

NIJMEGEN 

JANUARI 2020 WWW.NIJMEGEN-BRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

*Uitgerust het
nieuwe jaar in!*

Even bijkomen van
de drukke feestmaand

*Nieuwste
woontrends
voor 2020*



Gaastra

Shop nu
online
met 40%
korting

NAUTIC FASHION.ONLINE
is een Nederlandse
online outlet van het
maritieme en nautisch
georiënteerde outdoor
modemerk GAASTRA.

We richten ons op
het aanbieden en
leveren van deze
stijlvolle producten
voor outdoor-
activiteiten tegen
geweldige prijzen.



BRUIST
Deal

40% korting
PROMOCODE: BRUIST
SHOP NU OP
NAUTIC FASHION.ONLINE

NAUTIC FASHION.ONLINE is
een Nederlandse online outlet
van het maritieme en nautisch
georiënteerde outdoor modemerk
GAASTRA.

We richten ons op het aanbieden
en leveren van stijlvolle
producten voor
outdooractiviteiten
tegen geweldige prijzen.

NAUTIC FASHION
ONLINE

hello@nauticfashion.online
NAUTIC FASHION.ONLINE



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 buurt van de Marikenstraat 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!

Gewoon 'goed' is voor ons niet goed genoeg

Exclusiviteit, sfeer en service zijn al ruim acht jaar de kernwaarden van Rivière Maison Marikenstraat. Samen met zijn team staat eigenaar Henny van Straaten zeven dagen per week voor alle klanten klaar.

Sfeer & beleving

"Met onze winkel willen wij inwoners van Nijmegen en de wijde omgeving een interieurmerk bieden waar een breed publiek een 'feel good' associatie bij heeft", vertelt Henny. "Sfeer en beleving staan bij ons dan ook zeer hoog in het vaandel. Niet alleen qua producten, maar ook wat het winkelconcept betreft. Een team stylisten werkt continu aan een sfeervolle inrichting van de winkel om zo onze klanten te inspireren."

"Wij hebben gevoel voor stijl, oog voor detail en liefde voor het product."

Stylingideeën & advies

Bij Rivière Maison Marikenstraat vinden klanten een uitgebreide collectie aan meubels en accessoires die elke week wordt aangevuld met nieuwe producten. "Acht keer per jaar wordt de collectie – en de winkel – zelfs compleet vernieuwd. Onze medewerkers hebben tal van stylingideeën



RIVIÈRE MAISON

en geven je graag advies bij het vinden van een origineel cadeau of bij het uitzoeken van je eigen interieur. En stalen krijg je desgewenst tijdelijk mee naar huis." De interieurdesigners van Rivière Maison Marikenstraat kunnen bovendien gratis en geheel vrijblijvend 3D tekeningen maken waardoor je een goede indruk krijgt van hoe de nieuwe meubels in jouw huis kunnen staan.

Topservice

Dat service ook een zeer belangrijk aspect is bij Rivière Maison Marikenstraat blijkt alleen al uit het feit dat ze een dertig dagen retour garantie bieden. "Meubels worden daarnaast – waar ook ter wereld – thuisbezorgd en bij aankopen boven de € 750,- is dit in Nederland, België en Duitsland zelfs geheel gratis. Want gewoon 'goed' is voor ons niet goed genoeg!"



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
Rivière Maison
Samo Fashion
Sandwich
Scapino
Sissy Boy
s.Oliver
State of Art
van Uffelen
Ysveld Fysio
Zeezicht



8



11



14



win

12



42



23

COLOFON

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout
T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl
www.nederlandbruist.nl
f nederlandsbruist

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Jordy Damen
THEMATEKSTEN Maaïke van Helmond
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Maaïke van Helmond
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Jos Hammink, Ingrid Hoogerdijk

EINDREDACTIE Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook.com/NijmegenBruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl of bel Rick van Bijnen, 06-42720775 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2020. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Alkmaar Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootste 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 is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Bruisende lezer,

Om te beginnen: gelukkig nieuwjaar! Hopelijk heb je net als wij volop genoten van de decembermaand en alle bijbehorende warmte en gezelligheid. Voor ons ligt weer een compleet nieuw jaar dat wij, zoals je van ons gewend bent, bruisend tegemoetzien.

Ben jij eigenlijk al klaar voor 2020? En is je woning dat ook al? Niet? Dan heb je geluk! Verderop in deze nieuwste editie van Bruist geven we je namelijk diverse tips om je woning eenvoudig 2020-proof te maken.

Als het aanpassen van je woning een van je goede voornemens is voor dit nieuwe jaar, dan kun je daar beter maar meteen mee beginnen. Uit onderzoek is namelijk gebleken dat slechts acht procent van de mensen zich daadwerkelijk langdurig aan hun goede voornemens houdt. Dus hoe sneller je dit voornemen af kunt vinken, hoe beter!

Gelukkig kunnen wij je garanderen dat wij zeker wél bij die acht procent horen. Wat ons goede voornemen dan is? Elke maand weer een bruisend magazine voor je samenstellen, met veel bijzondere ondernemers uit jouw regio. Benieuwd naar wat we nog meer voor je op papier hebben gezet? Lees dan vooral verder...

Veel leesplezier!
Lea en Marcel Bossers

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Rijk van Nijmegen Bruist en De Overbetuwe Bruist.

Inhoud

Is *jouw woning* al 2020-proof?

Is jouw goede voornemen om je inrichting nu eindelijk eens die langverwachte make-over te geven? Lucky you! Speciaal voor jou zetten we namelijk een aantal woontrends voor 2020 op een rijtje. Laat je inspireren...

Trend: groen!

En dan hebben we het niet over de kleur groen, maar over duurzaam wonen. Een trend die tot uiting komt in het gebruik van natuurlijke materialen zoals hout, linnen, hennep en riet, maar ook in de keuze voor handgemaakte producten en het toepassen van bijvoorbeeld ledlampen en zonnepanelen.

Trend: ronde vormen

Een trend die doorzet in 2020 is de voorkeur voor ronde vormen. Heb je strakke, hoekige meubels en wil je die liever niet vervangen? Geen probleem! Door het toevoegen van ronde accessoires zoals kleden, lampen of kussens maak je het al een stuk zachter.

Trend: slim wonen

Er zijn steeds meer technologische snufjes die wonen een stuk aangenamer kunnen maken. Van gordijnen met een afstandsbediening tot verlichting die je bedient met je telefoon. Gemak dient de mens.

Trend: multifunctioneel

Steeds meer mensen wonen op een klein oppervlak. Om dit te compenseren zien we dat men kiest voor een slimme en multifunctionele inrichting. Hierbij kun je denken aan een uitklapbare eettafel, een salontafel met opbergruimte of de ruimtebesparende 'fiets aan de muur'-trend. Klein, maar fijn!

Trendkleuren: warme tinten

Ook kleuren zijn van grote invloed op je interieur. Dit jaar kiezen we wederom massaal voor warme tinten zoals terracotta, okergeel en oudroze, zo is de verwachting. Of je dit nu subtiel doet door de kleuren terug te laten komen in accessoires of het meteen wat grootser aanpakt, is geheel aan jou.

Wat de trends ook zijn, het belangrijkste blijft dat jij kiest voor een interieur dat bij jou past. Toch liever vierkant en harde knalkleuren? Doen! Dat is dan gewoon jouw persoonlijke trend voor 2020.

Wil jij meer weten over de trends voor 2020? Op www.nederlandbruist.nl vind je altijd wel een interieurspecialist in jouw regio die je hier uitgebreid over kan informeren.



3 maanden proberen

Betalen? Pas als we aan jouw wens voldoen!

Wij bellen graag aan voor een
gratis waardebeoordeling.

www.fransknorthmakelaardij.nl

0481-763963

No cure, no pay!



AANBIEDING!

Een proefbehandeling nu voor € 35,-
Kom je samen? Dan betaal je € 30,-^{PP}



Waarom klanten BeautyFirm! waarderen

Wil je afvallen of gewoon wat strakker in je vel zitten? BeautyFirm! uit Beuningen is in de afgelopen jaren uitgegroeid tot een begrip voor mensen die dat graag willen.

Door het gebruik van ultrasound en elektrostimulatie bereikt BeautyFirm! spectaculaire resultaten. Ook de gezichtsbehandelingen - waarbij de gezichtshuid door middel van LED-licht, in combinatie met collageen, gladder en strakker wordt - zijn inmiddels veelgeprezen. Met een behandeling van BeautyFirm! kom je dus letterlijk én figuurlijk beter in je vel te zitten en dat vinden de klanten van BeautyFirm! zelf ook!

Waarom klanten BeautyFirm! waarderen

"Bij BeautyFirm! merk je direct de hoge persoonlijke betrokkenheid; er wordt gekeken wat voor jou het beste is! Je wordt warm ontvangen, het is er gezellig en er is sprake van een strak resultaat!"

"Ik ben moeder en echtgenote. Ik werk en heb een druk leven. Voor mij is het uurtje bij Marieke echt een uurtje ontspanning terwijl er juist heel stevig aan mijn lijf wordt gewerkt. Met de handige tips en adviezen is dit voor iedereen te doen. Het afvallen gaat goed, maar vooral belangrijk; ik val af op de plaatsen waar ik het nodig vind!"

"Inmiddels zo'n 6 weken verder ben ik ruim 8 kilo en 48 cm omvang kwijt. Mijn huid ziet er zoveel mooier en strakker uit!"

"Bij BeautyFirm! voel ik mezelf heel erg welkom en het is voor mij écht een verwenmoment. Marieke is ontzettend enthousiast en zorgzaam. BeautyFirm! helpt me op een positieve manier om mijn doel te bereiken. Dan zie je zelf het resultaat en voel je het verschil!"

SUSTOILABLE: NATUURLIJK PUUR!

Goede huidverzorging kan ook met pure, natuurlijke producten. Geen gedoe met toevoegingen, kleuren en geuren. De producten van sustOILable bieden uitstekende verzorging voor het hele lichaam: verzorgende huid- en haarolie (in stijlvolle, navulbare pipetflesjes), handgemaakte stukken zeep, heerlijke geuroolie en natuurlijk wasmiddel (wasnoten). Laat je verrassen door de pure producten!

www.sustOILable.com



LEZERSACTIE

Wil jij kans maken op een natuurlijk verzorgingspakket?

De producten van sustOILable bieden uitstekende verzorging voor het hele lichaam. Van huid- en haarolie en handgemaakte zeep tot natuurlijk wasmiddel (wasnoten).

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #SUSTOILABLE naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



win

BIOLOGISCHE PASTA

Een chocoladepasta zonder palmolie, conserveringsmiddelen en kunstmatige smaakstoffen. Deze Nocciolata van Rigoni di Asiago bestaat alleen uit biologische ingrediënten. Er is ook een melk-vrije versie. Liever witte Nocciolata? Die is er! Met meer hazelnoten en 30% minder suiker. www.rigonidiasiago.nl/nocciolata



Bruisend het nieuwe jaar in!

BELEEF KOFFIE

De koffiemachine van JURA maakt van koffiedrinken weer een beleving. Met één touch op het strakke kleurendisplay kun je kiezen uit twaalf verschillende koffiespecialiteiten van Zwitserse kwaliteit. Alle specialiteiten zijn ook nog eens naar wens in te stellen (koffiesterkte, temperatuur en hoeveelheid melk). www.jura.com/nl



BRUIST Deals

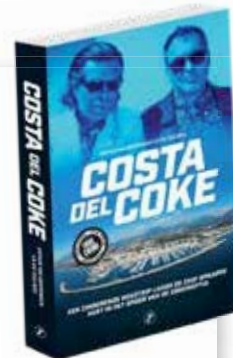
Ook deze maand hebben we weer enkele mooie Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Ga naar www.nederlandbruist.nl/lezersacties en profiteer van mooie kortingen van onze bruisende ondernemers.

LEZERSACTIE

Maak kans op het boek Costa del Coke.

Een zinderende roadtrip langs de Zuid-Spaanse kust in het spoor van de cokemaffia, geschreven door Arthur van Amerongen en Ivo Teulings. Aangeboden door Uitgeverij Just Publishers.

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #COSTA DEL COKE naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



SHOPPING/NEWS

LEZERSACTIE

Heeft u borstkanker (gehad) of kent u iemand met borstkanker? U maakt nu kans op een speciaal boezemkussen.

Stichting Boezemkussen maakt hartvormige kussens die klachten in oksel- en borstgebied na borstkanker verlichten. Aangeboden door JouwTransformatie.nl

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! **Of stuur je gegevens o.v.v. #BOEZEMKUSSEN naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



GEZOND H2O

Het drinken van Kangen Water® bestaat in Japan al meer dan 40 jaar. Kangen - een Japans woord - betekent terug naar de bron. Hiromari Oshiro maakte zich als doel om gezond water met een hoge pH-waarde voor iedereen toegankelijk te maken en ontwikkelde een machine die dit mogelijk maakt. Zo ontstond het Kangen Water®-apparaat. Kraanwater gaat door een actief koolstoffilter, waarbij het filter onzuiverheden, zware metalen, eventuele pesticiden en hormonen uit het water filtert. Belangrijke mineralen die ons lichaam nodig heeft, worden niet gefilterd.

Ga voor meer informatie naar www.waterdetox.nl. Rob Pessers, 06-54605704.



GENIETEN VAN BLIXEMSE KWALITEIT!

BliXem is een maatschappelijke onderneming met een eetcafé, waar je ook mooie cadeaus vindt, en een cateringbedrijf.

BliXem Eetcafé is van 09.00 tot 21.00 uur geopend voor ontbijt, lunch, borrel en diner. Uiteraard behoort een kopje koffie met gebak ook tot de mogelijkheden.

Dineren of borrelen met een groter gezelschap? Het is ook mogelijk BliXem besloten af te huren, informeer via etcafe@blixemnijmegen.nl

De kracht van BliXem? Die zit in onze mensen!

Het favoriete product van Mandy: de biologische kaarsen van 'My Flame'. "Ik heb de kaarsen gekozen, omdat die zorgen voor warmte tijdens de wintermaanden."



CATERING



EETCAFÉ



CADEAUS



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.

Wil jij snel en veilig afvallen?

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, die het oppervlakkige huidweefsel niet aantast. Wanneer vetcellen worden blootgesteld aan extreme kou wordt een natuurlijk verwijderingsproces op gang gebracht. 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 (bevoren), 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 en is nagenoeg geschikt voor iedereen. 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.

Heb je interesse?

We zien je graag bij Huidverzorging Studio Kitty!



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



BLOEZEN.NL

De specialist in zakelijke
damesoverhemden.



seidensticker

ISAAXSEN

byMi
HAMBURG

MILANO
ITALY



Traditioneel worden op 6 januari, **Driekoningen**,
de kerstboom en de kerstversiering opgeruimd.
Hier langer mee wachten zou ongeluk brengen.

Januari is de maand van de goede voornemens.
Slechts 8% van de mensen houdt zich hier ook echt langdurig aan.
Misschien is het daarom ook wel de maand waarin de meeste
chtscheidingen plaatsvinden.

Klein wonen is de trend. Steeds meer mensen kiezen er
daarom voor om in zogenaamde **tiny houses** te gaan wonen.
Volwaardige woningen, maar dan in het klein.

Een slimme, **multifunctionele inrichting**
kan heel wat ruimte besparen.

'Blue monday', oftewel de meest deprimerende dag
van het jaar, valt dit jaar op maandag 20 januari.

Jongens die in januari zijn geboren,
trouwen vaak met een 'oktobermeisje'.

18 januari is het weer internationale **Winnie de Poeh**-dag.
Poeh-poeh, wat een dag!

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit 4 sterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*



Maak jouw keuze uit onze collectie winterjassen

WARM BLIJVEN



Tijssen
Mode

Burchtstraat 30, Nijmegen | 024 322 2481

@Tijssenmode.nl



Het Rijk Mannengoed

Burchtstraat 22, Nijmegen | 024 322 5188

@HetRijkMannengoed



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.

Peter Uil

Bij PhysioFlex kunt u ook voor andere klachten behandeld worden. Met behandelmethodes:

OriGENE THERAPIE

DRY NEEDLING

MANUELE THERAPIE



PhysioFlex
Fysio en Rugexperts | Houdt u in beweging

Haterseweg 10, Nijmegen
024-6757897 / 06-14857431
info@physioflex.nl | www.physioflex.nl

Rug- of nekkachten?

Laat ze behandelen met de OriGENE behandeling!

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 te behandelen.

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."

Maak nu een
AFSPRAAK OP
WWW.PHYSIOFLEX.NL
of bel 024-6757897
06-14857431



PhysioFlex
Houdt u in beweging!

PRACHTIGE KEUKENS OP MAAT

Voor wie van **KLASSE** en **KWALITEIT** houdt



HG WOONIDEE®

HG Woonidee | Edisonstraat 4, Wijchen | 024 641 99 19 | www.hgwoonidee.nl

22

DAGJE UIT IJSBEELDEN FESTIVAL



Het Nederlands Ijsbeelden Festival is een uniek winterevenement voor jong en oud! Tot en met zondag 1 maart zijn de IJsselhalen in Zwolle omgetoverd tot een adembenemende wereld van kraakhelder ijs en glinsterende sneeuw. De beste ijskunstenaars ter wereld zijn hier rondom het thema 'R-ijs door de tijd' aan de slag met 275.000 kilo ijs en 275.000 kilo sneeuw en bouwen ijs- en sneeuwsculpturen tot wel zes meter hoog.

Om lange wachtrijen te voorkomen tijdens dit unieke winterevenement wordt er dit jaar gewerkt met tijdsblokken. Bestel een ticket voor de datum en het tijdsblok van jouw keuze en geniet zolang je wilt van deze magische wereld.

Kijk voor meer informatie op www.ijsbeelden.nl

FILMPJE KIJKEN DOLITTLE

BINNEN/BUITEN



Na het verliezen van zijn vrouw zondert John Dolittle (Robert Downey Jr.), een dokter uit het Victoriaanse tijdperk, zich af van de wereld met enkel zijn exotische dieren als gezelschap. Wanneer de jonge koningin Victoria echter ernstig ziek wordt, wordt John gedwongen af te reizen naar een mythisch eiland om op zoek te gaan naar een remedie. Tijdens zijn zoektocht wordt hij vergezeld door een jonge leerling en een hoop dieren, waaronder een angstige gorilla, een vrolijke ijsbeer, een enthousiaste eend, een cynische struisvogel en een eigenzinnige papegaai.

Dolittle draait vanaf 16 januari in de bioscoop.

BOEKJE LEZEN DANIEL ARÉVALO



Chris en Alice zijn gelukkig getrouwd, hebben een dochtertje en verwachten een tweede kind. Dan wordt Alice gebeld dat Chris een auto-ongeluk heeft gehad op een plek waar hij volgens Alice helemaal niet langs zou komen. Ze wordt gegrepen door het verlies, maar ook door de angst dat hun relatie niet zo perfect was als het leek. Alice gaat op zoek naar antwoorden en volgt zijn laatste reis tot aan het epicentrum van het mysterie: Robin-eiland, Cape Cod, Massachusetts. Tijdens haar zoektocht dringt zich de vraag op: hoe goed kende ze haar man? Hoe goed kent ze zichzelf?

Alice op het eiland van Daniel Arévalo ligt vanaf medio januari in de boekhandel.

23

Gran Canaria is het eiland waar de zon vrijwel het hele jaar schijnt en waar je heerlijk kunt genieten van zon, zee en strand. **In vier uur vlieg je al naar deze ideale vakantiebestemming.**

De familie Van Lanen kocht en renoveerde het afgelopen jaar zes bungalows in Maspalomas, naar de wensen en eisen van deze tijd. Het resultaat is een prachtig complex van zes bungalows met een zwembad en een geweldig uitzicht. Zie voor meer info www.vistabellabungalows.eu

VOEL JE THUIS!

RUST, LUXE
EN EEN ADEM-
BENEMEND
UITZICHT



BRUIST
Deal

1-SLAAPKAMERAPPARTEMENT

€ 85,-
per nacht*

2-SLAAPKAMERAPPARTEMENT

€ 105,-
per nacht*

PROMOCODE: BRUIST

**RESERVEER NU VIA
WWW.VISTABELLA-
BUNGALOWS.EU**

* Boek voor minimaal 3 dagen.
Check de site voor meer informatie
over onze bungalows.

Calle Nestor de la Torre 4,
Maspalomas Gran Canaria
+31 (0)6 34 74 74 18
www.vistabellabungalows.eu

Buiten genieten tijdens ieder seizoen

In ons assortiment vind je de mooiste tuinhuisjes, tuinhuizen met veranda, buitenkamers, veranda's, garages en carports en nog veel meer. Alles wordt op maat gemaakt en vakkundig geplaatst door eigen monteurs.

Wil je meer inspiratie opdoen voor dit jaar? Kom dan naar onze showroom, wij helpen je graag verder. Deze geeft een goede indruk van de hedendaagse mogelijkheden op het gebied van sfeer, duurzaamheid en functionaliteit. Wij luisteren, geven je persoonlijk advies en zoeken samen met je naar het optimale ontwerp dat geheel is afgestemd op jouw wensen.

Jan de Boer
tuinhuizen

 Celsiusstraat 8, Wijchen  www.jandeboertuinhuizen.nl

 024 - 6416466  info@jandeboertuinhuizen.nl

*Het team van Jan
de Boer Tuinhuizen
wens iedereen een
voorspoedig 2020!*



En dan is het *winter*

Het is koud, guur, de feestdagen zijn voorbij en de januarimaand is volop bezig. Maar ja, deze maand moeten we toch door, dus aan Blue Monday of andere sombere dagen, daar doen we gewoon niet aan. Stay positive!

1. Couture Blush van Yves Saint Laurent, € 48,50 www.ysl.com

2. Clean it Zero Foam Cleansing Water van Banila Co, € 22,50 www.douglas.nl

3. L'Absolue Rouge Ruby Cream van Lancôme, € 35,50 www.lancome.nl

4. Clarity Peptides van Medik8, € 64,50 www.medik8.nl

5. Baked highlighter palette van essence, € 8,99 www.essence.eu

6. Geurkaars van Cire Trudon, € 85,- www.debijkorf.nl

7. Verstevigende Gezichtsolie van Weleda, € 27,99 www.weleda.nl

8. 4-In-1 Eye Palette Place de l'Opéra Rose Nude Edition van Bourjois, € 23,99 www.bourjois.com/be-nl

9. Birch Algae Facial Soap van Mádara, € 7,95 www.debijkorf.nl

10. Essie nailpolish dont't be choco-late, € 9,99 www.essie.nl

Eerst denken, dan doen!



Peter

Klantgericht, betrouwbaar en kwaliteit. Dat zijn de kernwoorden voor Schilderwerken Gebr. Rutten. Een duurzame relatie met onze klanten, daar doen wij het voor. Wij leveren daarom ook graag een totaalpakket voor al uw schilderwerken. Vakwerk, het hele jaar door! Van een eerste stijl- en kleuradvies tot complete organisatie van uw project, van schilderwerk tot afwerking, van nieuwbouw tot monumentaal werk, van groot onderhoud tot 24-uurs-klantenservice. Geniet van uw woning, zowel van buiten als van binnen. In zomer en winter.

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



SCHILDERWERKEN
GEBR. RUTTEN



Kliniek
Heyendael

Cosmetische Plastische Chirurgie

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk: dat is Kliniek Heyendael. Een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie.

Bij Kliniek Heyendael houden we ons iedere dag bezig met professionele behandelingen om mensen hun zelfvertrouwen terug te geven.

Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Neuscorrectie
- Liposculptuur/Lipofilling
- Spataderbehandeling
- Ooglidcorrectie ▶**
- Facelift (MACS-lift)
- Borstverkleining
- Rimpelbehandeling
- Armlift - Halslift
- Contourverbetering
- Oorcorrectie
- Labiacorrectie

We hopen je binnenkort te mogen verwelkomen!
Plastisch chirurg Frans Straten



Parklaan 70, Groesbeek (Nabij Nijmegen)

Ooglid-correctie?

Stoor jij je aan je oogleden? Heb je bijvoorbeeld een vermoeide uitstraling of hoofdpijnklachten? Een ooglidcorrectie kan dan een goede oplossing zijn. Na een ooglidcorrectie heb je weer een open en frisse blik.

Bovenooglidcorrectie

Door het slapper worden van de huid gaan je oogleden hangen. Hierdoor beperken ze je zicht en geven ze een vermoeide of een verouderde uitstraling. Verslappung van het bovenooglid kan worden gecorrigeerd tijdens een bovenooglidcorrectie.

Onderooglidcorrectie

Ook de huid onder je ogen kan gaan hangen, zo ontstaan de zogenoemde wallen. Stoor je je hieraan? Dan kun je een onderooglidcorrectie overwegen. Deze behandeling geeft je een uitgeruste en frisse uitstraling. Deze ingreep kan eventueel gecombineerd worden met een bovenooglidcorrectie.

Overweeg je een ooglidcorrectie?

Tijdens een persoonlijk consult met onze plastisch chirurg worden je wensen uitgebreid besproken en al je vragen beantwoord.

Neem gerust contact op met onze consulente voor het inplannen van een vrijblijvend en kosteloos consult via 024 - 845 05 06 of door middel van ons contactformulier.

Betrouwbare en betaalbare ooglidcorrectie.

Voor meer info
024 - 845 05 06

info@kliniekheyendael.nl | 024 - 845 05 06 | www.kliniekheyendael.nl

Van 12 tot en met 16 december 2019 vond 's werelds grootste premium lifestyle beurs Masters of LXRY weer plaats in de RAI in Amsterdam. Vijf dagen lang konden bezoekers zich tijdens The LOVE Edition onderdompelen in de liefde van wereldmerken, shows, primeurs, charity, glamour, design, entertainment en gastronomie. Tijdens de VIP Night spraken wij met dé man achter Masters of LXRY: Yves Gijrath.

LOVE
edition

Masters of LXRY 2019 bruijt!

Hoe verklaar je het succes van Masters of LXRY?

Niemand in de hele wereld doet het zoals wij het doen. Boten naast de satébar, sterrenchefs die bij auto's staan... Alles wat niet logisch is, hebben wij op onze geheel eigen manier logisch gemaakt. Beursorganisatoren uit het buitenland snappen er helemaal niets van. Die zeggen "dat willen wij ook". Maar wij blijven het gewoon hier doen en zeggen "kom maar naar ons". Onze kracht zit echter ook in de variëteit. En in de enorme gezamenlijkheid die we met elkaar hebben.

Wat maakt dit jaar anders?

We hebben bewust gekozen voor het thema LOVE. Liefde is iets waar we zeker in het huidige tijdperk behoefte aan

hebben. Uiteindelijk zoeken we allemaal naar verbinding. Daarbij maakt het niet uit waar je vandaan komt of wie je bent. Die boodschap willen we dan ook meegeven. Als we gewoon aardig zijn tegen elkaar, hebben we allemaal een leuk leven en daar gaat het uiteindelijk om.

Hoe kan ik als ondernemer deelnemen aan Masters of LXRY?

Ons belangrijkste criterium is kwaliteit. We leggen de lat behoorlijk hoog. Het is niet zo dat je per se een Porsche moet zijn. We willen ook mensen die debuten een kans geven, maar dan moet je wel laten zien wie je bent. Durf origineel en creatief te zijn. Uiteraard binnen het domein dat we bestrijken, maar dat is zo gigantisch groot, daar is heel veel vraag naar.

"Samen
zoeken naar
verbinding"



Runderreepjes en roerbakgroenten in boekweitpannenkoek

BEREIDING

Vermeng de kruiden met de olie en zout en giet dit over de vleesreepjes. Vermeng goed en laat even staan tot verder gebruik.

Doe de meel, bloem en zout in een kom en klop er de melk en ei door tot een glad beslag. Verwarm een beetje van de boter of olie in een grote koekenpan en bak op hoog vuur 4 grote pannenkoeken. Dek ze af met aluminiumfolie en houd ze warm tot verder gebruik.

Verwarm een eetlepel olie in de wok en roerbak de runderreepjes in twee porties een minuut op hoog vuur. Voeg de groenten toe en roerbak nog 2 minuten mee. Leg de pannenkoeken op borden en schep er een lepel vlees en groenten op.



Eet smakelijk,
Bas Derksen

Op onze website vind je nog meer recepten met onze biologische producten.



Recept VAN DE MAAND



INGREDIËNTEN voor 4 personen

1 eetl. olie - snuf zout - 1 eetl. boembœ saté-kruiden - **400 g biologische runderreepjes**
100 gr boekweitmeel - 100 gr tarwebloem
snuf zout - 5 dl melk - 1 losgeklopt ei
1 eetl. olie of vloeibare boter
250 gr kant-en-klare Oosterse roerbakgroenten



De Groene Weg

BIOLOGISCHE SLAGERIJ

Groenestraat 189, Nijmegen

024-355 50 60

nijmegen@degroeneweg.nl

www.nijmegen.degroeneweg.nl

Drijf de decemberstress van je af...

Hoe leuk december ook is, het is en blijft óók een ontzettend drukke feestmaand waarin we rennen van de ene sociale ‘verplichting’ naar de andere. Januari is dus dé maand om even heerlijk bij te komen na al die hectiek.

Nu kun je dat bijkomen natuurlijk op heel veel verschillende manieren doen, maar een optie die steeds meer aan populariteit wint, is het zogenaamde floaten. Bij floaten drijf je - zonder prikkels om je heen - op een laag zout water dat verwarmd is tot lichaamstemperatuur. Iets wat we al kennen van het drijven op de dode zee, maar wat nu dus ook gewoon in Nederland kan in een speciale floatcabine, een thermaalbad of een zoutwaterbad.

Alleen met het water

Het voordeel van floaten in een speciale floatcabine is dat je hierheen volledig wordt afgesloten van alle prikkels (zoals geluid, licht en zwaartekracht) om je heen. Je bent als het ware alleen met het water en je gedachten en kunt volledig ontspannen. Hierdoor wordt het door sommige mensen ervaren als zweven.

Het gevoel van even gewichtloos zijn, werkt zeer ontspannend en rustgevend. Een uur floaten zou dan ook gelijkstaan aan maar liefst drie tot vijf uur slapen.

Nog meer voordelen

En dat is niet het enige voordeel van floaten. Het heeft namelijk ook een positief effect op stressklachten, (chronische) pijn, je concentratievermogen, je slaappatroon, je creativiteit, de bloedsomloop, sportprestaties en het bevordert het herstel van je spieren na (intensief) sporten. Niet zo vreemd dus dat (top)sporters het floaten al jaren geleden hebben ontdekt. Nog een pluspunt: tijdens het floaten komt er heel wat endorfine vrij. Dit zogenaamde gelukshormoon geeft je een gevoel van euforie en zorgt er ongetwijfeld voor dat je alle stress van de decembermaand weer van je af kunt schudden.

Benieuwd of je ook bij jou in de buurt kunt floaten? Via www.nederlandbruist.nl vind je heel wat heerlijke wellness aanbieders. Reken maar dat daar ook een ‘float adresje’ tussen zit.

EEN UUR
FLOATEN STAAT
GELIJK AAN
DRIE TOT VIJF
UUR SLAPEN



**SUZY GLAM EYEWEAR
VERKRIJGBAAR BIJ HARTING OOGMODE**



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

Pigmentvlekken...

Wat kun je eraan doen?

ontdek skincare en treatments tegen pigmentvlekken

De cosmetisch artsen KNMG en huidtherapeuten van de Van Rosmalen Kliniek krijgen regelmatig de vraag of er iets aan zichtbare pigmentvlekken gedaan kan worden. Vaak is het erg storend in je gezicht, hals en/of decolleté en kan het ervoor zorgen dat de huid een stuk ouder lijkt.

Skincare

Ten eerste is het belangrijk om je huid dagelijks te beschermen tegen de zon met een antioxidant en een SPF, zelfs in de winter! Daarnaast is het essentieel om je huid te exfoliëren, het oppervlakkig pigment wordt daardoor afgestoten en je huid wordt egalier! Ook kun je bestaande pigmentvlekken corrigeren met de juiste skincare die het pigment oplicht.




Treatments

Voor de beste resultaten is het raadzaam om dagelijkse huidverzorging met regelmatige behandelingen te combineren. De Van Rosmalen Kliniek voert effectieve IPL- en peeling behandelingen uit die pigmentvlekken zichtbaar doen vervagen.

Wil jij ook van je pigmentvlekken af?

Maak dan vandaag nog een afspraak bij de ervaren en gecertificeerde huidtherapeuten van de Van Rosmalen Kliniek voor een persoonlijk consult met een huidanalyse. Hierbij wordt er een passend behandelplan met skincare advies voor jouw huid opgesteld!

Van Rosmalen Kliniek Nijmegen | Prins Bernhardstraat 2, Nijmegen
024 7411 000 | info@vanrosmalenkliniek.nl | www.vanrosmalenkliniek.nl

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

38



Bruist wenst
alle lezers een
bruisend
nieuw jaar



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

39

Oliebollen op? Uitbuiken, afvallen, geen alcohol?

WIJ HEBBEN
EEN UITGEBREID
ASSORTIMENT AAN
ALCOHOLVRIJE
DRANKEN!



En wat dacht u van Alcoholvrij bier!

- Alcoholvrije Tripel • IPA • Bok • Porter van Braxzz • van de Streek IPA • Muifel crazy IPA.
- Weihestephaner en Jever zonder alcohol

Wijn:

Vini Vici sparkling White en Rosé: €6,99

Vintense chardonnay, sauvignon blanc, merlot, cabernet sauvignon, rose: €4,99

Vini Vici Chardonnay en Cabernet Sauvignon: €5,99

Aldea : Spaanse Verdejo en Tempranillo: €6,99



Of een borrel: Crodino, Sanbitter, Pimento

Ook voor uw alcoholvrije aankopen
bent u bij ons aan het goede adres!
100% plezier, 0,0% alcohol

wijnhandel
"In de Blauwe Druif"



Webshop:
www.wijnhuisnijmegen.nl

FIT het nieuwe jaar in

Toch wat te veel gegeten tijdens de feestdagen en is je goede voornemen om die overtollige kilo's zo snel mogelijk kwijt te raken? Diëten is een optie, maar je kunt natuurlijk ook de sportschool in om die vetcellen om te zetten in spiermassa.



De een zweert bij fitness, de ander moet er niet aan denken, terwijl het je een enorme boost kan geven als je het toch doet. Vooral als je ziet dat al dat trainen effect heeft. Hoe je het snelst effect bereikt, is voor iedereen anders. Het belangrijkste is dat je je eigen doel voor ogen houdt en je niet te veel spiegelt aan anderen.

Kracht & cardio

Wil je spieren kweken, focus je dan op krachttraining. Je conditie verbeter je met cardio-oefeningen. Als afvallen het belangrijkste doel is, dan kun je het best beide disciplines combineren. In een goede sportschool loopt gelukkig altijd wel iemand rond die je hierover kan adviseren.

Blijf realistisch

En verwacht nu niet meteen een wonder na een paar keer trainen. Al die spierbundels waar je je misschien stiekem toch aan spiegelt (niet doen!), hebben jaren hard aan hun lichaam gewerkt. En niet iedereen heeft nu eenmaal de tijd om vijf dagen per week te sporten. Train gewoon zo vaak als binnen jouw leven past en blijf realistisch, dan is de kans het grootst dat je het leuk blijft (of gaat) vinden.



Jelte
Sportinstructeur

GA FIT HET NIEUWE JAAR IN, SPORT NU 1 MAAND GRATIS!

*“Met een persoonlijk sportplan op maat
help ik je jouw sportdoelen te halen” - Jelte*

Sanasport bevindt zich in Sanadome Hotel & Spa Nijmegen.
Kijk voor meer informatie en alle voorwaarden op www.sanasport.nl
Deze actie is geldig t/m 29 februari 2020.

Sanasport Health Club / Weg door Jonkerbos 90 / 6532 SZ Nijmegen

Health Club
SANASPORT

Een nieuw *begin*

Heerlijk, een nieuw jaar, nieuw begin. Een lege pagina. Wat staat er op je wensenlijst voor 2020? Wat ga je doen? En ook belangrijk, wat wil je vooral niet meer doen? Denk je hier wel bewust over na? En handel je er ook naar? Of doe je maar wat en laat je de dagen aan je voorbijgaan?

Geniet je wel voldoende? Waar word je eigenlijk blij van? Stel dat je over twaalf maanden terugkijkt op 2020, hoe zag het aankomende jaar er dan uit? Doe je ogen dicht en denk er eens bewust een paar minuten over na. Wat wil je écht? Wat vind je belangrijk? Heb je plannen en concrete doelen voor 2020? En ik bedoel geen loze goede voornemens. Wat ga je doen?

Nu je dit leest lijken dit wellicht oppervlakkige woorden, maar ze zijn van onschatbare waarde als je er serieus over gaat nadenken en er vooral ook iets mee gaat doen.

Stel dat je leven een boek is en jij bent de schrijver van het verhaal. Hoe wil jij dan dat het verhaal verloopt? 365 lege pagina's. Het is aan jou.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

www.meditationmoments.com



ELÁTE fashion for women

LIU·JO PATRIZIA PEPE ALIX
THE LABEL
SET SILVIAN HEACH
KOCCA InWear UNO de 50

Van Broeckhuysenstraat 44 Nijmegen

Homemas

VAGE KLACHTEN ZONDER OORZAAK?

Vage klachten zijn westers 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

mijnzonnebank
wenst u een
gelukkig nieuw
jaar!

Zeker bruin
voor € 10,-

Met
zonnekaart
voor maar
€ 8,-

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



COLUMN/MENDY BOSCH

Als een kip zonder kop

Ken je de Snickers-reclame nog? Joan Collins duikt op in een kleedkamer vol zwetende mannen en gedraagt zich als een bitch. Maar na de eerste hap Snickers verdwijnt Joan en keert de voetballer terug. Hij was zichzelf niet, hij had honger!

Jezelf verliezen

Schijnbaar kun je jezelf verliezen en je gedragen op een manier die niet bij je past. Je schiet uit je slof tegen je puber, je zegt ja op een klus die je helemaal niet wilt of je eet het hele pak koekjes leeg, terwijl je na de eerste al wilde stoppen. Je gedrag wordt gekaapt door je emoties en je handelt als een kip zonder kop.

Inhibitie

Als je tot tien telt, creëer je de mogelijkheid om de touwtjes weer in handen te nemen en je eigen gedrag te bepalen. Die kleine pauze geeft je de kans om wat afstand te nemen van je gevoelens. Even stilstaan om te kijken of je echt nog een koekje wilt, of het akkefietje met je zoon een ruzie waard is en waarom je zo opziet tegen die opdracht. Het vermogen om niet meteen te reageren noemen we inhibitie en is net zo trainbaar als spierkracht en uithoudingsvermogen. Meditatie en mindfulness zijn bekende trainingsmethoden, maar er zijn er meer. Mind your Movement traint opmerkzaamheid in beweging. Voor meer informatie verwijst ik je graag naar mijn website.



Mendy Bosch

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

Voor meer informatie kijk op de website www.mendybosch.com

NU NIEUW IN NIJMEGEN: ONBEPERKT DEFINITIEF ONTHAREN VANAF € 69,00

Onbeperkt definitief ontharen met IPL

Deze unieke actie houdt in dat u éénmalig het bedrag betaalt. Daarna kunt u **onbeperkt** gebruik maken van deze behandeling, zonder verder bij te hoeven betalen, uw leven lang. **Profiteer dus van deze actie en bel met 0486 - 43 60 11 voor een afspraak!**

Hele lichaam	€ 1.299,00	Bovenlip	€ 119,00
Wenkbrauwen	€ 69,00	Oksels	€ 149,00
Grote tenen	€ 49,00	Bikinilijn smal	€ 129,00
Voeten compleet	€ 89,00	Bikinilijn breed	€ 169,00
Rondom de tepel	€ 79,00	Onderrug	€ 159,00
Navelstreepje	€ 89,00	Hele armen	€ 249,00
Handen en vingers	€ 79,00	Onderbenen	€ 219,00
Borsten vrouw	€ 129,00	Bovenbenen	€ 219,00
		Hele benen	€ 369,00

Dienstencentrum OBG, daar krijg je de ruimte *huur*



In de
avonduren en
weekenden
volop ruimtes
te huur

Dienstencentrum OBG is méér dan alleen het Oud Burgeren Gasthuis. Want naast 'wonen met zorg', is Dienstencentrum OBG óók een 'Wijk- Werk- en Ontmoetingscentrum'.

- Gratis flexwerkplekken in Grand-Café de Borger.
- Ruimtes te huur voor een 1-op-1 coachinggesprek, workshop, vergadering, presentatie of (koor)repetitie (voor 1 tot 101 personen).
- Zeer scherpe verhuur-uurtarieven en catering naar wens.
- Alle ruimtes rolstoeltoegankelijk.
- Gratis parkeren en een eigen Breng-flexbushalte voor de deur.



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

CARDO THEATER

WAAR WERELDEN BIJ ELKAAR KOMEN
VERRASSEND – UNIEK – ORIGINEEL

WWW.CARDOTHEATER.NL
JE KAN HET NIET MISSEN!

CARDO
THEATER

DATUM	VOORSTELLING	TICKET PRIJS
16-01	Cardo Piratenfestijn met Jannes e.a.	Cardo Piratenfestijn € 17,50
30-01	Enge Buren	Basta! € 16,50
07-02	Joris Linssen & Caramba	Raak! € 17,50
12-02	Martijn Koning	Koning van de Toekomst € 17,50
18-02	Jeans	Heartbeat € 12,50
06-03	Loco Loco Discoshow	Dance Dance Dance € 15,00
18-03	The Bentleys	To Liverpool and Back € 17,50
09-04	Jason Bouman, Bloed, Zweet en Tranen	Heel Cardo zingt Hazes € 17,50
19-04	GOOG & Marco Bakker	Voorjaarsconcert € 17,50
14-05	Kees van Amstel	Een Bang Jongetje Dat Hele Enge Dingen Doet € 16,50
28-05	Abba Fever	Live in concert € 17,50

Tickets zijn verkrijgbaar op www.cardotheater.nl
Cardo Theater, Nijmeegsebaan 9, 6561 KE Groesbeek

WWW.LARGERTHANLIFE.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!



ONTBIJT
1ste zondag
van de maand
HIGH TEA
CADEAUBON
(ieder bedrag mogelijk)

DAGELIJKS
OM 10.00 UUR
GEOPEND

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

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

www.dethornschemolen.nl

Dagelijks t/m 31 januari 2020 WAAL ONDER

Duik in de verborgen wereld van vissen! In deze sfeervolle, interactieve familievoorstelling belichten we het onderwaterleven in de Waal.

Het leven in de Waal is gevarieerder en rijker dan je denkt. 'Waal Onder' brengt het leven van maar liefst 40 soorten inheemse vissen in beeld. Zo is er een levensgrote 3D-print van een steur te zien, een primeur in Nederland! Visdeskundige Karel Kieuw neemt je mee op een zoektocht naar de Natte 12, de twaalf trekvisvissen die in de Waal voorkomen. Met korte filmpjes leidt hij je naar het centrale punt van de tentoonstelling: het interactieve spel 'Swim Fish Swim'. En in de Waal Experience tenslotte, heb je geen duikbril nodig maar een 3D-bril. Hiermee kun je een kijkje onder water nemen en zo zelf ervaren hoe het is om als trekvis naar de zee te zwemmen. Er gaat een wereld voor je open!

Dagelijks t/m 31 januari 2020

Tijd: 17.00 - 20.00 uur

Locatie: De Bastei, Lange Baan 4, Nijmegen

Info: www.debastei.nl



Zaterdag 25 januari 2020 LASERGAMEN IN DE CONCERTZAAL

Tijdens het Theaterweekend wordt de Concertzaal omgetoverd tot lasergame area. Verschuil je achter theaterstoelen en sluit door de zaal door de zaal op zoek naar je tegenstanders. Het lasergamen vindt op 25 januari van 12:00 tot 17:00 plaats in De Vereniging en is onderdeel van het Nationaal Theaterweekend dat op 25 en 26 januari in heel Nederland wordt georganiseerd.

Elk uur zijn er 4 rondes van 15 minuten. Per ronde zijn er 20 guns in het spel. De prijs betreft 3 euro per ronde. **Wie jong, bruisend cabaretalent wil ontdekken, komt naar de Cabarestafette.**

Datum: Vrijdag 25 januari 2020

Tijd: 17.00 - 20.00 uur

Entree: Gratis

Locatie: Concertgebouw De Vereniging, Keizer Karelplein 32h, Nijmegen

Info: www.stadsschouwburgendevereniging.nl

CARDO THEATER

WAAR WERELDEN BIJ ELKAAR KOMEN
VERRASSEND - UNIEK - ORIGINEEL

PIRATENFESTIJN

MET JANNES EN VELE ANDEREN

DONDERDAG 16 JANUARI

Na een uiterst succesvolle en oergezellige eerste editie van het Cardo Piratenfestijn begin dit jaar, keert het feest het komende seizoen terug naar het Groesbeekse.

Tijd: 20:30 uur. **Ticket:** € 17,50. Sta concert

ENGE BUREN

BASTA!

DONDERDAG 30 JANUARI

De afscheidstournee vol anekdotes, onthullingen en verhalen over ruim 25 jaar succesvol toeren, is slechts 1 seizoen te zien en daarmee BASTA!

Tijd: 20:00 uur. **Ticket:** € 16,50

Nijmeegsebaan 9, Groesbeek

Tickets zijn verkrijgbaar op

www.cardotheater.nl

WWW.CARDOTHEATER.NL
JE KAN HET NIET MISSEN!



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



4 JANUARI LEUKE KNUTSELACTIVITEIT

Zin in een leuke knutselactiviteit? Op 4 januari, in de kerstvakantie, kunnen kinderen vliegtuigjes vouwen en parachuteutjes maken. Voor gezinnen met kinderen vanaf 8 jaar is er ook een supertoffe escaperoute. En natuurlijk kun je ook de tentoonstellingen bezoeken. Genoeg te beleven!

*Museum Kasteel Wijchen;
13.00 – 17.00 uur;
inbegrepen in het museumticket*



26 JANUARI EEND IS BOOS 2+

Kom tijdens de Nationale Voorleesdagen naar deze leuke interactieve voorstelling. Eend heeft haar dag niet, want niemand wil met haar spelen...Maar niet getreurd, poppentheater de Kletskous geeft een vrolijke draai aan het verhaal over Eend.



Kom je ook kijken hoe het af zal lopen?

*Bibliotheek de Mariënburg;
9.15 – 10.00 uur;
leden € 4;
overige bezoekers € 5*

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

A photograph of three women in a spa or wellness center. They are using Contoura machines, which are white and blue. The woman in the foreground is smiling and resting her head on her hand. The woman in the middle is looking towards the camera. The woman in the background is also smiling. The machines have a glass enclosure and a blue cushioned seat.

2020: Tijd voor een gezond en mooi lijf

CONTOURA
FIGUURBEHEERSING

Contoura wenst u
een gezond, gelukkig
en slank nieuwjaar!

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