

DE OVERBETUWE / LINGEWAARD



AUGUSTUS 2021 GRATIS MEENEMEN!
WWW.DEOVERBETUWE-BRUIST.NL

BRUIST

Laten
we vaker
lachen!

Philippe Geubels:

'Ik ga niet terug naar
hoe ik het deed'

ASPESI

BARBA
NAPOLI

JACOB COHEN

ETON

MOOSE
KNUCKLES

PEUTEREY

TRUSSARDI

CARLO COLUCCI



STONE ISLAND

EMPORIO ARMANI

PAL ZILERI

PAUL & SHARK
yachting

VALENTINO



*Met dit tasje heb je
alles binnen handbereik*

STONE ISLAND

Het Italiaanse modemerkt staat bekend om zijn
casual kledingstukken die naast stijlvol ook
sportief en comfortabel zijn.



JOUW VAKANTIE BEGINT HIER...

want jouw zomerset haal je met korting bij Tijssen Mode



DE SALE
IS BEGONNEN



*Laat zien
wie je bent!*



EMPORIO ARMANI

Ontdek bij het Italiaanse
Emporio Armani verfijnde, tijdloze
kleding van hoge kwaliteit.



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

Droomplek

met fenomenaal uitzicht!

Ben jij op zoek naar de mooiste accommodatie van de Costa del Sol waar je na een dag vol indrukken tot rust kunt komen? Die plek hebben wij en willen we graag met jullie delen. Ga naar onze website of scan de QR code, boek onze locatie en jouw ultieme vakantie kan beginnen.



MIJAS RESIDENCE

10% KORTING
met code **BRUIST**
als je boekt
in september
of oktober!



BOEK NU



Vlak bij Mijas Pueblo, een pittoresk bergdorp, vind je Mijas-Residence, een luxe accommodatie met vier appartementen, een studio en een villa. Overal waar je staat is het uitzicht op de Middellandse Zee, Fuengirola en Mijas costa even mooi. En of je nu in het zwembad of relaxt op

je zonnenbed ligt of in onze bar zit, altijd ben je in contact met het adembenemende uitzicht. En dan realiseer je je... er is geen betere plek dan hier.

Nieuwsgierig? Onze accommodatie, inclusief het woonhuis, is ook in zijn geheel af te huren (max. 26 slaappleatsen).



8



30



12



48



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 - Annemiek Jansen
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland bruist
EINDREDACTIE Linda Groothuijse

f Like ons op Facebook/De Overbetuwe 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. De Overbetuwe 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.**



**DIT NAJAAR
STARTEN MET
ADVERTEREN, MÉT
SUPERVEEL EXTRA
KORTING? Mail naar
fvangeel@nederlandbruist.nl
of bel
06-43093996**



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Lachen is gezond! Niet zomaar een loze uitspraak, maar eentje die echt ergens op is gebaseerd, zoals je verderop in deze nieuwste editie van Bruist kunt lezen. En hoewel momenteel natuurlijk lang niet alles om te lachen is, raden we je toch aan om jezelf zo vaak als mogelijk over te geven aan een heerlijke lachbui. Dé manier om even helemaal te ontspannen, te genieten van het moment en al je zorgen te vergeten.

Bruisende lezer,

Makkelijker gezegd dan gedaan? Nee hoor... lachtherapie kan de oplossing zijn! En als dat niets voor jou is, maakt het bekijken van een van de oude shows van de Vlaamse komiek Philippe Geubels je zeker ook aan het lachen. Een nieuwe show laat nog heel even op zich wachten – zoals je verderop kunt lezen in het interview met Philippe – maar gelukkig is er genoeg ‘oud werk’ om uit te putten.

Voor je ligt dus een magazine met een lach. Want ook de verhalen van alle bruisende ondernemers toveren ongetwijfeld een lach op je gezicht. Hun passie, enthousiasme en drive zijn namelijk zó aanstekelijk, daar kun je eigenlijk alleen maar vrolijk van worden...

Veel leesplezier,
Lea en Marcel Bossers

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

Inhoud

LACHEN IS
ECHT GEZOND!

Waarom je vaker zou moeten *lachen*

Lachen is fijn. Lachen is gezond. Lachen is dé manier om je even helemaal te ontspannen, te genieten van het moment en even je zorgen te vergeten. Op het moment dat je lacht, komen er stofjes vrij in je lichaam waardoor je jezelf beter voelt.

Als je een lachbui hebt gehad, voel je jezelf goed. Maar toch lukt het veel mensen niet meer om ongeremd te lachen. Mensen hebben een te drukke leefstijl met veel stress en gepieker, waardoor ze vaak vergeten te lachen. Lachtherapie kan de oplossing zijn. Door af en toe een flinke lachbui te hebben, word je vrolijker, meer ontspannen en vergeet je even al je zorgen. Je leert te genieten van het moment, je leert te lachen zonder reden.

Eigenlijk is lachtherapie een hele simpele training die je het beste meteen 's ochtends toepast, want dan heb je er de hele dag plezier van. Probeer het eens tijdens het douchen, het aankleden of tijdens het ontbijten. Start een lachsessie met rek- en strekoefeningen om je lichaam soepel te maken. Dan begin je met lachen. Eerst een glimlach en daarna ga je over tot schaterlachen. Na het lachen is er een totale ontspanning, waarbij sommigen zelfs een gevoel van geluk ervaren.

Mensen die veel lachen, zien er in het algemeen gelukkiger en mooier uit. Iemand die lacht, zal ook sneller de mensen in zijn omgeving aan het lachen krijgen.

Leren lachen

Vaak moet je over een bepaalde drempel stappen om, zeker in je eentje, te kunnen lachen zonder reden. In een groep gaat het meestal gemakkelijker. Probeer daarom eens een lesje lachyoga. Door middel van oefeningen worden de lachspieren aan het werk gezet. Lachen in een groep werkt aantekelijk. Zelfs een neplach verandert vaak in een echte lachbui. Iedereen kan meedoen aan lachyoga, je hoeft geen yoga-ervaring te hebben of lenig te zijn om mee te kunnen doen.

Soms gaat lachen zelfs over in huilen. Dat is helemaal niet erg. Lachen en huilen liggen dicht bij elkaar, dus laat die tranen maar stromen.

Gebruik een lachsessie met collega's eens als een methode voor teambuilding. Het geeft energie en brengt meer plezier op de werkvloer.

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, gelegen aan 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!*



LEZERSACTIE**Maak kans op deze set van Hawaiian Tropic.**

Het merk geïnspireerd op de Hawaïaanse stranden, je trouwe metgezel. Bij elk product krijg je bovendien de energie en het enthousiasme mee waarmee het merk zijn producten vervaardigt.

www.hawaiiantropic.com

TAG #TROPIC

**VOLLE, TROPISCHE SMAAK**

Onlangs lanceerde Amarula de nieuwe en zomerse smaak Raspberry Chocolate Baobab. Hierin proef je de vertrouwde smaak van Amarula, gemixt met framboos, chocolade en een vleugje baobabfruit. Het crème-achtige van Amarula heeft de leikur te danken aan de toegevoegde room. Je drinkt het puur, met ijs, maakt er een cocktail van of mixt het bijvoorbeeld met koffie.

www.amarula.com*Doe mee en win***LEZERSACTIE**
Maak kans op Perfect Hair Dry Shampoo van That'so.

Moet je haar gewassen worden maar ontbreekt het je aan de tijd of zin? De Perfect Hair Dry Shampoo van That'so biedt uitkomst! Deze Dry Shampoo reinigt het haar zonder dat er water aan te pas komt. De formule is verrijkt met groene thee, dat het haar verfrist en zuivert. De zijdeproteïne in de formule heeft een voedende en beschermende werking van de wortel tot aan de punten. www.thatso.nl

TAG #THATSO

**OUD MET EEN TWIST**

Gin 1689 neemt je mee naar het Nederlandse vakmanschap van meer dan drie eeuwen geleden. De gin dankt zijn naam aan het jaar waarin Willem III van Oranje de drank introduceerde in Engeland. 1689 Queen Mary Pink Gin, de allereerste pink gin van Nederland. Perfect serve met tonic, frambozen en aardbeien!

www.gin1689.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

TAG #LEVY

**BRUIST**
Deals

Neem een kijkje op www.nederlandbruist.nl/ lezersacties en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.

Salon Balans

LEZERSACTIE
30 minuten
MASSAGE
voor € 24,95

"Een massage met de juiste energie zorgt voor de rust die je zoekt."

Julianastraat 20, Huissen
06-28174828
†strid.jeltema@live.nl
www.salon-balans.nl

*win***Vier de****zomer!****STRAAL NOG EVEN LANGER**

Net terug van vakantie en wil je je bruine glow langer behouden? Creëer moeiteloos een stralende teint zonder strepen. Het verwent de huid met vocht en zorgt voor een natuurlijke glans tijdens het bruinen.

www.hawaiiantropic.com**HEBBEN HEBBEN HEBBEN!**

De nieuwe thriller van Esther Kreukniet vertelt een rauw en realistisch verhaal over advocate Liza Kreest die een schimmig geheim uit haar verleden verbergt. Ze heeft zich volledig op haar carrière gestort, maar door een aantal heftige gebeurtenissen ligt haar geheim uiteindelijk alsnog op straat...

www.estherkreukniet.nl**MEEDOEN MET DE LEZERSACTIES?**

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. de TAG bij de lezersactie naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.**



**Wil jij kans maken
op mooie prijzen?**

Registreer je dan via
theater.nl/bruist en
wie weet ben jij één
van de gelukkigen!

Ben jij een theaterliefhebber?

Dan ben je bij Theater.nl aan het juiste adres! Of je nou gek bent op musicals, houdt van cabaret of wegdroomt bij een toneelstuk: je vindt jouw favoriete voorstelling in onze uitgebreide theateragenda. Je koopt gemakkelijk je kaartje en maakt je dagje uit compleet met een diner en/of overnachting bij een van onze partners. Dan zit die pluchen theaterstoel straks nog net even wat lekkerder.

Maar Theater.nl biedt meer. Lees alles over jouw favoriete artiesten en gezelschappen, duik in een van de vele biografieën, bekijk de mooiste beelden of geniet van interviews met onder meer Karin Bloemen, André van Duin en Stef Bos.

Altijd op de hoogte

Natuurlijk houden we je ook op de hoogte van het laatste theaternieuws en geven we wekelijks de leukste theatertips voor

de nodige ontspanning. Bovendien maak je als bezoeker regelmatig kans op mooie prijzen!

Volg ons op social media

Wil je echt niets missen? Volg ons dan op social media. Je vindt hier niet alleen het belangrijkste nieuws, maar ook bijzondere foto's, video's en weetjes. Daarnaast zetten we elke week een bijzondere artiest in het zonnetje. Thumbs up!



Theater.nl is hét platform voor theaterliefhebbers. Wij brengen het theatergevoel rechtstreeks bij jou thuis.

Al 14 jaar de beste Indische catering in de regio

Wilt u ook weer genieten met familie, vrienden of collega's van lekker eten? Maak dan van uw feestje iets bijzonders en kies voor een compleet verzorgd buffet bij u thuis of op locatie en verras uw gasten met heerlijke Indische gerechten.



Wij denken graag met u mee over de invulling van uw feest. Voor kleine en grote gezelschappen bieden wij een gevarieerd aanbod aan authentiek Indisch eten.
Neem gerust contact met ons op voor meer informatie.

Catering op locatie verzorgen wij op alle dagen van de week.
Afhalen van gerechten in onze winkel is mogelijk op donderdag, vrijdag en zaterdag.

Reserveer
op tijd
de datum van
uw feest!

SALAS
Indische catering

Industrieweg-Oost 5 b4, Elst • 06 22 38 21 25
contact@salascatering.nl • www.salascatering.nl

DITJES/DATJES

We mogen weer!
Uit eten gaan en een drankje doen met vrienden op jullie favoriete terras.
Steun de horeca en ga er een keertje extra op uit deze zomer.

Hoera, we mogen **weer sporten!**
Het houdt je fit en zorgt voor een **ontspannen geest**. Dus meld je aan bij een sportschool en ga voor **jouw eigen killerbody**.

De reisbureaus staan weer klaar om jou te voorzien van de beste reisadviezen voor **een fijne vakantie**.

Loop **een winkel binnen** en maak een praatje met de ondernemers. Want ook die hebben het normale contact met hun klanten gemist. **Wees loyaal, shop lokaal!**



OP NAAR EEN KILLER-BOOTY!

Ronde en grote billen zijn hotter dan hot. Op mijn social media krijg ik vaak reacties over mijn goede kont (thank you!). Mijn booty heb ik vooral van mijn moeder geërfd en daarmee mag ik mijzelf gelukkig prijzen. De juiste genen zijn dan ook grotendeels bepalend voor zo'n opvallend achterwerk.

Maar ook als je dit cadeautje niet van je moeder hebt gehad, kun je veel doen om je booty te verbeteren. Bovendien moet ik ook keihard werken om alles in shape te houden. Shop een leuke sportlegging zoals de Billenbroek die je billen accentueert en maak plaats voor jouw killer-booty. **Dit is wat je kunt doen voor mooie ronde billen:**

- #1 Train drie keer per week je billen en benen.** Houd minimaal een maand exact dezelfde oefeningen aan, maar verhoog wel het gewicht. Na een maand verander je je trainingsschema.
- #2 Neem extra proteïne.** Om je achterwerk te laten groeien heb je voldoende proteïne nodig. Drink daarom na je training een proteïneshake om je spieren te voeden.
- #3 Train zwaar.** Verhoog de intensiteit om ronde billen te trainen. Gebruik hiervoor gewichten of weerstandsbandjes. Maak de oefeningen steeds zwaarder en blijf jezelf uitdagen.
- #4 Focus op je doel.** Elk stapje is er één en leg de lat niet te hoog.

Geniet van het proces.

Ga naar mykillerbodymotivation.com voor leuke traininginspiratie!



De Billenbroek!

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

MET DE KORTINGSCODE **MKBMproteïn** KRIJG JE 10% KORTING OP DE PROTEÏNEPRODUCTEN IN DE MKBMSHOP.



Joke Hubers en Annemiek Besselink

Aan de Dorpsstraat in Elst runnen Joke Hubers en Annemiek Besselink sinds 2008 hun Street One-store. In deze winkel verkopen zij vlotte dameskleding voor vrouwen vanaf pakweg 25 jaar.

Joke en Annemiek vinden het belangrijk dat hun klanten zich thuis voelen. De gemoedelijke dorps sfeer in de winkel draagt daar ontegenzeggelijk aan bij. Het verkoopteam neemt voor elke klant alle tijd en loopt over van enthousiasme, hetgeen door klanten vanuit de omtrek en ver daarbuiten zeer wordt gewaardeerd.

 Street One Elst

 streetone_elst

Dorpsstraat 76, Elst
info@streetone-elst.nl
0481-353508



Join us!

Street One

Ook voor interieuradvies!

Houd je van klasse en kwaliteit, dan kunnen we je zeker aanraden om eens een kijkje te gaan nemen bij meubelzaak HG Woonidee in Wijchen. “Bij ons vind je praktisch alles voor je woning”, aldus eigenaar Roel van Elk. “Alleen voor de badkamer moet je ergens anders naartoe.”

Specialist in maatwerk

Voor de rest van je woning vind je bij HG Woonidee een zeer uitgebreid assortiment. “Wij staan voor kwaliteit en verkopen meubels die je niet op elke hoek van de straat tegenkomt. Bovendien zijn wij echt specialist in maatwerk. Kasten, keukens, salontafels en schuifdeuren voor kastenwanden, wij maken ze allemaal speciaal voor de klant op maat en dat geheel in eigen beheer om de hoogst mogelijke kwaliteit te kunnen garanderen.”

Overigens kun je bij HG Woonidee ook terecht voor de styling van je woning. “Dat totaaladvies is zelfs een van onze specialismen; onze interieurstylisten helpen je maar al te graag met professioneel advies voor de inrichting van jouw woning.”

Kwaliteit en service

HG Woonidee bestaat inmiddels alweer 65 jaar en is daarmee uitgegroeid tot een waar begrip in de regio. “Al die jaren staan wij al garant voor een zeer hoge kwaliteit, een top service en een onderscheidend aanbod. Helaas willen mensen nog weleens denken dat we te duur zijn, maar dat is absoluut niet het geval. Goedkoop zijn we niet, maar bij ons krijg je als klant altijd echt waar voor je geld.”

Op zoek naar een nieuw interieur? Loop dan zeker eens binnen in de showroom van HG Woonidee in Wijchen en laat je inspireren.



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

Financiële administratie op orde?

Met Administratiekantoor HEYLO is het goed geregeld!



Hans Heywegen: “Administratiekantoor Heylo neemt administratieve werkzaamheden uit handen, zodat ondernemers zich puur op het ondernemen kunnen richten en particulieren totaal ontzorgd worden. Wij werken op basis van een uurtarief of een vast jaarbedrag.”

- Volledige verzorging van **financiële administratie** voor bedrijven en particulieren.
- Wij verzorgen de **salarisadministratie** voor uw personeel!
- **Particuliere belastingaangifte** (incl. partner) tegen een vaste prijs!

Kijk op de website voor meer informatie en tarieven.

Administratiekantoor
HEYLO

Industrieweg Oost 13A, Elst | 0481 353544 | info@administratiekantoorheylo.nl | www.administratiekantoorheylo.nl

DAGJE UIT NOORDERZON



Noorderzon Festival of Performing Arts & Society is de ietwat curieuze combinatie van een groots zomerfeest en een internationaal kunstenfestival. Lokaal programma staat zij-aan-zij met avontuurlijke, internationale podiumkunsten en maatschappelijke duiding. Cutting-edge theater en muziek, literatuur, moderne dans en intieme containervoorstellingen, nagesprekken en colleges. De stad als podium, het vrij toegankelijke en idyllische Noorderplantsoen als ontmoetingsplaats, dorp en podium ineen. De 31e editie van het festival staat gepland van donderdag 12 augustus tot en met zondag 22 augustus 2021 in het Noorderplantsoen en op vele locaties DownTown Groningen. Anders dan anders, iets kleiner, maar heel herkenbaar Noorderzon.

Meer info op www.noorderzon.nl

FILMPJE KIJKEN MINARI

BINNEN/BUITEN



Het Koreaanse gezin Yi besluit het stadse leven in te ruilen voor het landelijke Arkansas om daar hun ‘American dream’ waar te maken. Jacob hoopt dat een boerderij zijn gezin aan een beter leven zal helpen, maar de nieuwe omgeving brengt flink wat uitdagingen met zich mee. Financieel gaat het ze niet voor de wind en de hartafwijking van hun zoon David houdt de familie constant op hun hoede. Toch proberen ze samen een weg te vinden in het boerenleven. Maar als grootmoeder onverwachts bij ze intrekt, wordt het gezin pas echt op de proef gesteld. **MINARI is vanaf 5 augustus te zien in de bioscoop.**

BOEKJE LEZEN BILLY SUMMERS



Een verhaal over liefde, geluk, het lot en een complexe held die nog één laatste kans op verlossing krijgt. Billy Summers is een huurmoordenaar, de beste die er is. Hij stelt wel een voorwaarde: Billy neemt een klus alleen aan als het doelwit echt een slechterik is. En nu wil Billy ermee stoppen. Maar eerst is er nog één laatste opdracht. Als een van de beste sluipschutters ter wereld en een onderscheiden oorlogsveteraan uit Irak is hij een Houdini als het aankomt op verdwijnen nadat een klus is geklaard. Dus wat kan er misgaan? Wat dacht je van... alles?

BILLY SUMMERS van Stephen King is vanaf 3 augustus verkrijgbaar.



Als jurist én MfN-registermediator help ik je door een scheiding heen. Ik ken de juridische wegen en weet wat er nodig is om een scheiding goed te regelen. Hoe fijn is dat? Of je nu wilt gaan scheiden of juist bij elkaar wilt blijven, mediation helpt je verder.



HoltHoff
Mediation

Miranda van 't Hoff
Hortensialaan 1A, Huissen

06-29428641

 holthoffmediation

www.holthoffmediation.nl

Scheiden en een koopwoning?

“Het levert onzekerheid en stress op als je uit elkaar gaat: “wat doen we met onze woning?” Verhuizen heeft een enorme impact op iedereen maar misschien nog wel het meest op jullie kinderen. Kunnen ze op dezelfde school blijven? Zijn hun vriendjes en vriendinnetjes straks nog in de buurt? Blijven ze in hun vertrouwde huis of moeten ze daar weg?”

Zekerheid over de woning zorgt direct voor meer rust in jullie gezin. Ik besteed daar dan ook veel aandacht aan in de eerste mediation gesprekken. Zo heb je een aantal opties als je samen eigenaar bent van de woning:

1. een van jullie ‘koopt’ de woning op eigen naam en verrekent de overwaarde (of schuld) met de ander;
2. jullie zetten de woning te koop zodat een derde de woning kan kopen;
3. jullie laten de woning nog onverdeeld, de eigendom blijft bij jullie allebei.

Er zitten veel haken en ogen aan deze verschillende constructies. Voor- en nadelen, fiscale- en sociale/emotionele aspecten. Ik help je bij jullie overwegingen, laat zien welke opties er zijn en wat die betekenen.

Laat je goed informeren en maak dan pas een keuze. Wacht daar niet te lang mee, de belastingdienst kent een aantal bepalingen die al ingaan op het moment dat er een partner vertrekt uit de woning. Maar nog belangrijker, zorg zo snel mogelijk voor duidelijk voor jezelf en jullie kinderen.

Gaan jullie scheiden? Neem dan contact met me op voor een gratis kennismakingsgesprek. Dat kan ook 's avonds of in het weekend.

Kom en proef Italië

Om heerlijk Italiaans te eten hoef je niet meer naar Italië toe! Wij van La Pentola bieden authentieke, Italiaanse gerechten aan waar je gewoon thuis van kan genieten. Bij ons in de winkel kun je terecht voor Italiaanse gerechten zoals lasagne, cannelloni, carpaccio, verschillende soorten pasta en pizza's.

Alles wordt volgens familierecept gemaakt met verse producten en natuurlijk met liefde en passie. Alle gerechten kun je koud meenemen en zelf verder klaar maken, maar je kunt natuurlijk ook alles warm meenemen en meteen thuis genieten. Vanaf 16.00 uur is er ook de mogelijkheid om bij ons pizza's af te halen. Mocht je later willen eten of moet je nog een (klein) stukje rijden? Dan bieden we ook de mogelijkheid om de pizza's halfgaar mee te nemen, waarna je ze zelf thuis nog een aantal minuutjes afbakt.

La-Pentola di Pippo is dé Italiaanse delicatessenwinkel in hartje Elst. Authentiek, traditioneel en puur Italiaans eten zoals het hoort. Samen met zijn vrouw Angela en zoon Giancarlo runt Giuseppe Favoroso deze prachtige zaak met veel passie en liefde.



ULTRASPORT

DE
SPORTSCHOOL
VOOR IEDEREEN!

ULTRASPORT FITNESS & WELLNESS CENTER

WIJ BESCHIKKEN OVER:

- ✓ 1200m² aan trainingsvloer
- ✓ Gratis parkeren
- ✓ Zaal begeleiding
- ✓ 100+ machines
- ✓ Volledig vernieuwde sportruimte
- ✓ Zonnebank/sauna
- ✓ Airco/ventilatie
- ✓ Geen reserveringsplicht

www.ultrasport.nl | 024 675 6836 | [f](#) [@](#) ultrasport
Rondweg 5, 6515 AS, Nijmegen | info@ultrasport.nl

U L T R A
B E A U T Y



**GRATIS
CONSULT**

085 – 800 5545

FIBRA DIODE DEFINITIEF ONTHAREN

WWW.ULTRABEAUTY.NL | SERVICE@ULTRABEAUTY.NL
RONDWEG 5, 6515 AS NIJMEGEN | 06 1111 9997 [WhatsApp](#)

Philippe Geubels: 'Ik ga het rustiger aan doen'

De Vlaamse komiek Philippe Geubels wist met zijn droge humor de afgelopen jaren het Belgische én Nederlandse publiek voor zich te winnen. Het resultaat: een drukbezette theateragenda en vele televisieoptredens. Hoewel hij het allemaal erg leuk vindt, mag het in de toekomst wat minder. "Ik werd een beetje geleefd", vertelt Philippe.

'IK GA NIET
MEER TERUG
NAAR HOE IK
HET DEED'

De Vlaming stond de afgelopen jaren voor uitverkochte theaterzalen in België en Nederland en vulde met collega's Roué Verveer, Guido Weijers en Jandino Asporaat meerdere malen de Ziggo Dome. Daarnaast etaleerde hij op televisie zijn humoristische opmerkingen in programma's als *De Slimste Mens Ter Wereld*, *Is er een dokter in de zaal?* en *Geubels en de Hollanders*. Een bezig bijtje dus.

Maar de coronapandemie dwong hem om pas op de plaats te maken. Een welkome rustperiode, zo bleek achteraf. Philippe heeft het voornemen om het straks wat rustiger aan te doen. "Ik ga niet meer terug naar hoe ik het deed voor corona. Het was heel veel tegelijkertijd. Ik werd een beetje geleefd."

Nieuwe show

Toch heeft Philippe ook weer veel zin om op te treden. Voor de pandemie zou hij rondtrekken met try-outs voor een nieuwe show, maar dit plan ging natuurlijk niet door. "Ik zal blij zijn als ik weer kan optreden, als ik weer voor het publiek mag staan."

Desondanks moeten fans waarschijnlijk tot volgend voorjaar wachten op zijn nieuwe voorstelling: "Ik ga niet te snel weer optreden. Ik heb geen zin om het onder corona-omstandigheden te doen. Dan wacht ik liever wat langer tot het weer helemaal normaal is", legt hij uit.

Een naam of onderwerp voor zijn nieuwe show is er nog niet, maar Philippe kan wel alvast één belofte maken: "Ik beloof hierbij aan iedereen: het zal met geen woord over corona gaan."

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. [Ga naar theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist)



VOORDELIG GENIETEN
**MET ONZE
 SPAARKAART**
 BIJ EEN VOLLE KAART
 ONTVANG JE EEN
 GRATIS IJSJE!



ONZE TUKTUK IS TE HUUR
 Wij komen graag bij verjaardag, jubileum, eindejaars- of bruiloftfeestjes... of als u gewoon een keer ijsjes wilt uitdelen!
 Vanaf 20 personen. Prijs op aanvraag.



Laauwikstraat 12, Lent
 0653182553 | 0648014227 | HemelsLekkerIJs
 Openingstijden: ma. t/m zo. van 14.00 tot 21.00 uur

Onlangs was ik bij mijn klant Doorman in Nijmegen, dat zich kenmerkt als authentiek Nijmeegs bedrijf.

Al 12 jaar een succesvolle samenwerking!

Gevestigd in hartje stad kun je bij hen terecht voor alle huishoudelijke apparaten, televisies en een volledig assortiment wasmachines en wasdrogers. Doorman is echt een begrip in Nijmegen en omstreken en bestaat in september al 110 jaar!

Sabine Doorman en haar vader Jos zijn al ruim 12 jaar klant en zij begonnen met adverteren in Nijmegen Bruist. De komende jaren zullen zij maandelijks ook te zien zijn in Rijk van Nijmegen Bruist en de Overbetuwe-Lingewaard Bruist!

De uitstekende service van Doorman houdt niet op bij de uitgebreide voorlichting in de winkel. Zij bezorgen en installeren desgewenst alle producten ook aan huis. Ook inbouwapparaten. Al jaren beschikken zij over een eigen technische dienst en kun je er terecht voor onderdelen.

Ben je op zoek naar huishoudelijke apparatuur, breng dan zeker een bezoekje aan de winkel van Doorman:
 Ziekerstraat 29 Nijmegen | 024 322 1220 | www.doorman.nl



Ben je ondernemer en wil je meer weten?

Ik heb inmiddels heel veel voorbeelden van succesvolle samenwerkingen die we zijn aangegaan en ik kan je helpen om op de juiste manier te adverteren.

Bel mij en ik plan graag een afspraak in!

Frank van Geel

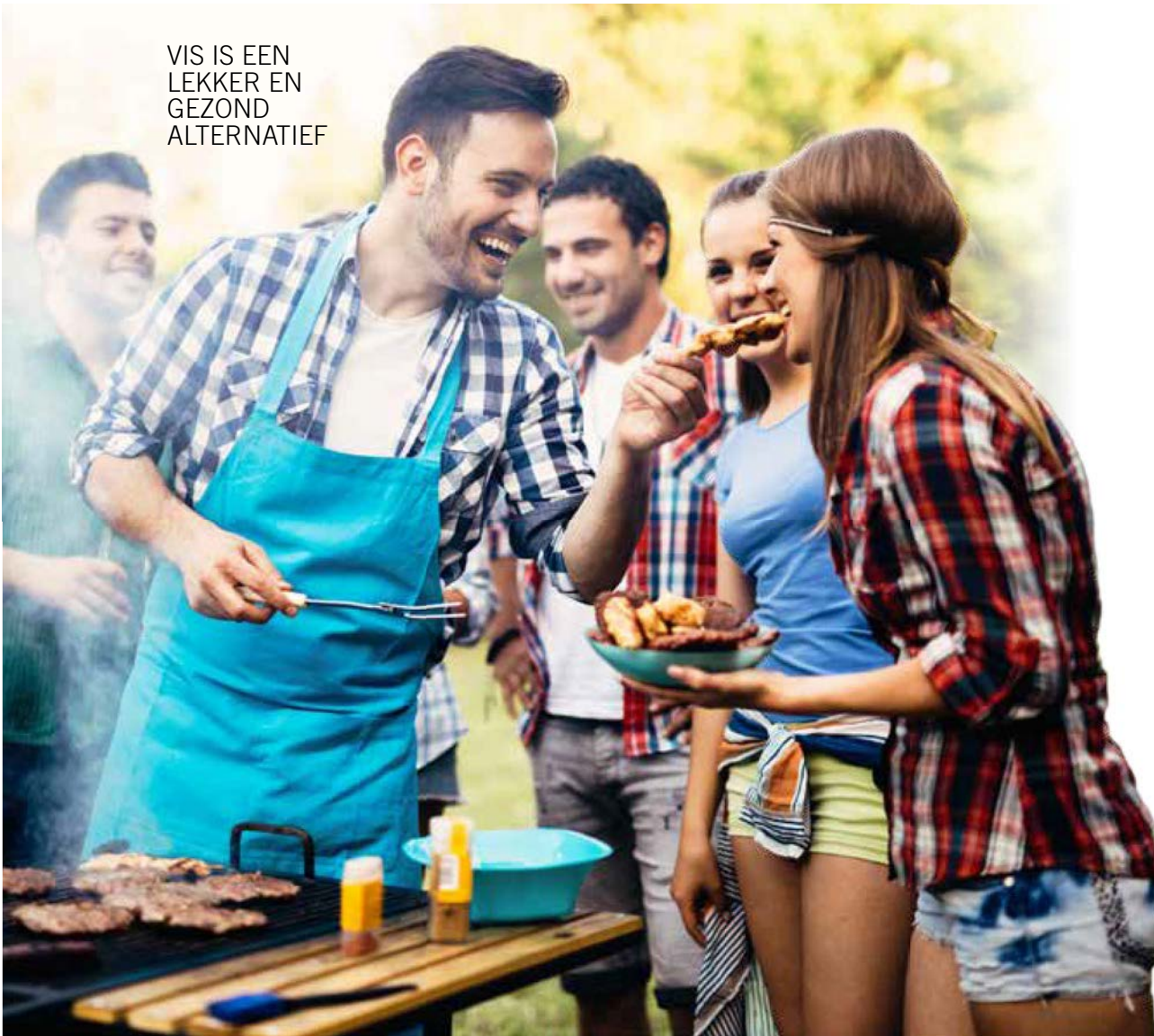


Media-adviseur Frank van Geel is inmiddels alweer acht jaar werkzaam voor Nederland Bruist. Eerst als zelfstandige met zijn eigen bedrijf Frank van Geel Media, waarin hij samenwerkte met franchiser Fausto Sassen, en nu alweer een aantal jaren in loondienst.

De schat aan kennis en ervaring die Frank heeft opgebouwd gebruikt hij maar al te graag voor zijn klanten bij Bruist. "Ik houd van een persoonlijke benadering. Gewoon langsgaan bij de mensen en onder het genot van een bakje koffie een leuk gesprek voeren om te ontdekken wat we voor elkaar kunnen betekenen."

Interesse in een kennismaking met Frank én Nederland Bruist?
 Bel Frank van Geel via 06-430 939 96 of mail naar fvangeel@nederlandbruist.nl.

VIS IS EEN
LEKKER EN
GEZOND
ALTERNATIEF



Wij zijn groot fan van *de barbecue*

Het is weer zomer! Zodra de temperaturen stijgen en de zon schijnt, stijgen uit vrijwel elke tuin de heerlijkste barbecueluchtjes op. Hoog tijd dus om zelf ook de barbecue weer uit de schuur te halen en lekker te gaan grillen. Met onderstaande tips en tricks zal jouw barbecueavontuur een nog groter succes worden dan voorgaande jaren.

Een goede voorbereiding is ook in het geval van barbecueën het halve werk. Steek de barbecue dus ruimschoots op tijd aan, zodat deze perfect op temperatuur is als je wilt gaan kokkerellen. Maar hoe weet je precies wanneer je bbq deze temperatuur heeft bereikt? Dat zie je aan de houtskool of de briketten die je gebruikt. Zodra de vlammen zijn gedoofd en de houtskool of briketten bijna grijs kleuren, is de barbecue op perfecte grilltemperatuur. Voeg op tijd nieuwe kolen toe om te voorkomen dat je de barbecue opnieuw aan moet steken.

En dan is de barbecue op temperatuur en kan het vlees erop. Waar moet je dan op letten?

- Bestrijk het vlees regelmatig met olie, daardoor blijft het lekker sappig.
- Prik nooit met een vork in het vlees, maar gebruik liever een vleestang. Zo blijven de vleessappen langer in het vlees en blijft het vlees dus sappiger.
- Plakt het vlees aan het rooster, trek het dan niet

los, maar heb even geduld. Je zult zien dat het vanzelf loslaat.

Natuurlijk kun je veel meer op een barbecue bereiden dan alleen vlees. Vis is een lekker en gezond alternatief. Bovendien is vis zeer geschikt voor de barbecue omdat het vrij snel klaar is.

Ook voor vis geven we je wat tips:

- Hele vissen kun je het best in een speciale visklem bereiden om te voorkomen dat ze uit elkaar vallen.
- Bestrijk ook de vis, net als vlees, regelmatig met olie om vastplakken te voorkomen.
- Tere stukken vis kun je het best in aluminiumfolie - eventueel met wat kruiden en groenten - op de barbecue leggen voor het beste resultaat.

Eigenlijk kun je het met barbecueën zo gek of simpel maken als je zelf maar wilt. Of je nu aan de slag gaat met een lekker stuk vlees, een heerlijk visje of alleen wat groente grillt, het zal je zeker smaken!

Ben je op zoek naar een nieuwe bbq of misschien zelfs een complete buitenkeuken?
Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.



Summer fever

Summer fever door de hoge zomerse temperaturen? Cool down en geniet van een zomerse augustusmaand!

1. Magic Extension Mascara van M.A.C. Cosmetics, € 27,- www.maccosmetics.nl
2. Stimulating Shower Gel van Weleda, € 7,99 www.weleda.nl
3. Scio Scio Hand Wash van tuttotoondo, € 18,- www.douglas.nl
4. Idôle Aura Eau de Parfum van Lancôme, vanaf € 61,- www.lancome.nl
5. Labello Original Pride Kiss Edition, € 2,50 www.labello.nl
6. Handbag Paloma Shopper van Guess, € 149,- www.guess.eu

7. UV Sport Mist SPF50 van Garnier Ambre Solaire, € 18,99 www.garniernederland.nl
8. Face & Eyes Waterproof Palette van Pupa, € 27,95 www.pupa.nl
9. Hello Sunny Sun Stick Glow SPF50+ van Banila Co, € 27,95 www.douglas.nl
10. Remix Neroli van 4711, € 19,95 www.4711.com
11. Strawberry Blond Pigment van Mr. Smith, € 46,- www.mrsmithhaircare.nl
12. Essie glitterlak, € 9,99 www.essie.nl

Energiebesparende stijl met Duette® Shades



Wist u dat tot 50% van de verwarmings- en koelenergie van een huis via de ramen kan ontsnappen?

Daarom heeft Luxaflex de Duette Shades ontworpen. Deze houden uw huis koel in de zomer en warm in de winter. Door het celsysteem isoleert dit systeem uw huis het hele jaar door.

Wij werken uitsluitend op afspraak. Neem contact op voor meer info en wij plannen uw afspraak in.



Gallery

Kom naar Willemssen Wonen en wij vertellen je alles over de diverse mogelijkheden.

Nieuwe Aamsestraat 84, Elst | 0481 - 37 21 62 | info@willemsenwonen.nl www.willemsenwonen.nl

BRUIST *Deal*

WORKSHOP PITMASTER BASIS

NU VOOR €75,-

NIEUWSGIERIG?
GEEF JE NU OP
VIA DE WEBSITE



Uw BBQ specialist bij uitstek!

BBQ VLEES

RUBS EN SAUZEN

HOUTSKOOL EN BRIQUETTEN

BBQ'S

GOURMET EN PARTPAN

*Gewoon
alles voor de
barbecue*

VAN ROEKEL BBQ

Eigenaar: Marco van Roekel
Edisonweg 9, Elst | 06-46005226

www.vanroekelbbq.nl

Vrijgezel Saira

stelt zich voor

Iedereen is op zoek naar de liefde. In december 2020 zijn we daarom van start gegaan met een nieuwe rubriek in onze magazines: onze Bruisende Vrijgezellen. In augustus hebben we speciale aandacht voor: Saira Khadje.

Jarenlang maakten de wisseldiensten die ze op Schiphol draait een relatie praktisch onmogelijk. Maar wat Saira Khadje betreft mag daar nu weleens verandering in komen. "Binnenkort krijg ik wat meer vrije tijd. Tijd die ik heel graag met mijn vrienden door wil brengen, maar óók met een nieuwe partner!"

"Ik kom op Schiphol de hele wereld tegen", lacht Saira. "Maar helaas niet de juiste man..." En met die 'juiste man' heeft ze het over iemand die charmant en integer is, spontaan en gezellig, goed gekleed en betrouwbaar. "Ik zoek iemand die behalve mijn partner ook echt mijn beste maatje is... Met wie ik kan lachen en praten, strandwandelingen kan maken, een wijntje kan drinken en kan genieten van het leven. Op wie ik trots kan zijn en met wie ik samen mooie momenten kan beleven."

Dat die partner er nog niet is, moet haast wel aan die wisseldiensten liggen, want pretend met Saira ontdek je meteen dat zij ontzettend veel te bieden heeft. Super spontaan, goedlachs, gezellig en een gemakkelijke prater. En zoals op de foto te zien, is ze nog een prachtvrouw ook. "Ik krijg vaak te horen dat ik er veel jonger uitzie dan ik daadwerkelijk ben en zo voel ik me eigenlijk ook. Qua leeftijd moet een

nieuwe partner daar dus wel enigszins op aansluiten. En als hij dan ook nog eens in de buurt van Hilversum woont – waar ik binnenkort naar toe hoop te verhuizen – dan is dat nog een extra pluspunt. Nu is het mijn tijd om te gaan genieten en te gaan leven en dat doe ik het liefst met een leuke man naast mij!"

Saira zoekt de liefde van haar leven!

Inzendingen inclusief foto kunnen gemaild worden naar contact@nederlandbruist.nl

LENGTE
163 CM

LEEFTIJD
54 JAAR

OGEN
BRUIN
GROEN



*Jij reageert
toch ook?*

Wil jij ook in deze rubriek op zoek naar jouw grote liefde?

Mail dan naar contact@nederlandbruist.nl en je komt geheel kosteloos in Bruist.

Leef vol zelfvertrouwen!

MET DE PERFECTE PROTHESE EN LINGERIE!

In alle rust en privacy op zoek naar de borstprothese en/of bijbehorende lingerie en badmode die bij u past? Dat kan bij BiBi's MammaCare in Wijchen.

Bij ons bent u aan het juiste adres voor borstprotheses, prothese bh's en badmode. Vrouwen kunnen hiervoor op afspraak terecht, zodat ze op hun gemak en in alle privacy op zoek kunnen naar wat echt bij hen past. Daarnaast bieden wij ook een ruime collectie lingerie en badmode.

BiBi's MammaCare heeft contracten met alle zorgverzekeraars en is S.E.M.H. gecertificeerd.



BIBI'S MAMMACARE

Eigenaren: Yvonne en Helga
Zomertaling 29, 6601 DW
Wijchen | 024-3239055
www.bibismamacare.nl



BORSTPROTHESE?

Voor, tijdens en na uw behandeling heeft u te maken met een heftige tijd waarbij uw leven volledig op de kop staat. Er verandert veel aan uw lichaam en u heeft mogelijk ook veel moeten ondergaan. Wij willen samen met u de juiste prothese uitzoeken, waarbij wij streven naar zoveel mogelijk symmetrie. U krijgt de prothese meestal direct mee, inclusief instructies over het onderhoud van de prothese.

Samen met u kijken wij welke prothese geschikt voor u is en welke voor u het beste aanvoelt. Eventueel in combinatie met een prothese bh.

De geur van *de zomer*

Als de temperaturen stijgen, kijken we verlangend uit naar alles wat licht en luchtig is. We vervangen de gebruikelijke foundation door een vleugje poeder en de zware, kruidige parfums door een frisse, bloemige of fruitige eau de toilette.

Ons reukorgaan past zich aan aan de zomerse euforie. We vinden in de zomermaanden veel nieuwe 'limited editions' in de parfumerie: een eau de toilette met een lichte formule, die speciaal voor het zomerseizoen is ontwikkeld. Soms zijn deze uitvoeringen een 'light'-uitvoering van een reeds bestaand parfum: de zware ondertonen zijn afgezwakt en bloemige geuren voeren de boventoon.

Parfum kan allergische reacties of zelfs pigmentvlekken veroorzaken in de zon. De alcohol in parfum, in combinatie met zon, kan zorgen voor reacties als rode bultjes, blaasjes of soms zelfs donkere vlekken. Spray eau de toilette tijdens de zomer dus niet op je huid, maar over je kleding of een beetje door je haar. Gebruik sowieso geen geurtje als je de volle zon in gaat. Gebruik overdag enkel deodorant en bewaar eau de toilette liever voor de avond.

Je kunt 's zomers ook overstappen op de bodylotion uit dezelfde lijn als jouw eau de toilette. Dit voelt verfrissend aan op de huid en geeft een niet al te overheersende geur af. Ook de douchegels, haarsprays en andere haarproducten die in veel parfumlijnen te vinden zijn, omringen je de hele dag met je lievelingsgeur zonder dat het al te opdringerig wordt. Zo verspreid jij deze zomer heerlijk subtiel jouw favoriete geur!



Ook voor
**ballonnen en
feestartikelen**
kun je terecht bij



Neem eens
een kijkje
in onze
webshop

www.typischjorissshop.nl

- Ballondecoraties
- Entertainment
- Verhuur van springkussens, Abraham & Sarah, geboortepoppen, spellen en overige verhuur

06-39816673 | typischjorisevents@outlook.com | www.typischjorisevents.nl



**JONGE
HELDEN**
NIERSTICHTING

Geef voor een toekomst
waarin we nierziekten
kunnen genezen.

nierstichting.nl



NIERSTICHTING

Je nieren zijn je leven.



Na het behalen van de nodige diploma's is Astrid zich volledig gaan richten op het geven van massages. Als klant heb je een ruime keus aan behandelingen. Opvallend daarbij is de energetische massage voor mensen die met zichzelf in de knoop zitten.

Meer dan een massage

Tijdens deze massage word je bewust van jezelf en alles wat je voelt. Hierdoor kunnen jullie samen aan de slag met het afvoeren van geblokkeerde energie. De balans in je leven wordt hersteld en je verlaat de salon als herboren.

Ontspanning

Heb jij jouw leven op een rijtje, maar kan je wel ontspanning gebruiken? Of kom tot rust en krijg nieuwe energie met een ontspanningsmassage. Je

lichaam, geest en ziel zijn met elkaar verbonden. Wanneer je mentale klachten hebt, raakt je lichaam uit balans en vormt een aanslag op je lichaam. Daarnaast helpt een diepweefselmassage ook tegen fysieke pijn en/of stijfheid. En wat denk je van een hotstone massage? Een heerlijke massage, waarbij warme olie en stenen worden verspreid over je gehele lichaam. Het geeft volledige ontspanning aan spieren en gewrichten.

Maak een afspraak en geniet!

Ik zie je graag in mijn praktijk, *Astrid*

*“Een massage met
de juiste energie zorgt voor
de rust die je zoekt.”*

LEZERSACTIE
30 minuten
MASSAGE
voor € 24,95

Salon Balans

Samen op zoek naar ontspanning en balans. Ik zal je in jouw eigen proces begeleiden, zodat je weer in balans kunt komen en meer kunt genieten van het leven.

MASSAGES

ENERGETISCHE HEALING

LIGHT CHANNELING

Julianastraat 20, Huissen
06-28174828
astrid.jeltema@live.nl
www.salon-balans.nl



Luxe en riant chalet te koop

Zeer sfeervolle, vrijstaande houten recreatiewoning op Parc de Kievit te Baarle-Nassau NL



Voor informatie:
06-34590975.
Of stuur een Whats
app met melding:
interesse
Chalet 481

PER DIRECT TE KOOP: € 132.000,- met eigen grond of € 99.000,- met gepachte grond



Riant chalet van 72 m² | Grote woonkamer met luxe open keuken | Luxe badkamer met stoomdouche, ligbad en toilet | Separaat tweede toilet | Twee grote slaapkamers en de mogelijkheid voor derde slaapkamer of tweede badkamer | Vloerverwarming en centrale verwarming | Volledig gestoffeerd en gemeubileerd | Openslaande deuren naar overdekt terras | Schuurtje op eigen terrein | Eigen parkeerplaats

Erfpacht: overname van bestaand recht van eeuwigdurende erfpacht. Inschrijving is helaas niet mogelijk, maar je mag er het hele jaar door verblijven. Ook interessant als belegging voor verhuur. Verhuur kan via het park of zelfstandig.

Parc De Kievit heeft veel faciliteiten zoals een restaurant, een speeltuin, een tennisbaan en een zwembad.

Voor informatie: 06-34590975. Of stuur een bericht via WhatsApp onder vermelding van: interesse chalet 481

COLUMN/MICHAEL PILARCZYK

Wat vind jij?

Ik leef mijn mooiste leven op mijn manier en als jou dat niet bevalt, heb ik daar geen last van.

'Hoe ga ik om met kritiek van anderen, met wat iedereen vindt en roept?' Die vragen ontvang ik dagelijks. Waarom zou jij je druk maken over wat 'ze' zeggen en wat 'ze' vinden? Iedereen vindt overal wel iets van. Meninge worden gratis verspreid, maar je hoeft ze niet aan te nemen. Die keuze is aan jou. Je hebt geen toestemming van anderen nodig om je blij en gelukkig te voelen. Leef je leven volgens jouw eigen regels. Wel met compassie, begrip en respect, maar zonder dat je heldere geest wordt volgeklieerd door het lawaai en de rommel van anderen.

Je mag van alles vinden, maar vind eerst rust en vrede in jezelf. En vergeet niet elke dag tweemaal tien minuten een momentje voor jezelf te nemen. Op naar jouw mooiste leven! Alle goeds en hasta la proxima,

Michael Pilarczyk

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



HET TERRAS
IS WEER
OPEN BIJ




DE BUREN VAN...
eten & drinken

Kom tijdens een gezellige fietstocht eens naar de adembenemende plek waar wij gevestigd zijn, tegenover het mooie kasteel De Kinkelenburg in Bemmell.

Bij ons kom je voor vers en huisgemaakt eten in een ontspannen sfeer. Volmaakt voor een lunch, diner of gezellig loungen. Maar ook voor een High Tea of borrel. Vier het leven aan tafel bij De Buren van...



Kinkelenburglaan 4, Bemmell | 0481-729723
info@deburenvan.nl | www.deburenvan.nl



“Bewust-
wording is
de kern van
elk coaching
traject”

MG
loopbaanadvies
persoonlijk, betrokken en vakkundig

Marga Gerritsen | Hoefkamp 6, Elst | 0654681827
mgloopbaanadvies@gmail.com | www.mgloopbaanadvies.nl

BRUIST

Zomer:
tijd om iemand uit
z'n tentje
te lokken



Volg ons op social media @NederlandBruist en @BelgieBruist

The Colorfield Performance

kleurt *Park Lingezegen!*

De hele zomer geeft The Colorfield Performance kleur aan Park Lingezegen. 500 witte panelen worden door de zomer heen beschilderd door kunstenaars uit binnen- en buitenland. Samen vormen de panelen één groot kleurrijk tijdelijk kunstwerk in de buitenlucht. Je kan de hele zomer genieten van dit unieke kunstproject aan De Park in Park Lingezegen!

Kijk voor meer informatie op www.parklingezegen.nl!


**PARK
LINGEZEGEN**
MOOI DICHTBIJ!



gemeente **Overbetuwe**

parklingezegen.nl



Heerlijk malse steak van de barbecue

Het is weer tijd voor de barbecue en wat is er lekkerder dan een groot stuk vlees? Een mooi stuk ribeye bereiden is veel makkelijker dan veel mensen denken. Je kunt het serveren met bijvoorbeeld gepofte aardappels en asperges en voor wat extra smaak kun je ook deze zelfgemaakte kruidenboter proberen.

4 PERSONEN - 20 MINUTEN

INGREDIËNTEN

4 stuks ribeye steaks
olijfolie

250 gram roomboter
5 takjes peterselie
tijm
5 takjes verse basilicum
1 teen knoflook
geraspte citroenschil
peper en zout

BEREIDING RIBEYE

Laat het vlees op kamertemperatuur komen door het een uurtje op het aanrecht te laten staan. Verhit de barbecue tot een temperatuur van 250 °C.

Smeer een beetje olijfolie op het vlees en leg het met de geoliede kant, diagonaal op de grill. Als het vlees aan de zijkant begint uit te drogen en loslaat van de grill kun je het een kwartslag draaien (dus niet omdraaien). Wanneer de steak dof wordt aan de bovenkant draai je hem om. Laat de steak in totaal 3 tot 5 minuten grillen en minimaal 5 tot 10 minuten rusten. Houd daarbij een kerntemperatuur van 47 °C in de gaten.

BEREIDING KRUIDENBOTER

Klop de boter los met een mixer. Draai in een keukenblender de geplukte peterselie, tijm, basilicum en knoflook fijn. Voeg hier de boter aan toe. Roer alles door elkaar en breng het op smaak met de citroenschil, peper en zout. Pak een stuk aluminiumfolie en leg daarop een stuk plasticfolie. Schep de kruidenboter in het midden op de folie en vouw er een rol van. Leg deze in de koeling om op te stijven. Snijd plakjes van de rol en laat die smelten op je gegrilde steak. Smakelijk eten!



Iedere maand weer lekker puzzelen. Met deze maand twee prijspuzzels met leuke prijzen.

PUZZELPAGINA

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-8-1**.

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 zomer. De oplossing van vorige maand was **strand**.

Maak kans op dit bruisende

zomer-pakket



l=g+-e+n

j+-i s=g

s=t y=e

-mp+-at

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

Maak kans op een

Hawaiian Tropic

Satin Protection SPF 50 & Silk Hydration



Zon zonder zorgen en laat je huid mooi bruinen! Ontdek de zonnebrandcrèmes en oliën van Hawaiian Tropic voor echte liefhebbers van zonnebaden.

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

protectie zonnebrand
 huid kleur
 zon hawaii
 bruin creme

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

Zomersale

bij **Beddenspecialist.nl**



Tot wel
50%
korting!

op complete bedden,
matrassen, hoofdkussens,
bedtextiel en
veel meer

Kies bewust voor je nachtrust



Uniek slaapgedrag
inzicht met
SlaapID[®] thuismeting



Deskundig
en onafhankelijk advies



Jouw persoonlijke
slaapoplossing op maat



Uitstekende
slaapgarantie en
slaapservice



Beddenspecialist **TOPSLAPEN ARNHEM**

Nieuwstraat 4, 6811 HW Arnhem 026 442 2777
www.beddenspecialist.nl/topslapen-arnhem

Beddenspecialist **TOPSLAPEN ELST**

Dorpsstraat 40, 6661 EL Elst 0481 745 749
www.beddenspecialist-topslapenelst.nl



Wij zijn onderdeel van
de Beddenspecialist.nl formule!

Beddelicious[®]

ESSENZA



ledorm



PULLMAN

swissflex

Vandycat