

1. Rouge Volupté van Yves Saint Laurent, € 38,50 www.ysl.com
2. Prodigy CellGlow van Helena Rubinstein, € 340,- www.helenarubinstein.nl
3. Le Wrap Vitaminé van Qiriness, € 35,90 www.iciparisxl.nl
4. L'Essentiel Fond de Teint Éclat Naturel van Guerlain, € 55,- www.guerlain.nl
5. Renewed hope in a jar peeling mousse van philosophy, € 29,- www.iciparisxl.nl
6. Blush Alphabet van Lancôme, € 48,- www.lancome.nl



fris

April is zo'n maand dat het al zomers warm kan zijn, maar ook nog fris. Deze producten zijn fris omdat ze je laten stralen, je een lenteachtig gevoel geven en een jonge uitstraling.

7. OXYGEN-GLOW Super-perfecting radiance cream van Filorga, € 39,90 www.iciparisxl.nl
8. RE-FRESH hydrating beauty mist van Clarins, € 19,50 www.clarins.nl
9. Under the Lemon Trees Eau de Toilette van Maison Margiela, € 115,- www.iciparisxl.nl
10. Cheekleaders Palette Blush van Benefit Cosmetics, € 60,- www.douglas.nl
11. Iceberg Since 1974 For Him Eau de Parfum, € 39,- www.iciparisxl.nl
12. Coco Clean Day and Night Toothpaste, € 22,95 www.cococlean.nl

Moderne herenmode

Tijssen Mode is een complete herenmode winkel voor de eigentijdse man. Al jaren is de zaak dealer van kwaliteitsmerken als Stone Island, Jacob Cohen, Santoni en Peuterey. Het maakt niet uit hoe oud je bent, iedereen vindt hier wel iets van zijn gading; het aanbod varieert van casual tot maatkleding. Dankzij de recente verbouwing is de winkel bovendien makkelijk toegankelijk, stap dus vooral eens binnen.

Tijssen Mode is een echt familiebedrijf. Maarten Tijssen is alweer de derde generatie, hij staat sinds 1993 officieel aan het roer. "Ik had altijd al een liefde voor mooie kleding en een goed smaakgevoel", vertelt Maarten. "Eigenschappen die nu van pas komen. We acteren op een hoog niveau, dan is het noodzakelijk dat je gevoel hebt voor datgene wat je doet." En dat geldt niet alleen voor hem maar ook de rest van het team.

Voor jong en oud

De gevarieerde collectie omvat gerenommeerde merken als Aspesi, Barba, Jacob Cohen, PalZileri, Santoni, Maffei, Eton, Peuterey, Trussini en Zespa. "We streven naar een combinatie van bewezen klassiekers en de nieuwste mode en proberen voor ieder wat wils te bieden. Specifiek voor de jongere generatie hebben we ons aanbod de laatste jaren uitgebreid met toppers als Kenzo, Stone Island, Lyle and Scott en Napapijri."

Bijzondere items

"We blijven vernieuwen en zorgen dat we op de hoogte blijven van de laatste trends. We zoeken naar de 'pareltjes' binnen het enorme aanbod. Veel mensen komen ook om die reden naar onze winkel. Vanuit de historie hebben we de nodige trouwe vaste klanten. Sinds we weer in het centrum zitten, weten ook steeds meer nieuwe gezichten ons te vinden en daar zijn we blij mee."

Een gastvrij welkom

Als klant kun je een gastvrij welkom verwachten. "Je kunt in alle rust rondkijken in de winkel. Desgewenst geven we je met plezier een persoonlijk advies. Uiteindelijk gaat het erom dat iedere klant hier tevreden, met een grote glimlach op z'n gezicht, de winkel uit gaat."

Tijssen
Mode

BRUISENDE/ZAKEN

met oog voor detail

“WE BLIJVEN
VERNIEUWEN”





Ingrid gaat

Klantgericht, betrouwbaar en kwaliteit. Dat zijn onze kernwoorden. Voor een duurzame relatie met onze klanten en voor een duurzame wereld. Daar doen wij het voor. Een totaalpakket voor al uw schilderwerken op een verantwoorde manier. En dat vanuit Nijmegen, European Green Capital 2018. Daar zijn wij best trots op. Vakwerk, het hele jaar door! Van een eerste stijl- en kleuradvies tot complete



voor groen!

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. Voor een schone wereld!

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

Eerst denken, dan doen!



**SCHILDERWERKEN
GEBR. RUTTEN**

Bij Tenerife heb je acht van de tien dagen een reële kans om walvissen en dolfijnen te spotten, omdat diverse soorten het hele jaar in de Canarische archipel vertoeven.

In mei en juni komen daar nog diverse soorten bij die rondom Tenerife halt houden tijdens hun jaarlijkse trektocht door de Atlantische Oceaan.

Walvissen en dolfijnen spotten bij *Ten*



De zuidwestkust van Tenerife is één van de meest geschikte plaatsen om dolfijnen en walvissen gade te slaan. Je kunt er meer dan twintig verschillende soorten waarnemen, van de tuimelaar en de blauwe vinvis tot de bultrug en de orka. Grienden en tuimelaars kun je bijna het hele jaar door zien omdat zij er hun 'thuisbasis' hebben. De andere soorten komen in mei en juni langs Tenerife.

Verrekijker en telelens

De verschillende soorten identificeren is niet altijd eenvoudig, maar voorzien van een verrekijker of een foto toestel met een telelens lukt het wel. De lengte, de vorm van hun kop, ruggenvin en staart, hun kleur en hun gedrag maken veelal het onderscheid. Gespecialiseerde bootexcursies geven je de kans om deze vaak immense zeezoogdieren van dichtbij gade te slaan. Deze bootexcursies zijn strikt gereguleerd. De schippers moeten een veiligheidsafstand tot de dieren in acht nemen en moeten zo nodig ook hun motoren uitschakelen om hen niet te storen.



erife

Onvoorspelbaar

De meeste bootjes vertrekken vanaf Los Cristianos, Puerto Colón en Los Gigantes. Er worden uiteenlopende excursies aangeboden van twee tot vijf uur met kleine, middelgrote en grote boten waarop soms ook een maaltijd wordt geserveerd. Tijdens enkele excursies krijg je ook de kans om een frisse duik te nemen in een baai of om tussen de dolfinnen te zwemmen.

Weet wel dat het gedrag van de dieren niet altijd voorspelbaar is. Het wordt bepaald door het tijdstip van de dag, de stroming, de condities op zee, het beschikbare

voedsel, enzovoort. Niettemin zijn de dieren vrijwel altijd bijzonder actief, maar zij bepalen of en hoe zij zich willen vertonen aan nieuwsgierige toeristen.

Frisse zeebries

Omdat de zee soms wat onstuimig kan zijn en de boot kan schommelen of bruusk kan neerploffen op het wateroppervlak, is het handig om eventuele voorzorgsmaatregelen te nemen tegen zeeziekte. Neem zeker ook een water- en winddicht jack mee, omdat de zeebries het soms flink wat koeler maakt dan op het strand.

NEEM EEN
FRISSE DUIK
TUSSEN DE
DOLFIJNEN

CONTOURA



Stefanie is 31 kg
afgevallen en 205 cm
kwijtgeraakt

Armen: -17 cm

Borstomvang: -22 cm

Maag: -19 cm

Taille: -22 cm

Buik: -27 cm

Heupen: -23 cm

Dijen: -41 cm

Knieën: -21 cm

Kuiten: -13 cm

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

STEFANIE: "DIE KILO'S KOMEN ER NIET MEER AAN!"

Ik ben altijd al iets te zwaar geweest, maar toen ik op mezelf ging wonen en tegelijkertijd minder ging bewegen ben ik erg veel aangekomen. Heel lang vond ik dat ik dit zelf had veroorzaakt en het dus ook zelfstandig weer moest oplossen. Dit lukte helemaal niet en zorgde alleen maar voor frustraties. Op een bepaald moment ging de knop om en dacht ik: 'Je verdient het om dit voor eens en altijd goed aan te pakken en hulp in te schakelen!' Toen heb ik via de website contact gezocht met Az en werd binnen de kortste keren gebeld om een intake te plannen.

Voordat ik bij Contoura begon, sloeg ik vaak mijn ontbijt over en lunchte weinig, wat resulteerde in 's avonds te veel eten. Bij Contoura moest juist meer gaan eten in plaats van minder, regelmatig verdeeld over de dag. Wat ik zo fijn vond is dat ik geen voedingsgroepen hoefde weg te laten of mezelf hoefde uit te hongeren, gewoon normaal en gezond eten.

Ook af en toe een keer iets ongezonds kan best, maar zorg dan dat het ook echt lekker is en dat je er van geniet. En dat je je vervolgens weer aan je voedingsschema houdt natuurlijk. Doordat je iedere keer bij Contoura op de weegschaal gaat en regelmatig je voedingsdagboek met je wordt doorgenomen, werkt het als een stok achter de deur om je er goed aan te houden en het niet te laten verslonzen als het een keer tegenzit. En de bemoedigende woorden en complimenten van het team zijn ook motiverend!

Naast voeding is beweging natuurlijk ook belangrijk. Ik had eigenlijk een hekel aan sporten, vooral omdat ik het idee had dat ik er niet goed in was. Door de persoonlijke begeleiding op maat is hier verandering in gekomen. Het team is niet te beroerd om je een oefening wel tien keer voor te doen als dat nodig is, of hem aan te passen als hij niet lukt. Ik vond het heel motiverend om te merken dat de oefeningen op den duur steeds makkelijker gaan en ik heb daardoor echt plezier in sporten gekregen.

Ik ben met Contoura meer dan 30 kg afgevallen, die er wat mij betreft nooit meer aankomen. Daar ben ik heel blij mee!



**Wil jij ook snel resultaat zien en je streefgewicht bereiken net als Stefanie?
Neem dan vrijblijvend contact met ons op.**

CONTOURA

van der Bruggenstraat 12, Nijmegen • 06 16 96 42 00 • www.contoura.nl

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 behandelmogelijkheden divers.



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

Dé specialist voor rug- en neklachten

MET DE OriGENE BEHANDELING



Wat is OriGENE therapie precies?

"Het is een combinatie van kracht- en coördinatie training. Daarbij wordt gebruikgemaakt 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

Afvallen met cryolipolyse

Afvallen op een pijnloze, veilige en tevens snelle manier zonder naalden, speciaal dieet, operatie of hersteltijd? Dat klinkt bijna te mooi om waar te zijn. Toch is het mogelijk dankzij de Body-wizard cryolipolyse-behandeling.

Hoe werkt een cryolipolyse-behandeling?

Het onderliggende vetweefsel in het behandelgebied wordt heel nauwkeurig gekoeld middels een non-invasieve applicator, welke het oppervlakkige huidweefsel niet aantast. Wanneer vetcellen worden blootgesteld aan extreme kou wordt een natuurlijk verwijderingsproces op gang gebracht en dit zal de vetlaag geleidelijk dunner maken. Door het verminderen van het aantal vetcellen is het resultaat een zichtbare vermindering van vetophopingen.

Zodra de behandelde vetcellen zijn gekristalliseerd (bevroren), voert het lichaam het vet en de dode cellen op een natuurlijke manier af. Behandelde vetcellen verdwijnen en komen niet meer terug.

De behandeling wordt voornamelijk ingezet voor de buik, 'love handles', billen, bovenbenen en armen.

De behandeling is voor nagenoeg iedereen geschikt. Zelfs voor fanatieke sporters die vet op bepaalde probleemlocaties niet weg krijgen.

De meest indrukwekkende resultaten zullen na een periode van 2 tot 4 maanden zichtbaar zijn. Het lichaam blijft echter nog 4 tot 6 maanden na de behandeling doorgaan met het afvoeren van de afgebroken vetcellen. Zolang er op de te behandelen plek voelbaar vet aanwezig is, is een behandeling mogelijk. Over het algemeen is men na 3 behandelingen tevreden met het verkregen resultaat.

Tussen deze opeenvolgende behandelingen ligt een periode van 8 tot 12 weken. Afhankelijk van onder andere de levensstijl wordt gemiddeld één onderhoudsbehandeling per jaar geadviseerd.



Sinds ik begonnen ben als schoonheidsspecialiste weet ik het zeker: Ik heb een van de mooiste beroepen die er zijn. Mijn klanten genieten van de goede verzorging en de ambiance van rust en ontspanning die ik hen bied, hun zelfvertrouwen neemt toe en daarvan geniet ik evenzeer. Naast vakmanschap heb ik een luisterend oor voor de mensen die ik behandel: Ik hecht waarde aan een persoonlijke sfeer.

Hengstdalseweg 46, Nijmegen | 024 322 48 04
info@studiokitty.nl | www.studiokitty.nl

Een passend overhemd voor elke vrouw

**“Het overhemd
is een verrijking
van je garderobe”**

Overhemden voor dames... ze bestaan wel,
maar waren volgens Anna Orlova vrij lastig
te vinden. Nu niet meer! Afgelopen januari
startte ze namelijk met haar eigen webshop
[Bloezen.nl](https://bloezen.nl).



Powerkledingstuk

“Overhemden worden vaak hoofdzakelijk gezien als kledingstuk voor mannen”, aldus Anna. “Onzin, ook voor vrouwen is het namelijk een echt ‘powerkledingstuk’ en een verrijking van je garderobe. Wil je er goed uitzien, maar wil je daar niet al te veel tijd aan besteden, trek een overhemd aan en je ziet er meteen uit om door een ringetje te halen!”

Webshop

Zelf draagt Anna ook graag overhemden, maar ze was ontevreden over het aanbod van mooie, kwalitatieve overhemden voor dames. “Vandaar dat ik begin dit jaar met mijn eigen webshop ben begonnen om alle vrouwen de kans te bieden om het voor hen meest perfecte damesoverhemd aan te schaffen. Liefhebsters van button-ups, overhemden en bloezen kunnen nu hun hart ophalen, want ik bied voor iedereen wel wat wils.”

Kwaliteit en pasvorm

Via haar webshop verkoopt Anna uitsluitend kwalitatief hoogwaardige, handgemaakte kledingstukken. “De kwaliteit staat dus voorop, net als de pasvorm trouwens, een overhemd moet immers ook goed zitten.” Speciaal daarvoor biedt ze een online pasvormgids met tips voor welk model het best past bij jouw figuur. “Kom je er dan nog

niet uit, laat het mij gerust weten, ik help je maar al te graag verder. Als je in de buurt van Nijmegen woont, kom ik daarvoor zelfs persoonlijk bij je langs om advies te geven, mocht je daar behoefte aan hebben. Net een stukje extra service en voor mij nog eens ontzettend leuk om te doen ook.” Zo kan Anna haar passie immers nog meer delen dan ze via de webshop al doet. “Ik help andere vrouwen graag om er mooi uit te zien. Ooit hoop ik dan ook nog mijn eigen fysieke winkel te openen, maar voor nu focus ik mij eerst op Bloezen.nl.”



BLOEZEN.NL

Alles voor op de camping

Meer dan 5.000 artikelen op voorraad



De ouders van Azuëra Maas zitten al sinds begin jaren '70 in de caravan/kampeerbranche. Toen Azuëra het familiebedrijf in 2010 overnam, besloot ze dit te doen in de vorm van een winkel gespecialiseerd in kampeerbenodigdheden in Elst. Op een oppervlakte van maar liefst ruim 1.000 m² vind je alles wat je maar nodig kunt hebben bij het kamperen.

Enorme keuze

“Ons assortiment bestaat uit meer dan 5.000 artikelen”, vertelt Azuëra. “Van (voor)tenten, luifels en kampeermebelen tot luchtbedden, slaapzakken en caravanaccessoires; de keuze is enorm. Mensen die hier voor het eerst komen, zijn vaak onder de indruk van de uitgebreidheid van ons assortiment. We gaan voor de beste kwaliteit, dus we kiezen bewust voor gerenommeerde merken als Crespo, Kampa, Dukkalf en vele andere. Mochten we iets niet op voorraad hebben, dan kunnen we het bijna altijd wel bestellen.” Service en klantvriendelijkheid staan bij Kampeer Oase Elst dan ook voorop.

De grootste in gasflessen

Kampeer Oase Elst is dé leverancier voor gasflessen (en vullingen) in Elst en directe omgeving. “Niet alleen gasflessen voor de kampeervakantie, maar ook voor gebruik thuis voor buitenkeuken barbecue, terrasverwarmer en op de boot. Uiteraard voorzien wij je graag van een deskundig advies.”

Service, reparatie en onderhoud

Inpandig zit Caravan & Camper Service Elst, welke beschikt over een werkplaats, waar je terecht kunt voor reparatie en onderhoud van je caravan, camper en vouwwagen, maar bijvoorbeeld ook boottrailers en aanhangwagens. Je kunt kiezen tussen een onderstelbeurt (chassis) of een volledige onderhoudsbeurt met FOCWA-keuringsrapport. Uiteraard behoort de gaskeuring voor de camper ook tot de mogelijkheden, evenals schadetaxatie en -herstel. “Wij zorgen dat je weer veilig op pad kunt.”

Showdagen

Op zaterdag 13 en zondag 14 april bent u van harte welkom tijdens de showdagen. Er zijn demonstraties en er staat buiten van alles opgesteld op het terrein. Breng jezelf alvast in kampeerstemming en geniet ondertussen van een hapje en een drankje terwijl de kinderen zich vermaken op het springkussen. Gratis entree.



Gevoelens hebben invloed op lichaam en geest. Positieve gevoelens hebben een positieve invloed en negatieve gevoelens hebben een negatieve invloed. Positief denken is de makkelijkste manier om succes en geluk in je leven te ontwikkelen.

Positief

De meest bekende negatieve gevoelens zijn angst, boosheid en verdriet, evenals je ergeren, je ergens zenuwachtig over maken en faalangst. Maar ook: het te druk zijn en vaak haast hebben, teveel achter de computer en te weinig in de natuur zijn. Op het moment dat negatieve gevoelens de overhand krijgen, gaat het mis. Je moet er dus voor zorgen dat je zo min mogelijk negatieve gedachten hebt.

JEZELF TRAINEN IN POSITIEVER DENKEN

Hoe doe je dat, ervoor zorgen dat je niet met negatieve gedachten bezig bent? Eigenlijk is het heel simpel: zodra je merkt dat je in een negatieve gedachtespiraal bent beland, verplaats je je aandacht naar iets positiefs.

Als je piekert over dingen die mis zijn gegaan, roep dan herinneringen op waarin dingen juist heel goed gingen. Geef je negatieve gedachten geen aandacht en geef je positieve gedachten extra aandacht. Hoe meer je bezig bent met positieve gedachten, des te belangrijker deze worden. Dus zodra je gedachten krijgt die worden gevoed door angst, vervang je ze door gedachten die worden gevoed door liefde. Op die manier sta je iedere dag positief in het leven en is het veel makkelijker om een fijn en gelukkig leven te leiden!



denken werkt!

POSITIEVE
GEDACHTEN
WORDEN GEVOED
DOOR LIEFDE

GEDRAAG JE POSITIEF

Een eenvoudige manier om positief te denken, is door je positiever te gedragen. Ga meer leuke dingen doen. Meer tijd aan je hobby's besteden, wat vaker uitgebreid koken of een lekkere massage boeken. Je kunt ook actie ondernemen om negatieve zaken te voorkomen. Als je administratie op orde en je huis schoon is, zul je jezelf ook opgeruimder voelen. En zoek positieve ervaringen op. Blijf niet thuis, maar ga juist op zoek naar positieve, sociale contacten. Op deze manier zul je ervaringen krijgen die het makkelijker maken om positief in het leven te staan.

ZORG GOED VOOR JE LICHAAM

Als jij je lichamelijk goed voelt, zal dat zeker een positieve invloed hebben op je mind. Slaaptekort kan ontstaan door stress, maar stress kan ook ontstaan door slaaptekort. Blijf uit deze spiraal door voldoende slaap voor jezelf in te plannen. Slecht eten (veel vet, suiker, snelle koolhydraten) geeft slechts een kort geluksgevoel. Gezond eten zorgt voor betere concentratie, minder onrust én een hoger geluksgevoel. Sporten is niet voor iedereen weggelegd, maar beweging wel. Als hardlopen er voor jou niet inzit, kun je vast wel een wandeling maken. In welke vorm dan ook, beweging zal bijdragen aan een positief gevoel.

Kun je wel wat hulp gebruiken bij een positieve benadering van je leven? Misschien is coaching dan iets voor je. In onze magazines of op www.nederlandbruist.nl vind je verschillende bruisende ondernemers die jou daarbij kunnen helpen.



Gratis
welkomstdrankje
op moederdag

Siam Thai Palace

Proef de authentieke Thaise keuken



Eerlijke energie

van A tot Z

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



Energiebesparing is naast hot tevens noodzakelijk, óók voor de generatie na ons.

Terugverdientijd van zonnepanelen ligt gemiddeld rond de 6 jaar. Investeren in een mooi product waarvan de levensduur nu al boven de 25 jaar ligt, met een opbrengst garantie van 90%. Wanneer u als particulier geen plek heeft om deze te plaatsen er zijn andere manieren om in zonnepanelen te investeren. Voor de MKB'er kunnen subsidies worden aangevraagd. Wij staan u graag te woord.

- Zonnepanelen
- Zonnedakpannen
- Zonneboilers
- LED verlichting
- Oplaadstations EV
- Warmte pompen
- Koeltechniek





**SUZY GLAM EYEWEAR
VERKRIJGBAAR BIJ HARTING OOGMODE**



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

Bij Dagbesteding OBG voel ik me thuis!

“Wekelijks ga ik 2 keer naar Dagbesteding OBG. Ik kom daar graag. We praten over het nieuws, drinken koffie en lunchen samen. Ik schilder en wandel er. Het is er gewoon heel gezellig.”



**Aanmelden,
informatie
of komen kijken?**

Bel OBG en vraag naar
Annetiek van Zandbrink
of één van de
medewerkers van de
dagbesteding.

Vanuit de geheel gerenoveerde benedenverdieping biedt dagbesteding OBG een zinvolle daginvulling voor ouderen met een begeleidings- en/of ondersteuningsbehoefte. We doen dit vanuit verschillende groepen, gebaseerd op een verscheidenheid aan interesses en behoeftes.

- Vijf sfeervolle en lichte ruimtes voor o.a. de Herenclub, de Damessalon, het Kook-Café en de groep Meebewegen.
- Maatwerk activiteiten aanbod rondom: sport, spel & ontspanning, kennis & zingeving, kunst & cultuur.
- Deelname mogelijk vanuit financiering Wmo, Wlz of Pgb.
- Wmo dagbesteding is voor ouderen uit de gemeente Nijmegen zonder indicatie kosteloos toegankelijk. Ook vanuit de gemeente Berg en Dal zijn klanten onder Wmo dagbesteding van harte welkom. Hiervoor is wél een indicatie nodig.



Professor Cornelissenstraat 2
6524 PJ Nijmegen
024-3279 279
dagbesteding@obg.nu
www.obg.nu/dagbesteding



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

mijnzonnebank

Zeker bruin
voor € 10,-

Verkooppunt van
Devoted Creations
zonproducten

Met
zonnekaart
voor maar
€ 8,-



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

Dé verfspécialist sinds 1919



De
**NIJMEEGSE
VERFFABRIEK**
ANNO 1919

voor bedrijven
en particulieren,
ook verhuur van
steigers

www.denijmeegseverffabriek.nl

CUIJK WOONT

'GOEDKOPER WONEN
DICHTBIJ DE STAD'

NIJMEGEN

CUIJK

15 MINUTEN



15 MINUTEN



30 MINUTEN



CUIJK DOET!

WWW.CUIJKWOONT.NL

SATURDAY **20 JULY** 2019
AUTOTRON DEN BOSCH

ELECTRONIC FAMILY

AIDA

ELECTRONICFAMILY.NL



FIRST
EUROPEAN
SHOW
EVER!

FERRY CORSTEN PRESENTS:

SYSTEM F LIVE!

PREVIOUSLY ANNOUNCED: **ABOVE & BEYOND**
MORE TO FOLLOW!

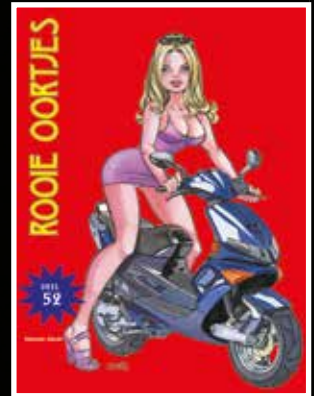
Heb jij ook lente

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

kriebels?

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 partner qualitytime aan elkaar besteden? Dan is deze Grey Box iets voor jullie.



€ 29,95

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



Donderdag 11 APRIL CABARESTAFETTE

De formule van Cabarestafette is simpel: drie aanstormende cabarettalenten, voor de prijs van één. Een mooie kans om kennis te maken met cabaretiers. Vaak gaat het om winnaars van de verschillende cabaretfestivals. Ontdek drie aanstormende talenten voor de prijs van één! Elke avond betreden drie nieuwe talenten het podium, elk met een geheel eigen stijl. De deelnemers zijn vaak winnaars van verschillende cabaretfestivals. De Cabarestafette geeft hen de kans om voor een groot publiek te spelen, podiumervaring op te doen en hun spel te verfijnen.

Wie jong, bruisend cabarettalent wil ontdekken, komt naar de Cabarestafette.

Datum: 11 april

Tijd: 20.00 uur

Entree: € 21,-, € 18,50, € 16,-

Locatie: Stadsschouwburg

Donderdag 18 april

BUNUEL IN THE LABYRINTH OF THE TURTLES

Een geweldige Spaanse film waarin de beroemde surrealistische filmmaker Buñuel gevolgd wordt op een cruciaal moment in zijn carrière.

Een fantastische vertelling, de meester van het surrealisme waardig. Met het maken van een documentaire in het armste gebied van Spanje wordt Buñuel volwassen als mens en kunstenaar. Hij zet de waarheid op expressionistische wijze naar zijn hand, maar leert ook dat hij met zijn talent iets kan betekenen voor andere mensen. Buñuel belandt midden in een persoonlijk en financiële crisis. Na het enorme schandaal die de film L'Age d'Or veroorzaakte, gemaakt door Buñuel en Salvador Dali samen, zat Buñuel volkomen aan de grond. De extreem arme bewoners wonen er in middeleeuwse omstandigheden in een labyrint van piepkleine hutjes. De beelden van toen zijn nog steeds bijzonder indrukwekkend en hartverscheurend. Alsof je in een tijdmachine bent gestapt. Door in kleurrijke animatie te verbeelden hoe deze originele zwartwit beelden tot stand kwamen en soms gecreëerd werden, krijgt de film een bijna zelfde surrealistische kwaliteit als de films waar Buñuel zo beroemd om zou worden.

Datum: 18 april

Entree: € 10,00

Locatie: Lux



CARDO THEATER

THE KIK HERTAALT!

11 APRIL

In het nieuwe seizoen houdt The Kik vast aan het idee om in hun theatershows iets totaal anders te brengen dan op de reguliere podia en festivals. Hun optredens als huisband van De Wereld Draait Door kregen bekendheid omdat de band maandelijks bekende hits hertaalde en daarmee anticeerde op de gesprekken aan tafel. Hierna kwam van vele kanten de vraag om liedjes van een nieuwe, Nederlandse tekst te voorzien. Zo ontstonden de afgelopen jaren meer dan veertig nieuwe liedteksten die veelal vaak eenmalig werden uitgevoerd bij onder andere Giel Beelen (Schuilen Bij Jou, In Your Arms van Chef' Special), De Beste Zangers Van Nederland (Wat Je Achterliet, Rolling In The Deep van Adèle), Radio 1 (Bankje In De Zon, Sunny Afternoon van The Kinks) en De Zomer Voorbij (Het Wordt Weer Zomer, Massachusetts van The Bee Gees). Voor dit nieuwe programma maakte The Kik een selectie uit dit repertoire en vertelt Dave von Raven op humoristische wijze de achterliggende verhalen.

Datum: 11 APRIL 2019, 20.30 uur
Plaats: Nijmeegsebaan 9, Groesbeek
Kosten: € 20,10
www.cardotheater.nl



CARDO
THEATER

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



7 APRIL DE POORT WEER OPEN!

In een notendop krijg je te zien wat er allemaal op het programma staat bij Kasteel Hernen in 2019. Naast natuurlijk de rondgang met de 'pratende' lamp zijn er allerlei ambachtsdemonstraties, historische figuren, middeleeuwse kluchten, kinderactiviteiten, speciale rondleidingen, boswandelingen en nog veel meer.

*Kasteel Hernen
13.00 – 17.00 uur
kijk voor tarieven op
de site*



14 APRIL OPEN DAG VASIM

Op deze jaarlijkse open dag van Cultuurspinnerij de Vasim zullen de Vasimmers hun ateliers openen, kunsten vertonen, demonstraties geven en natuurlijk is er ook ruimte voor een drankje en muziek in het zonnetje! Wat dacht je van jongleren, acrobatiek, muziek, theater,

workshops en gezelligheid op het terras? Een feest voor jong en oud!

*Cultuurspinnerij
De Vasim
13.00 – 19.00 uur
gratis toegang*



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

A photograph of four women in swimwear relaxing in a swimming pool. They are leaning on the edge of the pool, smiling, and looking towards the camera. The water is clear and blue.

Sanadome

HOTEL & SPA NIJMEGEN

Ontspan in thermaal water

Weg door Jonkerbos 90, Nijmegen | www.sanadome.nl | 365 dagen per jaar geopend | elke dag badkledingdag!

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

**Ruime
collectie
merken bij**

Janssen Juweliers



Exclusief bij Janssen Juweliers verkrijgbaar
de nieuwste collectie **ESPRIT** modellen.

Tevens **HET** adres voor al uw reparaties!

Altijd goed voor een briljant idee.

Burchtstraat 59, Nijmegen | **024-8458123**



1ste
Paasdag
Paasbrunch
€19,⁵⁰ pp

Maak kans op een:

Lunchplank

Voor 2 personen
inclusief welkomst bubbel

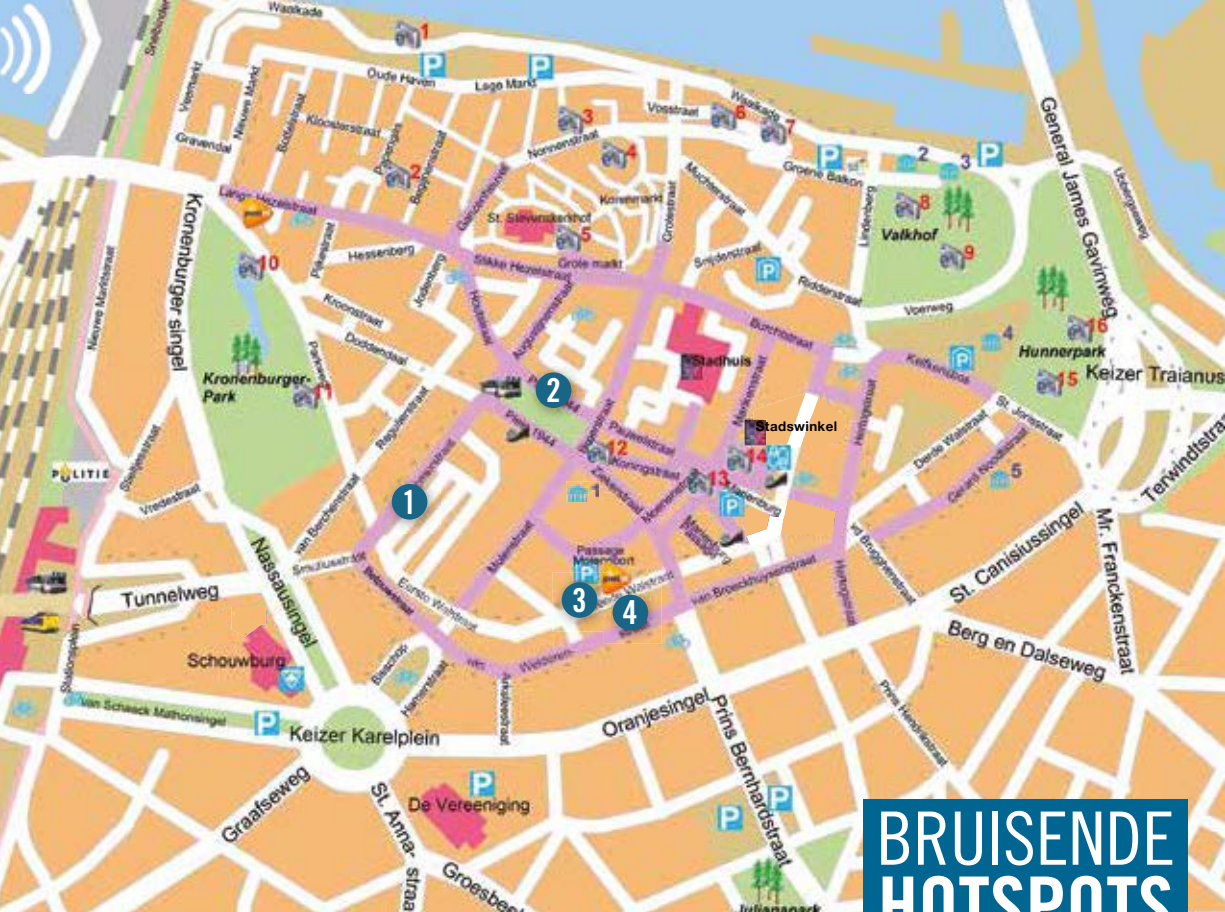


q s o e p e n m g s e
b g r o e s b e e k j
d r k l u n c h x u h
e s o o k y t q u a c
s n a o f t h m n y c
s a i l d f j u d n a
e o f s a j i w r w o
r h f f f d e e u m c
t k y n v o e s s b u
s f y t m x x s s l d
x t c t s j m y j i c

lunch
sfeervol
salades
koffies

broodjes
desserts
soepen
groesbeek

Streef 7 van de 8 woorden in de puzzel weg.
Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 mei
de oplossing in op onze site: www.nijmegenbruint.nl



BRUISENDE HOTSPOTS

Legenda

	Winkelstraten		Gemeentelijk gebouw		Bezienswaardigheid
	Parkeergarage		Politie		Museum
	Parkeerplaats		Postkantoor		Busstation
	Fietsenstalling		Treinstation		Bioscoop
	Bibliotheek		Casino		
	VVV				

1. Labyrinth
2. Protestants Weeshuis
3. Synagoge
4. Commanderie van St. Jan/ Stadsbrouwerij
5. Historische gebouwen / St. Stevenskerk
6. Brouwerhuis
7. Besiendershuis
8. St. Nicolaaskapel
9. Barbarossaruïne
10. Kruittoren
11. Rondeel
12. Bedriegertjes
13. Arsenaalpoort
14. Mariëburgkapel
15. Keuperstoren
16. Belvédère

1

GRIEKSE SPECIALITEITEN

RHODON

RESTAURANT NIJMEGEN



Rhodon | Bloemerstraat 30-34, Nijmegen
024 -36 08 818 | www.rhodonnijmegen.nl

2

FOTO VERWEIJ

- ✓ Al 85 jaar de beste service
- ✓ 5 jaar garantie
- ✓ Vakkundig advies van onze experts
- ✓ Beste prijs garantie
- ✓ Grootste assortiment in de regio

OLYMPUS Canon FUJIFILM Nikon Panasonic SONY



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

4

Pen Shop

sinds 1954

van Welderenstraat 40
6511 MN Nijmegen
024 322 90 32
www.penshop-nijmegen.nl



PANNENKOEKENRESTAURANT

't Hoogstraatje

PEOPLE  ENJOY
PANCAKES  FUN

Smakelijk Eten

100% KWALITEIT

HARTELIJK WELKOM

SINCE 1991

't Hoogstraatje

PANNENKOEKENRESTAURANT



BUT FIRST,
Let's have
a pancake

Hoogstraat 3 • Nijmegen • [024] 360 46 59
info@hoogstraatje.nl • www.hoogstraatje.nl

PANNENKOEKENRESTAURANT

't Hoogstraatje