

NIJMEGEN 

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

BRUIST

**Groen
wonen**
is de trend

10 mei
Moederdag



Mooie merken bij Tijssen Mode



Emanuele Maffei
dal 1908



J
JACOB COHEN



Santoni



Tijssen Mode is een complete herenmode winkel voor de eigentijdse man. Al jaren is de zaak dealer van kwaliteitsmerken als Stone Island, Jacob Cohen, Santoni en Peuterey. Leeftijd speelt geen rol, iedereen vindt hier iets van zijn gading; het aanbod varieert van casual tot maatkleding.

Tijssen Mode
Burchtstraat 22 en 30,
Nijmegen | 024 322 5188
 @Tijssenmode.nl



Maarten Tijssen

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



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!*



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★



Inhoud



COLOFON

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Annemiek Jansen
THEMATEKSTEN Maaïke van Helmond
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Maaïke van Helmond
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Linda Groothuijse

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.**



ADVERTEREN?

Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
of bel
06-46863834



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

We leven momenteel in een onzekere tijd. Niemand die precies weet hoe lang deze crisis gaat duren en wat ons nog allemaal te wachten staat. En juist daarom is het belangrijk om positief te blijven en vooruit te kijken.

Bruisende lezer,

Dat is dan ook precies wat wij doen. Stilstaan is wat ons betreft geen optie en dat kan ook helemaal niet, want we willen dat jullie ook deze maand (en de komende maanden) gewoon kunnen genieten van een mooi magazine dat we speciaal voor jullie hebben samengesteld. Precies zoals jullie van ons gewend zijn!

Gelukkig denken de vele ondernemers met wie wij bij Bruist samenwerken er net zo over. Ook zij kijken vooruit naar de toekomst en zijn klaar voor de tijd na corona als het dagelijks leven weer zijn normale vormen aanneemt. Vandaar dat je ook in deze nieuwste editie van Bruist weer een aantal inspirerende verhalen van bruisende ondernemers kunt lezen. En dat niet alleen, we hebben namelijk nog veel meer voor je in petto! Wat? Blader verder en lees het zelf!

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.

EEN BEETJE
GROEN BRENGT
JE BADKAMER
TOT LEVEN



Badderen tussen *het groen*

In de voorgaande edities van Bruist kon je het al lezen: groen wonen is dit jaar de trend. Eén ruimte in huis wordt daarbij echter vaak vergeten: de badkamer. Zonde, want wat groen in je badkamer brengt ook deze ruimte tot leven.

En dan hebben we het niet over een lik groene verf op de muur (hoewel dat natuurlijk ook een ontzettend leuk effect kan hebben), maar over groen in de vorm van planten. Ongemerkt breng je dagelijks waarschijnlijk toch behoorlijk wat tijd door in je badkamer – de meeste mensen beginnen en eindigen er sowieso hun dag – dus waarom zou je het ook daar niet een beetje gezellig maken?

Badkamerproof planten

Hoe meer planten in huis, hoe beter. Alleen geldt voor de badkamer dat lang niet elke plant geschikt is voor deze vochtige ruimte waar vaak niet veel daglicht binnenkomt. Houd daar dus rekening mee als je op plantenjacht gaat. Planten die het bijvoorbeeld bijzonder goed doen in badkamers zijn graslelies, varens, aloë vera, lepelplanten en sanseveria's. En ook de orchidee overleeft met de juiste zorg prima

in je badkamer. Om er zeker van te zijn dat je echt de juiste planten koopt, kun je je altijd even laten voorlichten in het tuincentrum. Daar kunnen ze je bovendien vertellen welke planten nog meer geschikt zijn voor je badkamer en hoe je deze het beste kunt verzorgen.

Stand of hangend?

Maar waar zet je die planten dan vervolgens neer? Dat is natuurlijk afhankelijk van de grootte van je badkamer. De badrand is een leuke plek, net als de vensterbank. Of zet een plant in een mooie pot op een krukje in een hoek. Is je badkamer wat aan de kleine kant, dan is het misschien ook nog een idee om je planten op te hangen. Aan het plafond of... in de douche. Houd er in dat laatste geval wel rekening mee dat dit planten moeten zijn die echt heel goed tegen vocht en veel water kunnen.

Wil jij ook wat groen in je badkamer? Op www.nederlandbruist.nl vind je altijd wel een specialist in jouw regio die je hierover kan adviseren.

Wij maken het verschil



“Ga voor het beste verkoopresultaat”



Frans Knorth Makelaardij | De Plak 17, Bommel | 0481-763963
info@fransknorthmakelaardij.nl | www.fransknorthmakelaardij.nl/wishbeauty.nl

In 2007 opende Frans Knorth de deuren van zijn eigen makelaarskantoor in Bommel. Samen met zijn team staat hij garant voor een actieve en persoonlijke begeleiding bij de verkoop en de aankoop van uw woning. Zij zetten zich voor 100% in om voor u het maximaal haalbare resultaat te behalen.

“Juist in deze overspannen markt is het belangrijk om net even een stapje harder te lopen dan de rest”, aldus Frans. “Het loont nog steeds om een makelaar in te schakelen. Uit onderzoek van de start-up makelaar vergelijkier DatHuis blijkt dat de gemiddelde verkoopopbrengst meer dan € 18.000 hoger ligt wanneer u met een NVM makelaar werkt.”

Team van specialisten

Frans Knorth Makelaardij maakt het verschil dankzij het brede team van specialisten dat Frans in de loop der tijd om zich heen heeft verzameld; een marketeer, een Funda-specialist, een tekstschrijver, een fotograaf en een aankoopspecialist. “Iedereen heeft zijn of haar eigen expertise.” Ook handig; Frans Knorth werkt samen met De Hypotheker, die in hetzelfde pand is gevestigd. Hier kunt u terecht voor een deskundig advies over de hypotheek die het beste bij u past.

Scherp onderhandelen

“We beschikken over een gedegen kennis van de regionale huizenmarkt en kunnen daarmee een

realistische inschatting geven van de waarde van een woning. Dit vormt de basis van de onderhandelingen die we graag tot op het scherpst van de snede voeren.”

Optimale presentatie

“We halen alles uit de kast om uw woning te verkopen voor de hoogst mogelijke prijs. Een optimale presentatie van het huis is daarvoor essentieel. Als enige in deze omgeving maken we bijvoorbeeld gebruik van Matterport, waarmee mensen een indrukwekkende 3D virtuele tour krijgen door een huis.”

Geheel ontzorgen

Van de bezichtigingen tot het opstellen van de koopakte en de eindinspectie: Frans Knorth Makelaardij neemt graag alle werkzaamheden uit handen. “Als extra service kunt u geheel gratis gebruikmaken van onze verhuisbus. We werken bovendien op basis van ‘no cure no pay’. U betaalt dus alleen bij succes!”



win

SPECIAAL VOOR HEM

De verzorgende scrub van Bulldog geeft het gezicht een oppepper terwijl het op milde wijze alle dode huidcellen verwijdert. De scrub bestaat uit eerlijke ingrediënten en alle producten worden met grote zorg en integriteit geproduceerd.
bulldogskincare.com



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

BRUIST Deals



Stay home and stay safe

LEZERSACTIE

Maak deze maand kans op 1 van de 20 streamingcodes voor jouw favoriete serie van lumiereseries.com

We blijven massaal thuis om het coronavirus onder controle te krijgen. Daarom verloot BRUIST 20 streamingcodes voor vier verschillende series. Zo komen we die extra tijd wel 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. #LUMIERE naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

**#STAY HEALTHY**

De Drinking Vinegars van Lima zijn verfrissend, verkwikkend en heilzaam voor het lichaam.

Bovendien zijn ze vegan, 100% biologisch en bevatten ze geen toegevoegde suikers. Perfect 's ochtends vermengd in een glas koud water of kruidenthee voor een gezonde start van de dag. Of gebruik de Vinegars in een vinaigrette voor bij een salade.
www.limafood.com

**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.**

**LEZERSACTIE**

Maak kans op 1 van de 10 Hop On Hop Off tickets van Dordrecht Tours.

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

Tickets blijven geldig!



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.**

**WAAN JE OP VAKANTIE**

Een stralend én beschermd gezicht deze zomer dankzij Hawaiian Tropic. De Silk Hydration Air Soft Face Lotion is niet vetteg, voedt en hydrateert de huid tot 12 uur lang. En dankzij de heerlijke tropische geur waan je je gelijk op vakantie. Deze face lotion is verkrijgbaar in factor 30 vanaf € 18,99.
www.hawaiiantropic.com



Bezieling, beleving en emotie

Salade met fricandeau, tonijn, rode ui & kappertjes

BEREIDING

Maak eerst de tonijnsaus. Meng in een keukenmachine de tonijn met de ansjovis en eieren tot een glad mengsel. Giet het grootste gedeelte van de olijfolie er in een straaltje bij tot een dikke saus ontstaat. Breng de saus op smaak met zout en peper en wat citroensap.

Vermeng de sla met de uiringen en wat olijfolie en verdeel over vier borden of grote schaal.

Drapeer de fricandeau erop en giet een gedeelte van de tonijnsaus er overheen. Bestrooi met de kappertjes en olijven.

Lekker met vers gebakken brood of aardappelen uit de oven.

Eet smakelijk,
Bas Derksen

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


Arts Keukens
Maatwerk maakt mooier!

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

Recept VAN DE MAAND



INGREDIËNTEN voor 4 personen

100 gr tonijn in olie uit blik - 3 ansjovisfilets uit blik - 1 hardgekookte eidooier - 100 ml extra vergine olijfolie - zout en versgemalen peper sap van halve citroen - 150 gr gemengde sla, gewassen en gedroogd - 1 rode ui, in dunne ringen - 400 gr biologische fricandeau (iets dikker gesneden) - handje bladpeterselie - 1 eetl. kappertjes - 2 eetl. zwarte olijven



De Groene Weg

BIOLOGISCHE SLAGERIJ

Groenestraat 189, Nijmegen

024-355 50 60

nijmegen@degroeneweg.nl

www.nijmegen.degroeneweg.nl



Proost!

Deze wijnen krijgen van ons een dikke tien!
Nu allemaal voor € 10,-!

wijnhandel
"In de Blauwe Druif"



Heerlijk bij
asperges!

1. Surrau - Vermentino di Gallura
2. Hensel - Grauburgunder
3. Gritsch Kalmuck Grüner Veltliner Federspiel
4. Neleman - Just Fucking Good Wine Wit

Webshop:
www.wijnhuisnijmegen.nl

Mensen die **in mei zijn geboren**, zijn over het algemeen ontzettend gemotiveerd én **ambitieuw**.

Planten in huis verlagen de kans op een verkoudheid en een **verstopte neus** met 30%.

Zondag 10 mei is het weer **moederdag**.

Tijd om je moeder **in het zonnetje** te zetten!

Orchideeën kunnen prima overleven in de badkamer en zorgen daar bovendien voor wat **kleur**.

Uit onderzoek blijkt dat **meikinderen** het meest **optimistisch en positief** ingesteld zijn van alle kinderen.

De bladeren van planten kunnen achtergrondgeluiden absorberen en daardoor de **akoestiek** in een ruimte verbeteren.

De periode van 11 tot en met 15 mei wordt ook wel

IJsheiligen genoemd. Volgens de volksweerkunde zijn dit de laatste dagen in het voorjaar waarop nog **nachtvorst** op kan treden.



Homemas

Praktijk voor massage- en pedicurebehandelingen

In mijn praktijk kunt u terecht met klachten maar ook voor een uurtje ontspanning.

Ik ben opgeleid in de traditionele Chinese geneeskunde. Een oude natuurgeneeswijze die al 3000 jaar toegepast wordt. Ik ben gefascineerd door het functioneren van het menselijk lichaam en de Chinese kijk op ziekte en gezondheid in het bijzonder. Holistisch maar toch nuchter. Verrassend maar toch van een onweerlegbare logica, spiritueel maar toch zo feitelijk; Het blijft me boeien. Wilt u een klacht behandeld hebben aan uw lichaam of voeten? Wilt u gewoon even ontspannen? Wilt u uw verhaal kwijt, of juist lekker in stilte wegdromen?

Ik ben er voor u, met al mijn aandacht en kennis en ervaring.
Groeten, Nienke Poiesz

Tweede Walstraat 85, Nijmegen 06-28809149
homemasmassage@gmail.com www.homemas.nl

Ibiza

zoekt de stilte op

Je wordt wat je gelooft. Niet wat je hoopt, wat je wenst of wat je wil. Je wordt waar je diep vanbinnen echt van overtuigd bent. Een mens trekt niet aan wat hij wil, maar wat hij is.

Uit de lessen van Boeddha leren we dat wij een weerspiegeling zijn van onze ziel en onze geest. Je gedachten zijn de sturende kracht achter je bestaan. Je verbeeldingskracht creëert je werkelijkheid.

Boeddha vertelt dat ons geluksgevoel niet afhankelijk is van ons bezit of van wie we zijn. Het heeft alles te maken met hoe en wat we denken. Een juist evenwicht tussen onze materiële, fysieke, geestelijke en spirituele wereld is van groot belang. Dat betekent zorgen voor een gezond lichaam en een heldere geest én je intenties omzetten in fysieke actie. Hoe je je voelt, hoe je reageert en je gedrag zijn allemaal het gevolg van je gedachten en van de betekenis die je geeft aan die gedachten.

Als je denkwijze de kwaliteit van je dagelijks bestaan bepaalt, is het dan niet hoog tijd om meester te worden over je mind? Een interessant boek hierover is Think and Grow Rich van Napoleon Hill. Hij schrijft over de grenzeloze kracht van je gedachten.

Hasta la proxima.

Michael Pilarczyk

Foto Youri Claessens





Alles voor op de camping

Meer dan 5.000 artikelen op voorraad

Service en klantvriendelijkheid staan bij ons voorop

Van (voor)tenten, luifels en kampeermeubelen tot luchtbedden, slaapzakken en caravanaccessoires; de keuze is enorm. Mensen die hier voor het eerst komen, zijn vaak onder de indruk van de uitgebreidheid van ons assortiment. We gaan voor de beste kwaliteit, dus we kiezen bewust voor gerenommeerde merken als Crespo, Kampa, Dukdalf en vele andere. Mochten we iets niet op voorraad hebben, dan kunnen we het bijna altijd wel bestellen.

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

Showroom Voortenten voor caravan en camper

Inmiddels heeft Kampeer Oase Elst een groot deel van de bovenverdieping ingericht met een showcollectie van voortenten van Herzog en de opblaasbare (voor)tenten en (bus)campertenten van Kampa. De Kampa-tenten maken in Nederland een grote opmars op het gebied van Air-tenten. Dit door het opzetgemak en stevigheid en stabiliteit hiervan. Nieuwsgierig? Kom ze bekijken in de showroom.



Azuëra Maas

Kampeer Oase Elst | Newtonweg 4, Elst
0481 351 580 | info@kampeeroase.nl
www.kampeeroase.nl



HEHG WOONIDEE®



Mooie, kwalitatieve kastenwand op maat?

Mooie, kwalitatieve kastenwand op maat? Een kastenwand die optimale opbergruimte biedt en overal geplaatst kan worden? Zo'n kastenwand bestaat! Wij hebben voor iedereen een kastenwand op maat en bewijzen dat deze niet alleen praktisch en gebruiksvriendelijk kan zijn, maar ook mooi vormgegeven.

Schuif
Kasten
compleet
op maat



Bezoek onze showroom | Edisonstraat 4, 6604 BV Wijchen

www.hgwoonidee.nl



**VOLSTREKT
VEILIG WINKELEN
BIJ HARTING**

**KOOP NU
DIE LEUKE
BRIL BIJ
ONS**

**BIJ AANKOOP VAN EEN COMPLETE BRIL IN
MEI KRIJGT U EEN COMPLETE ZONNEBRIL
MET GELIJKE STERKTE GRATIS**

DE OOGMETINGEN WORDEN OP 1,5 METER AFSTAND GEDAAN.



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

FIT BLIJVEN YOGA VOOR THUIS



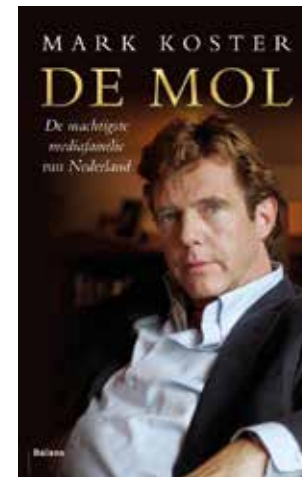
Als je de hele dag thuis moet blijven, is het ook wel verstandig om fit te blijven. Waarom niet beginnen aan yoga? Het voorkomt dat je de hele dag alleen maar op die stoel zit of in die bank hangt. En je kunt het zo zwaar maken als je zelf wil. Je bent even helemaal bezig met je lichaam en geest, zonder afleiding van je smartphone of tablet. Er zijn volop oefeningen die vrij simpel thuis te doen zijn. Je krijgt er sterkere spieren van en vergroot er je flexibiliteit mee, je vermindert je stress, leert te ontspannen en vannacht zul je heerlijk slapen.

Kijk voor oefeningen om thuis te doen op www.freshhh.nl/bewegen/ yoga-oefeningen-thuis

BOEKJE LEZEN DE MOL

John, Linda en Johnny de Mol zijn overal. Zij zijn de grote spelers van de entertainment-industrie. Maar waar komt het enorme succes van de familie eigenlijk vandaan? Hoe werden de De Mols opgevoed? Wat drijft hen? Hoe zijn ze geworden wie ze nu zijn? Op zoek naar antwoorden op deze vragen dook Mark Koster in de familiegeschiedenis. In dit fascinerende en onthullende familie-epos schetst hij hoe een hyperambitieuze familie via netwerken, werklust en zakelijk opportunisme haar dromen wist waar te maken en nu al decennialang bepaalt wat wij aan nieuws, muziek en vermaak krijgen voorgeschoteld.

DE MOL ligt nu in de boekhandel.



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN ZILVEREN VLEUGELS



Net als Faye begint te denken dat de rust in haar leven is teruggekeerd, wordt ze plotseling weer in het nauw gedreven. Ze is in het buitenland een heel nieuw leven begonnen; haar ex-man Jack zit in de gevangenis en haar bedrijf Revenge is waanzinnig succesvol. Maar vlak voordat Revenge in de VS gelanceerd gaat worden, wordt het bedrijf serieus bedreigd en is Faye gedwongen naar Stockholm terug te keren. Met de hulp van een zorgvuldig geselecteerd team van vrouwen gaat ze de strijd aan om haar bedrijf veilig te stellen en om zichzelf en degenen die ze liefheeft te beschermen. **ZILVEREN VLEUGELS van Camilla Läckberg is vanaf 28 mei verkrijgbaar.**

Het witte goud

Eindelijk is het zover, de asperges liggen weer in de winkels. Tijd dus om te genieten van dit witte goud. Serveer ze op de klassieke manier met gekookte eieren en ham of roerbak ze eens met wat tuinkruiden. Ook als onderdeel van een salade zijn asperges heerlijk. Hoe je ze ook bereidt, asperges zijn altijd een ware delicatessie op je bord!

Snijd voor je de asperges bereidt eerst een stuk van de onderkant af. Vervolgens is het bij witte asperges van groot belang dat je ze goed schilt, anders blijven ze draderig (groene asperges hoeven niet of nauwelijks te worden geschild). Leg de asperges daarna in het water tot je ze echt gaat gebruiken. Op die manier blijven ze lekker sappig. Hoe je ze uiteindelijk klaar-maakt is aan jou. Op internet zijn in ieder geval voldoende lekkere recepten te vinden voor als je een keer iets anders wilt proberen.

Bewaaradvies

Als je asperges in de koelkast bewaart, zijn ze ongeveer zeven dagen houdbaar. Het lekkerste blijven ze echter als je ze (in de koelkast) gewikkeld in een vochtige theedoek bewaart, alleen blijven ze dan slechts een tot drie dagen goed. Je kunt er het beste dus maar snel van smullen!

Wijze raad

Wil je zeker weten dat je verse asperges in huis haalt? Let er dan bij de aankoop op dat ze er fris en niet uitgedroogd uitzien en dat ze bovendien geen bruine vlekjes hebben. Ook belangrijk: de kopjes moeten stevig zijn.

Aspergeseizoen

Helaas is het aspergeseizoen in Nederland vrij kort: **ongeveer twee maanden**. Traditioneel wordt er namelijk pas geoogst vanaf de tweede donderdag van april tot 24 juni (St. Jan). Na deze datum krijgt de aspergeplant de tijd om weer flink te groeien voor het volgende aspergeseizoen.

Duurdere groente

Heel erg lekker, asperges, maar in verhouding met andere groenten ook wel erg duur. Hoe dit komt? Doordat het verbouwen van asperges erg arbeidsintensief is. Elke stengel moet namelijk afzonderlijk in het veld worden opgespoord en vervolgens met de hand ondergronds afgesneden worden op de juiste lengte... Flink wat werk dus!

ASPERGES BLIJVEN HET LEKKERST
ALS JE ZE GEWIKKELD IN EEN
VOCHTIGE THEEDOEK IN DE KOELKAST
BEWAART

GROENE
ASPERGES
ZIJN STERKER
VAN SMAAK
DAN WITTE
ASPERGES



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. Handig bij bijvoorbeeld vergaderingen of feestjes, en maatschappelijk verantwoord! **De kracht van BliXem? Die zit in onze mensen!**

Het favoriete broodje van Tamara: het flatje vis. Het flatje is een speciaal voor BliXem gebakken broodje, het staat al jaren op onze lunchkaart. Gasten bestellen dit broodje heel vaak bij mij.



CATERING



EETCAFÉ



CADEAUS

Thuis zijn

Hoe vaak heb ik er niet van gedroomd om vaker thuis te zijn en meer tijd te hebben voor mijn gezin? Nu het eindelijk zover is, blijkt het toch uitdagender dan gedacht.

Bemoeien

Neem bijvoorbeeld koken. Meestal neem ik die taak op me, maar nu doen we dat om de beurt. Dat is hartstikke fijn, maar ik vind het lastig om me er niet mee te bemoeien. Eigenlijk wil ik dat het gaat op mijn manier, maar mijn inbreng wordt niet gewaardeerd. Pas na een aantal dagen kan ik het loslaten en sindsdien loopt het avondeten op rolletjes.

Ruimte geven

Nu onze fysieke vrijheid beperkt is, is het nog belangrijker om elkaar de ruimte te geven. Onbewust ben ik best sturend en dat is volslagen ongepast. Wat ben ik blij dat ik kan terugvallen op de Alexander Techniek. Zodra ik merk dat ik de baas wil spelen, loop ik even weg om te oefenen op mijn matje. Mijn gedachten komen tot rust komen en mijn stemming verbetert. Als ik dan weer terug ga, is er niets meer aan de hand. Ook al kan ik alleen maar hopen dat deze crisis snel voorbij is, het is fijn om te ontdekken dat ik ook thuis nog veel kan leren!



Mendy Bosch

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





Yellow *fever!*

Bij de maand mei denken we gelijk aan de kleur geel. Geel doet ons denken aan de zon en maakt je vrolijk. Voilà: heerlijke beautyitems om blij van te worden!

- 1. ICONails Gel Lacquer van Catrice, € 2,99 www.catrice.eu
- 2. Drink Up 10 Minute Hydrating Mask van Origins, € 23,- www.origins.eu/nl
- 3. Remix Cologne limited edition van 4711, € 22,50 www.4711.com
- 4. Hello Sunny Sun Stick Aqua SPF50+ van Banila Co, € 27,95 www.douglas.nl
- 5. Dry Touch Sun Care Cream SPF 30 Face van Clarins, € 31,- www.clarins.nl
- 6. Extra Balm Rinse van Bobbi Brown, € 69,- www.bobbibrown.nl

- 7. NATA Hand Cream 30 ml van Benamor, € 8,- www.babassu.nl
- 8. Rum Bar Soap van (MALIN+GOETZ), € 18,- www.retreat.nl
- 9. Instamud van Glamglow, € 39,90 www.douglas.nl
- 10. Organic Nailpolish Lemon van Kure Bazaar, € 17,50 www.shizo.nl
- 11. Shalimar Eau de Parfum Limited Edition 2020 van Guerlain, € 103,50 www.guerlain.nl
- 12. Invisible Physical Defense SPF 30 van Dermalogica, € 59,- www.dermalogica.nl

Luister jij?
Als iemand zijn verhaal kwijt wil...

Word vrijwilliger!

deluisterlijn.nl/vrijwilliger

Help door
te luisteren
anoniem - dag en nacht



Lichtpuntje in coronacrisis

Honderden extra oren voor de Luisterlijn

Het is al weken extra druk bij de Luisterlijn. Nederlanders nemen massaal contact op voor emotionele steun of voor een praatje. Gelukkig is er ook een andere kant: de afgelopen maand boden ruim achthonderd nieuwe vrijwilligers hulp aan om die extra oproepen te beantwoorden. Met een verkort opleidingstraject én een extra telefoonlijn, 'de Coronapraatlijn', is de Luisterlijn er nu voor nog meer mensen die om een praatje verlegen zitten.

In deze tijd waarin sociaal contact beperkt is, is de behoefte aan contact of een luisterend oor groot. Door nieuwe vrijwilligers versneld (online) op te leiden hoopt de Luisterlijn nog meer oproepen te kunnen beantwoorden. Deze vrijwilligers gaan de tijdelijke 'Coronapraatlijn' bemensen, een extra telefoonlijn die speciaal is geopend voor als je even een praatje wilt maken, je verhaal kwijt wilt, wilt kletsen of omdat je bezorgd bent. De extra lijn is te bereiken via het reguliere Luisterlijn-nummer 0900-0767.

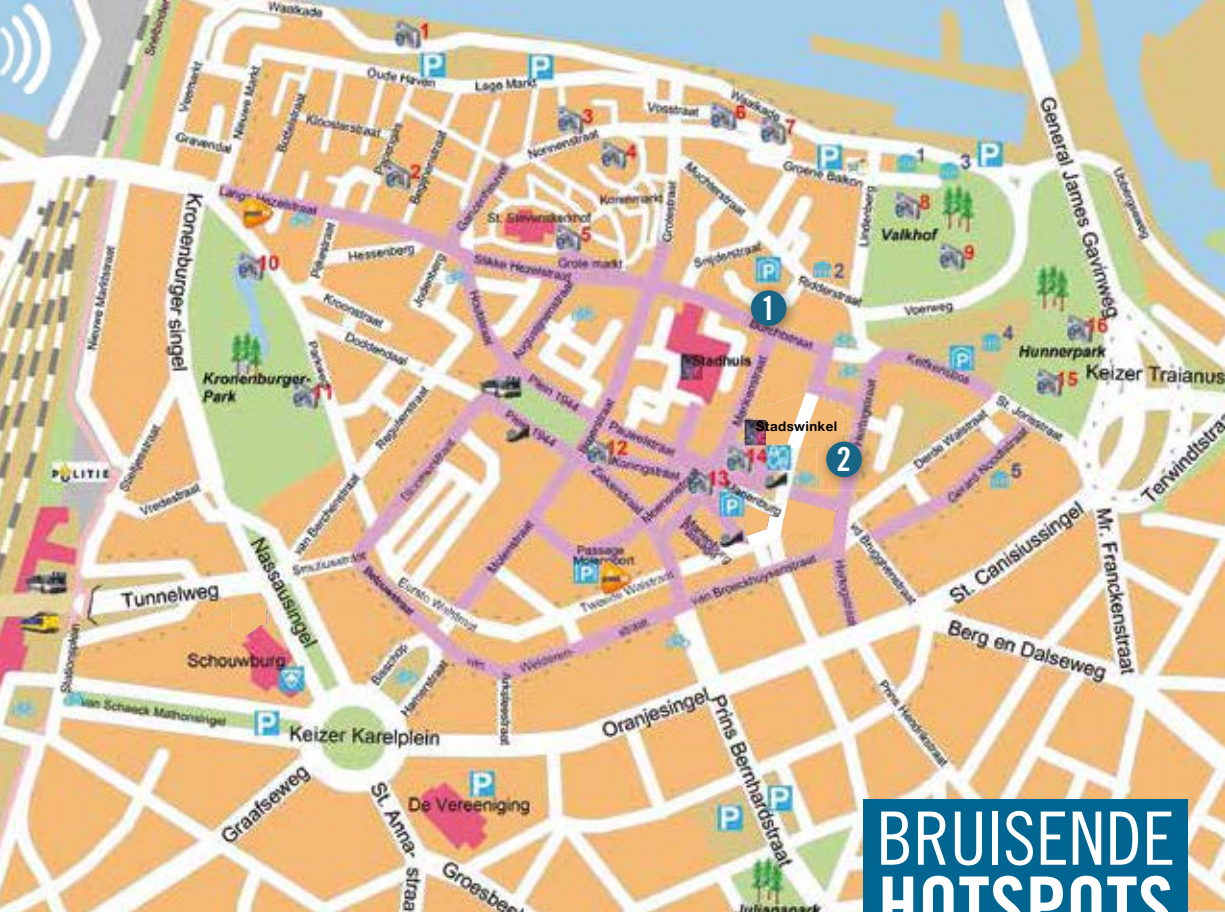
Dubbel zoveel gesprekken

Waar vrijwilligers van de Luisterlijn normaal gesproken zo'n zevenhonderd tot achthonderd gesprekken per dag voeren, is dat aantal bijna verdubbeld tot zo'n twaalfhonderd gesprekken per dag. Meer dan de helft van de gesprekken gaat over corona en de bezorgdheid daarover. En een deel van de mensen die over corona belt, wil gewoon even iemand spreken, hun bezorgdheid uitspreken en iemand die luistert zonder oordeel.

Overspoeld met mensen die willen helpen

De afgelopen maand werd de Luisterlijn overspoeld met aanmeldingen van mensen die zich (tijdelijk) willen inzetten. Een groot deel hiervan bestaat uit mensen die in deze drukke tijd willen helpen nu ze zelf minder of helemaal niet kunnen werken. "Het is echt hartverwarmend om te zien hoeveel mensen willen helpen door er even te zijn voor een ander", zegt Helen Maier, manager locaties en projecten. "Onze uitdaging was hoe deze nieuwe mensen snel, eenvoudig en met zo weinig mogelijk kosten in te zetten. Samen met onze telefoonprovider Cloud Contact kwamen we met de oplossing: een telefonieplatform waarop elke nieuwe vrijwilliger vanuit huis kan inloggen. Hierdoor kunnen we meer mensen te woord staan die even hun hart willen luchten over de huidige situatie."

De Luisterlijn is dag en nacht bereikbaar voor een anoniem gesprek. Bel naar 0900-0767 of chat of mail via www.deluisterlijn.nl.



BRUISENDE HOTSPOTS

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

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

Dé Ergoline zonnestudio van Nijmegen

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

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

WERLDSE CREATIEVE ACTIVITEITEN VOOR THUIS

Het Afrika Museum is voorlopig helaas gesloten. Maar met hun superleuke knutselactiviteiten met een werelds tintje kunnen kinderen splendorwijs thuis aan de slag. Wat dacht je van het maken van een amulet, je eigen geluksdraak of een liefdesbrief met kraaltjes? Zó leuk!
Afrika Museum; online activiteiten voor thuis; gratis.

25 APRIL T/M 3 MEI ONLINE NATIONALE ROMEINENWEEK

Dit jaar zal er voor het eerst een online editie van de Nationale Romeinenweek plaatsvinden. Ontdek tijdens de Online Romeinenweek de Romeinse tijd in Nederland. Geniet vanuit je huiskamer van online activiteiten en thuisblijftips voor jong en oud! Bekijk wat er in de buurt of in een andere regio online te doen is!

Diverse online locaties (websites van locaties) in Nederland; gratis toegankelijk.

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

Een kavel een woonwens Roscobouw

Gevestigd in het Brabantse Heesch, is Roscobouw uw ideale partner voor het verwezenlijken van uw vrijstaande droomhuis. Samen is hierbij het toverwoord. Van schets tot sleutel wordt u het hele traject begeleid, waarbij korte lijnen en een professionele maar zeker ook persoonlijke werkwijze hoog in het vaandel staan.



Benieuwd wat Roscobouw voor u persoonlijk kan betekenen? Maak dan een afspraak voor een oriënterend gesprek en ontdek wat er mogelijk is voor uw bouwplannen, wij staan u graag te woord.



“Wij bouwen met aandacht alsof het onze eigen woning is.”



ROSCOBOUW

www.roscobouw.nl

Bosschebaan 64
5384 VZ Heesch
T. 0412 455 501
info@roscobouw.nl

Alles is mogelijk

Elk project van Roscobouw is maatwerk. Een ruime keus aan architecten binnen het bedrijf geeft u vanaf het begin al de vrijheid om uw eigen unieke woonwensen uit te laten werken. Het ontwerp proces wordt deskundig begeleid en wij denken hierbij in oplossingen.

Laat je ontzorgen

Een keuze voor Roscobouw houdt in dat u vanaf het eerste moment ontzorgd wordt. Samen doorloopt u het traject van ontwerp, vergunningen, financiën en uitvoering, waarbij het overzicht door Roscobouw bewaard blijft. Geen vervelende verrassingen achteraf, u weet tijdens het gehele proces waar u aan toe bent.

Efficiënte werkwijze

Onze korte lijnen zorgen voor een bijzonder efficiënte en snelle werkwijze. Na het oriënterende gesprek, duurt het slechts 4 tot 6 weken totdat het definitieve ontwerp klaar is. Een team van betrokken medewerkers zorgt er voor dat de bouwtijd prettig en voorspoedig verloopt.

Maak kans op een:

SodaStream bruiswatertoestel



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

sodastream	recepten	apparaat	glas
bubbels	smaakjes	duurzaam	koolzuur
fris	zomer	relax	fruitig
water	genieten	bruist	vrienden

In deze coronatijd de deur niet uit, maar toch heerlijk bruiswater? Met SodaStream maak je het in enkele seconden zelf van fris kraanwater.

Je kunt nu een SodaStream bruiswatertoestel winnen door de puzzel hiernaast op te lossen. De winnaar mag de prijs zelf komen ophalen bij het hoofkantoor van Nederland Bruist. Er wordt hierbij een foto gemaakt die geplaatst wordt op Facebook.

sodastream®

Streep 15 van de 16 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 juni de oplossing in op onze site: www.nijmegen-bruist.nl

Nasi goreng

Marcel en Lea's favoriet!

4 PERSONEN

INGREDIËNTEN

6 eieren
peper en zout
500 gr rijst
olie
200 gr fijngesneden uien
2 teentjes gesnipperde knoflook
klein stukje gember
1 theel koriander
5 lombok (minder heet
zonder de zaadjes)
1/2 blokje trassi
400 gr restjes vlees
(schouderkarbonade, spek,
kip, ham)
garnalen
sesamolie
sambal
1 à 2 eetl ketjap
atjar tjampoer
kroepoek oedang
komkommer en tomaatjes

Maak roerei van twee eieren en wat peper en zout. Houd dit apart in een kommetje. Kook de rijst zo droog mogelijk. Alleen met goed droog gekookte rijst is lekkere nasi goreng te bereiden. Laat de rijst goed uitdampen en afkoelen. Je kunt ook rijst van de vorige dag gebruiken (dit is zelfs nog beter).

Bak in wat olie de uien, knoflook, gember, koriander, de gesneden lombok en de trassi tot de uien mooi gekarameliseerd zijn.


Voeg er het (zeer klein gesneden) vlees en de garnaatjes aan toe en fruit alles nog even door. Roer het onderste in de pan goed naar boven en voeg in kleine hoeveelheden de rijst en een snufje zout toe, tot alles goed warm en opgebakken is. Voeg het roerei toe en sesamolie naar smaak. Maak het gerecht af met een beetje sambal en ketjap.

Garneer de nasi goreng met een gebakken eitje en serveer er naar smaak atjar tjampoer, kroepoek oedang, komkommer en tomaatjes bij.

Selamat makan!

Wil je de geheime ingrediënten weten? Mail dan naar lea@nederlandbruist.nl

Wil je een SodaStream apparaat winnen?

Maak een foto van jouw nasi goreng, deel deze op  NederlandBruist en maak kans op zo'n handig SodaStream apparaat. Eind mei wordt de winnaar bekendgemaakt.



Marcel & Lea, directeur en operationeel manager bij Bruist Nasi goreng wordt in Indonesië als ontbijt gegeten. Het wordt dan gemaakt van restjes, die van de avondmaaltijd zijn overgebleven. Wil jij weten met welke geheime ingrediënten wij deze nasi nog specialer maken? Mail me dan en ik vertel het je. **Dan kun jij net als wij genieten van een echte Indonesische nasi goreng!**

.BLOX[®]

the creation is yours!

Wil je eenheid in je interieur met een persoonlijke touch? Kies dan voor het unieke concept van Blox! "Wij staan voor hoogwaardige kwaliteit, tijdloos high-end design en een breed assortiment", aldus Pierre van Blox.

Uw complete woning, hotel of bedrijf stijlvol ingericht in één dag. "Blox Luxury Furniture heeft het voor elkaar gekregen luxe materialen en eenheid in stijl naadloos samen te voegen tot een uniek concept", vertelt Pierre trots. "Namelijk de mogelijkheid om je gehele woning of bedrijf in één stijl en/of kleur zelf in te richten." Het Blox-concept bestaat uit een serie losse elementen waarbij hoogwaardige materialen gecombineerd worden tot een tijdloze en luxueuze inrichting. "Deze elementen omvatten onder andere een eettafel, bartafel, sidetable, salontafel, tv-meubel et cetera, maar ook een complete slaapkamer met bijpassende nachtkastjes en dressoir. Zo creëer je een luxe eenheid in jouw interieur."

MATERIALEN EN KLEUREN

Blox is een unieke combinatie van high-end ontwerp met hoogwaardige materialen tegen

middensegment prijzen. "Wij leveren uit voorraad in elke gewenste kleur naar keuze. Combineer je Blox-meubels met luxe hardsteen en/of stoffering. Er zijn veel combinaties mogelijk waardoor je jouw complete interieur naar eigen wens kunt samenstellen."

BETAALBAAR VAKWERK UIT BRABANT

Elk Blox-onderdeel wordt in Brabant vakkundig met de hand gemaakt en met oog voor detail afgewerkt. Hoogwaardig geborsteld eikenfineer, rondom in verstek verlijmd en voor elke klant in de gewenste kleur gespoten. "Door ons geavanceerde voorraadprogramma kunnen we snel leveren. Onze professionele Blox-dealers staan je graag te woord om jouw eigen Blox-ideeën concreet te maken."

Je vindt de dichtstbijzijnde dealer op de website www.blox.sale onder het kopje 'verkooppunten'.



STAPPENPLAN

Stap 1 Maak jouw persoonlijke keuze in kleur of beits.

Stap 2 Maak jouw keuze in model en combineer desgewenst met luxe hardsteen en/of stoffering.

Stap 3 Plaats jouw order bij of met jouw professionele Blox-dealer.



Stijl!

Schilderwerk is het belangrijkste deel van uw interieur.

Wij zijn een “erkend” schildersbedrijf en leveren graag een totaalpakket voor al uw schilderwerken. Op maat en met jarenlang garantie. Bij een klanttevredenheidsonderzoek is onze score 9,1! Een duurzame relatie, daar doen wij het voor. Van een eerste stijl- en kleuradvies tot complete organisatie van uw schilderproject, van nieuwbouw tot monumentaal werk, van groot onderhoud tot 24-uurs-klantenservice. Geniet van uw woning, zowel van buiten als van binnen. Met stijl.
T: 024 323 82 86 of kijk op www.gebr-rutten.nl

Eerst denken, dan doen!



SCHILDERWERKEN
GEBR. RUTTEN