

NIJMEGEN



DECEMBER 2022 WWW.NIJMEGEN-BRUIST.NL GRATIS-MEENEMEN!

BRUIST



Fijne
feestdagen!

Tim Akkerman:
'Bruce Springsteen
is mijn inspirator'

Wilt U een huis kopen op IBIZA?

Do you want to buy a property? • Deseas comprar una propiedad?



Ibiza Finest Real Estate S L. · Franchisee of KENSINGTON Finest Propertles International AG
c//Joan Tur Tur 9B, bajos Edificio Punta d' en Mayol 07840 Santa Eulalia · Ibiza · Spain

www.kensington-international.com
www.kensington-ibiza.com

noelle.politiek@kensington-international.com
0034 971 863 943 /// 0034 660 301 454

OBJECT/**VAN DE MAAND**

Villa in de heuvels van Es Cubells met prachtig uitzicht op de natuur en de zee

Deze uitzonderlijke en eigentijdse villa is gebouwd volgens de hoogste normen op een rustiek perceel in een verhoogde positie om privacy te garanderen in een rustige en vredige omgeving.

De villa biedt een goed doordachte kamerindeling en strekt zich uit over twee niveaus met verschillende terrassen. Op de begane grond is er een ruime woonkamer met open haard en een open volledig ingerichte keuken met houten en marmere elementen. Verder is er een eethoek voor tien personen. Vanuit de woonkamer is er oegang tot een groot terras waar zich nog een eethoek en een buitenkeuken bevinden.

Een trap leidt naar de enorme infinity-pool, dat zich uitstrekt over twee niveaus en waar we ook een groot zonneterras vinden, perfect voor warme zomerdagen.

De ruime master slaapkamer met eigen badkamer en privéterras bevindt zich op de begane grond, terwijl de andere drie tweepersoonsslaapkamers met twee badkamers zich op de benedenverdieping bevinden.

Evenals een suite met badkamer en kitchenette die geheel onafhankelijk is van de rest van het huis.

De hele villa heeft centrale airconditioning. Bovendien is er een grote was- en bijkeuken achter de keuken. Naast de villa is er een onafhankelijk gastenverblijf met twee grote slaapkamers,



REFERENTIE	KPI800
TYPE OBJECT	Villa
WOONOPPERVLAKTE	665 m ²
OPPERVLAKTE VAN HET PERCEEL	24.509 m ²
SLAAPKAMERS	7
BADKAMERS	6
ZWEMBAD	1

**PRIJS
OP
AANVRAAG**

Impressie
Nijmegen

**Wil je kans
maken om jouw foto
in Nijmegen Bruist
terug te zien?**

Stuur deze dan naar
ontwerp@nederlandbruist.nl
o.v.v. Foto Nijmegen



8

COLOFON



14

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

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
CUSTOMER CARE Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Ramon Heeren
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Maaïke van Helmond
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Nederland Bruist
EINDREDACTIE Linda Groothuijs

f Like ons op Facebook.com/NijmegenBruist

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. 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



24



28



23

Inhoud

Wat is december elk jaar toch weer een heerlijke maand! Warmte, sfeer, gezellig samenzijn met familie en vrienden, lekker eten en drinken, maar ook af en toe even heerlijk cocoonen onder een deken. Even helemaal niets om bij te tanken van de drukte van al die feestdagen.

Bruisende lezer,

Zo zou het in ieder geval moeten zijn, maar helaas ligt ook stress deze dagen op de loer. Er moet immers zo veel worden gedaan en geregeld en al die verplichtingen... Je zou er bij voorbaat al van in de stress schieten. Gelukkig is dat nergens voor nodig. Verderop in deze nieuwste editie van Bruist lees je namelijk hoe je stressvrij de feestdagen doorkomt.

Net als jou, gunnen we ook onze bruisende ondernemers een stressvrije decembermaand. Ze zullen uiteraard ontzettend hard moeten werken deze maand, zoals elk jaar rond de feestdagen, maar met zijn allen kunnen we het ook hen een stukje makkelijker maken. Niet alleen door hun inspirerende verhalen te lezen, maar ook door daadwerkelijk zo veel mogelijk lokaal te shoppen. Zo heeft iedereen een mooie decembermaand.

Fijne feestdagen!
Lea en Marcel Bossers

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

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



Stressvrije *feestdagen*

Sinterklaas is in het land, de kerstdagen komen eraan en de voorbereidingen voor een knallende jaarwisseling zijn in volle gang. Cadeautjes moeten worden gekocht, een overheerlijk kerstdiner moet worden voorbereid en het huis voorzien van feestelijke versieringen. Het lijkt bijna onmogelijk om stressvrij de feestdagen in te gaan.

Begin op tijd! Zoek aan het begin van de maand alvast een lekker kerstdiner uit. Alles wat je nu doet, hoef je straks niet meer te doen. Bespreek je gedachten en ideeën met de mensen waar je de feestdagen mee doorbrengt. Als je anderen bij het proces betreft, ligt de verantwoordelijkheid niet alleen bij jou. Dat voelt een stuk fijner.

STEL NIET TE HOGE EISEN AAN JEZELF De verantwoordelijkheid om anderen fijne feestdagen te bezorgen, ligt niet bij jou. Uiteindelijk gaat het om de sfeer en niet zozeer om wat jij allemaal geregeld hebt. Dat is het prettige van samenzijn. Laat je niet leiden door alle verplichtingen. Als je geen zin hebt om een kerstboom neer te zetten, doe je dat niet. Volg je eigen plan.

DURF NEE TE ZEGGEN Als je schoonouders je uitnodigen om de jaarwisseling met hen door te brengen en je hebt daar eigenlijk helemaal geen zin in, is het niet erg je eigen plan te trekken. Het gaat er niet om wát je zegt, maar hóé je het zegt. Zoek een momentje voor jezelf waarop je niets moet. Een momentje waarop jij kunt doen wat je leuk vindt, zonder dat de verplichtingen in je gedachten blijven.

En als je écht geen zin hebt in de feestdrukte: boek een paar dagen weg en zeg dat je er niet bent. Geen cadeautjes kopen, geen kerstdiner bedenken en geen andere verplichtingen.



Wil jij ook stressvrij de feestdagen in gaan? Tussen alle ondernemers op www.nederlandbruist.nl vind je ongetwijfeld iemand die jou daarbij kan helpen.

ZOEK EEN
MOMENTJE VOOR
JEZELF **WAAROP**
JE NIETS MOET

Als je iedereen ziet stralen,

dat is toch geweldig!

Even leek het erop dat Trudy Lekkerkerker (72) uit Woerden niet mee kon naar het stranduutje in Petten, waar ze zich zo op had verheugd. Ze liet het er niet bij zitten en zorgde ervoor dat ze alsnog kon gaan. En ze nam nog zes andere mensen mee!

Hartverwarmend

“Het was een heel bijzondere dag, voor mezelf maar ook voor de andere aanwezigen. De uitjes van het Ouderenfonds zijn altijd zo goed verzorgd. Met koffie en een heerlijke lunch. De locaties zijn altijd prettig en de ontvangst is steeds hartverwarmend. Niets anders dan lof! In Petten was er ook muziek en hebben we gezongen, zo leuk. Mensen werden in speciale strandrolstoelen naar zee gereden, dat zorgde voor grote hilariteit. Als je iedereen ziet stralen, dat is toch geweldig!”

Toch nog mee

Trudy had zich via de BoodschappenPlusBus in Woerden aangemeld voor het stranduutje. “Helaas waren er meer aanmeldingen dan plekken en werd ik uitgeloot. Op de website van het Ouderenfonds zag ik dat je je ook rechtstreeks voor het uitje kon aanmelden, zelfs met meer mensen. Ik kon alleen niet autorijden, omdat ik aan mijn voet was geopereerd. Gelukkig kende ik iemand die wel wilde chauffeurs. Ik heb een aantal anderen gevraagd of ze ook meewilden. Samen hebben we de benzinekosten en het uitje voor onze chauffeur betaald. Zo konden we alsnog mee.”

‘In je eentje ga je niet, met het Ouderenfonds wel!’

Ook Marry van 't Hoog (82) genoot van het stranduutje in Petten. “Ik ben slecht ter been en ga steeds verder achteruit. In huis red ik me met een rollator en ik heb een scootmobiel. Ik woon zeven hoog en moet bij de lift uitstappen, maar dat weerhoudt me er niet van om er toch op uit te gaan. Wel heb ik soms wat hulp nodig. Zo kan ik niet alleen naar het strand. Ik heb geen vervoer en kan met mijn scootmobiel niet over het zand rijden. Dankzij de BoodschappenPlusBus kan ik vanuit Woerden wel mee op stap, dat is ideaal.”

Het Ouderenfonds had bij het uitje naar Petten voor speciale rolstoelen gezorgd, met dikke banden. Een van de andere deelnemers heeft me daarmee naar de zee gereden. Ik kreeg een enorme golf over me heen en was tot mijn borst toe nat, maar heb enorm van het uitje genoten. Ik vind het leuk om onder de mensen te zijn. In je eentje ga je niet, met het Ouderenfonds wel.”

Help het Ouderenfonds in de strijd
tegen eenzaamheid onder ouderen.

nationaal
ouderenfonds



Scan de QR-code en
doneer nu

DE SLIMME REISTAS* voor trendy vrouwen

Het ontwerp van BodabagsFashion #bodabags, verkrijgbaar in verschillende variaties, is absoluut uniek. Deze reistas wil je gewoon hebben.



BodabagsFashion | @bodaszilvia

www.bodabagsfashion.myshopify.com



DE KRACHT VAN DE ONDERNEMERS- DOCHTERS

Marcella Bos en Heidi Los besloten een boek te schrijven over de impact van opgroeien in een ondernemersgezin. Met dank aan de ervaringen en verhalen van meer dan 100 ondernemersdochteren is het een bijzondere bundeling van familiewijseden, uitspraken, verhalen en voorbeelden geworden.

VERSAILLES WIJNAANBIEDING DECEMER 2 Italiaanse topwijnen



Bij bestelling 6 flessen:

1954 Primitivo van €15,90 voor €13,25 per fles
Angelo Primitivo van €18,30 voor €15,25 per fles



Lange Hezelstraat 83, Nijmegen | 024-3232008

www.versaillesdrankenwebshop.nl

2125, DE WINTERSLA- PER

Schrijver Fons Burger is al zijn hele leven activist en op zoek naar oplossingen voor de grootste twee wereldproblemen: de uitputting van de aarde en sociale ongelijkheid. In zijn nieuwe roman ontwaakt hoofdpersoon Max Bloemendaal in het jaar 2125 in een toekomst die niemand zich had kunnen voorstellen. Een perfect cadeau voor iedereen die met een andere blik naar de toekomst wil kijken.

www.fonsburger.com



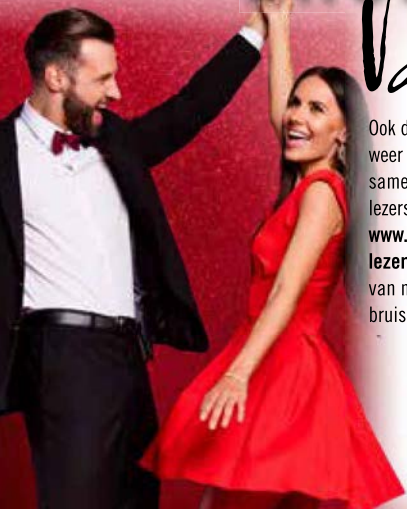
Scan de QR-code

Voor onvergetelijke *feestdagen!*



Doe mee en win

BRUIST Deals



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

UNION – E-FLOW

Het nieuwe jaar fris ingaan met een elektrische fiets, wie wil dat nou niet? Union laat met de E-Flow zien dat elektrisch fietsen helemaal niet saai hoeft te zijn. De retro look past hij perfect bij de stijlbewuste fietser. Ook is de E-Flow super praktisch; je zoekt andere fietsers



zonder enige moeite voorbij en bent veel sneller op plaats van bestemming. Het perfecte cadeau voor iedereen die jij een elektrisch windje in de rug gunt.
www.union.nl

DIY KERSTBOOMJE

Dit originele cadeau is gemaakt van echte dennentakken. Voorzien van lichtjes, slingers en papieren sterretjes. Maak jouw brievenbus kerstboomje extra bijzonder door een lieve kerstkaart toe te voegen. Dit geschenk maakt een kerstgroot super speciaal! Wie verdient dit jaar een originele kerstwens?
www.bloompost.nl



LEZERSACTIE* MISTERYBOX - MEN CARE SET

Deze box is geschikt voor iedere man die zichzelf wast/scheert/verzorgt op zijn manier. De box is gevuld met premium verzorgingsproducten voor mannen, inclusief how-to-use informatie die je als man een handje bij helpt.



www.mysterybox.nl TAG #CARE



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

PFAFF

Perfection starts here.™

PFAFF expression 710

- Groot, helder PFAFF® kleuren touchscreen (70x53 mm).
- Veel werkruimte rechts van de naald. Bijna 250mm. Perfect voor volumineuze projecten.
- Origineel PFAFF® IDT™ systeem voor een absoluut gelijkmatig stoftransport.
- Automatische persvoetlichter - superhandig!
- U heeft de keuze uit maar liefst 247 prachtige PFAFF® kwaliteitssteken.



SCAN DE QR-CODE
VOOR MEER INFO



Husqvarna VIKING

Husqvarna Opal 670

- Uitgebreide naai- en quiltmachine
- Elektronische naaimachine
- 200 steken
- Grafisch touchscreen
- Verlengde vrije arm 200 mm rechts van de naald
- De Exclusive Sewing Advisor® functie

Bij aanschaf van een nieuwe
naaimachine GRATIS
workshop 'Haal meer uit je
naaimachine vanaf € 600,-'

PERFECT TOT IN DETAIL



WAARDEBON

Servicebeurt voor
geen € 65,- maar

€ 55,-*

*actie geldig van 1 januari t/m 28 februari 2023



**BON
TON**
Kappers

NEW BRAND

Geweldige
serums voor
zomer haar.

SESSION
LABEL.

van Broeckhuysenstraat 44
in Nijmegen

Tel. 024 - 322 94 88
Info@bontenkappers.nl
www.bontenkappers.nl



16

DITJES/DATJES

December is de maand van feestjes, gezelligheid en huwelijksaanzoeken!

De **meeste** aanzoeken worden in deze maand gedaan. De koudste

temperatuur ooit gemeten in Nederland was -27,4 graden Celsius.

Dat was in **1942**. Brrr! **Sinds 1901** hebben we acht keer een

witte Kerst gehad: sneeuw op Eerste én Tweede Kerstdag.

Het geven van **kerstcadeaus**

verwijst naar de **cadeaus** die de drie wijzen op kerstochtend aan

kindeke Jezus hebben gegeven.

Een **oliebol** bevat minder calorieën

dan een **krentenbol**.

De duurste **kerstboom** kost 9,3 miljoen euro.



17

Kunnen wij jou warm maken voor een dagje Thermen?

Elke dag
badkledingdag

- ✓ Water uit eigen bronnen
- ✓ De beste deals



Reserveer online
via [sanadome.nl](https://www.sanadome.nl)
Of scan gemakkelijk
de QR-code.



HARTING

Hertogstraat 128 - 6511 SG Nijmegen
www.hartingnijmegen.nl

SALE

6 T/M 31 DECEMBER

Diverse merkmonturen voor kleine prijzen bij aanschaf van glazen:

€50,- €75,- en € 150,-*

Theo, Lindberg, Barton Pereira, Penn&Ink, Baars, Migo, Nifties, Henry Julien

*met uitzondering van Serengeti en Ray-Ban daar gaat 10% van af.



Recharge yourself



MARVEL R Electric

AL VANAF € 47.485



www.vanmossel.nl/mg

Van Mossel

DAGJE UIT KERSTSTAD VALKENBURG



Van 18 november tot en met 8 januari is het Geulstadje Valkenburg weer van onder tot boven in kerstsfere gehuld. Kerststad Valkenburg is dé plek waar de kerstmarkten een echte beleving zijn, waar je eindeloos kunt wandelen in unieke en wonder-schone winterlandschappen, waar de kerstliefde door de maag gaat, waar duizenden kerstlichtjes fonkelen en waar heel veel leuk te beleven valt. Laat je meevoeren door de ondergrondse betovering in de kerstgrotten van Valkenburg, met de gezelligste kraampjes, sfeervolle lichtjes, het kerstverhaal en meterslange miniatuurdorpjes. In Valkenburg strijk je neer voor een kerst in magische sfeer!

Kijk voor meer info op www.kerststadvalkenburg.nl



FILMPJE KIJKEN CALL JANE

Joy, een huisvrouw in het Amerika van de jaren zestig, kijkt uit naar het krijgen van haar tweede kind. Maar haar roze wolk wordt overschaduwd door het nieuws dat deze zwangerschap haar eigen leven in gevaar brengt. Omdat de reguliere artsen haar niet willen helpen, wendt ze zich tot 'The Janes', een geheime groep vrouwen die onder leiding van de charismatische Virginia alles riskeert om vrouwen hun eigen keus te kunnen laten maken. De vrouwen redden hiermee Joys leven. Deze ingrijpende gebeurtenis wakkert bij haar de ambitie aan om zelf ook andere vrouwen te helpen hun eigen lot te bepalen. **CALL JANE is vanaf 8 december te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

BOEKJE LEZEN DE KLEINDOCHTER



Niet lang nadat hij in de jaren zestig Birgit ontmoet in Oost-Berlijn, vraagt Kaspar haar ten huwelijk. Ze stemt toe onder één voorwaarde: hij moet haar helpen vluchten uit de DDR. De vlucht slaagt. Als Birgit overlijdt, ontdekt de zeventigjarige Kaspar in haar dagboeken dat ze al die jaren iets voor hem verzwegen: bij de vlucht liet ze haar dochtertje Svenja achter, met wie ze nooit meer contact heeft opgenomen. Kaspar besluit Svenja te zoeken en vindt haar in een kleine dorpsgemeenschap in Oost-Duitsland. Hun ontmoeting verloopt moeizaam, voornamelijk vanwege haar rechts-radicaliteit echtgenoot. Alleen met hun dochter Sigrun – zijn kleindochter – bouwt Kaspar een aarzelende relatie op. **DE KLEINDOCHTER van Bernhard Schlink is vanaf 1 december verkrijgbaar.**

Als kind ging Mitch de Veer regelmatig met zijn vader Toon mee naar zijn werk in de bouw om een handje te helpen. Al snel kreeg hij de smaak te pakken. Tien jaar geleden bundelden beide mannen hun krachten en begonnen ze hun eigen bedrijf: De Veer Montage, dat afbouwwerkzaamheden verricht voor hoofdzakelijk bedrijven. Onlangs betrokken zij een nieuw pand aan Stevenskerkhof 46 te Nijmegen.

Dé specialist in totaalafbouw

“We werken aan circa 300 projecten per jaar”, vertelt Mitch. “We verzorgen de complete binnenafwerking voor o.a. bedrijfspanden, appartementencomplexen en ziekenhuizen. We zijn begonnen met het aanbrengen van (scheidings)wanden en (systeem)plafonds, maar inmiddels doen we bijvoorbeeld ook stuc-, schilder- en timmerwerk. Desgewenst bieden we een totaalpakket. We opereren niet alleen in Nederland, maar ook in België en Duitsland.”

Diversiteit aan projecten

Een greep uit de vele projecten: De Veer Montage is betrokken bij de renovatie van het kantoor van voetbalstadion De Goffert in Nijmegen en werkte nog niet zo lang geleden mee aan de realisatie van het oogstrelende Porsche Centrum Rotterdam, evenals de afbouw van twintig winkels in The Style Outlet in Amsterdam.

TIEN JAAR VAKMANSCHAP

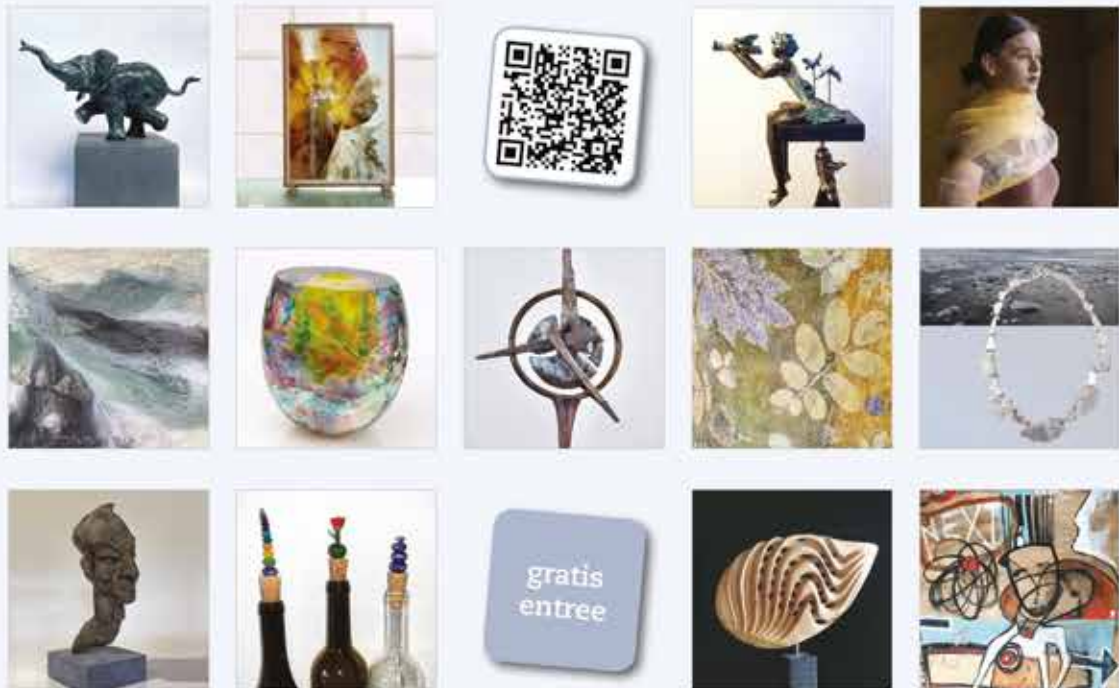
Een goede voorbereiding is het halve werk

De flexibiliteit en de snelheid waarmee wordt gewerkt, vormen de grote kracht van De Veer Montage. “Het laatste is mogelijk doordat we serieus werk maken van de voorbereiding van projecten. We maken bovendien zoveel mogelijk al van tevoren klaar in onze eigen werkplaats. Des te minder tijd hebben we nodig voor de daadwerkelijke werkzaamheden op de bouwplaats. Maar alles staat of valt natuurlijk met de juiste vakmensen. In de loop der tijd hebben we een vaste groep professionals om ons heen verzameld, die net als wij streven naar het beste resultaat.”



Kerkenbos 1040,
Nijmegen
06 – 55890283
info@deveermontage.nl
www.deveermontage.nl

Kunst Kasteel Bemmell



10 & 11 december ❄️ 13 kunstenaars
Kasteel de Kinkelenburg ❄️ Bemmell
11.-17.uur ❄️ kunstkasteelbemmell.nl



EXPOSITIE

Tim Akkerman:

‘Bruce Springsteen is mijn inspirator’

Tim Akkerman draait al ruim twintig jaar mee in de Nederlandse muziekwereld en trekt dit jaar met zijn show Tim Akkerman & The Ivy League langs de theaters. De voormalig zanger van DI-RECT blikt in zijn voorstelling onder meer terug op zijn allereerste zelfgeschreven nummer en zijn idolatrie voor Bruce Springsteen. “Bruce is mijn inspirator en voorbeeld.”

Tims voorliefde voor de Amerikaanse rockzanger ontstond al op jonge leeftijd en is sindsdien nooit meer gedoofd. In 2018 bracht de zanger in de Nederlandse theaters zelfs een speciaal eerbetoon aan The Boss. “Zijn muziek, persoonlijkheid en de energie die hij uitstraalt tijdens optredens, daar herken ik mijzelf in. Fans in binnen- en buitenland linken sinds deze tournee mijn muziek aan zijn muziek. Die vergelijking is onbeschrijfelijk”, vertelt Tim vol trots.

MTV UNPLUGGED In zijn nieuwste theatershow dompelt hij samen met zijn band The Ivy League de bezoekers onder in de sfeer van MTV Unplugged. Tim: “De show is heel divers. Zo kom ik met mijn eerste zelfgeschreven liedje het podium

op, zing ik de mooiste nummers van de voorbije jaren en spelen de bandleiden allemaal een ander instrument. Het is een mix van akoestische muzikaliteit, anekdotes en ontroerende verhalen.”

THE IVY LEAGUE Sinds 2014 staat de band als Tim Akkerman & The Ivy League op de affiches, maar geheel uniek bleek die naam niet te zijn. “Ik kwam een paar jaar geleden tot de ontdekking dat er al een band bestond met de naam The Ivy League. Een Engelse groep uit Londen uit de jaren zestig. Maar we hebben de bandnaam niet veranderd hoor”, sluit Tim met een knipoog af.

Tim Akkerman & The Ivy League is tot en met 17 december in de theaters te zien.

Theater.nl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming.

Ga naar theater.nl/bruist



Indiaas eten *voor fijnproevers*

Als u op zoek bent naar aromatisch, royaal gekruide, uiterst heerlijke Indiase gerechten, hoeft u niet ver te reizen. Bij Annavilaas bieden we het meest authentieke Indiase eten dat door de eeuwen heen is geëvolueerd, met een nieuwe draai. Proef onze rijke en authentieke Indiase recepten, samengesteld door getrainde chef-koks, en ervaar het culturele eten van India.

Beschouwd als een van de snelst groeiende restaurantketens, hebben we vestigingen in Nederland (Amsterdam), VAE (Dubai) en India (Chennai, Coimbatore, Kochi). We zijn ook van plan om onze restaurants wereldwijd nog verder uit te breiden.

Annavilaas is een Indiaas vegetarisch multi-cuisine restaurant met veganistische opties; van de aromatische filterkoffie tot heerlijke mango lassi, van dosas tot rotis, van Zuid/Noord-Indiase thali tot veg biryani en van kavuni sweet tot gulab jamoon. Kom en geniet van de authentieke,

traditionele gerechten in Annavilaas die je zullen herinneren aan de Indiase smaken. We blijven sterker worden door onze consequente focus op de juiste dingen, zoals hoogwaardige ingrediënten, betaalbare prijzen en een geweldige klantenservice. Dat is de reden waarom Annavilaas het Indiase vegetarische multi-cuisine restaurant voor fijnproevers is geworden. We worden vaak gevraagd naar het geheim van ons succes.

“Authentiek zijn en trouw aan onze roots, geen concessies doen op het gebied van kwaliteit, geen toevoegingen en onze klanten centraal stellen.”

Elk van de gerechten wordt bereid met kruiden en verse ingrediënten om de beste eetervaring te creëren.



Annavilaas
VEG. DIVINELY DELICIOUS



📍 Van Woustraat 117 - 119, Amsterdam
📞 +31 20 786 47 39
✉ info@annavilaas.com
📱 +31 616241351

Kom en ervaar het verrukkelijke eten uit ons brede assortiment Indiase vegetarische spreads bij Annavilaas!

Reserveer een tafel of bestel online

www.annavilaas.com



Wilt U een huis kopen op IBIZA?

Do you want to buy a property? • Deseas comprar una propiedad?



Ibiza Finest Real Estate S L. · Franchisee of KENSINGTON Finest Propertles International AG
c//Joan Tur Tur 9B, bajos Edificio Punta d' en Mayol 07840 Santa Eulalia · Ibiza · Spain

www.kensington-international.com
www.kensington-ibiza.com

noelle.politiek@kensington-international.com
0034 971 863 943 /// 0034 660 301 454

Villa in de heuvels van Es Cubells met prachtig uitzicht op de natuur en de zee

Deze uitzonderlijke en eigentijdse villa is gebouwd volgens de hoogste normen op een rustiek perceel in een verhoogde positie om privacy te garanderen in een rustige en vredige omgeving.

De villa biedt een goed doordachte kamerindeling en strekt zich uit over twee niveaus met verschillende terrassen. Op de begane grond is er een ruime woonkamer met open haard en een open volledig ingerichte keuken met houten en marmere elementen. Verder is er een eethoek voor tien personen. Vanuit de woonkamer is er oegang tot een groot terras waar zich nog een eethoek en een buitenkeuken bevinden.

Een trap leidt naar de enorme infinity-pool, dat zich uitstrekt over twee niveaus en waar we ook een groot zonneterras vinden, perfect voor warme zomerdagen.

De ruime master slaapkamer met eigen badkamer en privéterras bevindt zich op de begane grond, terwijl de andere drie tweepersoonsslaapkamers met twee badkamers zich op de benedenverdieping bevinden.

Evenals een suite met badkamer en kitchenette die geheel onafhankelijk is van de rest van het huis.

De hele villa heeft centrale airconditioning. Bovendien is er een grote was- en bijkeuken achter de keuken. Naast de villa is er een onafhankelijk gastenverblijf met twee grote slaapkamers,



REFERENTIE	KPI800
TYPE OBJECT	Villa
WOONOPPERVLAKTE	665 m ²
OPPERVLAKTE VAN HET PERCEEL	24.509 m ²
SLAAPKAMERS	7
BADKAMERS	6
ZWEMBAD	1

PRIJS
OP
AANVRAAG



De feestelijkste cadeaus!

Wat gaan we elkaar dit jaar weer geven?
Wij weten het wel! Voor jou de mooiste
kerstcadeaus!

1. Carousel with Baies Scented Candle, € 108,- van dytpique www.skins.nl
2. Nudy Eyeshadow van SHAB, € 46,76 www.douglas.nl
3. Fragrance Mist Limited Edition van Miglot, € 54,50 www.miglot.com
4. Dunhill Driven Eau de toilette vanaf € 70,- www.iciparisxl.nl
5. Sparks of Joy Lipstick van Catrice, € 4,99 www.catrice.eu
6. Good Girl Collector Fantasy van Carolina Herrera, € 134,65 www.douglas.nl

7. Karma of Hapiness Showergel van Darling Llama, € 6,99 www.etos.nl
8. Bath & Showergel Passion Fruit en Cocoa van Organic Shop, € 4,99 www.etos.nl
9. Bad- en Doucheegel Creamy Shea Butterfly van Treaclemoon, € 5,99 www.etos.nl
10. Give a Pon Griekse pantoffels, € 49,95 www.giveapon.nl
11. Rouge Pur Couture The Bold van YSL, € 42,- www.ysl.com
12. Xmas 2022 Scented Candle Mon Beau Sapin van MAISON FRANCIS KURKDJIAN € 65,- www.skins.nl

Mooi nieuws! Bij Salon Flor, duurzame kapper in Nijmegen, hebben we een refill bar van Authentic Beauty Concept. Veel verzorgingsproducten worden helaas nog steeds veel verpakt in plastic. En helaas ook nog te veel in de cosmeticawereld. Gelukkig komt daar steeds meer verandering in en zijn wij erg blij met de Vegan Beauty Refill bar in salon Flor.

Een Vegan Beauty Refill bar *Nieuw!* in onze salon Flor!

Om het plastic gebruik te verminderen kwam Authentic Beauty Concept met een nieuw innovatief idee: neem je gebruikte Authentic Beauty Concept refill fles mee. Bij salon Flor in Nijmegen werken we met de producten van Authentic Beauty Concept. Deze producten bevatten zorgvuldig gekozen vegan formules. Vrij van siliconen, sulfaten en kunstmatige kleurstoffen en minerale oliën. Als duurzame kapsalon zijn wij continu bezig om onze kapsalon nog duurzamer te maken. Daarom zijn wij erg blij dat we samenwerken met het Authentic Beauty Concept. Hun initiatieven maken de cosmetica-industrie steeds duurzamer.



zijn gemaakt van 92% gerecycled plastic. Deze flesjes hebben ook het 85% bio-based PE-etiket. Dat laat zien dat het een duurzaam product is. Het flesje gooi je nu niet meer weg als het op is, maar neem je opnieuw mee naar salon Flor. In onze refill bar kunnen wij dan het flesje hervullen met het product dat je gebruikt.

Meer weten over salon Flor als duurzame kapper?

Ben je op zoek naar een duurzame kapsalon in Nijmegen? Heb je vragen over onze duurzame werkwijze en/of vegan producten? Of wil je onze Authentic Beauty Concept producten thuis gebruiken of cadeau doen?

De refill bar

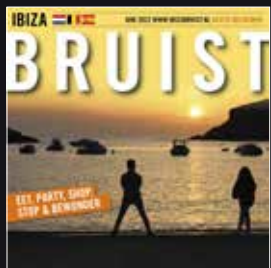
Met de komst van de refill bar, kunnen gebruikte flesjes weer herbruikt worden. De flesjes van Authentic Beauty Concept

Neem contact met ons op of bel naar 024 38 88 322.



HAAR-VERWENNERIJ PUR SANG





Met 39 uitgaven is **BRUIST** een succesvolle formule in Nederland, België, Ibiza en Costa del Sol.

NederlandBruist *zoekt* franchisenemers

Bruist heeft met 16,5 jaar ervaring een vernieuwd franchise-concept opgezet. We zijn op zoek naar **succesvolle fulltime topverkopers met ervaring**, die er al jaren van dromen om een **eigen onderneming op te zetten**.

Voor een aantal **bestaande regio's**, maar ook voor **nieuwe regio's**, zoeken wij **franchisenemers** die aan de slag willen gaan om een eigen magazine in print en online uit te geven. Wij willen dolgraag in België, Nederland en Spanje uitbreiden en samen die regio's nog meer laten bruisen.

Ben jij op zoek naar een nieuwe uitdaging of wil je meer informatie?

Aarzel dan niet en stuur je motivatie, cv en pasfoto naar franchise@nederlandbruist.nl.

Met bruisende groet,

Marcel en Lea Bossers

PAPAJOHNS®

KWALITEIT IS ONZE OBSESSIE
LIEFDE VOOR LUNCHTIJD

2 MEDIUM PLUS PIZZA'S, 1 SIDE
1 LARGE DRINK

€24,99

NIJMEGEN.PAPAJOHNS.CO.NL
f @ /PAPAJOHNS.CO.NL

PAPA JOHN'S NIJMEGEN
024 303 0014
MOLENSTRAAT 142



Tips voor stralende feestdagen

It's the most wonderful time of the year.
Met deze bruisende tips straal jij tijdens de kerstdagen.



TRAIN IN DE WEKEN VOOR KERST REGELMATIG

Door te sporten en niet te veel te eten, voel je je beter, kun je de drukte voor kerst beter aan en je voorkomt ergernis over vetrolletjes in je galajurk.

VOETENBADJE Urenlang zwoegen in de keuken of een hele nacht met de voetjes van de vloer heeft vaak gevolgen voor je voeten. Verwen je voeten daarom met een voetenbadje, masseer ze en smeer ze in met een voedende olie.

HUID SCHOONHOUDEN Het gevaar ligt op de loer dat je na een avondje feesten snel je bed induikt. Doe dit niet, maar maak je huid iedere avond grondig schoon. Smeer je huid vervolgens in met een voedende nachtcrème, zodat je huid kan herstellen van jouw wilde nacht.

MAAK TIJD VOOR JEZELF VRIJ Door op tijd rust te nemen, kun je de kerstdagen met een stralend gezicht (dus zonder wallen en lijntjes) tegemoet zien.

JE HEBT GEEN INSTAGRAMFILTER NODIG! Er zijn weinig momenten in het jaar dat het licht zo'n positief effect op je huid heeft. Het kaarslicht zorgt ervoor dat oneffenheden worden verdoezeld en de verlichting in de kerstboom geeft je een sprankelende oogopslag.

Altijd meer keuken voor uw geld bij Küchen Design Kleve



Een keuken is steeds vaker de ziel van de woning. De plek in huis waar iedereen samenkomt om de dagelijkse verhalen te delen, heerlijke gerechten te bereiden of een avondje door te zakken met snacks uit de oven.

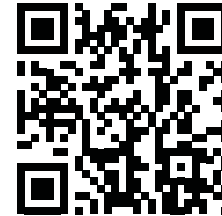
In moderne woningen vervagen daarom de grenzen tussen woonkamer, eetkamer en keuken. Dat vraagt om slimme keukenarchitecten die uw keuken naadloos kunnen laten overgaan in uw woon- of eetkamer. Ook met bijpassende elementen, zoals kasten en oplossingen voor de bijkeuken. Stijlvol, hoogwaardig en natuurlijk ook heel praktisch in gebruik.

Küchen Design Kleve heeft meer dan een kwart eeuw ervaring in keukenontwerpen. We vertalen jaarlijks de keukenwensen van honderden Nederlanders naar een design dat bij hen past. En we verrassen ze daarbij vaak. Niet alleen door creatieve oplossingen te bedenken, maar zeker ook door de scherpe prijzen onder de streep. Zo krijgt u altijd meer keuken voor uw geld.

Ervaar het zelf en maak een afspraak voor een bezoek aan onze studio, vlak over de grens bij Nijmegen. Bel 0049 2821 9776806 of scan de QR-code en maak online een afspraak.



Bruist-actie!
Scan de QR-code en profiteer niet alleen van onze scherpe prijzen, maar ontvang ook nog eens een leuk cadeau bij aanschaf van uw keuken!



Lindenallee 43
47533 Kleve
Duitsland

T: 0049 2821 9776806
E: info@kuechendesignkleve.de
W: kuechendesignkleve.de

BARBA
NAPOLI

J
JACOB COHEN

MASTRUM

PEUTEREY

TRUSSINI

CARLO COLUCCI



STONE ISLAND

Wahls



Moorer Jas



Trussini Trui

WINTER MUSTHAVES

Hogan Sneakers



Jacob Cohen Jeans



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

Bekijk de uitgebreide
collectie bij ons in de
winkel of op onze
webshop.



Omdat ik om je *geef!*

In december worden wereldwijd de meeste cadeaus gegeven en gekregen. Cadeautjes krijgen is leuk, maar cadeautjes geven is eigenlijk nog veel leuker. Als jouw zoektocht naar het ideale cadeau geslaagd is en je dikke zoenen krijgt als bedankje, is je missie geslaagd.

Hoe leuk het ook is om mensen te verrassen, het handigst is om gewoon even te vragen waar je iemand het meest blij mee maakt. Dat scheelt jou een hoop denkwerk en degene die het feestje geeft is altijd oprecht blij met jouw cadeau.

GEEF EEN DAGJE WEG Een ervaring cadeau geven is een heel leuk idee. Er zijn talloze leuke bonnen te verkrijgen voor een nachtje weg, een beautydag, een borrel & bite in een café, actieve uitjes en ga zo maar door. En... geef je een ervaring voor twee personen cadeau, dan is de kans bovendien groot dat je zelf mee mag! Wil je daar zeker van zijn, prik een datum met de ontvanger van je cadeau, plan dan in het geheim een gezellige dag en pik hem of haar op voor een 'surprise' dagje weg. Want vergeet niet, gedeelde ervaringen zijn onbetaalbaar!

MAAK ZELF IETS Kijk eens op Pinterest, zoek op 'DIY' of 'zelf maken' en laat je inspireren door talloze leuke zelfmaak-ideeën waarmee je iemand echt kunt verrassen.

IK HEB ALLES AL Wat geef je mensen die echt niets te wensen hebben, die alles al hebben of gewoon al oprecht blij zijn met je aanwezigheid op hun feestje? Een bos bloemen waarvan er nog tien meer in de bijkeuken staan? Een fles wijn? Niet echt verrassend. Wat dacht je van tien kippen, vijf eenden, een koe, schoolboeken, een waterpomp of een groentetuintje? Een origineel cadeau waarmee je mensen in ontwikkelingslanden gegarandeerd helpt: www.oxfamnovib.nl



Meer tips om het perfecte cadeau te vinden? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

**HET VERKEERDE CADEAU
BESTAAT NIET**



IEDERE VROUW

verdient het om
zich **MOOI** te voelen

De mooiste lingerie voor het najaar, nu verkrijgbaar bij Annadiva!

Prachtige lingerie kan je zelfvertrouwen een boost geven. De najaarscollectie, bestaande uit verschillende merken, laat werkelijk iedere vrouw stralen. Annadiva is gespecialiseerd in de (online) verkoop van lingerie en badmode in het midden en hoger

segment. Persoonlijke service, maatadvies en een uitgebreid aanbod in grote cupmaten staan hoog in het vaandel.



Neem een kijkje in onze online shop of kom gezellig langs in een van onze winkels

annadiva

Annadiva Amsterdam | Utrechtsestraat 38, Amsterdam | 020-2103163
Annadiva Den Bosch | Verwersstraat 62-64, Den Bosch | 073-2034039
Annadiva Nijmegen | Houtstraat 30, Nijmegen | 024-3222428

www.annadiva.nl



WOMEN 50+ RETREAT

Kick the "Burn"
Out & Transform by
Taking Time Out!

ALL INCLUSIVE THAILAND 2023

€5500

Excludes: Flights & insurance or extra activities
Includes accommodation, workshops, one to one and group work, in-house activities and food and non alcoholic beverages.



3 WEEK DETOX THE MIND, BODY & SOUL

It's time to put yourself 1st

- Maybe you're exhausted, irritable and tired of conventional ways of fighting burnout.
- And you just want to get back to feeling good like before?
- Imagine yourself on a tropical island eating good food, surrounded by sunshine, lush vegetation and walking in nature.
- Activities to get to a healthier, stronger version of yourself.
- These include, yoga, meditation, hiking, sound journeys, soma breathwork & massage.
- Allinclusive vegetarian food and detox protocols.
- Learn vital communication skills to build healthy relationships.

Discover your
inner joy and
sensuality again
in just 3 weeks

Interesse? Volg ons op  [burnout_warriors](https://www.instagram.com/burnout_warriors) | +316 517 33 569



HEY JIJ DAAR!



Nieuwsgierig?
Blader snel om

WAAROM ZOU IK SLIMMING POWDER GEBRUIKEN?

Slimming Powder is een poeder dat jou helpt met afslanken, je energie geeft en je immuunsysteem versterkt. De samenstelling van Slimming Powder werkt synergetisch: dat betekent dat de ingrediënten elkaar complementeren en versterken daar waar nodig. Slimming Powder bestaat uit de volgende ingrediënten:

Cafeïne

Cafeïne stimuleert je centrale zenuwstelsel en beïnvloedt de stofwisseling in je spieren. Daarnaast heeft cafeïne ook invloed op onze gezondheid. Cafeïne bevat namelijk antioxidanten die goed zijn voor je weerstand. Bovenal stimuleert cafeïne de vetverbranding.

Guarana

Guarana is rijk aan antioxidanten die helpen het lichaam te beschermen tegen invloeden van buitenaf. Het heeft ontstekingsremmende en antimicrobiële eigenschappen.

Groene thee

Groene thee zit bomvol polyfenolen, deze hebben verschillende positieve uitwerkingen in ons lichaam. Zo is door onderzoek aangetoond dat de catechisten in groene thee een antibiotische werking hebben.

Creatine

We kennen creatine als het gaat om een energieboost voor de spieren. Creatine stimuleert ook de hersenfunctie en verbetert de prestaties.

Vitamine B3

Vitamine B3 is een wateroplosbare vitamine die deel uitmaakt van het vitamine B-complex.

Al met al genoeg redenen om tijdens deze feestmaand te starten met Slimming Powder.

BRUIST
zoekt jou!

Scan de QR-code voor alle vacatures. Tevens franchisenemers gezocht.

52



De eerste echte biologische face-lift kuur

Cryo-Restructureel 75 min.

Biologische face-lift kuur: Een exclusieve behandeling van Pier Augé, ontwikkeld rond de combinatie van Hp. DNA en hyaluronzuur, de gepatenteerde signaturen van ons merk. Deze unieke associatie is bekroond door CNRS en ANVAR, de twee hoogste Franse wetenschappelijke autoriteiten en certificeringsinstanties, met een octrooi sinds 1984.

De toegepaste cryo-herstructurering is best beschreven als de eerste echte biologische face-lift kuur. De behandeling duurt gemiddeld 75 minuten. Dit is inclusief epilieren, harsen en/of verven. Tijdens het inwerken van het cryo masker krijg je een hand- of voetmassage.

- Prijs per behandeling € 119,-
- Prijs per kuur (3 behandelingen) € 330,-
- Prijs per kuur (5 behandelingen) € 550,-

Wij wensen iedereen sprankelende feestdagen toe en een gelukkig & gezond 2023!

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.



Eva Bekkers

Beauty & Wellnesscare
Luna
The Health & Lifestyle Salon

December zal je verleiden

Ram 21-03/20-04

De Ram kan last krijgen van zware hoofdpijn of migraine. Probeer yoga of massage en ontspan.

Stier 21-04/20-05

Laat je meeslepen door de kerststemming en laat alle zorgen achter je. Je zult met vrienden genieten van vele wilde feesten.

Tweelingen 21-05/20-06

Voor Tweelingen zal het een maand van liefde en passie zijn. Neem een moment met je partner, alleen voor jezelf.

Kreeft 21-06/22-07

December maakt veel emoties in je los. In deze periode zal je gevoelig zijn, soms misschien zelfs overgevoelig. Probeer er het beste uit te halen.

Leeuw 23-07/22-08

Je zal je richten op de voorbereidingen voor de feestdagen. Na lange tijd zul je je familie weer zien, dus besteed aandacht aan hen. Ze zullen je dankbaar zijn.

Maagd 23-08/22-09

Deze maand zal je eindelijk tijd hebben voor een creatieve activiteit, zoals schilderen of muziek, waarbij je je kun uiten en ontspannen.

Weegschaal 23-09/22-10

De Weegschaal zal hartelijk en gastvrij zijn. Je zult er van genieten dat je iemand gelukkig kan maken met de feestdagen.

Schorpioen 23-10/22-11

Laat alles wat je dwars zit los en breng gewoon een leuke tijd met je familie door. Kerstmis is de beste tijd om de banden met familie aan te halen.

Boogschutter 23-11/21-12

Je zal niet in de stemming zijn voor familiebijeenkomsten. Denk er over om met je partner een ontspannende tijd door te brengen in een wellness of spa.

Steenbok 22-12/20-01

Je bent in de kerststemming en wilt met familie en vrienden afspreken. Je zult je gelukkig voelen wanneer je veel aan anderen kunt geven.

Waterman 21-01/19-02

Watermannen zullen genieten van rust en vreugde. Grotere familiebijeenkomsten zijn min of meer een plicht voor je.

Vissen 20-02/20-03

Je zult in goede gezondheid verkeren, wat een gevolg zal zijn van je goede humeur. Gebruik het en houd je hoofd helder.

BOOGSCHUTTER

Denk er over om samen te ontspannen



Een ultieme erotische ervaring om nooit te vergeten.
Voor iedereen die wel wat spanning in zijn leven kan
gebruiken. Laat je masseren, geniet en...

Aanraking...

body to body... erotiek...
happy end.

Psst...

Bezoek: www.yumi.nl om de prachtige
masseuruses te zien die vandaag aanwezig zijn.

Op zoek naar een erotische baan?



WIJ ZOEKEN NIEUWE DAMES!

Kom jij ons team versterken?
Scan de QR-code en stuur een e-mail!

Even heerlijk in de watten en alle aandacht voor jou. Een
ontspanningsmassage is ideaal als je stress ervaart of gewoon
wanneer je lekker wil genieten. We nemen de tijd en masseren
in een rustig ritme, zodat je echt lekker kunt ontspannen.

Met deze maand de volgende massage uitgelicht:

NURU MASSAGE

Nuru, oftewel nori, is een Japans woord en betekent glad.
De nuru massagegel is een heerlijke, gladde gel die
uitermate geschikt is voor een lekkere body to body
massage met sensuele glijbewegingen. Het gehele
lichaam zal ontspannen en wordt gestimuleerd naar een
sensueel hoogtepunt.

De nuru gel is een natuurproduct geheel op waterbasis.
Het plakt niet en het is smaak- en reukloos. Na gebruik
spoelt de gel gemakkelijk van het lichaam. Try the
ultimate experience.

Kom genieten!



10% KORTING

**OP ONZE
TANTRA MASSAGE**

OP VERTOON VAN EEN FOTO
VAN DEZE ADVERTENTIE.



**Kom eens langs als je durft!
Je weet niet wat je mist...**

TANTRA MASSAGE

KOPPEL MASSAGE

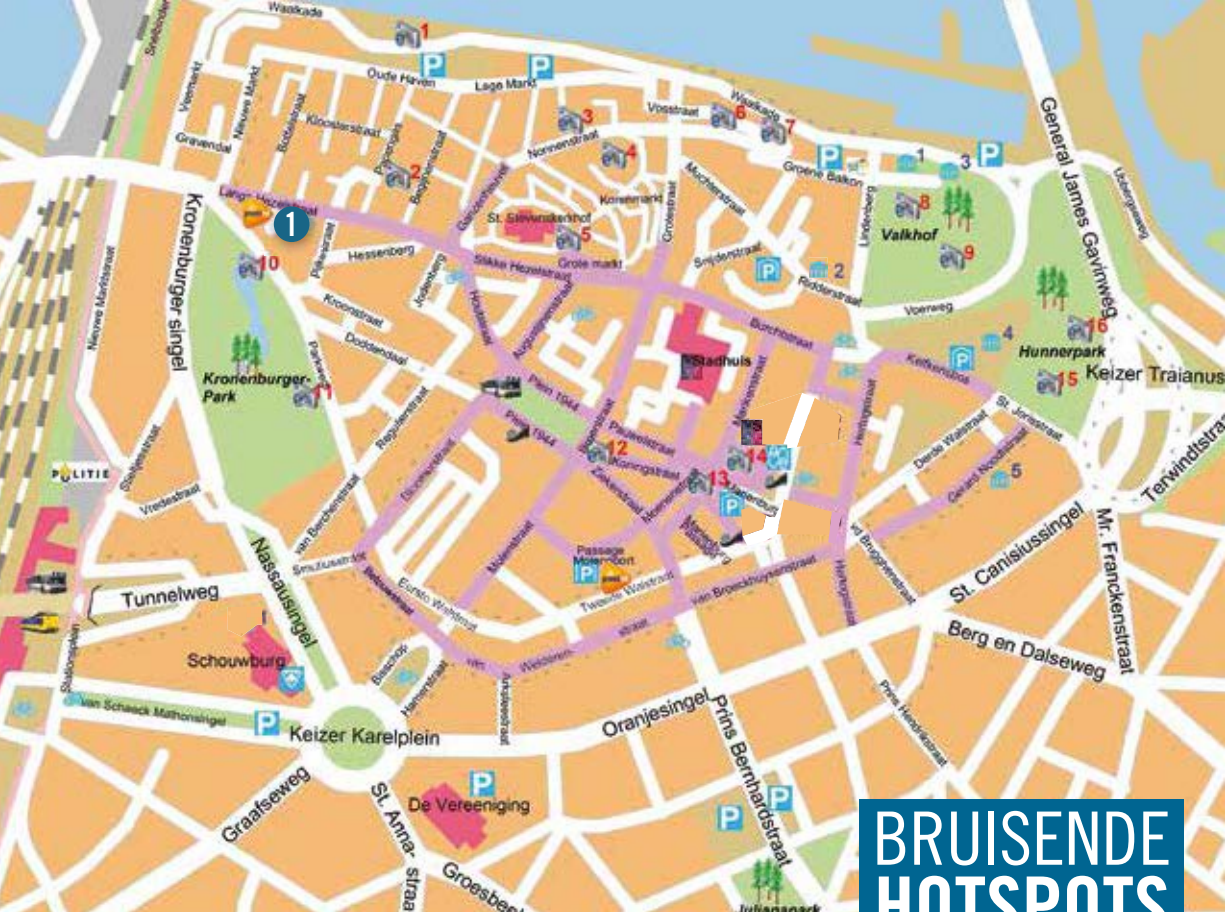
SHOGUN MASSAGE

NURU MASSAGE

VIP MASSAGE

Altijd genieten!

Leenderweg 135, Eindhoven NL
+31 40-2125669
www.yumi.nl



BRUISENDE HOTSPOTS

Legenda

	Winkelstraten		Gemeentelijk gebouw		Bezienswaardigheid
	Parkeergarage		Postkantoor		Museum
	Parkeerplaats		Busstation		Museum
	Fietsenstalling		Treinstation		Museum
	Bibliotheek		Bioscoop		Museum
	VVV		Casino		Museum

1. Labyrint
2. Protestants Weeshuis
3. Synagoge
4. Commanderie van St. Jan/ Stadsbrouwerij
5. Historische gebouwen / St. Stevenskerk
6. Brouwerhuis
7. Besiendershuis
8. St. Nicolaaskapel
9. Barbarossaruïne
10. Kruiforen
11. Rondeel
12. Bedriegertjes
13. Arsenaalpoort
14. Marienburgkapel
15. Keuperstoren
16. Belvédère

GET IN HUNGRY, LEAVE HAPPY

1

VEGGIE GALORE

Ga mee op een ontdekkingsreis door de Creoolse keuken. Proef diverse gerechten en zoete lekkernijen die de smaakpapillen strelen.

Burchtstraat 126, Nijmegen | 024-7855032 | www.veggiegalore.nl

TYPISCH Joris Shop

Balonnen & Feestartikelen

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

Of scan de QR-code

www.typischjorisshop.nl

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

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

NIEUW bij Lente Mare!

Sinds kort kunt u een nieuwe massage boeken. Het gaat om de massage bij FYBROMYALGIE, een massage waarbij je met veelal zachte, vertragende massagegrepen wordt uitgenodigd de taal van je lichaam waar te nemen, waardoor je makkelijker kunt ontspannen. Dit wordt tevens ingezet ter slaapbevordering.

TIP!
Maak online een afspraak!

Voor meer informatie verwijst ik u naar mijn website: www.lentemare.nl

Lente Mare

Abraham Kuijperstraat 7, Oss | 06 - 81667518 | lentemare@icloud.com | www.lentemare.nl



Ayam rica-rica

Authentiek Indonesisch kipgerecht

Dit gerecht wordt overal in Indonesië geserveerd. Met pepers als hoofdingrediënt. Rica betekent pepers in het Manadonees en dit recept komt uit Noord-Sulawesi, waar bijna alle gerechten met pepers worden bereid. Hoe heter hoe beter, zeggen ze daar.

6 PERSONEN - 60 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 1 kg kipdrumsticks
- 1 citroen voor marinade
- zonnebloemolie
- 250 gram lombok
- 1 grote ui
- 2 teentjes knoflook
- 5 kemiri noten
- duimpje gember
- 2 theelepels kurkuma
- 1 stuk citroengras
- 4 djerोक poeroet bladeren
- 1 kippenbouillon
- 1 glas water
- snuffje zout

BEREIDING

Was de kip, doe het sap van de citroen erbij en meng dit goed. Laat dit ongeveer 10 minuten staan.

Verwarm een scheutje olie in een pan en grill de kip aan beide kanten tot deze een beetje bruin wordt. Dit duurt ongeveer 20 minuten. Haal dan de kip uit de pan.

In dezelfde pan bak je de lombok, ui, knoflook, kemiri en gember die al zijn fijngestamp. Bak ze goed gaar. Vervolgens doe je de kurkuma, citroengras en de djerोक blaadjes erbij en bak deze nog ongeveer 5 minuten mee op laag vuur.

Voeg nu de gegrilde kip samen met de kippenbouillon en water toe en kook ongeveer 20 minuten met het deksel erop. Als laatste voeg je wat zout toe en kook je alles nog eens 5 minuten. Serveer de kipdrumsticks met warme rijst. Selamat makan!

Recept is van: *Gladies Tanahulu-Ticoalu*



PUZZELPAGINA

December heeft veel donkere dagen. Maar ook veel lichtjes. De mensen maken hun huis gezellig. Ze hangen kerstverlichting aan de muren, de kaarsen staan weer elke avond op tafel te branden. Los gezellig samen rond de tafel op de achtergrond en maak kans op mooie prijzen.



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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **8-1-7**.

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 'feestdagen'. De oplossing van vorige maand was **denken**.

Maak kans op
*het nieuwe
boek van
Michael
Pilarczyk*



Master Your Mindset Leef Je Mooiste Leven gaat over persoonlijke en spirituele groei, maar ook over zakelijk succes. Die combinatie maakt dit boek uniek. Michael Pilarczyk schreef een persoonlijk verhaal over inzicht, bewustzijn en de kracht van gedachten.

my=b Qe=j+j

k+ -s v+

j+ s=u+w

m+ r=i -r

l+Q-i+my=v+?



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

Maak kans op
*Cheerful
Merlot*



YES! Lekkere wijn die ook nog eens bijdraagt aan wat belangrijk is: een eerlijke wereld voor iedereen. Per verkochte fles wordt er 750 liter schoon drinkwater aan gemeenschappen in Afrika geschonken. Bovendien is de wijn 100% biologisch, vegan en hartstikke lekker.

www.thegoodwine.nl

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

wijn	cheerful
rood	biologisch
merlot	vegan
lekker	fles

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

SNEL VET VERLIEZEN DOOR CRYOLIPOLYSE!



PROEF-
BEHANDELING
€ 69,-

Wil jij een strakkere buik, armen, billen of benen en afscheid nemen van je zadeltassen en lovehandles? Met **CRYO4** verdwijnt het als sneeuw voor de zon! Met CRYO4 is het mogelijk om plaatselijke vetophoping definitief te verwijderen zonder operatie.



CONTOURA
FIGUURBEHEERSING

**Mak nu gelijk een
afpraak voor
jouw nieuwe lijf!**



van der Brugghenstraat 12, Nijmegen • 06 16 96 42 00 • www.contoura.nl

CRYOSPECIALIST

