

# BRUIST



*Johan Goossens:*

‘Ik hou ervan als  
mensen eerlijk zijn’

Maak een  
*frisse start!*

# Briljant Vloerverwarming denkt met u mee!

 BRILJANT

VLOERVERWARMING

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

“ Vloerverwarming laten frezen in bestaande tegelvloer. 70 meter opgeleverd in 1 dag. Wat ze beloofden aan ons hebben ze ruimschoots waargemaakt. Wat een topservice en hardwerkende mannen, ik zal jullie zeker aanbevelen. ”

Joseline

De voordelen van vloerverwarming



AANGENAME WARMTE



ENERGIEBESPREND



ONZICHTBARE VERWARMING

Onze methoden met vloerverwarming zijn erop 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 meest geschikt is voor uw woning hangt af van het beschikbare budget, type woning en persoonlijke voorkeuren. Vraag nu geheel 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

# *Impressie* **Groesbeek**



**Wil je kans  
maken om jouw foto  
in Rijk van Nijmegen  
Bruist terug te zien?**  
Stuur deze dan naar  
[ontwerp@nederlandbruist.nl](mailto:ontwerp@nederlandbruist.nl)  
o.v.v. Foto Rijk van  
Nijmegen



8

# COLOFON



20

**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  
**CUSTOMER CARE** Nederland Bruist 076-7115340  
**VORMGEVING** Nederland Bruist - Ramon Heeren  
**THEMATEKSTEN** Nederland Bruist  
**TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN** Nederland Bruist  
**EINDREDACTIE** Astrid Berkhout

f Like ons op Facebook/Rijk van Nijmegen Bruist

**ADVERTEREN?** Mail nl@nederlandbruist.nl of bel Marcel Bossers 06-34590975 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2022. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. Rijk van 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 39 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



12



36



28



23



Foto: Ron Eskens | soowpictures.nl

Er is een tijd van komen en een tijd van gaan... ook als het de zomervakantie betreft. Hoe jammer het ook is, voor de meeste mensen is het 'normale' leven weer begonnen. Voor sommigen vol frisse moed, maar er zijn ook heel wat mensen die hier minder enthousiast van worden. Behoor jij tot die laatste groep? Dan heb je misschien wel last van de vakantieblues. Je leest er meer over in deze nieuwste editie van Bruist.

## Bruisende lezer,

Wie geen last heeft van de vakantieblues is cabaretier Johan Goossens. Hij staat te trappelen om deze maand weer het theater in te gaan met zijn show *Kleine pijntjes*, zo blijkt uit het interview dat we met hem hadden. Goede tip voor als jij wel last hebt van zo'n 'afterzomervakantiedipje': reserveer kaartjes voor deze show. Dan heb je iets om naar uit te kijken en daar word je automatisch een stuk vrolijker van.

Of ze nu last hebben van de vakantieblues of niet, dat maakt voor onze bruisende ondernemers niet uit. Zij blijven hoe dan ook enthousiast en delen maar al te graag hun inspirerende verhalen. Nieuwsgierig? Blader dan snel verder!

**Lea en Marcel Bossers**

**Adverteren?**

Mail naar nl@nederlandbruist.nl of bel **076-7115340**.

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

# Inhoud

## VOORZIE JE DROMEN VAN EEN STAPPENPLAN



E

# Zo maak je een *frisse start*

De koffers zijn uitgepakt, de vakantiekiekjes hangen aan de muur en de wekker gaat als vanouds in alle vroegte af; de zomervakantie zit er weer op. Sommigen hebben er zin in, anderen zien er tegenop. Zo maak je een frisse start.

Het grootste deel van de werknemers voelt zich na een paar weken welverdiende vakantie als herboren en gaat vol nieuwe plannen aan het werk. Er zijn echter ook genoeg mensen die niet staan te springen om het kantoorleven weer op te pakken. Hoe start je na de vakantie?

**MAAK EEN PLAN VOOR JEZELF** Vakantie wordt door velen gezien als een moment om na te denken over hun carrière. Ze nemen zich dan allerlei zaken voor: na de vakantie ga ik echt minder overwerken, meer sporten, gezonder eten, op de fiets naar mijn werk, een volgende carrièrestap maken of een nieuwe baan zoeken. Wanneer ze eenmaal weer aan het werk zijn, blijkt dat energieke en positieve gevoel niet lang stand te houden. Om te voorkomen dat er daardoor niets van je plannen terecht komt, moet je je dromen voorzien van een stappenplan. Formuleer eerst met welk gedrag je je doel bereikt. Je wilt een nieuwe baan? Dan moet je iedere week minstens één sollicitatiebrief de deur uitdoen. Om iets vol te

houden, moet je je gedrag belonen, in plaats van het resultaat. Vier brieven geschreven? Beloon dat met het kopen van een boek of ga lunchen met een vriend.

**HOUD VAKANTIEGEWOONTEN VAST** Wie na zijn vakantie op kantoor moeite heeft met opstarten en last heeft van moeheid, gebrek aan concentratie, geïrriteerdheid en somberheid, lijdt aan de vakantieblues. Ga na wat je tijdens de vakantie prettig vond en creëer er een plek voor in je gewone leven. Houd het vakantiegevoel vast door na het werk te gaan borrelen op het strand of ga tapas eten op een knus terrasje in de stad.

**DOE TWEE DAGEN NIETS** Zijn nog niet alle vakantiedagen opgesnoept, neem twee extra dagen op en doe niets. Meerdere korte vakanties in plaats van een lange, kan ook een positief effect hebben op de vakantieblues. Plan alvast een nieuwe trip om naar uit te kijken.

**Wil jij ook een frisse start maken?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

# 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](http://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](mailto:info@spataderen-fcg.nl)



Flebologisch Centrum Grave

COLUMN SPATADEREN  
& AAMBEIEN



## Spataderen & aambeien er is altijd wat aan te doen

Flebologisch Centrum Grave

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

GRAVE - Vaatchirurg Wijnand van Gent, eigenaar van Flebologisch Centrum Grave, legt uit: "Spataderen en aambeien kunnen bijzonder vervelende klachten veroorzaken. Mensen hebben vaak een lange weg nodig om naar ons toe te komen. Zo'n 50 tot 70% van de mensen krijgt spataderen. Zwangerschappen en staande beroepen hebben een negatief effect op spataderen. Het is niet te voorkomen, maar we kunnen het wel altijd oplossen!"

zeker wanneer het verholpen is. Dat is bij aambeien natuurlijk even anders."

"Aambeien komen vrij veel voor, maar helaas lopen mensen er nogal eens lang mee rond. Er rust een taboe op. Mensen

schamen zich voor een aanpak bij de anus, daar stappen ze niet zo snel mee naar een arts. Dat is spijtig, want wij kunnen patiënten met een eenvoudige ingreep van hun klachten afhelpen. De behandeling is vrijwel pijnloos en vaak binnen 15 minuten.

**De behandeling is vrijwel pijnloos en vaak binnen 15 minuten uitgevoerd**

Tachtig procent van de spataderbehandelingen valt onder de verzekerde zorg. Alle medisch noodzakelijke ingrepen behoren tot de verzekerde zorg. Cosmetische behandelingen komen voor rekening van de patiënt zelf.  
"Mensen praten er gelukkig openlijk over,

Wijnand van Gent: "Daarom zeg ik: spataderen, blijf er niet mee rondlopen. Aambeien, blijf er niet mee zitten. De specialisten van het Flebologisch Centrum Grave bieden zorg van topniveau. Maak daar gebruik van!"

Flebologisch Centrum Grave | Klinkerstraat 8-10, Grave | 0486 – 420096 | [info@spataderen-fcg.nl](mailto:info@spataderen-fcg.nl) | [www.spataderen-fcg.nl](http://www.spataderen-fcg.nl)

## LEZERSACTIE\*

## Cheeky Sauvignon

(H)eerlijke cheeky Sauvignon, tropisch en verfrissend, tjokvol citrus. Crispy en opwekkend, met aroma's van granny smith en passievrucht. Iedere slok doet verlangen naar de volgende. Al met al een sappige Sauvignon met een dorstlessende afdronk.

[www.thegoodwine.nl](http://www.thegoodwine.nl) TAG #WIT



## UNION – FLOW OLD RED

Fashionable arriveren bij de vrijmibo of superchique naar die nieuwe koffietent om de hoek? Met de Union Flow cruise je soepel door de stad. Met deze lichtgewicht, aluminium fiets steel jij gegarandeerd de show!  
[www.union.nl](http://www.union.nl)

DE UNIEKE  
INTERIEURCOLLECTIE VAN  
LIV'IN ROOM 121  
A WAY OF LIVING!

Kom thuis in jouw droomwoning. Creëer een persoonlijk stukje paradijs met de unieke meubelstukken van Liv'in Room 121. De combinaties van kleuren en materialen zorgen voor een zorgeloze Ibiza vibe. Ontdek de hele collectie in onze webshop of breng een bezoek aan onze meubelwinkel in Antwerpen.  
[www.livinroom121.be](http://www.livinroom121.be)



## VERPLAATSBARE SCHOENENKAST

Overzichtelijk opbergen van 54 paar schoenen met dit extra grote en afsluitbare schoenenrek of twelw schoenenkast.

Licht maar stevig schoenenrek XXL, bestaande uit metalen buizen met kunststof verbindingstukken en een hoos van een hoogwaardige ademende stof met een dubbele ritsluiting. Eenvoudig te monteren en te demonteren door de verbindingstukken in elkaar te steken en weer uit elkaar te halen.

De afmetingen van dit uiterst handige en voordelige rek zijn: hoog 160 cm x breed 100 cm x diep 28 cm, de kleur is zwart.



VAN  
€ 49,95  
NU VOOR  
€ 39,95

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



Scan  
de  
QR-code

Heerlijke  
*nazomer*

Do  
mee  
en  
win

WEES UNIEK EN CREËER HET  
ZELF OP AMBACHTELIJKE WIJZE!

Wil je graag zelf eens met leder aan de slag gaan, op ambachtelijke wijze?

Ben je op zoek naar quality time met vriendinnen, zussen, met collega's,...

Heb je nood aan me-time? **Neem dan snel een kijkje op de website en ontdek de verschillende workshops lederbewerking.**



[www.artistiki.be](http://www.artistiki.be)

12

KENWOOD  
– MULTIPRO GO

Na een vakantie vol eten buiten de deur is het stiekem toch wel heel fijn om zelf weer in de keuken te staan. De nieuwe Kenwood MultiPro GO maakt dit gemakkelijk door de eenvoud van een hakmolen te combineren met de prestaties van een keukenmachine en een grenzeloze capaciteit.

[www.kenwoodworld.com/nl-nl](http://www.kenwoodworld.com/nl-nl)

R

LEZERSACTIE\*  
Cheerful Merlot

YES! Lekkere wijn die ook nog eens bijdraagt aan wat belangrijk is: een eerlijke wereld voor iedereen.

In samenwerking met The Good Roll Foundation & Made Blue doneren zij per verkochte fles 750 liter schoon drinkwater aan communities in Afrika. Bovendien is de wijn 100% biologisch, vegan en hartstikke lekker. Daarom is The Good Wine, goed voor jou en voor een ander!



[www.thegoodwine.nl](http://www.thegoodwine.nl) TAG #ROOD

13

## 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](mailto:prijsvraag@nederlandbruist.nl)

BRUIST  
Deals

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



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

Registreer je dan via  
[theater.nl/bruist](https://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.



# EEN CAFÉ WAAR JE JE THUIS VOELT!



GEZELLIGHEID,  
GASTVRIJHEID ÉN LEKKER  
ETEN EN DRINKEN

Het café in Malden heeft de gemoedelijke, laagdrempelige sfeer die zo kenmerkend is voor Eten en Drinken. Dankzij de open inrichting, maar vooral ook dankzij het team dat zich iedere dag voor 100% inzet voor de gasten.

We werken bewust met een bonte mix van studenten en ervaren krachten. We willen dat iedereen zich hier thuis voelt. Je kunt de hele dag binnenwandelen bij Café Eten en Drinken, van 's ochtends vroeg tot 's avonds laat. Bijvoorbeeld voor een vers kopje koffie met gebak. We hebben een zeer uitgebreide lunchkaart met onder andere heerlijke broodjes gerookte zalm van Landgoed Doornik en onze beruchte Club Sandwich. Tijdens het diner

kun je kiezen uit de zeven hoofdgerechten op de kaart, maar daarnaast staan er altijd extra specials op het bord. Hardlopers zijn onder meer de diamanthaasspies, onze Eten en Drinken burger en de spare ribs. Mensen komen daar speciaal voor terug, dat is toch wel een teken dat we iets goed doen. Ook als je alleen komt borrelen met vrienden ben je meer dan welkom. Probeer dan ook vooral eens de mozzarellaballen!



CAFÉ **ETEN EN  
DRINKEN** 1911 2021  
MALDEN

Promenade 2, Malden | 024-2001159  
malden@cafe-etenendrinken.nl | [www.cafe-etenendrinken.nl](http://www.cafe-etenendrinken.nl)

De kolibrie wordt ook wel de helikopter onder de vogels genoemd omdat deze vogelsoort stil kan 'hangen' in de lucht.

## 13% van de hoogopgeleiden

bezoekt een alternatieve genezer

zonder bewijs dat het werkt.

Kleine kinderen hebben vooral veel slaap nodig om **hun brein** te laten rijpen.

Vrouwen met rode truitjes kunnen rekenen op **meer aanbidders**

dan dames gehuld in blauw. Vrouwen vinden het fijn als **hun man** een stukje langer is dan zichzelf.

Het meest gebruikte **wachtwoord is**

**123456**. De helft van de Nederlanders verandert zijn wachtwoord nooit.

Door je iets **in te beelden** kun je daadwerkelijk beter worden in een taak.

# CRYO4

Nieuwste techniek op het gebied van Cryolipolyse | Liposuctie alternatief Zonder operatie of pijn.



**PROEF-  
BEHANDELING**  
**€ 69,-**

**Maak snel een afspraak!**

CRYO4 is de nieuwste techniek op het gebied van Cryolipolyse met het grootste behandel oppervlakte ter wereld. 4 zones tegelijk mogelijk in slechts 30 minuten.

Ontdek het zelf en boek een proefbehandeling met een XL pad.

Nu voor €69,-! Voor mannen & vrouwen

*Maximaal 2 XL pads of 1 XL pads + 2 S pads per behandeling per persoon toegestaan, maximaal 1 proefbehandeling per persoon.*



## Pelvic training

Veel mensen hebben last van urineverlies bij inspanning bijvoorbeeld bij niezen, hoesten, lachen, sporten of na zwangerschap. Dat kan komen door verzwakte bekkenbodemspieren.

Vaak is bekkenbodem training een te zware opgave. Met Pelvic training is het nu mogelijk om je bekkenbodemspieren te trainen terwijl je op de Pelvic pad zit en ontspannen een boekje leest of je mail beantwoordt. Je merkt al verschil na 1 à 2 behandelingen.

Pelvic training is een kuur van 10 behandelingen. Je komt 2 keer per week voor een sessie van 25 minuten. Geen urineverlies meer!

**Introductieprijs € 499,- i.p.v. € 699,-**

**CONTOURA**  
FIGUURBEHEERSING

van der Bruggenstraat 12, Nijmegen • 06 16 96 42 00 • [www.contoura.nl](http://www.contoura.nl)

# LAST VAN URINE- VERLIES?

**Interesse? Bel nu!**



Neem jij binnen-  
kort een slippersdag?

  
Sanadome  
HOTEL & SPA NIJMEGEN

€ 7.50 korting  
DAG ENTREE

€ 5.00 korting  
AVOND ENTREE



Met gratis  
slippers!

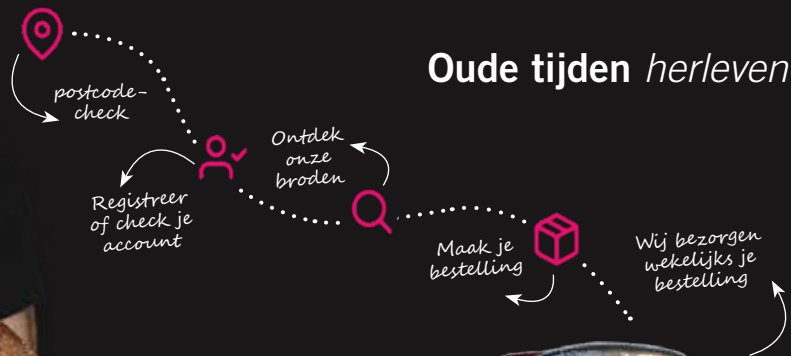
RESERVEER VIA:  
SANADOME.NL/  
LATE-SUMMER-  
SPA-DEAL





## Lekker ambachtelijk brood en banket aan huis

Oude tijden herleven. De Bakker aan Huis is weer helemaal terug net als vroeger, maar nu in een modern jasje. Daar waar vroeger de handkar door de straat kwam met heerlijk vers geurend brood, is de warme bakker in de straat weer helemaal terug.



Scan de QR code voor meer info



Wie nieuwsgierig is geworden kan kennis maken met het verse en ambachtelijke brood van De Bakker Aan Huis. Doe de postcodecheck en bestel nu via [www.debakkeraanhuis.nl](http://www.debakkeraanhuis.nl).

## DAGJE UIT FILM BY THE SEA



Van 9 tot en met 18 september 2022 beleeft filmfestival Film by the Sea zijn 24e editie in Vlissingen en kan een breed publiek genieten van ruim honderd films uit alle hoeken van de wereld. Film by the Sea opent dit jaar met de spraakmakende Britse komedie Good Luck to You, Leo Grande, waarin Emma Thompson een vrouw van middelbare leeftijd speelt die een sekswerker inhuurt. Daarnaast zijn er ook dit jaar weer de Specials, waaronder het filmconcert van de filmklassieker Blood and Sand in de Sint Jacobskerk te Vlissingen, uitgevoerd door pianist Daan van den Hurk, bijgestaan door flamencogitarist Tijn van der Sanden en drums/percussionist Frank van der Star.  
[www.filmbythesea.nl](http://www.filmbythesea.nl)

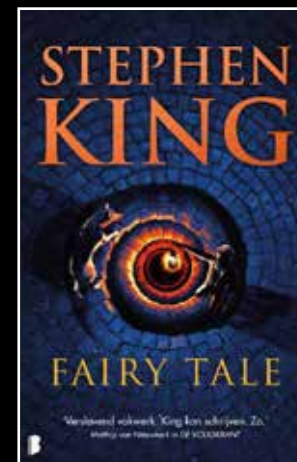
## FILMPJE KIJKEN SOOF 3

Eindelijk heeft Soof haar leven lekker op de rit. Ze is gelukkig, de Kooksoof loopt prima en de kinderen zijn groot en klaar om uit te vliegen. Soof houdt als vanouds alle ballen in de lucht, voor iedereen. Op het moment dat ze slecht nieuws krijgt, komt dochter Sacha thuis en stelt haar verloofde aan haar voor. Soof grijpt het huwelijk van haar dochter met twee handen aan om haar kop in het zand te steken. Soof moet echter leren zelf ook eens hulp toe te laten, dat haar familie van haar houdt en dat ze die hulp meer dan waard is. **SOOF 3 is vanaf 15 september te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

## BOEKJE LEZEN FAIRY TALE



Charlie ziet eruit als een doorsnee scholier, maar hij draagt een zware last. Zijn moeder kwam om bij een auto-ongeluk en door het verdriet greep zijn vader naar de fles. Wanneer Charlie zeventien is, ontmoet hij de hond Radar en zijn baas Howard Bowditch, een kluisenaar die op de top van een hoge heuvel woont, met een mysterieuze afgesloten schuur in de achtertuin. Charlie doet klusjes voor meneer Bowditch en verliest zijn hart aan Radar. Als Bowditch sterft, laat hij Charlie een cassettebandje na met een verhaal dat niemand ooit zou geloven: in de schuur zit een poort naar een andere wereld verborgen... **FAIRY TALE van Stephen King is vanaf 6 september verkrijgbaar.**



## Van cosmetische behandeling tot complete gebitsrenovatie

Wil jij weer een gebit waar je trots op kunt zijn? Bij CDC Complete Tandzorg helpen ze je graag verder. Hier werken specialisten op verschillende gebieden, waaronder cosmetische tandheelkunde, gebitsrenovatie en narcosebehandelingen.

Cosmetische behandelingen zijn ingrepen zoals tanden bleken, facings en kronen en bruggen. De specialist kan adviseren over de beste ingreep of combinatie van ingrepen en maakt gebruik van kwalitatief hoogwaardige materialen. De specialist op het gebied van gebitsrenovatie denkt met je mee om ook zeer beschadigde gebitten weer gezond en mooi te maken, onder andere met protheses, klikprotheses en compleet vaste brugconstructies.

Daarnaast zijn er narcosebehandelingen waarbij de tandarts samenwerkt met het anesthesieteam. Bij CDC Complete Tandzorg vind je alles onder één dak. Zij luisteren naar je wensen en denken graag mee over een passende oplossing. Samen met jou doorlopen ze het behandeltraject en ze begeleiden je bij elke stap, zodat je niet voor onverwachte verrassingen komt te staan. Wil je je als reguliere patiënt inschrijven voor je normale check-ups, dan kan dat ook bij CDC.



*Hoe gezond is  
jouw tandvlees?  
Test het hier*

*Jouw lach, onze passie*



Doet de lichtste aanraking van je tandvlees al pijn? Of bloedt het tijdens het poetsen? Dan is de kans groot dat je ontstoken tandvlees hebt. Ontstoken tandvlees is een signaal dat het tandvlees in slechte conditie verkeert. Wees gerust. Het is geen reden voor acute paniek, maar wél een reden om actie te ondernemen. Gezond tandvlees is de basis van een gezond gebit. Dus ontzettend belangrijk!

## Ontstoken tandvlees? Kom altijd in actie!

### Gingivitis

Een beginnende tandvleesontsteking wordt gingivitis genoemd. Dit is normaal gesproken door dagelijkse, goede reiniging met elektrisch poetsen en het gebruik van tandenstokers, ragers en/of flosdraad tussen de tanden en kiezen te voorkomen.

### Ontstoken tandvlees voorkomen

Om je tandvlees gezond te houden, is goede mondhygiëne erg belangrijk. De oorzaak van ontstoken tandvlees is meestal onvoldoende mondhygiëne, bijvoorbeeld door het verkeerd of zelfs laks omgaan met tandenpoetsen. Wij raden je aan om je gebit tweemaal per dag te poetsen, minstens een half uur na de maaltijd en voor het slapen gaan. Het liefst met een zachte elektrische tandenborstel. Ook de reiniging met tandenstokers, ragers of flosdraad is dagelijks nodig om tussen de tanden te reinigen.

Het is heel belangrijk om minimaal twee keer per jaar naar de tandarts en/of mondhygiënist te gaan. Zeker

als je al last hebt van ontstoken tandvlees. De tandarts of mondhygiënist doet een grondige reiniging om al het tandsteen of tandplak te verwijderen, ook net onder het tandvlees.

### Parodontitis

Verwaarloos je ontstoken tandvlees (gingivitis), dan kan de ontsteking ernstiger worden en overgaan in parodontitis. Deze vergevorderde tandvleesontsteking gaat dan verder onder het tandvlees en kan het kaakbot aantasten. Gevolg hiervan is terugtrekkend tandvlees en tanden of kiezen die los komen te staan. De bacteriën die parodontitis veroorzaken, zijn bovendien gevaarlijk voor je algehele gezondheid. Je slikt ze namelijk door. Ze belanden in je maag en worden opgenomen in het bloed, waarna ze, onder andere, hart- en vaatziekten, beroerte of een vroeggeboorte kunnen veroorzaken. Blijf er dus niet mee rondlopen!

De tandarts of mondhygiënist weet het beste wat je kunt doen om ontstoken tandvlees te genezen. En daarnaast bespaar je hoge tandartskosten. Preventie is goedkoper dan genezing!

*Wist je dat...*

CDC op Feedback Company meer dan 5.000 reviews heeft met een score van 8.8!





**HEHG WOONIDEE®**

# Schuifdeurkasten Inloopkasten Op maat

Verkrijgbaar in alle kleuren, maten en materialen.

Een mooie, kwalitatieve kastenwand op maat? Die optimale opbergruimte biedt en overal geplaatst kan worden? Wij hebben voor iedereen een kastenwand op maat die praktisch en gebruiksvriendelijk is. Uiteraard past deze perfect in uw interieur. Kom langs in onze showroom en laat u verrassen door de mogelijkheden!

**WINIA®**  
KASTEN & SCHUIVEN OP MAAT

*Maak een afspraak [info@hgwoonidee.nl](mailto:info@hgwoonidee.nl)  
Edisonstraat 4, 6604 BV Wijchen  
024 64 199 19*

[www.winia.nl](http://www.winia.nl)  
[www.hgwoonidee.nl](http://www.hgwoonidee.nl)

*Johan Goossens:*

# 'Ik hou ervan als mensen eerlijk zijn'

Cabaretier Johan Goossens is goudeerlijk in zijn nieuwste show Kleine Pijntjes. Het lukt hem om alle facetten van een mensenleven erin te verwerken; van mantelzorg en onderwijs tot vrijwilligerswerk en seks.

“Het is een mooie show, waarin het leven in de volle breedte voorbijkomt. Het is eigenlijk ook heel onnatuurlijk om het over één onderwerp te hebben, want alles wat je doet bestaat naast elkaar. Dat komt hier mooi terug”, aldus Goossens.

**PERSOONLIJK** De cabaretier blijft in al zijn voorstellingen dicht bij zichzelf. “Ik verzin bijna niets, maar geef altijd een draai aan wat ik meemaak.” Absurdistisch theater is dan ook niets voor hem. “Ik vind het leuk dat het realistisch is en dat mensen het kunnen herkennen. Ik hou ervan als mensen eerlijk zijn.”

**OPENHEID OP HET PODIUM** Goossens noemt die eerlijkheid zelfs de taak van kunstenaars. “Het is ons werk om op het podium te laten zien hoe je het leven ervaart. We kunnen daar soms eerlijker over

zijn dan mensen met een andere baan. Een docent kan bijvoorbeeld niet zomaar alles zeggen. Als cabaretier kun je makkelijker de randjes opzoeken. Dat is ook de meerwaarde van een theatershow.”

**KIEZEN WAT JE WEL EN NIET VERTELT** “Ik heb in coronatijd gemantelzorgd voor mijn vader. Bij het maken van de voorstelling liep ik er voor het eerst tegenaan dat ik dacht: sommige dingen uit deze periode wil ik voor mezelf houden. Maar ook dat past bij ouder worden, je gaat andere keuzes maken. Dat is dus een groot verschil met mijn vorige voorstelling over seks, waarin ik werkelijk alles vertelde.”

Johan Goossens treedt vanaf september weer op met Kleine Pijntjes. Bekijk de speellijst op Theater.nl.

**Theater.nl**  
DE WERELD VAN THEATER

**Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.**

**Ga naar [theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist)**

Wij bouwen  
de veranda van  
uw dromen!

Wij zijn op een  
eerlijke, vakkundige  
manier geholpen  
door mensen met  
verstand van zaken.

*M. Kersten*

# Meer ruimte om te leven

met onze betaalbare terrasoverkappingen van topkwaliteit

**BRUIST**  
*Deal*

**ONTVANG NU**

BIJ AANSCHAF VAN  
EEN TUINKAMER  
**EEN HEATER**  
T.W.V. € 400,-

BIJ AANSCHAF VAN  
EEN GLASDAK  
VERANDA: **LED-  
VERLICHTING**  
(6 STUKS) MET DIMMER  
EN AFSTANDSBEDIENING  
T.W.V. € 280,-

  
**Top Veranda**

Nieuweweg 285-A, Wijchen  
024-6758865  
info@topveranda.nu  
[www.topveranda.nu](http://www.topveranda.nu)



# Op zoek naar **binnenzonwering**?

**WIJ ZIJN VERHUID!**

Bezoek onze showroom aan de Buys  
Ballotstraat 14 te Wijchen

Maak een afspraak via onze website [www.kroonmontage.nl](http://www.kroonmontage.nl)  
en kies voor de pagina 'Showroom/afspraken maken'.

Zonnellux

style by ABZ

Verano®

Persoonlijke  
service aan  
huis!

  
**Kroon Montage**  
Zonwering & Rolluiken

Met binnenzonwering benadruk je jouw eigen woonstijl. Er zijn veel keuzen en combinatiemogelijkheden. Wij hebben op maatgemaakte oplossingen, die passen perfect bij jouw huis. Modern of klassiek, sfeervol of strak: u kunt voor elke stijl bij Kroon Montage Zonwering terecht. Houten en aluminium jaloezieën, shutters, plissés, duettes, (duo) rolgordijnen, pvc en stoffen lamellen. Tevens kunnen wij deze artikelen gemotoriseerd leveren, voor extra gemak. Wij komen graag vrijblijvend bij u thuis met voorbeelden. Bekijk diverse producten op ware grootte bij ons in de showroom.



**Voordelig maatwerk op het gebied van:**  
Rolluiken | Zonwering | Zonneschermen | Markiezen | Rits-screens  
Somfy IO motoren | Unilux-horren | Alle soorten binnenzonwering

Buys Ballotstraat 14, Wijchen | 024-6757859 | [info@kroonmontage.nl](mailto:info@kroonmontage.nl) | [www.kroonmontage.nl](http://www.kroonmontage.nl)



# *In between*

September is zo'n maand die net tussen de zomer en de herfst bungelt. Het kan dus alle kanten opgaan. We hopen natuurlijk op een heerlijke nazomer!

- 1. Rose Dunes Bath & Shower gel van Molton Brown, € 30,- [www.moltonbrown.eu](http://www.moltonbrown.eu)
- 2. Disney Villains Evil Queen Eyeshadow Palette by essence, € 10,99 [www.essence.eu](http://www.essence.eu)
- 3. SOS Lashes Serum Mascara, € 33,- [www.clarins.nl](http://www.clarins.nl)
- 4. Intense Hydrating Mask van Embryolisse, € 24,95 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)
- 5. Natural Marine Collagen van Vida Glow, € 45,- [www.thecofcosmetics.com](http://www.thecofcosmetics.com)
- 6. Fall in Colours Baked Bronzing & Highlighting Palette van Catrice, € 8,99 [www.catrice.eu](http://www.catrice.eu)
- 7. Alien Goddess Intense Eau de Parfum van Mugler, vanaf € 94,40 [www.douglas.nl](http://www.douglas.nl)

- 8. Rouge Pur Couture The Bold van YSL, € 42,- [www.ysl.com](http://www.ysl.com)
- 9. Armani Code Parfum Eau de Parfum, vanaf € 87,- [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)
- 10. Regenerating Body Oil van ignae, € 112,- [www.skins.nl](http://www.skins.nl)
- 11. Face Serum van Costa Brazil, € 140,- [www.skins.nl](http://www.skins.nl)
- 12. Star Anise & Lavender Relaxing Fragrance Diffuser van Compagnie de Provence, € 40,80 [www.babassu.nl](http://www.babassu.nl)
- 13. Scandal Le Parfum van Jean Paul Gaultier vanaf € 70,55 [www.iciparisxl.nl](http://www.iciparisxl.nl)

# ONZE BESTE MOUNTAINBIKE

## DE TREK PROCALIBER 9.8

Wij bij Trek Nijmegen houden van mountainbiken en een van onze beste mountainbikes is de Trek Procaliber 9.8. Met een carbon frame met IsoSpeed, carbon wielen, carbon stuur, een Shimano XT groepset en een FOX Step-Cast voorvork is dit de perfecte hardtail.

Onze IsoSpeed zorgt voor extra comfort op de trails zodat je tijdens een groepsrit altijd wat overhebt voor die laatste beklimming. We nodigen je van harte uit om langs te komen en kennis te maken met deze fantastische mountainbike.

### Het past bij jou als...

Je op jacht bent naar de hoogste plek op het podium en wilt een supersnel ros dat volledig is toegerust voor die missie.

### De techniek die je krijgt

Een licht en stijf carbon frame met comfortverhogende IsoSpeed, een

gewichtsbesparende FOX Step-Cast voorvork met remote lockout, een fluisterstille Shimano XT-aandrijving met extra lichte en extra stijve carbon cranks, bijpassend carbon stuur en zadelpen en extra brede, extra snelle Bontrager Kovee Elite 30 carbon wielen met een razendsnel accelererende Rapid Drive naaf.

### Het laatste woord

Elk onderdeel van deze fiets is gemaakt om te vliegen, van het stijve, maar toch comfortabele carbon IsoSpeed frame tot de lichte, hoogwaardige componenten. Het is de gedroomde hardtail van elke XC-racer.

**TREK**  
BICYCLE STORE





## Vernieuw je huid in de diepte!

Dit kan met de SkinPen - Collageen Inductie Therapie (CIT), zónder oppervlakkige schade aan te richten en met minimale downtime.

Een SkinPen Collageen Inductie Therapie kan voor vele indicaties worden ingezet:

- (Acné) littekens
- Fijne lijntjes
- Pigmentvlekjes (bijv. zonbeschadigingen)
- Doffe huid
- Grove huidstructuur
- Striae / striemen
- Vergrote poriën
- Verslaptte huid

### Na de behandeling

Afhankelijk van het behandelde gebied en de intensiteit van de behandeling zal de huid er wat roder uitzien en warm / prikkelend aanvoelen. Dit gevoel zal na enkele uren afnemen. De behandeling heeft een korte herstelperiode. Na de behandeling ontvangt u twee nazorgproducten om het herstel te bevorderen. Dit is in de prijs inbegrepen. Voor een optimaal resultaat zijn drie tot zes behandelingen nodig met een interval van vier weken.



**ANGELA SANDERS**  
HUIDVERZORGINGSSALON

**Wil jij een behandeling boeken?** Neem dan contact met ons op.



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.





voedingssupplementen



gezonde voeding en thee

Hét adres voor goed advies  
en diverse therapeuten o.a.:  
Bodyscan, Bio resonantie,  
Schoonheidssalon, Energetische  
Massages en Hypnotherapie.



Your greatest wealth is health!



Markt 14 Wijchen  
024-6770644

- Voor meer info zie onze website -



dieetvoeding en honingen



etherische oliën en cosmetica



dieet- en sportvoeding

# Kleur

## beïnvloedt je stemming

Chromotherapie, kleurentherapie, gebruikt kleuren om je energiebalans te bepalen. Kleuren werken namelijk heel stimulerend en kalmerend op de geest. Elke kleur heeft een specifieke werking. Dit merk je ook wanneer je een bepaalde kleur in je interieur gebruikt.



**GEEL** maakt mensen vrolijk en alert. Het helpt bij hoofdpijnen, stembandproblemen en longproblemen omdat het invloed heeft op je zenuwen en ademhaling. Het heeft ook een positief effect op de huid!

**ROOD** werkt stimulerend, het straalt wilskracht uit. Het beïnvloedt de bloedsomloop en celvernieuwing. Het helpt bij spierspanning, infecties, stress en wondjes.

**GROENE** kleuren helpen tegen stress en vermoeidheid omdat ze voor ontspanning, emotioneel evenwicht en stabiliteit zorgen. Een gevolg daarvan is het positieve effect op de maag, darmen en blaas. Het wordt gebruikt bij bloedarmoede, duizeligheid en koorts.

**PAARS/VIOLET** heeft een positief effect op het afweersysteem, lymfesysteem en de milt. Het wordt ingezet bij mensen met een eetprobleem om de eetlust te remmen.

**BLAUW** wordt ingezet bij chronische aandoeningen, zoals jicht en reuma. Het remt ontstekingen en koorts en brengt je stofwisseling en darmactiviteit in balans. Ook heeft het een positief effect bij slaapproblemen en angst.

Op basis van chromotherapie zijn er ook brillen ontworpen met allerlei kleurenfilters, waardoor jij de wereld bijvoorbeeld door een roze bril ziet. Dit kan je stemming (positief) beïnvloeden!



€ 7,- KORTING P.P.



## ATTRACTIEPARK TOVERLAND

### ONTDEK JE EIGEN MAGIE IN TOVERLAND

Ben jij een echte snelheidsduivel, houd je van klimmen en klauteren of ben je een echte waterrat? Met ruim 35 attracties en shows beleeft jong en oud in Attractiepark Toverland een dag om nooit te vergeten. vergeten. Dompel je onder in 6 betoverende werelden vol magie. Voor de echte waaghals zijn er maar liefst 5 achtbanen, waaronder wing coaster Fénix! Deze wing coaster gaat maar liefst 3 keer over de kop! Dol op waterpret? Leef je dan uit in wildwaterbaan Djengu River. Daarnaast kun je samen genieten van de bootjesattractie Merlin's Quest waarin je door de ruïnes onder het kasteel van tovenaars Merlijn vaart. In Port Laguna kun je met een toverstaf en de toverkaart Mapa Magica zelf écht toveren!



COMBITICKET € 13,- KORTING P.P.



## EFTELING

### EN TOEN... WAS IK IN EEN WERELD VOL WONDEREN

In de Efteling maak je samen de mooiste herinneringen. Luister naar de mooie verhalen van de pratende Sprookjesboom of naar de bijzondere muziek van de paddenstoelen in het Sprookjesbos. Zweef tussen trollen en elfjes in Droomvlucht of ga op wereldreis met Jokie in Carnaval Festival. Vlieg op je kop in de Python of stort de diepte in met Baron 1898. Of beleef een doldwaze rit in de nieuwste familie-achtbaan Max & Moritz. Er is iedere dag genoeg te beleven. Welkom in de Efteling, Wereld vol Wonderen.

**NU EEN UNIEK PRODUCT BESCHIKBAAR:**  
een combiticket voor de Efteling én Safaripark Beekse Bergen.



€ 4,50 KORTING P.P.



## SAFARIPARK BEEKSE BERGEN

### OOG IN OOG MET WILDE DIEREN

Waan je in Afrika, ontdek de uitgestrekte savannes en bosgebieden en sta oog in oog met de meest fascinerende Afrikaanse diersoorten! Prikkel je zintuigen tijdens één van de indrukwekkende safari's. Ga op avontuur met je eigen auto, stap op de boot voor een prachtige tocht over het water en laat je verrassen door de dieren langs de oevers. Wie nog meer wil weten over wat er achter de dieren en de natuur schuilgaat, gaat mee op bussafari. Een ranger vertelt je alle ins en outs over de dieren in het park én in de natuur. Wandelen kan ook! Ontdek het prachtige Safaripark in je eigen tempo en geniet samen van het buitenleven.



## MOYA - MUSEUM OF YOUNG ART

### VOOR IEDER WAT WILS

MOYA is gevestigd in het zuiden van Nederland, Brabant, op een unieke locatie in de voormalige Galvanitas fabriek in Oosterhout. Het werd geboren om een verandering teweeg te brengen in de kunstwereld. De drijfveer is om jonge kunst op de kaart te zetten. De tentoonstellingen en collectie van MOYA kenmerken zich door de diversiteit aan kunst en haar makers. Van schilderkunst, beeldhouwkunst, textielkunst en fotografie tot digitale kunst. Transparantie, een open deur en innovatie zijn de kenmerken van MOYA. Voor de kunstenaar is het meer dan een tentoonstellingsruimte. MOYA begeleidt de jonge kunstenaar in zijn carrière; het motiveert, stimuleert, activeert en faciliteert.



# Relaxen is het toverwoord

Stralende haren, mooie nagels, een perzikhuidje, je hoeft er eigenlijk maar weinig voor te doen. Vergeet dure dagjes naar de sauna, de schoonheidsspecialiste en kapper en ga thuis zelf aan de slag. Ga voor een extra boost naar de drogisterij voor een mandje vol crèmes en maskertjes voor je gezicht, huid, voeten en haar.

Verwen je gezicht met een grondige reinigingssessie. Door te reinigen blijft je huid schoon en kan hij ademen. De voordelen: crèmes kunnen beter worden opgenomen en er ontstaan geen onzuiverheden.

**MASKERTJE** Geef je huid een oppepper en verwen jezelf met een gezichtsmasker. Dit is niet alleen goed voor je huid, maar het is ook een heerlijk rustmoment voor jezelf. Een masker sluit de huid tijdelijk af en vocht en warmte worden langer vastgehouden, waardoor er een betere doorbloeding ontstaat. Er zijn veel verschillende maskertjes te koop. Tip: weet welk resultaat je wilt bereiken en koop een masker dat past bij jouw huidtype.

**POEZELIGE VOETJES** Laat je vermoeide voeten weer jubelen met een verkwikkend en verfrissend voetenbad. Tien minuten goed weken is al voldoende voor heerlijke zachte voeten. Maar ach,

we hebben de hele middag. Uitgepoedeld? Tijd om te scrubben, vijlen, smeren en lakken.

**GLAD & GLANZEND** Gladde benen zijn een must, zeker in de zomermaanden. Epileren, scheren, harsen en crèmes; welke manier van ontharen je ook kiest, een goede voorbereiding is belangrijk. Je wilt tenslotte een gladde, glanzende huid als resultaat. Door je benen te scrubben verwijder je dode huidcellen en tover je een zijdezachte huid met een prachtige glans tevoorschijn. Tip: verwarm je huid voor het ontharen met een warme douche, haartjes worden dan zachter.

**HAARFIJN** Wist je dat je haar, net als je huid, ook beschadigt door uv-stralen? Veel zon maakt je haar broos en breekbaar. Je haar droogt ervan uit, voelt touwachtig aan en gaat sneller klitten. Verwen je haar vandaag daarom eens met een vochtinbrengend masker, shampoo en conditioner. Zo kom je weer stralend voor de dag!

**Tips voor jouw eigen thuis spa?** Op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl) vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

ONTSPAN IN  
JOUW EIGEN  
THUIS SPA



Recharge yourself



# MG5 Electric

100% elektrisch, 100% ruim

**Van Mossel**

**GREMMEN**  
FOOTWEAR



Winkelcentrum 21 | Malden | 024 - 7676555



# GEDRAGEN DOOR HET UNIVERSUM

Zie jij wel eens dubbele getallen? Als spiriwiri geloof ik dat dit signalen zijn van onze beschermers uit een andere dimensie.

Als ik een dubbel getal zie, zoek ik snel de betekenis op. Ik voel me omringd door beschermers en gidsen die mij helpen in het aardse bestaan. Ook via engelenkaarten en dromen krijg ik antwoorden op eerder gestelde vragen. Soms zeggen de getallen dat je de beschermers om hulp mag vragen. Of dat ze je hulpvraag hebben gehoord en ermee bezig zijn. De getallen stimuleren mij en geven aan dat ik op de juiste weg zit. Zo ga ik in mijn kracht staan.

Ik voel me gedragen door het universum en alle wezens die daarbij horen. Ik ben zo dankbaar om te voelen dat ik niet alles alleen hoeft te doen. MKBM groeit steeds meer uit tot een bedrijf dat mensen in hun kracht zet. Het begon met een Killer Planner vol zelfhulpoefeningen. Toen een online Feel Good Training waarin ik jullie help om bewuster, positiever en succesvoller te worden en nu een nieuwe website met motivatievideo's. Wil je meer weten? Ga naar de **Mykillerbodymotivation** website.

Grappig, nu ik deze blog schrijf, zie ik het getal 14:44. Ik ga even de betekenis opzoeken!

Liefs, Fajah

BLOG/FAJAHLOURENS



**MKBM**  
MYKILLERBODYMOTIVATION

De uit Sicilië afkomstige chefkok Angelo Petralia was dol op de Italiaanse keuken. Een keuken die hij vanaf jongs af aan door zijn moeder leerde koken. Sinds Angelo's overlijden in 2015, zetten zijn vrouw Wilma, dochter Gabriela en gedreven team van medewerkers het bedrijf in zijn geest voort.

# ITALIAANSE sferen in hartje Molenhoek

## Een ware smaaksensatie

Ook nu de zomer weer is aangebroken, ontvangen we u graag weer binnen in ons restaurant of op ons zonnige terras. Onze menukaart bestaat uit moderne gerechten met een twist, gecombineerd met traditionele smaaksensaties die in de Italiaanse keuken niet mogen ontbreken. Denk hierbij als voorgerecht aan een verrassend voorgerecht van dungseden portobello, gemarineerd in aceto balsamico, gevolgd door zeebaars met risotto en pesto.

## Catering op maat

Daarnaast verzorgen wij ook catering. Er zijn geen standaard arrangementen; in overleg wordt er gekeken naar een passend menu zodat er kan worden ingespeeld op uw wensen. Hierover kan telefonisch of per mail contact worden opgenomen.



**Da Angelo**

Delicatezza  Trattoria

Wij accepteren de  
dinercadeaukaart,  
VVV-cadeau- en VVV-dinerkaart

Da Angelo Delicatezza & Trattoria | Prinsenweg 3A, Molenhoek | [www.restaurant-da-angelo.nl](http://www.restaurant-da-angelo.nl)

024-3880879 | [info@da-angellofood.nl](mailto:info@da-angellofood.nl) |  Da Angelo |  da\_angelodelicatezza

# Sta jij ook op scherp?

Ken je dat? Je ergert je aan het gedrag van jouw collega en je vindt daar ook van alles van. 'Waarom houdt degene zich niet aan jullie gemaakte afspraken? Je wordt niet gezien door jouw leidinggevende, terwijl je nog zo hard aan het werk bent!'

Ondertussen loopt bij jou de spanning op, wat ongemakkelijk voelt, en vind je het lastig om daarmee om te gaan. Eenmaal thuis;

- krijgt jouw partner de volle laag, kan degene niets goed doen en gooi je alles eruit
- ga je als een tornado tekeer door van alles aan te pakken of maak je nog snel dat 'werkklusje' af
- voel je alle energie uit jouw lijf wegtrekken, wil je het liefste op de bank liggen en ben je ondertussen al 'vertrokken'

Herkenbaar? Dat je niet meer logisch kunt nadenken en zo snel mogelijk van het ongemak af wilt wat je op jouw werk hebt opgelopen? Je voelde je niet gezien – niet gehoord – niet ondersteund door jouw omgeving, wat zorgde voor een trigger. Je kwam in de positie van een aanklager – redder – slachtoffer.

Ik ga graag met jou aan de slag zodat je vanuit jouw 'drama' weer grip krijgt op jouw gedrag.

Kijk op [www.werkbewust.nl](http://www.werkbewust.nl). Ik ontmoet je graag!

Warme groet, Miranda



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

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



**WerkBewust**  
training & coaching aan hulpverleners

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

DE MOOIESTE LINGERIE, DE LEUKSTE BADMODE, DE BESTE SERVICE



**Christianne**  
Lingerie

Markt 21, Wijchen | [www.christiannelingerie.nl](http://www.christiannelingerie.nl)



Check onze Facebook en Instagram voor de nieuwste collectie

# MIS GEEN ENKELE BRUISENDE ACTIE

Schrijf je in voor de nieuwsbrief  
op [www.nederlandbruist.nl](http://www.nederlandbruist.nl)

*Voor een puur, spontaan  
en stijlvol portret*



BEKIJK DE  
WEBSITE VOOR  
MEER INFO!



Sophia Fotografie  
Zomertaling 55, Wijchen | 06 40 13 26 29  
[info@sophiafotografie.nl](mailto:info@sophiafotografie.nl) | [www.sophiafotografie.nl](http://www.sophiafotografie.nl)



#Ren  
tegen  
kanker



Waar ren jij mee?  
Ga naar  
[rentegenkanker.nl](http://rentegenkanker.nl)



Chiropractie  
Wijchen-Druten

## Het belang van een goede houding

Soms zitten we lange tijd met onze telefoons in onze handen of te werken achter onze computer. Vaak zijn we ons dan niet bewust van onze houding.

Heeft u last van hoofdpijn of van uw rug, nek, schouders? Een verkeerde houding zou mogelijk een oorzaak kunnen zijn. Het zitten achter een bureau met een laptop of kijken op onze mobiel gebeurt vaak voorovergebogen met een ongezonde kromming in de rug.

Een chiropractor onderzoekt nauwkeurig waar uw klachten vandaan komen en kan uw klachten behandelen.



NCA  
Nederlandse  
Chiropractoren Associatie

Kasteellaan 28a **Wijchen** | Kerkeland 9j **Druten**  
024 - 6456955 | [info@chiropractiewijchendruten.nl](mailto:info@chiropractiewijchendruten.nl)

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

# Een coupe die echt bij je past!



**DIRECT EEN  
AFSPRAAK MAKEN?**

Bel 06 25 35 70 74

Marieke en haar team zorgen er elke dag weer voor dat iedereen hier stralend de deur uitgaat met een coupe die echt bij je past. Begin dit jaar was de meest recente verhuizing naar een geweldig pand in het winkelcentrum van Molenhoek. Er is keihard gewerkt om ook hier weer een supermooie zaak van te maken en het eindresultaat

mar er zijn: een moderne salon waar iedereen – man, vrouw, jong en oud – welkom is en zich ook welkom voelt.

Samen met haar minstens even enthousiaste team zorgt Marieke ervoor dat iedereen stralend de salon weer verlaat. Er wordt uitgebreid de tijd genomen voor alle klanten. Of je nu een traditioneel kapsel wilt of de meest trendy coupe, je gaat gegarandeerd stralend de deur uit.

Marieke en haar team beheersen alle mogelijke stijlen en zijn bovendien echte kleurspecialisten. Dat ook vraagt om de beste producten. Daarom werken ze in de salon uitsluitend met de producten van Keune, een merk waarvoor ze ambassadeur zijn.

## New Silhouette

hair and care

Prinsenweg 3, Molenhoek | 06-25357074  
[www.newsilhouette.nl](http://www.newsilhouette.nl)

# September doet rustig aan



## MAAGD

Je ouderlijke  
instincten  
ontwaken

**Ram** 21-03/20-04

September zal veel moed en energie in je leven brengen. Alles verloopt soepel omdat je je nergens zorgen over maakt.

**Stier** 21-04/20-05

Je zal je afsluiten en na gaan denken over je leven. Op persoonlijk vlak zal je in veel situaties bevinden waarin je cruciale beslissingen moet gaan nemen.

**Tweelingen** 21-05/20-06

Je gaat met veel stress te maken krijgen. Veel verplichtingen zullen zich opstapelen en je zal nergens meer plezier in hebben.

**Kreeft** 21-06/22-07

Je voelt de behoefte om met iemand in contact te zijn en verlangt naar een knuffel, nabijheid en de geruststelling dat er van je gehouden wordt.

**Leeuw** 23-07/22-08

Tijdens deze maand zal je een muzikaal talent onthullen dat je zeker moet gaan ontwikkelen.

**Maagd** 23-08/22-09

Je ouderlijke instincten ontwaken. Je zal tijd willen doorbrengen met je kinderen. Als je geen kinderen hebt, biedt dan oppashulp aan je vrienden.

**Weegschaal** 23-09/22-10

Je voelt de behoefte om de woonomgeving te veranderen; daarom zal je met groot enthousiasme beginnen aan een verbouwing of schoonmaak.

**Schorpioen** 23-10/22-11

Je zal iemand ontmoeten die een golf van hormonen in je zal opwekken. Dit zal de vraag naar boven brengen of je wel gelukkig bent in je huidige relatie.

**Boogschutter** 23-11/21-12

Je schittert in sportactiviteiten. Probeer een vrij weekend te vinden, organiseer een middag met je vrienden en speel samen een aantal balspelen.

**Steenbok** 22-12/20-01

In september zullen veel werk en taken stapelen zich op en je zal er niet in slagen de meeste dingen te doen die je plant.

**Waterman** 21-01/19-02

Watermannen moeten zich voorbereiden op veel veranderingen in hun privéleven. Je zal deze maand zeer wispelturig zijn.

**Vissen** 20-02/20-03

De weersveranderingen en het aantal verplichtingen zullen een negatieve invloed op je hebben en je zult je gestrest voelen.



**3 voor 1**



Kom langs bij één van de vestigingen  
Steenstraat 81, Boxmeer  
Julianaplein 146, Beuningen | Bellevue 74, Groesbeek



Koop een bril, krijg de tweede bril gratis en geef de derde bril cadeau.



Eva Bekkers



# Maak je huid herfstproof met diamant-microdermabrasie

Diamant-microdermabrasie is een geheel nieuwe manier van peelen. Er worden gelijkmatig dunne laagjes van de huid verwijderd. Er komen geen kristallen aan te pas, maar er wordt gewerkt met een diamanten kop op een handstuk die de huid zacht polijst. Diamant-microdermabrasie geeft onmiddellijk een zachte, gladde en frisse huid. Ideaal als voorbehandeling zodat werkstoffen dieper de huid in kunnen komen. Ook is deze behandeling perfect voor een goede voorbereiding voor de herfst en winter!

Diamant-microdermabrasie geeft verbetering voor de volgende huidcondities:

- Verwijderen van dode huidcellen
- Acne
- Gladdere huid
- Verminderen van pigmentvlekken na de zomer
- Verminderen van lijntjes en rimpeltjes
- Verminderen van littekens
- Verfijnen van de poriestructuur
- Egalere huidskleur
- Stimuleert de aanmaak van collageen en elastine vezels
- Stimuleert de doorbloeding van de huid
- Verjongt de huid

\*Deze actie is geldig tot eind september.

**EEN MINI-KUUR VAN 4 BEHANDELINGEN,** om je huid intensief te reinigen na de zomer  
**VAN €314,- VOOR €274,-\***



Beauty & Wellnesscare Luna 'The Health & Lifestyle Salon' biedt een totaalpakket aan behandelingen, voor 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.

Gespecialiseerd in portret-, kids- en zwangerschapsfotografie

**Jeannita B**  
FOTOGRAFIE

Volg en like mij op jeannitabfotografie

## EEN FOTOSHOOT WAARIN JIJ SCHITTERT

Een foto van jezelf of je geliefde is een waardevolle herinnering op beeld vastgelegd. Een goede foto vangt niet alleen een moment maar de essentie van iemand. Om het beste uit jou te halen werken we samen vanuit mijn comfortabele fotostudio of op locatie om jou op je allermooist vast te leggen.

Hoeveveld 26, Molenhoek | 06 38673377 | info@jeannitabfotografie.com | [www.jeannitabfotografie.com](http://www.jeannitabfotografie.com)

# Veilig werken met onze oordoppen



**Welkom bij Arts Training & Advies**  
**UW ADVISEUR EN LEVERANCIER VOOR GEHOORBESCHERMING OP MAAT**

Ons bureau is uw gesprekspartner voor praktische oplossingen om geluiden en trillingen beheersbaar te houden, binnen de wettelijke grenzen. Onder de naam Medico-otoplastics.nl leveren wij gehoorbescherming op maat. Door onze otometrist wordt een afdruk van de gehoorgang gemaakt waardoor het oorstukje perfect past.

**De Arboret verplicht het dragen van gehoorbescherming op de arbeidsplaats bij geluidniveaus hoger dan 85 dB(A) ter voorkoming van blijvende gehoorschade. Bovendien leidt het werken in te veel lawaai tot concentratiestoornissen, stressverschijnselen en lichamelijke effecten zoals een verhoogde bloeddruk en hartslag.**

De standaard oorkappen en schuimdopjes houden niet alleen het machinegeluid, maar alle geluiden in de buurt van de werknemer tegen. Zo ook de waarschuwingssignalen van voertuigen of installaties en roepende collega's. Het dragen van dit type gehoorbescherming is daardoor een potentieel gevaar en een bedrijfsongeval ligt op de loer.

Onze op maat gemaakte industriële oordoppen hebben een ingebouwd geluidfilter. Het harde geluid wordt gedempt om gehoorbeschadiging tegen te gaan en door het unieke filter blijven waarschuwingssignalen hoorbaar.

**Vraag vrijblijvend naar de toepassingen of gebruik onze agenda op de website voor het maken van een afspraak.**

**motor – cabrio | werk – arbo | muziek – festivals | zwemmen | slapen | schietsport**

**TYPISCH Joris Shop**  
Ballonnen & Feestartikelen

Voor ballonnen, feestartikelen en meer kun je terecht in onze webshop

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

06-39816673  
 typischjorisevents@outlook.com  
[www.typischjorisevents.nl](http://www.typischjorisevents.nl)

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

# Franse *ovenshotel* met aardappel

Deze Franse ovenshotel is een gerecht dat over de hele wereld wordt gegeten. Beter comfortvoedsel dan dit gerecht met aardappelen die zijn gedrenkt in met knoflook doordrenkte room en vervolgens langzaam zijn gekookt tot smeltende perfectie bestaat eigenlijk niet.

6 PERSONEN - 10 MINUTEN (+ 95 MIN. KOKEN)

## INGREDIËNTEN

1 kilo aardappelen  
5 kopjes volle melk  
2 teentjes knoflook  
1 1/2 kopjes slagroom  
1 1/2 kopjes crème fraîche  
1 tl zout  
1/4 tl gemalen zwarte peper  
versgeraspte nootmuskaat  
2 el ongezouten boter  
2/3 kopje geraspte kaas

## BEREIDING

Schil de aardappelen en snijd ze in plakjes van 6 mm dik. Breng in een grote pan op middelhoog vuur de aardappelen, melk en knoflook zachtjes aan de kook. Af en toe de aardappelen zachtjes roeren en pas het vuur zo nodig aan om het behouden. Kook tot de aardappelen net gaar zijn, dit duurt ongeveer 15 minuten. Pas op dat ze niet te gaar worden, want ze moeten hun vorm behouden om in de pan te kunnen worden gelegd. Verwarm de oven voor op 180 graden.

Doe de aardappelen in een kom en zorg ervoor dat de plakjes niet breken. Giet de melk uit de pan. Voeg de slagroom, crème fraîche, zout, peper en nootmuskaat toe aan de pan en klop om te combineren. Doe de aardappelen voorzichtig terug in de pan.

Verwarm het aardappel-roommengsel tot het nauwelijks kookt (een paar bubbels zijn prima, maar niet meer) gedurende 10 tot 15 minuten tot de aardappelen heel zacht zijn, maar niet uit elkaar vallen. Beboter een grote ovenschaal. Breng de aardappelen met een schuimspaan over in de ovenschaal en leg ze in lagen zonder ze te veel te breken. Bedek het geheel met de room uit de pan.

Strooi de geraspte kaas over de aardappelen. Bak dit ongeveer 50 minuten in de oven tot de aardappelen goudbruin zijn en de room grotendeels is opgenomen.



# PUZZELPAGINA

Vakantie voorbij? Blijf stressvrij! Na zo'n ontspannen break wil je dat vakantiegevoel natuurlijk zo lang mogelijk vasthouden. Ook als je weer aan het werk moet. Het geheim? Rustig opstarten en probeer de relaxte sfeer vast te houden, bijvoorbeeld met deze bruisende puzzels.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **1-5-8**.

Zoek de zes letters in BRUIST!

Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.


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

Maak kans op een

## Bruist Ecofriendly Powerbank



Nooit meer een lege telefoon, want met de kleine, ecofriendly herlaadbare Bruist Powerbank zit jij nooit meer zonder stroom. De powerbank is tot honderd keer oplaadbaar en biologisch afbreekbaar. Geschikt voor zowel iPhone als Android. Lever de Celltank na verbruik in bij een van de bekende inleverpunten.

🏠y=e    🐕o=a+i+🐕-it  
 😊a=l 🐼p=d+🐼d=r+e  
 🏠-nd+w+🌟-st+🏠  
 v+👂 j+🐕s=uw  
 🔔b=t+🍳j=f😊z=o

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 oktober de oplossing in op onze site: [www.rijkvanijmegenbruist.nl](http://www.rijkvanijmegenbruist.nl).

Maak kans op

## 1 jaar abonnement op Bruist



Wil jij iedere maand twee edities naar keuze van het leukste magazine van Nederland in je brievenbus ontvangen? Los de puzzel op en lees alles over onze bruisende ondernemers. Daarnaast geniet je van exclusieve acties, aanbiedingen en kortingen. Veel leesplezier.

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

lezen	magazine
editie	gratis
bruist	content
prijs	prijzen

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 oktober de oplossing in op onze site: [www.rijkvanijmegenbruist.nl](http://www.rijkvanijmegenbruist.nl)



# SEAT Ibiza 1.5 TSI Sport DSG

*Gelimiteerde oplage*

**Complete en  
luxueuze** uitrusting  
waarin  
**sportiviteit**  
de overhand heeft



Dit actiemodel is leverbaar vanaf € 29.950,- en zolang de voorraad strekt.

**S** **auto** **traa**  
SEAT



**Microweg 32 Nijmegen**

**T 024 - 373 31 31 | [auto-traa.nl](http://auto-traa.nl)**