

LAND VAN CUIJK 

JUNI 2021 GRATIS MEENEMEN!
WWW.LANDVANCUIJKBRUIST.NL

BRUIST

***Nandi van Beurden
speelt Maria***

‘Ik heb ontzettend veel
over mezelf geleerd’

Huidverzorging

ook onder mannen
steeds populairder



Briljant Vloerverwarming denkt met u mee!

ONZE PRIJZEN ZIJN ALL-IN: EN DAAROM
ONZE BELOFTE... NOOIT EXTRA KOSTEN!

De voordelen van vloerverwarming



AANGENAME WARMTE



ENERGIEBESPREND



ONZICHTBARE VERWARMING

 BRILJANT
VLOERVERWARMING

Onze methoden met vloerverwarming zijn gericht om u maximaal comfort te geven met minimale overlast.

Wij gaan snel en systematisch te werk, zodat u binnen de kortste keren geniet van de voordelen van een verwarmde vloer. Wij hebben verschillende soorten vloerverwarmingssystemen, namelijk:

infrezen, fermacell, krimpnetten, noppenplaten en tackerplaten. Welke installatie het beste geschikt is voor uw woning hangt af van het beschikbare budget, type woning en persoonlijke voorkeuren. Vraag geheel nu vrijblijvend een offerte aan voor advies op maat.

INFREZEN

KRIMPNETTEN

NOPPENPLATEN

OPRITVERWARMING

TACKER SYSTEEM

FERMACELL-PLATEN

Briljant vloerverwarming bv

Laagveld 9d, Cuijk

085 – 130 63 41

info@briljantvloerverwarming.nl

www.briljantvloerverwarming.nl



NIEUWE
COLLECTIE

Shop op [tijssenmode.nl](https://www.tijssenmode.nl)
of in de winkel.

Bel voor een afspraak 024 322 24 81




Tijssen Mode is een complete herenmode winkel voor de eigentijdse man. Al jaren is de zaak dealer van kwaliteitsmerken. Het totale overzicht vind je op onze website.

De perfecte mix tussen dressed en casual moderne kleding.

Wij zijn op
Whatsapp bereikbaar
voor personal shopping:
06 12563544



Burchtstraat 22 en 30,
Nijmegen | 024 322 24 81
www.tijssenmode.nl
 @Tijssenmode.nl

ASPESI



ETON



TRUSSARDI



CARLO COLUCCI



PAL ZILERI





8



10



win

12



20



28



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 – Ramon Heeren
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Linda Groothuijse

f Like ons op Facebook/Land van Cuijk Bruist

ADVERTEREN? Bel Frank van Geel op
06-43093996 of mail fvangeel@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Land van Cuijk 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
fvangeel@nederlandbruist.nl
of bel
06-43093996



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Je merkt het aan alles: de zomer staat weer voor de deur. De zon schijnt meer en meer en eindelijk lijkt het licht aan het eind van de tunnel in zicht te komen. Terrassen zijn weer (deels) open, winkels kunnen weer makkelijker klanten ontvangen en het zogenaamde 'normale leven' komt weer stukje bij beetje op gang. En, ligt het aan ons of worden de mensen steeds vrolijker? Hier bij Bruist is dat in ieder geval wel zo!

Bruisende lezer,

Wat ons betreft een mooi moment om uit te spreken hoe trots we zijn op al onze bruisende ondernemers. Het merendeel heeft een extreem zware tijd achter de rug. Maar in plaats van bij de pakken neer te gaan zitten, hebben zij juist doorgezet. Gezocht naar creatieve oplossingen om toch hun klanten zo goed mogelijk van dienst te kunnen zijn. Voor de ene branche ging dat natuurlijk wat makkelijker dan voor de andere. Maar allemaal bruisen ze net zo hard als voorheen. Misschien zelfs nog wel harder nu er weer steeds meer kan en mag. We zijn er nog niet, maar samen – dus ook met jullie hulp – komen we er vast wel.

Veel leesplezier,
Lea en Marcel Bossers

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

Inhoud

De beste huidverzorging *voor mannen*

Huidverzorging voor mannen wordt steeds populairder. Er staan steeds meer flesjes en potjes naast de vertrouwde deo en zeep op zijn deel van het plankje. En met een verzorgingstijd van twintig minuten vertoeft een man 's morgens maar vijf minuten minder in de badkamer dan een vrouw. Hoog tijd voor een aantal bruisende tips speciaal voor de echte man.

Douchen

Een goede verzorging begint al bij het douchen. Gebruik in plaats van zeep een milde, reinigende douchegel. En al kost het je misschien moeite, begin eens met een wisseldouche. Hiermee krijg je de perfecte oppepper doordat de bloedsomloop wordt gestimuleerd. Heb je weinig tijd, gebruik dan een douchegel en shampoo in één. Huid en haren worden dan gereinigd met een milde substantie. Gebruik na het douchen een lekkere bodylotion.

Scheren

Een probleemgebied bij mannen is de baardgroei; elke scheerbeurt irriteert de huid! Kies daarom voor een scheerschuim, scheergel of aftershave die bij jouw huidtype past. De huid die door het scheren geïrriteerd raakt, is niet bestand tegen agressieve producten. Gebruik daarom snel absorberende, vochtinbrengende crèmes om de huid te kalmeren en een rode, droge huid te voorkomen.

Hydrateren

Het hydrateren van het gezicht doe je natuurlijk met een crème voor mannen. Deze zorgt ervoor dat je huid voldoende vocht krijgt, zijn elasticiteit behoudt en dat huidveroudering zo lang mogelijk wordt uitgesteld. Heb je een droge huid? Neem dan ook een product dat 's nachts voor je werkt. Een nachtcrème is vetter dan een dagcrème en weet het vochtgehalte van je huid uitstekend vast te houden.

Geurtje

Niets is zo belangrijk als de juiste geur. Om ook in stresssituaties cool te blijven, helpt een anti-transpirant. Een deodorant moet altijd een neutrale geur hebben of aansluiten bij de geur van de eau de toilette. Waar echter elke vrouw op afknapt, is een geur die je kilometers vooruit snelt.

Tip: spray een eau de toilette altijd rechtstreeks op de huid, dat voorkomt vlekken op je kleding.

Wil je jouw vader of man verwennen met een huidverzorgingsproduct? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

VADERDAGTIP:
VERRAS DE
LIEFSTE PAPA
MET EEN
VERZORGEND
CADEAU

HOTEL GARBI OPENT WEER OP 17 JUNI



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

BOEK
VOOR 17 JUNI
EN ONTVANG
10% KORTING EN
GENIET VAN
15% KORTING OP
BOEKINGEN VOOR
VOLGEND JAAR!

JE ZOMER BEGINT HIER...

We hebben keihard gewerkt om ons hotel beter dan ooit te maken! Van onlangs gerenoveerde hotelkamers tot een scala aan nieuwe activiteiten om van te genieten, deze zomer draait alles om het achterlaten van alle stress en het ervaren van de meest ontspannende zomer ooit, waar wij voor alles zorgen...

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een design viersterrenhotel aan het strand van Playa d'en Bossa, in het zuiden van het eiland, op slechts vier km van de stad Ibiza. Het heeft een breed scala aan vrijetijds- en ontspanningsmogelijkheden in de faciliteiten. Een spa-circuit met een Turks bad, een stoombad, een jacuzzi en, voor degenen die op zoek zijn naar ontspanning, een massageservice. Alle gasten hebben gratis toegang tot de spa. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**



Gratis yoga- en zumbalessen aan het strand - Gratis parkeren - Gratis wifi
Geldteruggarantie - Exclusieve capaciteit



MOOI EN MAKKELIJK

Summer is coming, dus kunnen jouw oksels, benen en bikinilijn wel wat extra aandacht gebruiken. Maar sommige plekjes, zoals je intieme delen, zijn voor een scheerbeurt vaak moeilijk te bereiken. De Intuition Complete van Wilkinson is speciaal ontworpen om het scheren van die lastige plekjes een stuk gemakkelijker te maken. Het mooie design en roségouden kleurtje van de Intuition Complete maken van elke scheerbeurt een fijne beauty treatment!

www.wilkinsonsword.nl



VOOR DE GEVOELIGE MAN

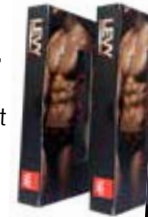
BULLDOG ondersteunt mannen bij hun dagelijkse verzorging. Deze vochtinbrengende gezichtscrème voor de gevoelige huid met groene thee, groene algen en vitamine E zorgt voor een snel herstel van je huid. Alle producten zijn vrij van kunstmatige kleurstoffen en synthetische geurstoffen en bevatten natuurlijke ingrediënten.

www.bulldogskincare.com

LEZERSACTIE

Maak kans op een echte Levy.

Eén van Nederlands grootste online content creators - Levy van Wilgen - lanceerde onlangs zijn eigen underwear label: LevyUnderwear. De collectie bestaat uit briefs en boxers in de kleuren wit, zwart en groen met veel leuke details. www.levy-store.com



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine 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. #LEVY naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

win

Yes, de zomer komt eraan!

LEZERSACTIE

Maak kans op een baardverzorgingspakket van Bulldog.

Bulldog begrijpt mannen! Of je nu een normale, droge, gevoelige, vette of rijpe huid hebt, Bulldog is er om je te helpen er op je best uit te zien en je goed te laten voelen.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine 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. #BULLDOG naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**

SPAANSE ROSÉ

Rosé by ¡Hola! komt niet uit een massaproductieketen, maar wordt met liefde gemaakt door een ondernemersstel uit Antwerpen dat meer dan tien jaar geleden vertrok naar Barcelona. Ze droomden ervan om zelf de beste organische cava ter wereld te telen, oogsten en bottelen. Tien jaar later produceren ze van cava tot brut en van witte wijn tot rosé.

www.holacava.com/nl



BRUIST Deals



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 bij onze bruisende ondernemers.

VERFRISSEND ANDERS

Mocht je deze zomer toe zijn aan iets anders dan een koud biertje of glas wijn, denk dan eens aan witte port. Graham's Blend N° 5 is medium droog en is de allereerste witte port die speciaal gemaakt is om te mixen met tonic. Ben je dus toe aan iets feestelijker, dan is de witte port-tonic (portonic) de ideale zomercocktail! www.wijnkring.nl



THEATER.NL EN BRUIST

SLAAN DE HANDEN INEEN!

Voor jouw complete theateruitje

Bruist vermeldt elke maand de leukste evenementen uit jouw regio in het glossy magazine. Reden genoeg om vanaf nu samen te werken met Theater.nl, het grootste theaterplatform van Nederland. We zijn bovendien óók actief in België! Zo blijf je perfect op de hoogte van het brede cultuuraanbod en maak je als echte theaterliefhebber kans op mooie prijzen!

Wil jij kans maken op mooie prijzen?
Registreer je dan via theater.nl/bruist en wie weet ben jij één van de gelukkigen!

COMPLEET THEATERUITJE

Theater.nl houdt je dagelijks op de hoogte van het laatste theaternieuws, recensies en natuurlijk de mooiste theatervoorstellingen die je direct kunt reserveren via de website. Daarnaast kun je bij ons terecht voor een compleet theateruitje. Wat denk je van een etentje vooraf of achteraf? Maak gemakkelijk via onze website een keuze uit de beste restaurants in de buurt van het theater, of boek zelfs een overnachting in de stad. Dankzij Theater.nl ligt een compleet dagje uit binnen handbereik!

MAAK KANS OP MOOIE PRIJZEN

Geniet elke maand in Bruist van een exclusief interview van Theater.nl met een bekende Nederlander of Vlaming. **Maar dat is nog niet alles: maandelijks geven we prachtige prijzen weg zoals voorstellingstickets of twee weken gratis streamen, want voor het bekijken van een theatervoorstelling hoeft je tegenwoordig de deur niet meer uit.**

 **Theater.nl**
DE WERELD VAN THEATER

Altijd al gitaar willen spelen?



Je muzikale vaardigheden willen uitbreiden?

Net dat beetje extra hulp nodig bij het komen tot de volgende stap?

Gitaar is een veelzijdig instrument. Het geeft de mogelijkheden tot het spelen van akkoorden om je eigen of andermans zang te begeleiden. Maar ook het spelen van solo's van bekende popliedjes of mooie Spaanse of Zuid-Amerikaanse stukken is mogelijk.

Er kan zonder enige voorkennis al gestart worden. In de lessen wordt het noten lezen en alles daaromheen behandeld. Akkoordspel komt snel aan bod en vele melodieën van bekende liedjes zullen voorbijkomen om uiteindelijk bij meerstemmig gitaarspel uit te komen.

De lessen worden gegeven door ervaren en professioneel docent Marcus de Jong. Hij geeft wekelijks gemiddeld honderd leerlingen les die allemaal de kneepjes van de gitaar willen leren. Hierbij komen beginners op les, maar ook ver gevorderde leerlingen van alle leeftijden. De jongste leerling begint al op zijn vijfde jaar.

- ✓ Kriebelde het al een tijdje om gitaar te spelen?
- ✓ Nieuwsgierig geworden?

Maak dan nu gebruik van de actie en volg 4 gratis verkenningslessen inclusief gitaar. Meld je aan voor het maken van een afspraak.

Breid je muzikale kennis uit, versterkt je motoriek en geeft muzikaal plezier

Volg **4 gratis** verkenningslessen inclusief gitaar bij

gitaarschooldegitarist.nl

06 421 487 52 degitarist@hotmail.nl

Om verwarring met juli te vermijden wordt de **maand juni** vaak uitgesproken als **juno**.

Rimpels zijn de landkaart van je leven.

20 juni is het **Wereldvluchtelingendag**. Deze dag is speciaal in het leven geroepen om aandacht te vragen voor het lot van vluchtelingen.

Geen enkele andere maand begint op **dezelfde dag** van de week als juni.

Het ronde raampje in de wasmachine is er voor de veiligheid: voor als per ongeluk je kat erin is gesprongen.

Mensen die al op hun 20ste beginnen met een goede **dagcrème** zien er jaren later aanmerkelijk jonger uit dan mensen die nooit smeren.

Een **juni-kind** is **nieuwsgierig** en ontmoet graag nieuwe kinderen. Je zult dan ook veel vriendjes over de vloer krijgen.

In Scandinavische landen wordt op 24 juni het **Midzomerfeest** gevierd.





HOUE

Summervibes in eigen tuin

We zijn weer geopend volgens onze normale openingstijden op woensdag, donderdag, vrijdag en zaterdag. Zie de website.

SHOWROOM

Een grote collectie van onze merken tuinmeubelen is opgesteld in onze showroom in Nijmegen. U beleeft daar wat mooie tuinmeubels met uw tuin, terras of balkon kunnen doen. U zult hier veel inspiratie opdoen, bijvoorbeeld voor het combineren van verschillende merken.

WEBSHOP

De webshop is altijd up-to-date met alle nieuwe kleuren en modellen van onze merken.

BEZORGING

Wij bezorgen uw tuinmeubelen en accessoires GRATIS in heel Nederland op afspraak.

Fermob

MAX&LUUK^o
PARASOLS | OUTDOOR FURNITURE

Welteoree

ROOLF
LIVING

HOUE

emu

blomus

fast
outdoor lifestyle

art meets design

Hertogstraat 139 Nijmegen

(024) 679 34 74

www.artmeetsdesign.nl

Je voeten in vertrouwde handen

Met bijna 20 jaar werkervaring mag Elly Wolfraad zich met recht een specialist op het gebied van (probleem-)voeten noemen. Haar praktijk is gevestigd binnen de muren van Woonzorgcentrum Castella in Cuijk.



“Als gemotiveerde en ervaren medisch pedicure leg ik de lat hoog voor mezelf om mijn cliënten altijd de behandeling te geven die ze verdienen. Ik pas alle kennis en kunde die ik tijdens mijn opleiding en nascholingen heb opgedaan toe om ervoor te zorgen dat de voeten die ik behandel weer een periode pijnvrij en mooi door kunnen stappen.”

Risicovoeten

In haar praktijk ligt de focus op probleemoplossende behandelingen en behandelingen van de zogenaamde “risicovoeten”. Hierbij kun je denken aan voetproblematiek die is ontstaan door diabetes of reuma, door ouderdom, spasticiteit, verwaarlozing of een andere onderliggende medische indicatie, wat meer achtergrondkennis en opleiding van de behandelaar vraagt.

Sportpedicure

Ook heeft Elly zich gespecialiseerd als sportpedicure, een relatief nieuwe discipline binnen de voetzorg in Nederland. Bij een sportpedicurebehandeling ligt de nadruk op preventief advies, waarbij het doel is dat de sporter door kan gaan met de sport die hij beoefent. Wanneer voeten niet in vorm zijn, wordt sporten namelijk een stuk lastiger en neemt de kans op blessures toe. Een bezoekje aan de (sport-) pedicure kan dan ook zeer waardevol zijn.

Uitdagens werk

“Zoals gezegd ga ik graag probleemoplossend te werk en daarnaast sta ik ook voor voetverbeterende behandelingen. Gezien mijn jarenlange ervaring weet ik voor de meeste probleemvoeten wel een oplossing te vinden. Dat is ook meteen de uitdaging in mijn werk, net zoals het contact met mijn cliënten. Iedere voet is anders, dus ook elke cliënt is anders. Dat maakt dat geen dag hetzelfde is en ik elke keer weer vol enthousiasme aan het werk ga.”

“PROBLEEM-
OPLOSSEND &
VOETVERBETEREND”



BarreVoets

MEDISCH PEDICURE PRAKTIJK

BarreVoets Medisch Pedicurepraktijk | Eigenaar: Elly Wolfraad
Cantheelen 6.300a, Cuijk | 0485-844470 | www.barrevoetsmppcuijk.nl

Flebologisch Centrum Grave

Uw behandelcentrum voor spataderen en aambeien

Nieuwste methoden
Snelle intake
Ervaren artsen
Kwaliteitskeurmerk
ZKN
Geen wachlijsten

Snel en vakkundig
van uw spataderen en
aambeien af



- Patiënten uit heel Nederland komen naar het Flebologisch Centrum Grave om spataderen en aambeien te laten behandelen.
- De specialisten van FCG maken gebruik van de modernste en nieuwste

technieken.

- De kliniek kent hele korte wachttijden en zorgverzekeraars vergoeden het overgrote deel van de behandelingen.

Bezoek de website voor meer informatie: www.spataderen-fcg.nl
of neem vrijblijvend contact met ons op: 0486-420096

Klinkerstraat 8-10, Grave
Tel: 0486 42 00 96
info@spataderen-fcg.nl



Flebologisch Centrum Grave

DAGJE UIT HOLLAND FESTIVAL



Van 3 tot en met 27 juni vindt in en om Amsterdam de 74e editie van het Holland Festival plaats. Al sinds 1947 het nummer één festival voor podiumkunsten in Nederland dat podiumkunsten, theater, muziektheater, dans, opera, visuele kunst, literatuur en architectuur met elkaar combineert. De programmering is zo opgezet dat alle producties ook met kleine publieksaantallen kunnen plaatsvinden, rekening houdend met de coronamaatregelen van alle deelnemende locaties zoals die tijdens het festival zullen gelden. In totaal presenteert het Holland Festival 39 producties verdeeld over 25 dagen, waaronder tien wereldpremières en twaalf Nederlandse premières. **Kijk voor meer informatie op www.hollandfestival.nl.**

FILMPJE KIJKEN BLACKBIRD

Lily (Susan Sarandon) is terminaal ziek. Na al haar opties goed te hebben overwogen, besluit zij dat ze haar leven wil beëindigen, met steun van haar echtgenoot Paul (Sam Neill). Ze vraagt haar geliefde familie om nog een keer met zijn allen bij elkaar te komen voor haar afscheid. Maar al snel komt een onopgelost conflict tussen haar twee dochters Jennifer (Kate Winslet) en Anna (Mia Wasikowska) bovendienrijven... Het perfecte spel van de sublieme cast maakt van Blackbird een tot nadenken stemmend familiedrama over het leven gedurende momenten van afscheid en verlies. **BLACKBIRD is vanaf 10 juni te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN KONINKRIJK



Roy heeft het Noorse bergdorp waar hij opgroeide nooit verlaten, in tegenstelling tot zijn jongere broer Carl die hij altijd probeerde te beschermen tegen hun bikkelharde vader. Net als iedereen in het dorp dacht Roy dat zijn broer voorgoed was vertrokken naar Amerika. Tot Carl terugkeert, met een mysterieuze vrouw en het plan om een luxehotel bij het dorp te bouwen. Oude rivaliteiten steken de kop op en het dorp komt onder hoogspanning te staan, waarbij de broers het mikpunt worden van allerlei verdachtmakingen. Terwijl ze zich met hand en tand tegen de dorpingen moeten verdedigen, wordt Roy ook nog eens verliefd op Carls vrouw... **KONINKRIJK van Jo Nesbø is vanaf 1 juni verkrijgbaar.**

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 viersterrenhotel 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!*



Als het om écht fietsplezier gaat



Wist u dat wij naast fietsen ook een groot assortiment aan accessoires en kleding hebben?



Of je nu een schoolfiets zoekt of een fiets met lage instap, bij Bike Totaal Thijs Hendriks ben je hiervoor aan het juiste adres. E-bikes, stadsfietsen, race- en ATB-fietsen, je vindt het er allemaal. Mensen komen vaak van ver voor de fietsen van de merken Specialized, Merida en Bianchi, maar daarnaast verkoopt Thijs ook fietsen van reguliere Nederlandse merken.

WIJ ZIJN DÉ E-BIKE DEALER VAN:

Gazelle	Rih
Koga	Cortina
Batavus	Specialized
Sparta	Merida
Kalkhoff	

Bike Totaal

Thijs Hendriks
WANROIJ

Lepelstraat 17, Wanroij
0485-451773
info@thijshendriks.nl

www.thijshendriks.nl

Naast een mooie showroom beschikt Bike Totaal Thijs Hendriks ook over een grote werkplaats. Hier verzorgen ze onderhoud en reparaties. Dankzij deze werkplaats ben je zeker van een uitstekende nazorg. Wanneer er iets mankeert aan jouw fiets wordt deze snel en vakkundig gerepareerd.



Een nieuwe fiets testen?

Maak dan snel een afspraak. Wist u dat wij in het seizoen altijd zo'n 20 elektrische demo-fietsen van verschillende merken op voorraad hebben om te testen?



Nandi van Beurden is Maria in The Sound of Music: ‘Ik kan niet wachten!’

Na een zenuwslopende zoektocht won Nandi van Beurden *Op zoek naar Maria*. Daarmee gaat er voor de actrice een droom in vervulling: Maria spelen in de musical *The Sound of Music*.

‘IK GA VAN
HET MOMENT
GENIETEN’

“Ik mag weer repeteren, ik mag weer iets maken. Ik kan gewoon niet wachten het theater in te gaan”, verzucht Nandi. Tijdens de televisiezoektocht mocht ze alweer even proeven van het artiestenbestaan, maar dat voelde toch anders. “Ik mocht wel gewoon zingen, dansen en acteren in dat theater, maar er zat natuurlijk geen publiek. Er zat een jury en er stond een camera op je toeter. Dat is iets heel bizars.”

‘Ik ben ook gewoon ‘gewoon’

Tijdens corona heeft Nandi haar tijd goed besteed. “Ik heb voor de klas gestaan! Ik hoorde dat er een tekort was aan leraren in de noodopvang, dus voor die kinderen ben ik juf geweest.” Deze nieuwe ervaring neemt de actrice zeker mee naar *The Sound of Music*. “Ik heb ontzettend veel over mezelf en over werken met kinderen geleerd. Ik heb met de kinderregisseuse afgesproken dat ik bij de repetities kom

kijken als de kinderen aan het studeren zijn. Zo zien ze dat ik ook gewoon ‘gewoon’ ben en dat ze bij wijze van spreken ook aan mij kunnen vragen als ze naar de wc willen.”

Genieten van het moment

En heeft Nandi al een nieuwe droom klaarstaan? De actrice lacht: “Jeetje, nee. Ik moet mezelf wel even de kans gunnen om deze droom ten volle te beleven. Natuurlijk ben je in dit vak altijd bezig met ‘wat komt er hierna’, maar ik heb juist door deze tijd geleerd dat je van het moment moet genieten. Dat ga ik nu ook zeker doen.”

The Sound of Music is vanaf 16 juni te zien in het AFAS Circustheater Scheveningen. Vanaf augustus trekt de musical door het land. Meer informatie: www.soundofmusic.nl.

Theaternl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. Ga naar theater.nl/bruist

De coronatijd zet heel wat op zijn kop. Ik merk dat velen hierdoor uit balans zijn geraakt en onzeker zijn geworden.

Herken jij dit?

- Werk en privé lopen door elkaar. Hoe krijg ik weer structuur?
- Ik ben onzeker over de toekomst van mijn bedrijf. Hoe nu verder?
- Vind ik mijn werk nog wel leuk?
- Hoe kan ik me ontspannen in deze tijd?
- Ik durf geen keuzes te maken?
- Ik wil zaken aanpakken, maar kom niet in actie.

Neem dan contact met mij op.

In mijn praktijk in het prachtige Maasheggenlandschap bespreken we samen vrijblijvend jouw mogelijkheden. Je kunt kiezen uit diverse coachvormen waaronder wandelcoaching, paardencoaching en loopbaancoaching. Coaching aan jouw keukentafel is ook mogelijk.

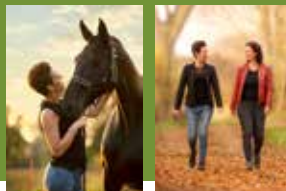
Bel me
nu voor
een afspraak
06-11564823



Marieke Kersten Life Coaching biedt persoonlijke coaching gericht op positieve verandering om doelen te ontdekken en te behalen.

Coaching is voor particulieren en ondernemers die het lief hebben om naar zichzelf te kijken!

- COACHING
- LOOPBAANCOACHING
- PAARDENCOACHING
- WANDELCOACHING



Erf de Schutkooi
Veerweg 3, Vortum-Mulleum
+31 6 115 648 23
www.mariekersten.nl



Eva Bekkers



Nieuwe huidverbeterende behandeling: Wish Pro!

Wat houdt deze behandeling in? Magnetische pulsen zorgen voor het effectief insluizen van de werkstoffen. Deze combinatie behandeling zet de huid aan tot regeneratie en zorgt voor een diepe doordringbaarheid in de huid van de actieve werkstoffen in de serum capsules.

Effect van de behandeling

- verhoogde bloedsomloop
- verwijdert dode huidcellen
- verbetert de lymfatische drainage
- voedt de huid met actieve ingrediënten
- verstevigt gezicht spieren
- verfijnt poriën
- kalmeert de geïrriteerde huid

Kortom: deze behandeling is perfect voor iedereen die aan huidverbetering wil doen, maar dan op een ontspannen en rustgevende manier!

Deze behandeling voeren we uit bij Beauty & Wellnesscare Luna Cuijk en Doetinchem.



BRUIST DEAL
VAN € 105,-
NU VOOR
€ 94,50

Beauty & Wellnesscare Luna 'The Health & Lifestyle Salon' biedt een totaalpakket aan behandelingen, voor de innerlijke en uiterlijke schoonheid. Van verzorgende gelaatsbehandelingen gericht op huidverbetering tot luxe wellness-behandelingen om even te ontsnappen aan alle stress en drukte van alledag.

www.beautyandwellnesscareluna.nl

Lavendel 256, Cuijk | 06-48086594 | IJsselkade 9a, Doetinchem | 06-10516864 | info@beautyandwellnesscareluna.nl

Al een tijdje single en ben je het zat om langer alleen te zijn?
Wil het maar niet lukken via datingapps? Geef je dan nu op als
Bruisende Vrijgezel en wie weet vind je wel de liefde van je leven!
Wij gunnen iedereen de liefde, daarom helpen wij graag een handje
door samen met jou op zoek te gaan naar een match!

Word jij onze
**nieuwe bruisende
vrijgezel?**

Meld je dan nu aan!



Durf jij net als deze vrijgezellen de stoute schoenen aan te trekken?

Mail dan naar contact@nederlandbruist.nl en je komt geheel kosteloos in de rubriek
Bruisende Vrijgezel in onze magazines. Een kleine stap in de zoektocht naar jouw grote liefde!

Momentje voor jezelf

'Wat vind jij ervan? Aan welke kant sta jij?
Wat denk jij dat er gaat gebeuren?' En hoe ik
omga met wat iedereen vindt en roept.
Dit soort vragen ontvang ik dagelijks.

Het is overduidelijk dat er verdeeldheid is in de maatschappij.
De wereld is in de war, er heerst chaos en onrust. En de grote vraag
is: wat gaat er de komende jaren gebeuren? Ondanks dat we het
niet allemaal met elkaar eens zijn en mogelijk anders kijken naar de
situatie in de wereld, kunnen we nog steeds naar elkaar luisteren en
naast elkaar leven zonder direct in conflict te gaan.

Mag ik een advies geven? Je hebt geen toestemming van anderen
nodig om je blij en gelukkig te voelen. Leef met compassie, begrip
en respect, maar zonder dat je heldere geest wordt volgekliederd
door het lawaai en de rommel van anderen.

Ik heb van niemand toestemming nodig om mijn mooiste leven te
leven. Dat bepaal ik zelf wel en als jou dat niet bevalt, heb ik daar
geen last van. Je mag van alles vinden, maar vind eerst rust en
vrede in jezelf. Doe dat door tweemaal per dag een momentje voor
jezelf te nemen.

Hasta la proxima,

Michael Pilarczyk

~ MeditationMoments.nl ~
Meditaties voor elk moment van de dag

Ontspanning voor jou en je baby



Met trots kan ik zeggen dat ik als eerste in Noord-Brabant de mensen mag laten kennismaken met het concept baby spa. Baby's van 14 dagen tot 6 maanden kunnen hier heerlijk komen ontspannen. Maar ook moeders in spe, oma's, tantes, vriendinnen (en noem maar op) zijn van harte welkom voor een heerlijke ontspannende massage bij mij in de praktijk.

Voor je baby

- Happy newborn float (14 dagen tot 3 maanden)
- Happy regular float (3 maanden tot 6 maanden)
- Duo vriendjes float (14 dagen tot 6 maanden)
- Float only (14 dagen tot 6 maanden)
- Triple vriendjes float (14 dagen tot 6 maanden)

Voor mama

- Zwangerschapsmassage
- Ontspanningsmassage
- Stoelmassage
- Hotstonemassage

Boek nu online: www.babyspa-justrelax.nl

Boxmeerseweg 23, Beugen | **06 22 76 53 53**
 babyspajustrelax@gmail.com | www.babyspa-justrelax.nl



BIKINI READY

De zomer staat voor de deur, dus de bikinistress komt er weer aan. In onze MKBMshop zien we een patroon in aankopen rond de zomermaanden. Slimming Powder en Cellulite Cups zijn dan onze hardlopers.

Hieruit maak ik op dat de meeste mensen acht maanden per jaar alles verwaarlozen en vier weken voor de zomer ineens alles uit de kast trekken om binnen een maand bikiniproof te zijn. Dit is een manier, maar als je het mij vraagt niet de juiste manier. Als je heel snel resultaat wenst, vervel je na het behalen van dit resultaat ook heel snel weer in oude patronen. Het heeft tijd nodig om ergens een lifestyle van te maken.

Als je kleine stapjes zet richting je doel doe je er langer over, maar is de kans dat je resultaat blijft veel groter. Vlak voor de zomer kun je altijd nog wat extra's doen, maar dan hoeft je niet vanaf nul te beginnen. Mijn advies: sport het hele jaar en eet het hele jaar gezond, gevarieerd en niet boven je caloriebehoefte.

Check gratis workout video's op www.mykillerbodymotivation.com



MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

NEEM OOK EENS EEN KIJKJE OP WWW.MKBMSHOP.COM



Broodje pulled pork met salademix

Wil jij je vader verrassen met een heerlijk broodje varkensvlees? Ervaar met dit recept hoe makkelijk dit Amerikaanse gerecht te bereiden is en hoe ongelooflijk lekker het smaakt! Je moet er wel even de tijd voor nemen.

4 PERSONEN - 1,5 UUR - 12 UUR MARINEREN

INGREDIËNTEN

500 gr procureur
1,5 el gerookte paprikapoeder
1,5 tl knoflookpoeder
1 tl mosterdpoeder
1 tl chilipoeder
1,5 el bruine suiker
1 el fijn zeezout
barbecuesaus
4 broodjes
salademix

BEREIDING

Meng in een schaal alle specerijen met de suiker en het zout en wrijf het vlees flink in met deze mix. Doe het vlees in een plastic zak en laat het een avond/nacht (circa 12 uur) marineren in de koelkast.

Haal het vlees minstens een uur voordat je het in de oven zet uit de koelkast. Verwarm de oven voor op 150 graden. Doe het vlees in een braadslede en giet er wat barbecuesaus over. Dek het losjes af met aluminiumfolie en steek door de folie heen een vlees-thermometer in het dikste deel van het vlees.

Laat het vlees circa 1,5 uur in het midden van de oven garen. De kerntemperatuur moet uiteindelijk rond de 75 graden zijn. Afhankelijk van je oven kan het korter of langer duren. Wil je een licht krokant korstje op het vlees, verwijder dan ongeveer 20 minuten voor de eindtijd de folie. Neem het vlees uit de oven en laat het 10 minuten rusten op een grote, platte schaal.

Trek dan het vlees met twee vorken in stukjes/draadjes uit elkaar. Optioneel kun je er weer wat barbecuesaus doorheen scheppen. Snijd de broodjes open, beleg met een flinke hoeveelheid pulled pork en garneer met de salademix naar keuze.



PUZZELPAGINA

Iedere maand weer gezellig puzzelen. Vul de oplossing van de twee prijspuzzels in op onze website en maak kans op leuke prijzen.



4		2						
			3	8				
	9						1	8
					6			1
				7	5	3		
		1	2					
			5	6	1			
		3	9	4				
2		6		8			4	7

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **7-2-6**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Zoek de zes verborgen letters in deze editie van BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand stoer. De oplossing van vorige maand was **moeder**.

Maak kans op dit bruisende

zomer-pakket



l+🐭r=a d+🌍-az

m+💡r=i+e

🌍b=z+🍺-bi m+🐵p=r

👤m=v ★e=a+t

🐔h=g

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 juli de oplossing in op onze site: www.landvancuijkbriust.nl

Maak kans op een

gezichts-verzorgings-pakket voor de man



De Bulldog producten zijn speciaal ontworpen door de man, voor de man, in simpele duidelijke taal. Het is een compacte lijn met eerlijke ingrediënten.

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

baard	stralen
creme	huid
scheren	verzorgen
gelaat	zacht

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 juli oplossing in op onze site: www.landvancuijkbriust.nl

In onze hoorwinkels in Malden en Boxmeer begeleiden
onze audiciens u hoogstpersoonlijk naar een
passende hooroplossing.



hoorus 
ú w a u d i c i e n

Maak direct een persoonlijke afspraak! Online of telefonisch.

MALDEN - t (024) 3580 808
BOXMEER (0485) 52 30 06 | www.hoorus.nl