

NIJMEGEN 

MAART 2020 [WWW.NIJMEGEN-BRUIST.NL](http://WWW.NIJMEGEN-BRUIST.NL) GRATIS MEENEMEN!

# BRUIST

Ga jij voor  
*standaard?*

Hoera, het  
is bijna  
*lente!*



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](http://www.marikenstraat.nl) houden we je op de hoogte van alle evenementen, activiteiten, nieuwtjes & gebeurtenissen in de meest bruisende straat van Nijmegen!

# Een complete Sissy-Boy beleving

“Er staan ontzettend mooie dingen te gebeuren voor Sissy-Boy Nijmegen”, vertelt storemanager Maarten Cornax trots. “Vanaf dit najaar kunnen onze klanten zich onderdompelen in een complete Sissy-Boy beleving.”

Nog even geduld tot het zover is, maar tot die tijd kun je nog gewoon terecht in de Sissy-Boy winkel aan de Koningstraat. “Hier verkopen wij dames- en kinderkleding, accessoires en een selectie interieurartikelen, allemaal in onze eigen, unieke Sissy-Boy stijl.” Daarnaast kun je sinds enkele maanden in Nijmegen ook terecht in de Sissy-Boy outlet aan de Marikenstraat 37. “Hier vind je nu nog onze oude collecties tegen super aantrekkelijke prijzen.”

‘De nieuwe winkel wordt nóg mooier dan de huidige winkel al is’

### Nieuwe winkel

In het najaar zal deze outlet echter plaatsmaken voor een totaal nieuwe Sissy-Boy winkel. “In dit pand gaan we namelijk een complete Sissy-Boy beleving creëren. De beschikbare ruimte is een stuk groter dan in onze huidige winkel waardoor we de kledingcollecties niet alleen uit kunnen



SISSY-BOY

breiden en herenkleding aan het aanbod kunnen toevoegen, maar waardoor we ook veel meer van onze interieurcollectie kunnen laten zien. Het wordt een echte conceptstore waar je straks ook terecht kunt voor een goede kop koffie en wellicht zelfs voor een heerlijke lunch. Uiteraard drink je die koffie dan uit kopjes uit onze eigen collectie en zit je op Sissy-Boy stoelen om de ervaring compleet te maken.”

### Klaar voor de toekomst

Maarten en de rest van het team van Sissy-Boy Nijmegen hebben ontzettend veel zin om met z'n allen deze mooie, nieuwe uitdaging aan te gaan. “We zijn klaar voor de toekomst en kunnen nu al bijna niet meer wachten tot het zover is. Maar tot die tijd staan we natuurlijk gewoon voor onze klanten klaar in de winkel aan de Koningstraat en in de outlet aan de Marikenstraat, precies zoals klanten van ons gewend zijn!”



Betty Barclay  
Bever  
Cape Cod Fashion  
Charlie & Goods  
Claudia Sträte  
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  
Riviera Maison  
Samo Fashion  
Sandwich  
Scapino  
Sissy-Boy  
s.Oliver  
State of Art  
van Uffelen  
Ysveld Fysio  
Zeezicht



# Ervaar **het echte Ibiza** bij **HOTEL GARBI**

Hotel Garbi, het viersterrenhotel aan Playa d'en Bossa, het populaire strand van Ibiza. 'Garbi' betekent letterlijk 'zuiver'. Het hotel heeft dan ook een hippe, moderne en frisse uitstraling. Je hebt keuze uit standaardkamers, superior, suite en premium suite met bubbelbad en uitzicht op het strand. Met ons gezin verblijven wij er twee weken.

Je kunt kiezen voor half board. Dat wil zeggen inclusief ontbijt en diner. Ondanks dat het hotel volgeboekt is, merk je de drukte niet. Dit geeft een zeer relaxed gevoel en het personeel is overal supervriendelijk. Bij het zwembad zijn er genoeg bedden. Tevens zijn er tweepersoons Bali bedden te huur inclusief Cava Sangria.

Garbi Chill Out Lounge en tevens restaurant, ligt aan het strand en heeft een spectaculair uitzicht op zee. Tijdens de lunch genieten wij van geweldige gerechten. Een populair gerecht is de Poke Bowl. Daarnaast heeft dit restaurant een aparte bar voor

cocktails maar ook gezonde smoothies. In de avond is er live muziek of speelt er een DJ.

Het hotel heeft een Spa en gasten kunnen gratis gebruikmaken van het binnenzwembad en sauna. Daarnaast biedt het hotel ook diverse schoonheidsbehandelingen, yoga en massages. Hotel Garbi is verder de perfecte uitvalsbasis om de rest van het eiland te verkennen. Discotheken zoals Ushuaia en Hi Ibiza zijn op loopafstand te vinden.

Wij hebben ontzettend genoten van ons verblijf bij Hotel Garbi. Het is dus zeker een aanrader.

**Marcel, Lea, Tessa & Lidiano**



BRUISEND/BEZOEK

**KOMENDE ZOMER ZIJN  
WE WEER VAN DE PARTIJ!**



Kijk voor meer informatie op [www.hotelgarbi-ibiza.com](http://www.hotelgarbi-ibiza.com)

Calle de La murtra 5, 07817 San Jordi, Ibiza | [info@garbi-hotel.com](mailto:info@garbi-hotel.com) | +34 971 300007



8



21



26



18

win



23

# COLOFON

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

**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  
**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. Nijmegen Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



Foto: Ron Eskens soopictures.nl

Het is bijna zover... de winter gaat weer plaats maken voor de lente! En hoewel maart de buienmaand bij uitstek is, merk je aan alles dat we weer richting de warmere maanden van het jaar gaan. Heerlijk! Wat ons betreft kan dat voorjaar niet snel genoeg zijn intrede doen.

Voor veel mensen vormt het voorjaar dé aanleiding voor een grote schoonmaak in huis. Maar ook om het interieur eens goed onder de loep te nemen. Wordt het niet weer eens tijd voor wat nieuws?

## Bruisende lezer,

Voor iets anders dan anders? Dan kan maatwerk de oplossing zijn voor jou. Een kast of bijvoorbeeld deur op maat zorgt namelijk gegarandeerd voor een unieke en persoonlijke uitstraling. Daarover vertellen we je dan ook graag wat meer.

Zo blijven we je elke maand verrassen met de meest inspirerende verhalen. Met de lente in onze kop bruisen wij weer van de ideeën, net als alle ondernemers die ook deze maand weer hun verhalen met je delen. Zoek dus een heerlijk plekje in het (bijna) voorjaarszonnetje, sit back, relax en geniet van deze nieuwste editie van Bruist.

**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



# 'Op maat gemaakt'

Deuren, je kunt ze in verschillende soorten en maten kopen. Standaardmaten welteverstaan. Maar wat nou als jouw huis geen standaard deurmaten kent? Of als je gewoon iets anders dan anders wilt? Maatwerk is het antwoord!

Vooral in oudere woningen willen de deurmaten nog weleens afwijken van wat tegenwoordig als standaard wordt beschouwd. Maar ook in modernere huizen met hoge plafonds is er allesbehalve sprake van standaardmaten. In dergelijke gevallen ontcom je er bijna niet aan om de hulp in te schakelen van een maatwerkspecialist die voor jou een deur op maat maakt.

## Uniek & persoonlijk

Groot voordeel daarvan is dat je de deur volledig af kunt stemmen op jouw wensen. Niet alleen de maat is immers aan te passen, maar ook het volledige uiterlijk van de deur. Het materiaal, de kleur, het deurbeslag, wel of geen glas (en wat voor glas). Je kunt het eigenlijk zo gek niet bedenken of er is vast wel iemand die het voor je kan maken. Maatwerk zorgt voor een unieke en persoonlijke uitstraling. Dat is dan ook meteen de reden waarom veel mensen toch voor deuren op maat kiezen terwijl ze gewoon een huis hebben met standaardmaten.

## Kasten op maat

En dat geldt niet alleen voor maatwerkdeuren, maar eigenlijk voor al het maatwerk in je woning. Zo kiezen ook steeds meer mensen voor maatwerkkasten die bijvoorbeeld perfect in die ene hoek in de woonkamer passen, of onder dat schuine dak in de slaapkamer, of in die nis in de gang, om maar wat voorbeelden te noemen. Helemaal nu kleiner wonen de trend lijkt te zijn, geven maatwerkkasten niet alleen een unieke touch aan je interieur, maar zorgen ze er ook nog eens voor dat je optimaal gebruik maakt van de beschikbare ruimte.

## Prijskaartje

Een belangrijke afweging is (tenzij maatwerk echt noodzakelijk is) of je er dat extra geld voor over hebt. Vaak hangt er namelijk wel een iets hoger prijskaartje aan een maatwerkdeur of -kast. Maar heb je dat er voor over, dan is maatwerk altijd een meerwaarde voor je interieur.

Ben jij ook op zoek naar maatwerk voor in jouw huis?  
Op [www.nederlandbruiist.nl](http://www.nederlandbruiist.nl) vind je altijd wel een maatwerkspecialist in jouw regio.

MAATWERK  
ZORGT VOOR EEN  
UNIEKE TOUCH

# Staatje hogere kunsten!



Super trots dat wij als Nijmeegs Schilderbedrijf de Stevenskerk mochten schilderen. 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](http://www.gebr-rutten.nl)



SCHILDERWERKEN  
GEBR. RUTTEN

**Eerst denken, dan doen!**

## Hulp bij het leasen van een E-bike.

In 2020 is het heel eenvoudig om een fiets te leasen, met kortingen tot wel 40 procent! Je gaat slechts 7 procent bijtelling betalen en je kunt al een e-bike leasen vanaf €25 per maand. De e-bike kun je zelfs privé gebruiken.

Ga naar: [www.brouwerbikestore.nl](http://www.brouwerbikestore.nl) & download de gratis handleiding.

Je leest daar alles over het leasen van een e-bike voor werkgevers en werknemers en wat de voordelen zijn.



**Brouwer**  
— Bike Store Lent —

## Exclusieve actie voor Bruist lezers!

Neem Bruist mee naar onze winkel en ontvang drie servicebeurten t.w.v. **€180 GRATIS** bij aanschaf van een E-bike.

### Waarom Brouwer Bike Store?



30+ jaar ervaring



Gratis haal- en brengservice



Persoonlijke begeleiding proefrit



Gegarandeerd onderhoud door specialisten



Lentse Tuinstraat 13a  
6663 BG Lent



024 324 3988



[info@brouwerbikestore.nl](mailto:info@brouwerbikestore.nl)



### HAUTE COUTURE

Stolichnaya Vodka vormt de basis voor de heerlijkste cocktails voor alle seizoenen. De Haute Couture wordt gereserveerd met Stoli Cucumber, dry white vermouthe en komkommersliertjes op een spiesje. Voor wie het graag wat zoeter heeft, is de 'Strike A Pose' een aanrader. Dit is een lekkere mix van Stoli Vodka met vers limoensap, siroop en verse limoen. Enjoy! [www.stoli.com](http://www.stoli.com)



### LEKKER PITTIG

Al sinds 1994 brouwt de Scheldebrouwerij heerlijke karaktervolle biertjes. Probeer eens het heerlijke biertje Oosterstout. Dit pittige biertje kent een zoete smaak door karamel. Ideaal voor op een terrasje tijdens de eerste zonnestralen!

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

## BRUIST Deals

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

# Het voorjaar hangt in de lucht!

win

### LEZERSACTIE

**Maak nu kans op luxeuze huidverzorgingsproducten van MGC Derma**

Het merk is ontwikkeld door experts op het gebied van natuurlijke huidverzorging en ze hebben gebruik gemaakt van de meest hoogwaardige ingrediënten.



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. #MGC naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### KLAAR VOOR ROKJESDAG

Dit voorjaar introduceert Wilkinson een nieuw lid uit haar Intuition-familie: de Intuition Complete.

Dit roze scheermes speciaal voor vrouwen heeft vijf Skin Perfect-mesjes en een slanke scheerkop, waardoor je nu nog makkelijker bij de lastig bereikbare plekjes komt. Zo zijn jouw benen, oksels en intieme delen in een handomdraai spring ready!

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



### LEZERSACTIE

**Maak kans op één van de 10 Hop On Hop Off tickets van Dordrecht Tours.**

Ontdek Dordrecht en omgeving op een originele manier. Aangeboden door:



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. #DORDRECHTTOURS naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### LEZERSACTIE

**Maak kans op een Wilkinson Intuition F.A.B. scheermesje.**

Dit systeem scheert moeiteloos in beide richtingen - f(orwards) a(nd) b(ackwards). Je had nog nooit zo snel een gladde huid.



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. #FAB naar [prijsvraag@nederlandbruist.nl](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl).**

### MANNEN MET BAARDEN

Het Britse mannenmerk Bulldog biedt een ruim assortiment aan mannelijke verzorgingsproducten. Mannen met baarden vinden het wel zo fijn om hun baard goed te verzorgen.

Bulldog heeft een 2 in 1 shampoo die aloë vera, kamille olie en groene thee extracten bevat. Zo kun jij met een frisse en verzorgde baard de deur uit. [www.bulldogskincare.com](http://www.bulldogskincare.com)





3 maanden proberen

Betalen? Pas als we aan  
jouw wens voldoen!

Wij bellen graag aan voor een  
gratis waardebeoordeling.

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

0481-763963

No cure, no pay!



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](http://www.studiokitty.nl)

# 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 (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 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!





# Grüner Lente

Wij kunnen niet wachten tot de lente begint

wijnhandel  
"In de Blauwe Druif"

Webshop:  
www.wijnhuisnijmegen.nl



Met deze wijnen proef je het lentezonnetje al in je glas!



Leth  
Grüner Veltliner  
van € 7,49  
voor € 6,99



Gritsch Kalmück  
Grüner Veltliner  
van € 11,99  
voor € 10,99  
Doos (6) € 60,-



Schlumberger  
Grüner Veltliner  
van € 11,99  
voor € 9,99

## 1 maart is in Nederland nationale complimentendag.

Mensen die in maart geboren zijn, zijn volgens antropoloog Gerhard Weber over het algemeen **langer** dan gemiddeld.

Oudere huizen kennen vaak geen standaardmaten, **maatwerk** is daarvoor de oplossing.

Internationale **Vrouwendag** wordt elk jaar gevierd op 8 maart. Op deze dag vragen vrouwen wereldwijd aandacht voor onder andere gelijkheid en economische zelfstandigheid.

Maart is de buienmaand bij uitstek. Vandaar ook de uitspraak 'maartse buien en aprilse grillen'.

21 maart is het weer zover: het is **lente!**

Met een maatwerkkast kun je invulling geven aan loze ruimtes waardoor je de beschikbare ruimte **optimaal benut**.

In het laatste weekend van maart wordt in de nacht van zaterdag op zondag **de klok** een uur vooruitgezet.

**Lammetjesmaand** is een van de vele bijnamen van de maand maart.

# 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!*





# Blixem



## GENIETEN VAN Blixemse KWALITEIT!

Blixem is een maatschappelijke onderneming met een eetcafé en een cateringbedrijf en je kunt er terecht voor mooie cadeaus. Blixem Catering heeft een uitgebreid assortiment aan broodjes, deze zijn te bestellen via het formulier op [www.blixemnijmegen.nl](http://www.blixemnijmegen.nl). Handig bij bijvoorbeeld vergaderingen of feestjes, en maatschappelijk verantwoord! **De kracht van Blixem? Die zit in onze mensen!**

Het favoriete apparaat van Erdal: de frituur!  
Hiermee maak ik van alles voor Blixem Catering en Blixem Eetcafé, bijvoorbeeld deze chipjes van zoete aardappel!



CATERING



EETCAFÉ



CADEAUS



# SCHUIFDEUREN / INBOUWKASTEN

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

## HG WOONIDEE®



# Ben jij een Beauty Professional?

Dan is KUO'S Professional echt iets voor jou!! KUO'S Professional is een gerenommeerd Spaans cosmeticamerk. Een bijzonder merk dat zich niet alleen richt op de huidverbetering, maar op alle aspecten van de uiterlijke verzorging. Met KUO'S Professional is het gebruik van meerdere merken verleden tijd.

KUO'S Professional heeft alles om een salon te kunnen starten of uit te breiden. Denk aan: gezichts-, lichaams-, voet-, hand-, nagel-, sport- en zonproducten!

KUO'S Professional maakt en levert producten die uit natuurlijke en plantaardige ingrediënten zijn ontwikkeld. KUO'S Professional staat voor:

- Zichtbaar en langdurig resultaat
- 100% vegan
- 100% parabenen vrij
- 100% natuurlijk
- 100% dierproefvrij

KUO'S Professional is HET exclusieve merk voor jouw salon!

Heb je interesse in ons merk of wil je het testen, neem dan contact op met Lia, Joyce of Bianca.

Boerhaaveweg 95  
3401 MN IJsselstein  
www.auricskincare.nl  
contact@auricskincare.nl  
030-761 25 70

**AURIC**  
SKINCARE



# DAGJE UIT

## HISWA BOAT SHOW 2020



De HISWA Amsterdam Boat Show is het grootste evenement van Nederland op het gebied van watersport, lifestyle en recreatie. Of je nu op zoek bent naar een nieuwe boot (tot circa 10 meter), onderdelen of accessoires, informatie zoekt voor een bootvakantie, alles wilt weten over de mooiste recreatiegebieden, liefhebber bent van klassieke schepen of zelf een aantal watersporten wilt uitproberen, de HISWA Amsterdam Boat Show is the place to be voor iedere (potentiële) watersportliefhebber! Van 11 tot en met 15 maart vormt de RAI in Amsterdam weer het podium voor 50.000 m² aan watersportplezier.

Kijk voor meer informatie en het bestellen van kaarten op [www.hiswarai.nl](http://www.hiswarai.nl).

# FILMPJE KIJKEN

## ESCAPE FROM PRETORIA

In hun strijd tegen de apartheid verspreiden Tim Jenkin (Daniel Radcliff) en Stephan Lee (Daniel Webber) illegale ANC-pamfletten onder de Zuid-Afrikaanse bevolking. Ze worden op heterdaad betrap en veroordeeld tot een jarenlange gevangenisstraf. Eenmaal onder de vleugels van politiek activist Denis Goldberg besluiten ze samen met medegevangene Alex Moumbaris om een ingenieus plan te bedenken om te ontsnappen. Al snel blijkt de uitvoering een stuk ingewikkelder dan gedacht en moeten er nog vele hindernissen genomen worden...

**ESCAPE FROM PRETORIA draait vanaf 19 maart in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

# BOEKJE LEZEN DE NOBELE AUTIST



Zittend aan het ziekenhuisbed van haar autistische zoon overdenkt een moeder het leven van haar kind. Hij ligt in coma en het is onzeker of hij weer bij bewustzijn zal komen. Ze denkt aan zijn geboorte, zijn jongste jaren en herinnert zich het geluk van het fietsen op de tandem en de ontbijtjes in bed, maar ook de wanhoop, het onbegrip en de angst voor escalaties. Hij dwong haar te focussen, hij liet haar de wereld zien door zijn ogen, zonder zich te laten misleiden door sekse, status, huidskleur of handicap.

**DE NOBELE AUTIST van Romana Vrede is vanaf 3 maart verkrijgbaar in de boekhandel.**



**SUZY GLAM EYEWEAR**  
**VERKRIJGBAAR BIJ HARTING OOGMODE**



Hertogstraat 128, Nijmegen | 024 329 52 00 | [info@hartingnijmegen.nl](mailto:info@hartingnijmegen.nl) | [www.hartingnijmegen.nl](http://www.hartingnijmegen.nl)



# Plaatselijk afslanken? Het kan!

Plaatselijk afslanken? het lijkt te mooi om waar te zijn... Maar dat het kan bewijzen wij bij Beauty Firm

Wij bieden voor mannen en vrouwen 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 en onder de navel
- Lovehandles
- Knieën
- Taille
- Binnenkant dijbenen
- Billen
- Achter- of bovenkant armen

*"Perfekte manier om je vetophopingen te behandelen en aan te pakken!"*

- Simone

*"Door de behandelingen van Beauty Firm ziet mijn huid er mooier en strakker uit"*

- Marjolijn



Eigenaresse Marieke van Beauty Firm







# Lentekriebels

Kun je ook niet wachten tot het voorjaar komt en heb je nu al lentekriebels? Met deze producten laat je de lente gewoon lekker eerder beginnen en stap je straks helemaal voorbereid dit heerlijke seizoen in.

1. Clay And Glow Mask, € 26,50 [www.clayandglow.com](http://www.clayandglow.com)
2. Hydrate & Recharge Shampoo van JOHN FRIEDA®, € 10,99 [www.etos.nl](http://www.etos.nl)
3. Classique Pin-up Eau De Parfum Limited Edition van Jean Paul Gaultier, € 107,05 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
4. ROUGE G Lipstick van Guerlain, Shade € 34,- en Case, € 22,- [www.guerlain.nl](http://www.guerlain.nl)
5. MutinyTM Squalane-Based Alternative Lip Balm van Medik8, € 34,95 [www.medik8.nl](http://www.medik8.nl)
6. kissed by mist front van essie, € 9,99 [www.essie.nl](http://www.essie.nl)

7. Foamie Conditioner Bar, € 4,95 [www.etos.nl](http://www.etos.nl)
8. Cleve Clay Bag van Cowboysbag, € 149,95 [www.cowboysbag.com/nl](http://www.cowboysbag.com/nl)
9. La Vie est Belle Intesément van Lancôme, vanaf € 80,14 [www.lancome.nl](http://www.lancome.nl)
10. Roselift Collagène Jour van Payot, € 79,- [www.payot.com](http://www.payot.com)
11. Sea Horse Plankton Gel Cleanser van Beauty Kitchen, € 17,49 [www.hollandandbarrett.nl](http://www.hollandandbarrett.nl)
12. CHOOSE YOUR Glow! highlighter palette van essence, € 4,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)


# De Alexander Techniek

Bewegen vraagt om spieractiviteit, maar hoeveel kracht heb je eigenlijk nodig? Als je kijkt naar Mathieu van der Poel, dan lijkt het fietsen hem tot het einde toe makkelijk af te gaan, terwijl de laatsten zwoegend over de finish komen. De bekwaamste sporters, kunstenaars, musici, dakdekkers of kleermakers laten hun vaardigheden er uitzien alsof het vanzelf gaat.

Frederick Matthias Alexander ontdekte aan het begin van de twintigste eeuw dat aanspannen veel eenvoudiger is dan ontspannen. Hij was een acteur met stemproblemen die nergens terecht kon voor hulp. Daarom kocht hij een spiegel en bestudeerde zichzelf nauwkeurig. Zo ontdekte hij, in een proces dat maanden duurde, dat zijn nek, schouders, rug en zelfs zijn benen aanspannen als hij sprak. Onwillekeurig deed zijn hele lichaam mee.

Spiëren houden van actie en bewegen zoals een jonge hond dat doet: enthousiast maar onbezonnen. Je hoeft ze niet te stimuleren, je wilt juist overmatige ijver voorkomen. De Alexander Techniek leert je om niet teveel te doen. Bewegen wordt efficiënter en kost minder kracht. Noem het omgekeerde krachttraining: met minder inzet bereik je meer. Dat is het geheim van de topsporter.



**Mendy Bosch**  
 mendyboschmindyourmovement

Voor meer informatie kijk op de website [www.mendybosch.com](http://www.mendybosch.com)



**Kliniek  
Heyendaal**

Cosmetische Plastische Chirurgie

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

Bij Kliniek Heyendaal 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)

# Borst- vergroting?

**Een borstvergroting behoort tot één van de  
meest uitgevoerde behandelingen bij Kliniek  
Heyendaal. Frans Straten is met zijn ruim twintig  
jaar ervaring gespecialiseerd in deze ingreep.**

#### **Wanneer een borstvergroting?**

Veel vrouwen kiezen voor een borstvergroting na zwangerschap of gewichtsverlies. Hierdoor zijn de borsten vaak slapper geworden of (gedeeltelijk) verdwenen. Ook wordt deze operatie vaak uitgevoerd bij vrouwen die niet of nauwelijks borstweefsel hebben. Heb je hier last van of voel je je er onzeker door? Dan kun je een borstvergroting of borstlift overwegen. Een borstvergroting is mogelijk vanaf een leeftijd van achttien jaar.

#### **Overweeg je een borstvergroting?**

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 op onze website.



**Betrouwbare  
en betaalbare  
plastische chirurgie.**

Voor meer info  
024 - 845 05 06

info@kliniekheyendaal.nl | 024 - 845 05 06 | [www.kliniekheyendaal.nl](http://www.kliniekheyendaal.nl)



## Tijssen Mode

- smoking pakket -

Wij helpen u graag bij de zoektocht naar een 'Black Tie' outfit.

### Luxury pakket

€ 499,-

- Smoking & Pochet
- Shirt & Strik
- Zwarte sokken & Lakschoenen

### Excellence pakket

€ 899,-

- Smoking & Pochet
- Shirt & Strik
- Zwarte sokken & Lakschoenen
- Topkwaliteit producten

Neem vrijblijvend contact op voor een afspraak.



# 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.”



informatie en aanmelden  
024-3279255  
Bel dagbesteding OBG

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 255  
dagbesteding@obg.nu  
[www.obg.nu/dagbesteding](http://www.obg.nu/dagbesteding)





DO IT  
YOURSELF!

# Nieuwe kleren? *Maak ze gewoon zelf!*

‘Do it yourself’, oftewel DIY, is hipper dan ooit. Steeds meer mensen kiezen ervoor om zelf dingen te maken. Zo ook kleding. Want waarom kleding kopen als je ook zelf unieke kleding kunt maken?

Misschien zie je bij het zelf maken van kleding meteen het beeld van je moeder of oma achter de naaimachine voor je. Vroeger was het namelijk veel normaler om zelf je garderobe te maken. Een trend die nu weer een ware opmars beleeft, mede doordat duurzaamheid steeds belangrijker wordt.

## Oefening baart kunst

Zelf kleding maken is daarnaast ook gewoon ontzettend leuk. En helemaal niet zo moeilijk als je misschien denkt. Als je met een simpel patroon begint en de lat in eerste instantie niet te hoog legt, zul je zien dat je het naaien al snel onder de knie krijgt. Oefening baart kunst! Mits je goede patronen hebt natuurlijk, maar die zijn tegenwoordig heel eenvoudig online te vinden, in speciale tijdschriften en natuurlijk bij handwerk winkels. Keuze genoeg, dus er zit vast wel een patroon naar jouw wens bij. En het leuke is: je kunt dit nog helemaal eigen maken door de stof (en

de furnituren) die je kiest. In één kleur of met een vrolijk printje, maar net wat jij mooi vindt.

## Unieke kleding op maat

Het lijstje benodigdheden om voor de eerste keer aan de slag te gaan, is gelukkig ook niet heel uitgebreid. Natuurlijk heb je het patroon en geschikte stof nodig en ook een naaimachine is handig, tenzij je alles met de hand wilt doen. Daarnaast is het zeker ook aan te raden om een goede stofschaar aan te schaffen, eventueel een klein schaar, patroonpapier, garen, spelden en naalden, kleermakerskrijt en een meetlint. En dan ben je er eigenlijk al wel. Natuurlijk heb je nog tal van andere gadgets, maar die kun je wellicht beter in een later stadium aanschaffen. Eerst maar eens zien of dat zelf kleding maken ook echt iets voor jou is. Is het antwoord daarop ‘ja’? Dan loop jij binnenkort in unieke kleding, geheel op jouw maat gemaakt.

Wil jij ook zelf kleding (leren) maken? Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je ongetwijfeld een ondernemer in jouw regio die je hierbij kan helpen.

# SANA SHOP

BEACH | FASHION

BY SANADOME

## DE NIEUWE COLLECTIE = BINNEN!

- Ruime collectie voor dames & heren
- Maat 34 t/m 54, cup A t/m G
- Prothese badkleding
- 365 dagen per jaar geopend

### DÉ BADKLEDING SPECIALIST VAN NIJMEGEN

Kom langs in de winkel voor professioneel advies op maat.

### OPENINGSTIJDEN

- Maandag t/m zondag van 9.30 tot 19.00 uur
- Vrijdag en zaterdag koopavond tot 21.00 uur

### SANASHOP BEVINDT ZICH IN SANADOME

Weg door Jonkerbos 90, Nijmegen ■ T (024) 359 74 07



## Vlaamse riblappen

### BEREIDING

Zout en kruid het vlees en braad rondom aan op matig vuur. Blus af met het bier.

Zet de warmtebron laag en laat het geheel ongeveer 2,5 uur (maar langer mag ook) zachtjes pruttelen met de deksel op de pan. Mocht u in het bezit zijn van een snelkookpan, gebruik deze dan. Hierin wordt uw Vlaamse riblap nog lekkerder.

Verkruimel 2 plakken ontbijtkoek en laat dit ongeveer een half uurtje meebraden. Schep de zacht geworden koek het laatste kwartier door de jus om aanbranden te voorkomen. U krijgt dan een hele mooie dikke glanzende saus.

Lekker met rode kool en puree.



**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 kilo biologische riblap**

zout & peper  
1 laurierblad  
1 kruidnageltje  
plak ontbijtkoek  
flesje bruin bier  
50 gram boter



## De Groene Weg

**BIOLOGISCHE SLAGERIJ**

Groenestraat 189, Nijmegen

024-355 50 60

nijmegen@degroeneweg.nl

[www.nijmegen.degroeneweg.nl](http://www.nijmegen.degroeneweg.nl)



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!

DAGELIJKS  
OM 10.00 UUR  
GEOPEND



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



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

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

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



## Gezichtsbehandelingen met een nobelprijs gepatenteerde techniek bij Schoonheidssalon Patrizia Bos



FORLLE'd  
Expert in anti-ageing from Japan

Al 40 jaar zijn wij de specialist op het gebied van huidverbetering en huidverjonging. We volgen de nieuwste ontwikkelingen en zijn dan ook enorm trots dat onze salon als eerste in Nijmegen en omgeving het prestigieuze Japanse huidverbeteringsmerk Forlle'd mag gaan introduceren.

geïoniseerde mineralen. Forlle'd heeft hiermee de meest effectieve non-invasieve anti-aging vorm die normale huidveroudering en photo-aging van de huid herstelt en uitstelt.

De basis van de producten van Forlle'd is een laag moleculair hyaluronzuur die in de onderste levende laag van de huid (dermis), de huid kan verjongen op cellulair niveau zonder injecties. Dit maakt Forlle'd zo bijzonder!

Forlle'd is een techniek die de huid op cellulair niveau weet te verjongen én vernieuwen. Deze methode is zo revolutionair dat hij zelfs is bekroond met het winnen van een Nobelprijs. Dr. Makoto Hatto is de bedenker van het unieke Forlle'd complex van laag moleculair hyaluronic acid in combinatie met

Forlle'd is wereldwijd het enige product dat in de dermis komt. De producten van Forlle'd bevatten laagmoleculaire ingrediënten die de huid vernieuwen en verjongen op cellulair niveau. De werkstoffen herstellen de huidstructuur, boosten de huidvernieuwing, verhogen de hydratatie, werken ontgiftend, versterken het immuunsysteem van de huid én beschermen de huid tegen vrije radicalen. Dit resulteert in natuurlijke huidverjonging op cellulair niveau en daarmee daadwerkelijk vermindering van rimpels, versteviging van de huid en verbetering van de huidstructuur."



Schoonheidssalon Patrizia Bos | Passage Molenpoort 115, Nijmegen  
[www.patriziabos.nl](http://www.patriziabos.nl) | [info@patriziabos.nl](mailto:info@patriziabos.nl) | 024 3238559 | [f](#) [i](#) [s](#) [schoonheidssalonpatriziabos](#)



# Dé Ergoline zonnestudio van Nijmegen



# SUNBEDS®

It's a Pleasure to Shine!

Met onze studentenpas  
altijd 20% korting



Zet jezelf eens in het zonnetje...  
Op vertoon van je schoolpas kan je direct  
zonnen met korting! Dan ontvang je van ons een  
speciale SUNBEDS studenten pas, waarmee je  
maar liefst 20% korting krijgt op iedere keer dat je  
komt zonnen (ongeacht welke zonnebank je kiest).

**SUNBEDS Nijmegen**  
Hertogstraat 62  
6511 SC Nijmegen  
Tel.: 024-324 9584

**SUNBEDS Beuningen**  
Wilhelminalaan 24  
6641 KN Beuningen  
Tel.: 024-677 9395

studenten korting

MAN/CAVE



# HELLUP... ik word vader!



Stress! Dat is voor veel mannen de eerste fase als ze horen dat ze voor het eerst vader gaan worden. Want HELLUP, hoe doe je dat, een goede vader zijn? En hoe help je de moeder van je kind door die negen maanden heen?



Wees gerust, je bent niet de eerste die in paniek raakt en zeker ook niet de laatste. Er komt ook heel wat op je af, maar gelukkig heb je (in de meeste gevallen) een paar maanden om aan het idee te wennen en om je voor te bereiden op de grote dag.

## Babykamer

Be prepared! Wacht dus niet tot het allerlaatste moment met het afmaken van de babykamer, maar zorg dat die ruimschoots op tijd klaar is. Een kindje kan nu eenmaal wat eerder komen dan gepland en als die kleine er eenmaal is en je druk bent met luiers verschonen, dan heb je echt geen tijd (en zin) meer om nog al die klussen te moeten doen.

## De zakelijke kant

Wat ook belangrijk is, is de 'zakelijke kant' van het krijgen van een baby. Het regelen van kraamverlof en ouderschapsverlof, maar zeker ook het erkennen van het kind, mochten jullie niet getrouwd zijn. Zorg dat je ook dat soort dingen op tijd geregeld hebt. Maar het allerbelangrijkste is nog: geniet! Je wordt immers maar één keer voor het eerst vader.



# Kunst van peelings

Huidverjonging en -versteving door middel van een peeling

Vandaag de dag zijn er veel verschillende huidverbeterende technieken. Peelings zijn daar een voorbeeld van. De laatste jaren zijn peelings erg populair geworden, maar wist je dat peelings al eeuwen geleden werden toegepast? Cleopatra gebruikte bijvoorbeeld het melkbadje dat een natuurlijke exfoliërende stof melkzuur bevatte.

Een peeling is een gerichte behandelingsmethode die zorgt voor het verwijderen van dode en oude huidcellen. Vervolgens stimuleert het de huid tot celdeling inclusief stimulatie en ontwikkeling van nieuw collageen en elastine. Dit resulteert in huidverjonging en -versteving. Er zijn veel verschillende soorten peelings,

maar het algemene doel is het verbeteren van het uiterlijk van de huid door vermindering van rimpels, (acne)littekens, ontstekingen, roodheden en pigmentvlekken.

**Wil jij ook weer een egale en gezonde huid met een prachtige glow?**

**Maak vandaag nog een afspraak bij de Van Rosmalen Kliniek voor een persoonlijk consult met een huidanalyse bij een gecertificeerde huidtherapeut!** Aan de hand van de huidanalyse wordt een persoonlijk behandelplan opgesteld om het mooiste en snelste resultaat te behalen.



## Help ons Samen Varen

Donaties zijn meer dan welkom op onze rekening:  
IBAN NL90 INGB 0007716011

**Stichting Samen Varen** organiseert jaarlijks een geheel verzorgde vaarverwenweek voor vrouwen met of herstellend van borstkanker en in een financieel moeilijke situatie. Een week lang je zorgen opzij, ontspannen en verwend worden. Genieten van lekker eten, schoonheidsbehandelingen, zanglessen en diverse creatieve workshops, samen met lotgenoten en omringd door een team van deskundige vrijwilligers, waaronder ook verpleegkundigen en een arts. Niks moet, alles mag. **De Samen Varen-reis is uniek!**

info@samenvaren.nl | 06-43956812  
www.samenvaren.nl | Volg ons op FB



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





U VINDT ONZE VESTIGINGEN IN GRAVE, NIJMEGEN, DEN BOSCH EN ARNHEM

## DEFINITIEF ONTHAREN MET IPL

Kies uit iedere zone één lichaamsdeel om te laten ontharen. Aantal behandelingen afhankelijk van uw haargroei. **Bel met 0486 - 43 60 11 voor een afspraak!**

### Zone S, kies uit:

of bovenlip  
of bikinilijn smal  
of kin  
of teen  
of voet  
of bilnaad  
of wenkbrauwen  
of navelstreepje

5 beh. nu € 75  
10 beh. nu € 125

### Zone M, kies uit:

of gezicht  
of oksels  
of onderarmen  
of bikinilijn breed  
of schouders  
of borst

5 beh. nu € 99  
10 beh. nu € 150

### Zone L, kies uit:

of onderbenen  
of bovenbenen  
of buik en borst  
of hele armen  
of bovenrug en  
schouders

5 beh. nu € 150  
10 beh. nu € 250

### Zone XL, kies uit:

of hele benen  
of hele rug

5 beh. nu € 220  
10 beh. nu € 375

Een oud-collega van de GGZ stelde mij recent deze vraag toen ik flyers uitdeelde van mijn EVENT op 10 maart en even gezellig kwam buurten. Verrast door deze vraag zei ik; 'zeg maar gerust dat ik een bedrijf heb!'

## Hoe gaat het met je bedrijfje?

Inmiddels bestaat WerkBewust bijna 11 jaar, werd ik in 2019 ondernemer van het jaar bij jong MKB-Arnhem – Nijmegen en geef ik 10 maart mijn 2e EVENT.

Voor mijn EVENT heb ik diverse ruimtes en 't theater van 't Mozaïek en de bieb in Wijchen afgehuurd. Een evenementenbureau is o.a. bezig met de PR, accreditatie aanvragen en inschrijvingen. In de afgelopen jaren heb ik een team van assistenten, trainers, ervaringsdeskundigen en andere ondernemers om me heen verzameld die in de startblokken staan als ik ze nodig heb. Dit alles kan ik niet zonder de onvoorwaardelijk steun en vertrouwen van een goed draaiend thuisfront, mijn partner en mijn dierbare mensen om me heen. Wat voel ik me dan rijk en trots!

En dan te bedenken dat ik nog lang niet ben uitgespeeld in mijn eigen speeltuin, mijn eigen bedrijf! Zorg dat je er bij bent op 10 maart, het EVENT van Maas & Waal dat je niet mag missen! Inschrijven kan via mijn website [www.werkbewust.nl](http://www.werkbewust.nl).

**Inschrijven kan via mijn website [www.werkbewust.nl](http://www.werkbewust.nl).**

**Ik ontmoet je graag!**  
Warme groet, Miranda



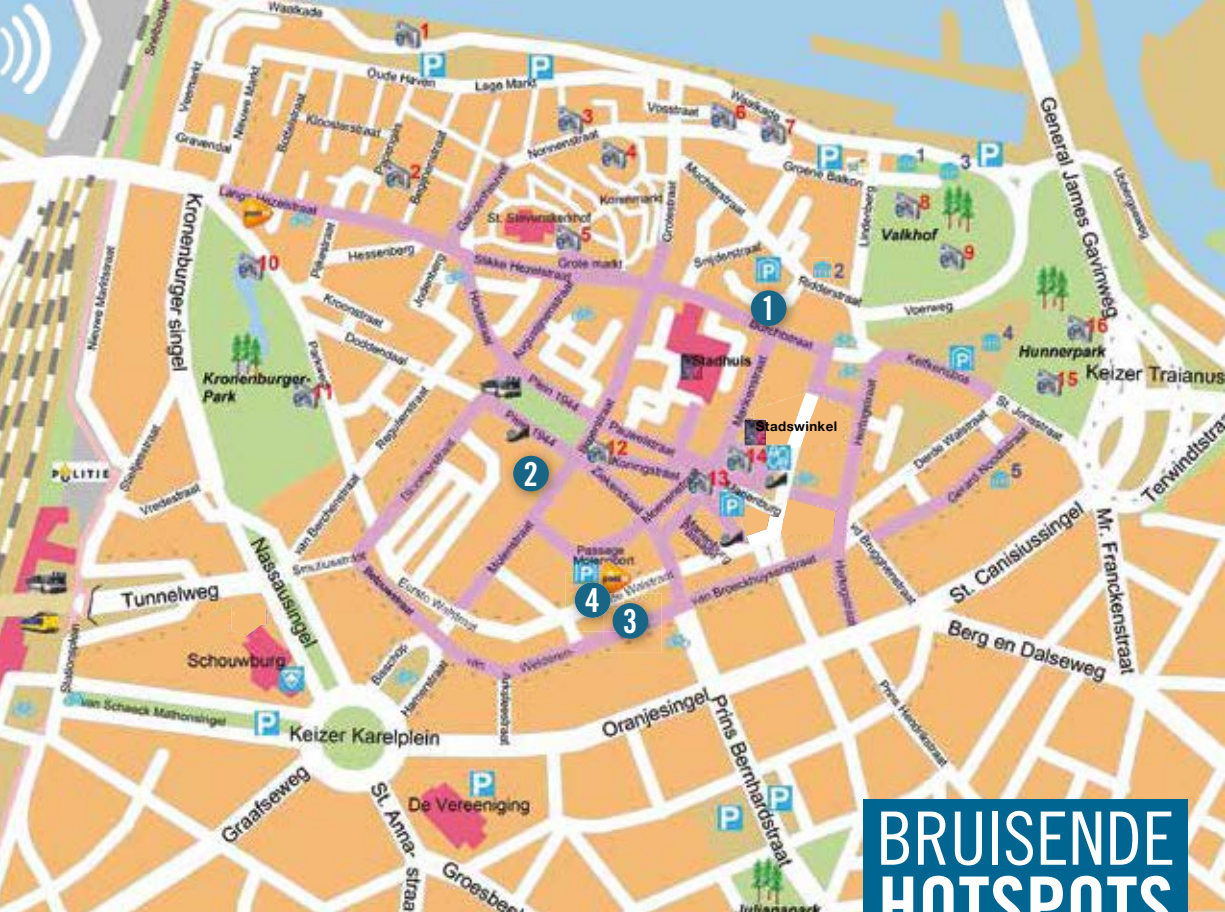
Miranda geeft praktijkgerichte trainingen, teamcoaching en individuele coaching op maat binnen instellingen voor zorg, welzijn en dienstverlening.

Werkbewust helpt jou en jouw team steviger in je schoenen te staan en bewuster te werken, zodat jij als hulpverlener het verschil kan maken.



**WerkBewust**  
training & coaching aan hulpverleners

Miranda van Amersvoort  
Aalsburg 1830, Wijchen  
**06 44318801**  
Miranda@werkbewust.nl  
[www.werkbewust.nl](http://www.werkbewust.nl)



**Legenda**

- |  |                        |  |                            |  |  |
|--|------------------------|--|----------------------------|--|--|
|  | <b>Winkelstraten</b>   |  | <b>Gemeentelijk gebouw</b> |  | <b>Bezienswaardigheid</b>                  |
|  | <b>Parkeergarage</b>   |  | <b>Postkantoor</b>         |  | 1. Labyrinth                               |
|  | <b>Parkeerplaats</b>   |  | <b>Busstation</b>          |  | 2. Protestants Weeshuis                    |
|  | <b>Fietsenstalling</b> |  | <b>Treinstation</b>        |  | 3. Synagoge                                |
|  | <b>Bibliotheek</b>     |  | <b>Bioscoop</b>            |  | 4. Commanderie van St. Jan/ Stadsbrouwerij |
|  | <b>VVV</b>             |  | <b>Casino</b>              |  | 5. Historische gebouwen / St. Stevenskerk  |
|  |                        |  |                            |  | 6. Brouwerhuis                             |
|  |                        |  |                            |  | 7. Besiendershuis                          |
|  |                        |  |                            |  | 8. St. Nicolaaskapel                       |
|  |                        |  |                            |  | 9. Barbarossaruïne                         |
|  |                        |  |                            |  | 10. Kruittoren                             |
|  |                        |  |                            |  | 11. Rondeel                                |
|  |                        |  |                            |  | 12. Bedriegertjes                          |
|  |                        |  |                            |  | 13. Arsenaalpoort                          |
|  |                        |  |                            |  | 14. Mariënburghkapel                       |
|  |                        |  |                            |  | 15. Keuperstoren                           |
|  |                        |  |                            |  | 16. Belvédère                              |
|  |                        |  |                            |  | <b>Museum</b>                              |
|  |                        |  |                            |  | 1. De Bastei                               |
|  |                        |  |                            |  | 2. Infocentrum WO2                         |
|  |                        |  |                            |  | 3. Fietsmuseum Velorama                    |
|  |                        |  |                            |  | 4. Museum het Valkhof                      |
|  |                        |  |                            |  | 5. Natuurmuseum                            |

**BRUISENDE HOTSPOTS**

**1**

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

**2**

Ik zie je bij *'t Weerzien*

Een heerlijke locatie voor koffie met gebak, ontbijt, lunch, diner en/of borrel in hartje Nijmegen!

f @ Het Weerzien

Molenstraat 74 | Nijmegen  
024 845 6524 | [www.hetweerziennijmegen.nl](http://www.hetweerziennijmegen.nl)

**3**

*Pen Shop*  
sinds 1954

van Welderenstraat 40  
6511 MN Nijmegen  
024 322 90 32  
[www.penshop-nijmegen.nl](http://www.penshop-nijmegen.nl)

**4**

*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](http://www.homemas.nl)





**Zondag 8 maart**  
**HET GELDERS ORKEST**

Beethovens Vioolconcert is geliefd bij een breed publiek maar gevreesd bij de grote violisten vanwege zijn technische uitdaging en stevige lengte. Rosanne Philippens ontfermt zich met liefde over dit misschien wel beroemdste en populairste vioolconcert ooit geschreven. Werd zij een paar jaar geleden door de Volkskrant nog geroemd als 'violetalent groter dan de belofte', inmiddels is ze dat stadium ver voorbij en behoort ze tot de bekendste solisten van ons land. Haar virtuoze spel past prachtig bij dit gloedvolle soloconcert, geschreven met een grote muzikale intensiteit en klankrijkdom zoals alleen Beethoven dat kan.

**Datum:** Zondag 8 maart  
**Tijd:** Om 14.15 uur  
**Locatie:** Concertgebouw De Vereeniging  
Keizer Karelplein 2 d, Nijmegen  
**Info:** [www.stadsschouwburgendevereeniging.nl](http://www.stadsschouwburgendevereeniging.nl)

**Zaterdag 21 maart**  
**EEN OPRECHTE ODE AAN DE IRONIE**

Ironie wordt vaak weggezet als artistiek zwaktebod (want dan heb je niks te zeggen) en politiek degradeert ironie tot middel om je in te dekken en racisme te billijken (stelletje homo's!). Hoog tijd voor een theatrale rehabilitatie door De Warme Winkel.



**Datum:** Zaterdag 21 maart  
**Tijd:** 20.00 uur  
**Locatie:** Stadsschouwburg Nijmegen  
Keizer Karelplein 32 H, Nijmegen  
**Info:** [www.stadsschouwburgendevereeniging.nl](http://www.stadsschouwburgendevereeniging.nl)

**zaterdag 21 en zondag 22 maart**  
**STEVENSLOOP**

Art Pong? Dat roept meteen levendige beelden op van twee kunstenaars die samen 'pingponggen'. Een activiteit die iets gezelligs heeft: elkaar ontmoeten rond de tafeltennistafel voor een ogenschijnlijk sociaal en onschuldig spel. Maar het doet ook vermoeden dat een competitief element niet uit kan blijven. Als een bal keihard op de rand van de tafel wordt gesmasht of achteloos over het netje valt – hoe vangt de tegenspeler hem dan op?

**Datum:** zaterdag 21 (21.00 - 23.00 uur)  
zondag 22 maart (12.00 - 16.00 uur)  
**Locatie:** St. Stevenskerkhof 62, Nijmegen  
**Info:** [www.alfavalvalstevensloop.nl](http://www.alfavalvalstevensloop.nl)



**CARDO THEATER**  
WAAR WERELDEN BIJ ELKAAR KOMEN  
VERRASSEND – UNIEK – ORIGINEEL

**LOCO LOCO DISCOSHOW**  
**VRIJDAG 6 MAART**

Dance Dance Dance Gekker dan loco loco bestaan ze niet. Lekker een avond helemaal los gaan met de mafste DJ's die er zijn!  
**Tijd:** 20:30 uur. **Ticket:** € 15,-



**THE BENTLEYS**  
**WOENSDAG 18 MAART**

To Liverpool and Back Rock'n roll. Vetkuiven, jaren 50, 60, 70. De Bentleys maken er één groot feest van met muziek uit de oude rock'n roll historie van Elvis, The Beatles, The Stones en nog veel meer!  
**Tijd:** 20:30 uur. **Ticket:** € 17,50



**WWW.CARDOTHEATER.NL**  
**JE KAN HET NIET MISSEN!**



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



**14 MAART**  
**PLAY-DOH EVENT**

Maak kunstwerkjes van klei tijdens het Play-Doh Event bij Winkelcentrum Dukenburg! Heb je het af? Dan mag je jouw creatie mee naar huis nemen. Je krijgt na afloop ook nog een gratis potje Play-Doh klei voor thuis. Doh-Doh is ook aanwezig voor een echte Meet & Greet! Dit wil je toch niet missen?

*Winkelcentrum Dukenburg;  
meet & greet 13.30, 14.30  
en 15.30 uur;  
gratis deelname*



**22 MAART**  
**FOETSIE 3+**

Foetsie is een muzikale en zintuiglijke zoektocht naar de lente. Een van de kriebelbeestjes wijst de weg naar de lente. Bij de lente komen alle zintuigen goed van pas. In deze voorstelling luister je naar geluiden en liedjes en de kinderen worden geprikkeld om mee te doen daar waar het kan. Ze leren hoe ze moeten kruipen als een rups en hoe ze de gele zonnestrallen kunnen leren dansen!



*Theaterkerk  
Bemmel;  
11.00 uur;  
€ 7,50 p.p.*

**Kijk voor alle leuke #kidsprooftips  
op [www.kidsproof.nl](http://www.kidsproof.nl)**

Blox is de eerste en enige leverancier die met eenheid en luxe materialen uit voorraad een woning of bedrijf kan voorzien van een architectonisch verantwoorde tijdloze high-end uitstraling.

# **.BLOX**<sup>®</sup>

## Handmade Luxury Furniture

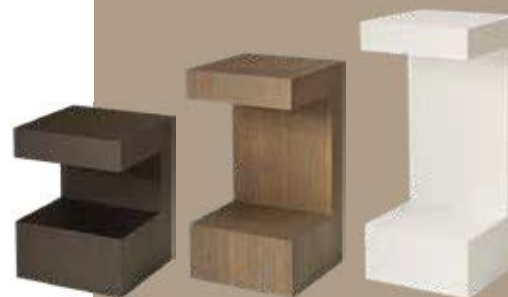
Uw woning, bedrijf, kantoor of hotel in een stijl exclusief voor u geleverd. Blox biedt u een eigen architectonische eenheid, in uw eigen stijl en in uw eigen kleur gespoten. Honderden high-end mogelijkheden van natuurlijke en hoogwaardige materialen tegen middensegment prijzen.

Blox: architectonische eenheid in stijl en kleur, desgewenst gecombineerd met luxe hardsteen en stoffering. Laat u vrijblijvend en professioneel informeren door een van onze dealers. **Ervaar nu zelf de vele mogelijkheden van dit unieke Blox concept op [www.blox.sale](http://www.blox.sale).**



## Blox zoekt professionele samenwerkingen door geheel Nederland

Wij staan open voor een samenwerking met stylisten, architecten en luxe meubelwinkels. Graag willen wij samen met u dit unieke modulaire Blox concept op de kaart zetten.



Maak geheel vrijblijvend een afspraak in ons Blox innovation office. Wij komen ook graag bij u langs om de mogelijkheden van dit unieke Blox dealerconcept vrijblijvend toe te lichten. **Neem daarvoor contact op met:**  
**Pierre de Wit** +31 (0)6 580 61 339  
**René van de Pol** +31 (0)6 580 61 319



# **.BLOX**<sup>®</sup>

Blox Luxury Furniture | Raadhuisstraat 19, 5066 AP Moergestel | +31 (0)85 020 59 53  
[info@blox.sale](mailto:info@blox.sale) | [www.blox.sale](http://www.blox.sale)



Voor Cryolipolyse, onderhuidse vetcellen  
bevriezen, ga je in Nijmegen naar  
**DÈ CRYOSPECIALIST.**

1 behandeling  
**€ 124,-**  
i.p.v. € 199,-



**Voordelen:**

- Erkend Cryospecialist
- Het beste apparaat
- Onderhuids vet definitief weg zonder operatie
- Gratis figuuranalyse
- Gewoon in Nijmegen

**CRYOSPECIALIST** 

**CONTOURA**  
FIGURBEHEERSING