

BRUIST

Geef jezelf
een boost!

Buddy Vedder:
'De liedjes zijn
onsterfelijk'





XSensible

Stap kleurrijk
het voorjaar in!

We hebben allemaal wel een paar witte sneakers in onze kast, als tegenhanger zien we dit voorjaar kleurrijke schoenen. Pasteltinten maar ook felle tinten, all over in multicolor of schoenen met kleurrijke accenten. Van sneakers tot loafers en van pumps tot sandaaltjes. Wat worden we blij van al deze kleuren. We stappen dit voorjaar kleurrijk in, jij ook?

Hispanitas



Hispanitas



Theo Jansen
schoenen

Passage Molenpoort 2, Nijmegen | 024-6844263
www.theojansenschoenen.nl



Kom eens snel
kijken in onze
winkel of op onze
webshop!



Piedi Uudi



Impressie
Doornenburg

Wil je kans
maken om jouw foto
in De Overbetuwe
Bruist terug te zien?

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



8

COLOFON



10

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

f Like ons op Facebook/De Overbetuwe Bruist

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

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2023. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. De Overbetuwe Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 39 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



win



12



14



28



23

Inhoud



Foto: Ron Eskens soopictures.nl

Heb jij ze ook al, de lentekriebels? Hier op de redactie van Bruist kunnen we in ieder geval niet wachten tot het voorjaar weer aanbreekt. Laat dat mooie lenteweer dus maar komen. Wil je optimaal van dit seizoen kunnen genieten, blader dan snel verder en laat je inspireren door onze bruisende lentetips.

Bruisende lezer,

En dat is natuurlijk niet het enige wat we deze maand voor je op papier hebben gezet. Uiteraard hadden we ook weer mooie gesprekken met heel wat bruisende ondernemers en ook vroegen we 'alleskunner' Buddy Vedder het hemd van het lijf over zijn voorliefde voor muziek uit de jaren zeventig en tachtig. Ook dit interview vind je in deze nieuwste editie van Bruist.

Laat de lentekriebels maar kriebelen, ga naar buiten, laaf je aan de stralen van de zon, doe nieuwe energie op en bereid je voor op alle mooie maanden die weer voor ons liggen. Zet de bloemetjes buiten, letterlijk en figuurlijk, en vier samen met ons dat het voorjaar weer in aantocht is. Wij kunnen in ieder geval niet wachten tot het zover is...

Leve de lente!

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 Nijmegen Bruist en Rijk van Nijmegen Bruist.

Lentekriebels: *geef jezelf een boost!*

Zodra de eerste voorjaarszonnestrallen zich laten zien, komen ze tevoorschijn: de lentekriebels. We willen naar buiten, flirten meer, voelen ons vrolijker en zijn uitbundiger dan in de winter. Laat de lente nog meer in je leven met onze bruisende tips.

De afgelopen maanden hebben we voornamelijk binnenshuis genoten. Nu de temperatuur stijgt, is het tijd om de deur uit te gaan. Ga op de fiets naar je werk, maak een voorjaarswandeling of neem de tuin onder handen. Bewegen is niet alleen goed voor je lichaam, het maakt je ook gelukkiger.

DE D VAN VITAMINE D Zon zorgt voor de aanmaak van vitamine D en dat is heel goed voor je lichaam. Bovendien maakt zonlicht dat we ons beter voelen. Breng daarom je lunchpauze een paar keer per week door in het voorjaarszonnetje.

DE F VAN FRISSE ENERGIE In de lente ontwaakt de natuur, breekt de zon door en worden onschuldige lammetjes en andere dieren geboren. Laat je inspireren door de frisse energie die de lente met zich meebrengt en trek er samen met je vriend(in), ouders, vrienden en/of kinderen op uit.

DE L VAN LICHAAM Ga aan de slag met je body. Scrub die oude wintercellen van je huid. Geef je voeten, die de hele winter opgesloten hebben gezeten, een 'grote beurt' en lak je teennagels alvast in een vrolijk kleurtje. Breng een bezoekje aan de kapper en ga de lente stralend tegemoet.

DE T VAN TULPEN Verwen jezelf met een grote bos tulpen. De lente is in aantocht en dat mag best gevierd worden!

DE W VAN WINKELN Langzaam loopt het kwik op en prikt het eerste lentezonnetje voorzichtig door de winterse wolken. Hoog tijd voor een bezoekje aan de stad, waar de voorjaarscollectie al enige tijd in de rekken hangt. Gun jezelf een nieuwe aankoop waarmee je de wintermaanden definitief gedag zegt.

Wil jij tips hoe jij dit jaar aan de lente begint? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

ONTDEK HOE JIJ DEZE
LENTE LEKKER **LICHT**
EN **LUCHTIG** BEGINT!



Voor het lekkerste Indische eten!



“Zo divers als de eilanden van Indonesië en de bewoners zijn, zo divers is ook de keuken.”



Toen Jane Huijter samen met haar ouders in 2015 toko Depaja Makanan begon in Elst ging dat als een lopend vuurtje rond. Inwoners van het dorp waren direct enthousiast over de lekkere gerechten die je er kunt nuttigen en afhalen. Inmiddels komt men van heinde en verre om te genieten van al het lekkers dat de Indische keuken te bieden heeft.

Eetgelegenheden, afhaal & catering

Depaja Makanan telt ongeveer zestien zitplaatsen en beschikt ook over een klein terras. Natuurlijk is het ook mogelijk om maaltijden af te halen. Daarnaast beschikt de zaak ook over een gevarieerd aanbod aan typische tokoproducten zoals rijst, sambal en verse kruiden die in de eigen keuken gebruikt worden. Depaja Makanan heeft ook een cateringsservice, vanaf 15 personen leveren wij een Indisch buffet aan huis of bedrijf. Populaire gerechten zijn uiteraard de overheerlijke saté en de soto-soep, maar ook de nasi rames is niet te vermaden.



Kijk op de website voor onder andere de menukaart en de openingstijden (Maandag & dinsdag gesloten).

TOKO, ETEN,
AFHAAL &
CATERING

Depaja Makanan
Dillenburg 6, Elst
info@depaja.nl
www.depaja.nl
0481-849099



LEZERSACTIE*

Maak kans op het boek van Sol Bouzamour

Gebaseerd op waar gebeurde feiten. Een actueel verhaal over liefde en loyaliteit in een harde wereld, de weerspiegeling van de maatschappij hoe we met elkaar omgaan, discriminatie, de verschillen in klassen, maar vooral over de zoektocht naar eigen identiteit.



www.deschrijverscentrale.nl TAG #SOL

HALLMARK
COMPLIMENTEN DAG

Hoe vaak geef jij eigenlijk een compliment? Het lijkt zo gewoon, maar eigenlijk staan we er te weinig bij stil hoe belangrijk complimenten zijn. Verstuur daarom met Hallmark een mooi compliment! 1 maart is het namelijk weer Nationale Complimentendag. Wie ga jij dit jaar verrassen met een onverwacht compliment? Bestellen doe je met een paar klikken op de website van Hallmark.

www.hallmark.nl

UNION E-LANE

In het voorjaar is het heerlijk om fietstochten te maken. Met de elektrische E-Lane van Union heb je altijd een elektrisch windje in de rug. Mocht de accu na je vele ritten aan wat power toe zijn, dan kan je deze eenvoudig opladen met een stekertje. Geen stopcontact in je schuur of fietsenstalling? Geen ramp, dan haal je de accu er gemakkelijk uit en laad je die binnenshuis op.

www.union.nl

HAWAIIAN TROPIC
MINERAL SUN
MILK FACE LOTION

Op zoek naar een natuurlijke zonnebrand? Hawaiian Tropic heeft een nieuwe Mineral lijn gelanceerd. Deze producten bevatten geen chemische uv-filters. Bovendien zijn de producten vegan. Perfect voor mensen met een gevoelige huid. De producten voelen licht aan op de huid en plakken niet. Met de Mineral Sun Milk Face Lotion ga je goed beschermd het voorjaarszonnetje in.

hawaiiantropic.com

Zet de bloemetjes
buiten!

Scan
de
QR-code

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.

ZORG WEER VOOR GRIP
OP JE EIGEN LEVEN!

Verkeer je in een persoonlijk faillissement of heb je (enorme) schulden en zie jij het licht aan het einde van de tunnel niet meer?

In mijn boek 'Laat het kaas niet van je brood eten' geef ik je vanuit mijn eigen ervaring concrete inzichten om echt stappen in de juiste richting te kunnen zetten.

PS: dit boek kun je ook als pdf bestellen, dan hoeft het niet gelijk afgerekend te worden bij bestelling.

PRE-ORDER NOW!
via onderstaande mail



Jolanda.Philipse@icloud.com

WILKINSON

Wilkinson Hydro 5 Wood is een scheersysteem met een hoge kwaliteit beukenhouten handvat van duurzame bronnen en een verpakking van negentig procent gerecycled en recyclebaar papier. Met vijfvoudige mesjes en een innovatief gel-reservoir ideaal voor elke man die huidverzorging én duurzaamheid belangrijk vindt.

www.wilkinsonsword.com

LEZERSACTIE*
Maak kans op het
nieuwe boek van
Faya Lourens

Fajah 'Faya' Lourens is terug met Killerbody Lifestyle waarin het draait om mindset. Val makkelijker af, behoud je resultaat en voel je gelukkiger. Met nieuwe vega(n) recepten en voedingsplannen.

www.fayaofficial.com TAG #FAYA



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

GENIETEN VAN VERS GEMALEN KOFFIE

Bij Expert Elst geven wij u graag advies op maat, persoonlijke aandacht en hulp bij het vinden van het product dat aan uw wensen voldoet. Wij voorzien u graag van deskundig advies en de beste service, ongeacht het product dat u zoekt. Of het nu om een nieuwe airfryer gaat, een stofzuiger of een Amerikaanse koelkast, wij nemen de tijd voor u en voorzien u van persoonlijk advies!

OVERHEERLIJKE KOFFIE IN HUIS

Het Zwitserse Jura staat bekend om haar luxe *volautomatische* koffieapparaten. Als pionier op dit gebied bracht Jura al in 1986 haar eerste volautomaat uit. De belangrijkste waarden van Jura zijn *kwaliteit*, *duurzaamheid*, *innovatie*, *precisie* en *service*. Dit zie je terug in het oogstrelende design, geïnspireerd op de strakke lijnen van de hoogstaande Zwitserse architectuur. *Bestel jouw Jura koffieautomaat bij Expert Elst en je kunt iedere dag genieten van heerlijke, vers gemalen koffie. Overtuig jezelf!*



expert 

Expert Elst
Dorpsstraat 7, Elst | 0481-373379
elst@expert.nl | www.expert.nl/elst



Graag tot snel in de winkel!

Wijn is verbonden met emotie

Over wijn kun je heel gewichtig doen, het gaat er uiteindelijk om wat je zelf lekker vindt. Bij Wijnhandel Halve Morgen vind je wijnen voor alledag, maar ook verrassende pareltjes. Heerlijk om zelf te drinken en zeker om cadeau te geven.

Vinoloog Danny van Leersum weet over elke wijn op het schap wat te vertellen. Je koopt dus niet alleen een fles wijn, maar ook een inspirerend verhaal om te delen.

Smaak is voor iedereen anders, daarom kun je bij ons altijd proeven. In de winkel of tijdens een proeverij. Ook hebben wij voordelige proeftassen.

Wil je iets gedenkwaardigs? Geef dan een speciaal samengestelde proefkist cadeau voor een wijnproeverij thuis. Een herinnering met smaak en een verhaal.

WIJNHANDEL *HalveMorgen*

Kleine Molenstraat 19A, Elst | +31 (0)481-374464 | info@halvemorgen.nl | www.halvemorgen.nl

16

DITJES/DATJES

1 maart is het in Nederland **ationale complimentendag**.

Mensen die in maart geboren zijn, zijn volgens antropoloog Gerhard Weber over het algemeen **langer** dan gemiddeld.

Internationale **Vrouwendag** wordt elk jaar gevierd op 8 maart. Op deze dag vragen vrouwen wereldwijd aandacht voor onder andere **gelijkheid** en **economische zelfstandigheid**.

Maart is de buienmaand bij uitstek. Vandaar ook de uitspraak 'maartse buien en aprilse grillen'.

20 maart is het weer zover: het is **lente!**

In het laatste weekend van maart wordt in de nacht van zaterdag op zondag **de klok** een uur vooruitgezet.



17

Komt u er niet uit met uw belastingaangifte?

Administratiekantoor HEYLO helpt u graag!

Administratiekantoor Heylo in Elst ondersteunt bedrijven en ondernemers bij alle administratieve werkzaamheden. Een goede boekhouding kan u als ondernemer erg veel tijd schelen. Administratiekantoor Heylo ondersteunt u bij uw administratie, zodat u meer tijd overhoudt voor het ondernemen. Wij ondersteunen u als boekhouder bij financiële zaken, maar adviseren u ook graag over stappen die u als ondernemer wilt nemen.

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

Administratiekantoor
 **HEYLO**

Industrieweg Oost 13A, Elst | 0481 353544

info@administratiekantoorheylo.nl | www.administratiekantoorheylo.nl

Kijk op
de website
voor meer
informatie en
tarieven.



‘Wij nemen administratieve werkzaamheden uit handen, zodat ondernemers zich puur op het ondernemen kunnen richten en particulieren totaal ontzorgd worden.’ - Hans Heywegen

HÉT HOTEL****

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel aan het strand van Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit viersterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**



SCAN DE QR-CODE
En laat jouw
vakantie beginnen!

HOTEL GARBI
IBIZA SPA ****

Calle de La murtra 5, 07817 San Jordi, Ibiza | info@garbi-hotel.com | +34 971 300007 | www.hotelgarbi-ibiza.com

Karpetten bij Willemsen Wonen Elst



Voor een gezellige en huiselijke sfeer!

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

Wij staan al meer dan 40 jaar garant voor een goed advies en kwaliteitsproducten voor je gehele woninginrichting. Kom eens langs in onze showroom en bekijk de mogelijkheden voor jouw woning.

RUIME KEUZE IN:

VLOEREN

KARPETTEN

MARMOLEUM

PVC VLOEREN

VINYL VLOEREN

MAAR OOK

GORDIJNEN

RAAMDECORATIE

Met onze ervaring en creativiteit creëren we samen met jou de sfeer die bij jouw karakter past.

Willemsen Wonen

DAGJE UIT SCHRIT_TMACHER FESTIVAL 2023



Vanuit alle windstreken haalt schrit_tmacher belangwekkende danskunst naar (Zuid-)Nederland en de Euregio, met een scherp oog voor choreografen die niet of nauwelijks in Nederland te zien zijn. Zoals de naam al zegt – 'schrit_tmacher' betekent pionier, grensverlegger maar ook pacemaker – schuwt het festival hierbij niet de kans om grenzen van kunstdisciplines op te rekken en nieuwe wegen in te slaan. In 2023 staan van 28 februari tot en met 2 april de danspodia in Heerlen, Aken en Eupen in het teken van een aantal indrukwekkende namen en toonaangevende gezelschappen uit onder andere Canada, Frankrijk en Zuid-Afrika, en van dichter bij huis uit België, Duitsland en Frankrijk.

Kijk voor meer info op www.schrittmacherfestival.nl.

FILMPJE KIJKEN TOEN IK JE ZAG

Voor de buitenwereld leidt acteurskoppel Esther en Bastiaan een droomleven. Allebei razend populair, de ene na de andere rol spelend, een idyllische boerderij waar ze met hun twee kinderen wonen en nog altijd stralend verliefd. Maar er is een kant van hun leven die maar weinigen zien. Ver weg van de camera's hebben de depressies, angsten en gekmakende onzekerheid van Bastiaan een steeds grotere impact op hem en hun relatie. Uit alle macht probeert Esther om haar grote liefde en haar gezin op de rit te houden, maar de ziekte in Bastiaans hoofd laat zich maar moeilijk bevechten. **TOEN IK JE ZAG is vanaf 2 maart te zien in de bioscoop.**



BINNEN/BUITEN

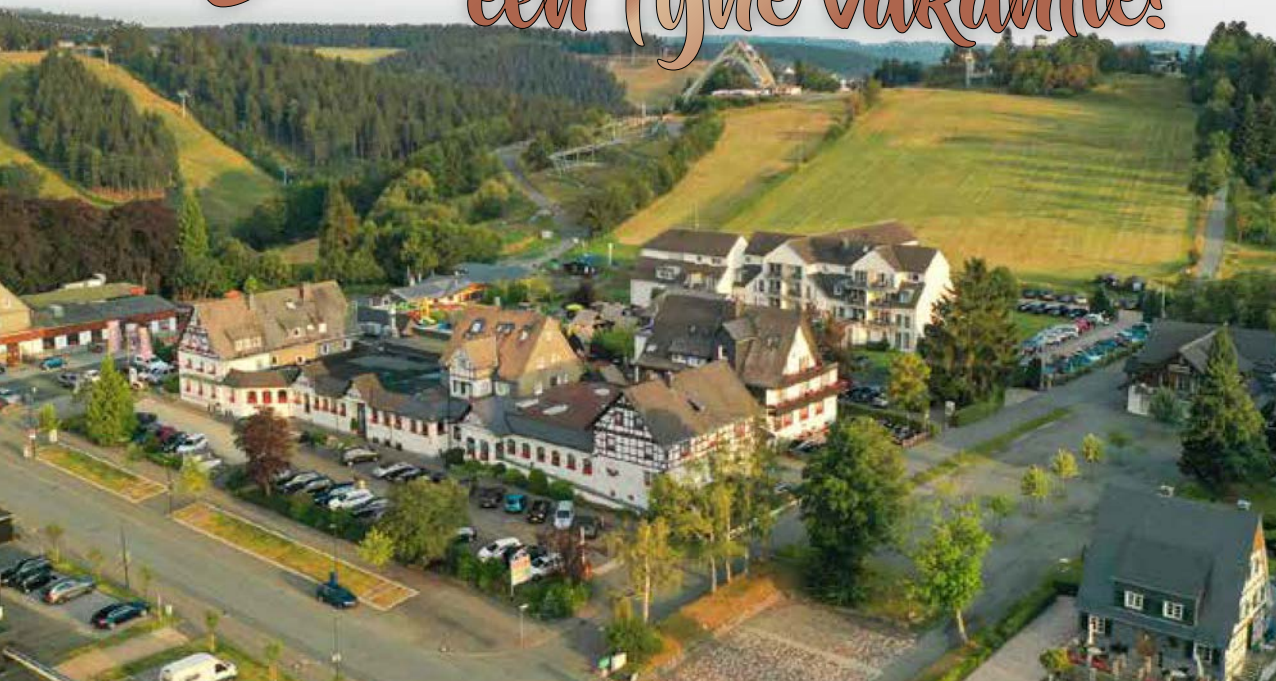
BOEKJE LEZEN KOEKOEKJONG



Twee verschrikkelijke gebeurtenissen schudden Fjällbacka op haar grondvesten. Een beroemde fotograaf wordt dood aangetroffen in een showroom en Henning Bauer, de Nobelprijswinnaar voor literatuur, wordt aangevallen op het eiland waar hij het tiende boek in zijn wereldberoemde serie schrijft. Patrik Hedström en zijn collega's van het politiebureau van Tanumshede storten zich op beide zaken. Ondertussen verdiept Erica Falck zich in een cold case: de nooit opgeloste moord op een transgender man in de jaren tachtig. Langzaam realiseert ze zich dat het verleden onlosmakelijk verbonden is met het heden... **KOEKOEKJONG van Camilla Läckberg is vanaf 1 maart verkrijgbaar.**



Uw garantie voor een fijne vakantie!



Gelegen op slechts 200 kilometer van de Nederlandse grens, midden in het prachtige Sauerland (ook wel land der 1000 bergen genoemd). Direct aan wandel- en skigebied en de mooiste fiets- en motorroutes en dichtbij het gezellige centrum van Winterberg. Met eigen vervoer of met een van onze 24 georganiseerde busreizen. Hier verzorgt de familie Meurs al ruim 36 jaar fijne vakanties voor alle leeftijden en elk wat wils.



● Zien, doen en beleven!

U hoeft het hotelterrein niet eens te verlaten, zo veel is er te doen! Bijvoorbeeld genieten in ons heerlijke, het gehele jaar 30°C verwarmde buitenzwembad, ontspannen op de fijne zitplekjes in de hotelbar, de serre of het prachtige zonneterras en natuurlijk meedoen met het uitgebreide entertainmentprogramma met onder andere de bingo, pubquiz, fakkeltocht of livemuziek. Voor de kinderen staat Fleur Kleur in de weekenden en schoolvakanties iedere dag klaar voor een leuke activiteit.



● Proef Der Brabander

Een van de belangrijkste dingen tijdens vakantie is zeker het eten. Daarom is ons restaurant ook het hart van ons hotel. Hier kunt u 's morgens uw favoriete ontbijt samenstellen uit ons uitgebreide, gevarieerde ontbijtbuffet. Heerlijk lunchen doet u in het Pannenkoekenhuis, op het terras of in de serre. 's Avonds verwennen we u met een heerlijk diner met keuze uit maar liefst 5 verschillende hoofdgerechten. Of kiest u liever een gerecht van onze à la carte avondkaart?



● Ontspannen en relaxen

Onze Sauna & Spa biedt volgens veel van onze gasten het mooiste saunalandschap van het Sauerland. Hier kunt u de buitenwereld eventjes vergeten. Geniet in een van de 5 bijzondere sauna's, ontspan in de verschillende rustruimtes met open haard op de speciale edelsteenbank of met een fijn voetenbad. Ook zijn er vele verschillende massages of cosmetische behandelingen te reserveren. Ontspanning ten top!



● Voor iedereen!

Bij Der Brabander krijgt iedere gast (vanaf 1 april tot 31 oktober) vanaf 2 overnachtingen de Sauerland SommerCard, waarmee u profiteert van gratis entree aanbiedingen bij 50 verschillende recreatiemogelijkheden in Winterberg en omgeving, zoals de panoramabrug, het toeristentreintje, waterskiën, een museumbezoek, een ritje op een van de rodelbanen, bowlen, karten of een rondvaart op een van de vele stuwmeren.

zoover

"Het was weer fantastisch" ★★
 Zoover - 9.2



Kijk voor meer informatie, beschikbaarheid en bijbehorende prijzen op **brabander.nl**





Wie zijn wij?

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk, dat is Kliniek Heyendael. Al sinds 2011 zijn we een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie. Onze privékliniek bevindt zich in Nijmegen. Bij Kliniek Heyendael staan jouw wensen centraal. Deze worden tijdens een uitgebreid consult met de plastisch chirurg besproken om zo een realistisch beeld te krijgen van de mogelijkheden.

Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Oorcorrectie
- Liposuctie
- Facelift (MACS-lift)
- Lipofilling
- Schaamlipcorrectie
- Ooglidcorrectie
- Injectables
- Neuscorrectie
- Buikwandcorrectie

Volg ons op Facebook en Instagram!

-  @kliniekheyendael
-  Kliniek Heyendael

Parklaan 70, Groesbeek (nabij Nijmegen)
info@kliniekheyendael.nl
+31 (0) 24 - 845 05 06
www.kliniekheyendael.nl

'We luisteren naar jou en houden rekening met jouw wensen'

Advies op maat

Overweeg jij een ingreep?

Bij Kliniek Heyendael kun je terecht voor betrouwbare en betaalbare plastische chirurgie. We vertellen je graag meer over onze behandelingen, ingrepen en operaties. Elke afspraak begint met een oriënterend gesprek met onze consulente. Daarna heb je het medische consult bij de plastisch chirurg. Hij geeft advies op maat en uitgebreide informatie over de mogelijkheden en resultaten, zodat je zelf een weloverwogen besluit kunt nemen.

Stap 1: Consult plannen

Plan een kosteloos en vrijblijvend consult bij een van onze plastisch chirurgen. Dit kun je doen via het afspraakformulier op onze website, telefonisch of per mail. Onze consulenten staan je graag te woord!

Stap 2: Bereid je voor

Wij vinden het belangrijk dat je uitgebreid geïnformeerd wordt, zodat je een weloverwogen beslissing kan maken. Graag geven wij een aantal tips om je zo goed mogelijk voor te bereiden op het consult.

Stap 3: Consult

Tijdens een persoonlijk consult wordt je uitgebreid geïnformeerd over de mogelijkheden. Dit wordt gedaan middels een videopresentatie, een gesprek met de plastisch chirurg en een nagesprek met onze consulente. Wij nemen uitgebreid de tijd om al jouw wensen te bespreken, zodat je een weloverwogen beslissing kan maken.

Stap 4: Gesprek consulente

Na het consult met de plastisch chirurg volgt er een gesprek met de consulente. Tijdens dit gesprek worden de eventuele data en de offerte voor de operatie besproken.



Voor

Na

Daarom Kliniek Heyendael

-  Behandelingen én consulten op 1 locatie
-  Persoonlijke zorg met aandacht
-  Ruim 20 jaar ervaring

**Betrouwbare
en betaalbare
plastische chirurgie.**

Voor meer info
+31 24 - 845 05 06



Buddy Vedder:

‘Muziek uit de jaren ’70 en ’80 is helemaal mijn ding’

Momenteel trekt Buddy Vedder met de band A Perfect Combination langs de Nederlandse theaters met de show The Legends We’ve Lost. Hierin brengen ze een eerbetoon aan de ons ontvallen muzikale helden van de jaren zeventig en tachtig.

Buddy: “De liedjes zijn onsterfelijk, de zangers helaas niet. En het is aan ons, de generatie erna, om die muziek door te geven.”

Het is 2016 als Buddy een bezoek brengt aan het Amsterdamse Bostheater. A Perfect Combination staat met zangeres Marlayne Sahupala op de planken met de voorstelling The Legends We’ve Lost. “Ik was erg onder de indruk van de show. Na die voorstelling heb ik mijzelf backstage gekletst en Marlayne aangesproken. Ik vertelde haar dat de muziek uit de jaren zeventig en tachtig helemaal mijn ding is. Toen is het balletje gaan rollen”, vertelt Buddy enthousiast.

PAPLEPEL Hoewel de 28-jarige zanger en acteur van een andere generatie is, gaat zijn hart sneller kloppen bij het horen van klassiekers als Purple Rain, Hotel California en Beat It. “Het grappige is

dat die muziek uit de jaren zeventig en tachtig komt en ik die tijd dus helemaal niet heb meege-maakt. Maar mijn ouders zijn er dol op. Toen ik opgroeide, stonden die nummers altijd aan. Zo ben ik fan geworden en dat is tot op de dag van vandaag niet veranderd.”

FEEST DER HERKENNING Waar Buddy en A Perfect Combination ook optreden, ze merken dat de band tussen publiek en de artiesten intiem is. Buddy: “Het is voor iedereen van die generatie een feest der herkenning. Een trip down memory lane met vele mooie herinneringen aan die tijd.”

The Legends We’ve Lost is nog tot en met mei in de theaters te zien. 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



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 dorpse 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.

Join us!

Street One



Make-up... de keuze is reuze!

Wil jij ook wat meer handvatten om aan de slag te gaan met make-up? Of ben jij een echt make-uplover? Ik wil je graag kennis laten maken met mijn nieuwe make-uplijn van ART DECO en daarom introduceer ik met trots mijn make-upworkshops.



Data workshop: 4 maart 11:00 uur,
18 maart 11:00 uur,
27 maart 19:00 uur,
17 april 19:00 uur
Duur: 2,5 uur
Kosten: € 19,95 per persoon
(bij betaling is je inschrijving definitief). Deze kosten zijn inclusief koffie/thee met wat lekkers.

Minimaal aantal deelnemers is 2 personen en het maximaal aantal deelnemers is 4 personen per workshop.

Wat kan je verwachten?

Tijdens mijn make-up workshop leer ik je stap voor stap hoe je een perfecte basis bij jezelf aanbrengt. Daarna leer ik je hoe je jouw ogen het mooiste laat uitkomen met een naturel make-up. Natuurlijk komt het smokey eye uitgebreid aan bod en krijg je daarbij make-up advies betreft de kleuren die het mooist bij jou passen als persoon.

Je krijgt voldoende tijd om de make-up bij jezelf aan te brengen, waarbij ik je natuurlijk help en begeleid. Ben je helemaal enthousiast geworden van de ART DECO productlijn? Na afloop is er de mogelijkheid om deze producten aan te schaffen.

BEL VOOR MEER
INFORMATIE
06 83 86 68 63
OF SCAN DE QR-CODE



Eigenaar: Mareike Engels
Dorpstraat 4A, Gendt
06 83 86 68 63
mareike-engels-beauty-expert.salonized.com



EINDELIJK WEER LENTE
EN MODE DIE VOOR
LEVENSVREUGDE ZORGT

Fashion *lente*

Dé term om het begin van het warmere weer te omschrijven is al jarenlang 'rokjesdag'. Het is de oh zo mooie dag dat je je rokjes, en natuurlijk je andere zomerse kleding, weer aan kunt trekken en vooraan in de kast kunt leggen. De dag die je waarschijnlijk op een terrasje in de zon doorbrengt in een luchtig kloffie. Bruist zet de modetrends voor dit voorjaar op een rijtje.

COOL: PASTELTINTEN De trend voor het voorjaar: pasteltinten. Mooie koele én zachte, warme tinten sieren de winkelschappen. Zacht suikerspinnenroze, puddinggeel, amandelbeige, gletsjerblauw... het wordt een zoete lente. Met name mintgroen wordt een hit! Pasteltinten mogen dit voorjaar gerust gecombineerd worden met felle kleuren. Houd je het kleurenschema gelijk, dan blijft het één geheel.

HET MOOIESTE IS... BIJNA ALLES IS GOED Suède stoffen, franjes, etnische prints, kleding die de seventies doen herleven, doorzichtige stoffen, zwierig chiffon, glinsterende pailletten, bijoux in de trendkleur goud, gladiatorsandalen, spaghetti-topjes, elegante bomberjacks en zelfs de broekrok... het is allemaal voorbijgekomen op de catwalks. Fijn om te weten: ook jeanskleding mag nog steeds. En dat is mooi nieuws voor iedereen in Nederland Spijkerbroekenland, waar niet alleen veel

jeans worden ontworpen, maar waar wereldwijd gezien per hoofd van de bevolking de meeste spijkerbroeken worden aangeschaft.

LEKKER UITBUNDIG In sterk contrast met de rustige pastelkleuren staat de trend van de felgekleurde prints, het liefst futuristisch, abstract en met een tropisch tintje. Een enorme ananas, grote uitbundige bloemen in alle kleuren van de regenboog, een uitheemse vogel met bonte veren... hoe exotischer hoe beter. En verschillende prints met elkaar combineren is geen enkel bezwaar.

MANNEN OPGELET Wil jij dit voorjaar helemaal trendy voor de dag komen, zorg dan voor enkele items in de trendkleuren papaya (dat is een oranjetint, niet te verwarren met het oranje dat je draagt als het Nederlands elftal speelt) en korenblauw. Of combineer een mooi pak of designerdenim met sneakers en steel de show.

Inspiratie nodig voor lente fashion? Op www.nederlandbruist.nl vind je diverse ondernemers die je hierbij vast en zeker kunnen helpen.

BACK TO THE 70S?

allround-dj-andre.nl

Bruiloft? 70's party?
Het foute uur? Als je
op zoek bent naar een
professionele allround
dj voor op jouw feest,
dan heb je de juiste
gevonden:

Allround dj André.



06 37435189 | allrounddjandre@gmail.com

Heeft u last van...

- Lage rugklachten
- Hielspoor
- Hallux Valgus
- Knieklachten
- Doorgezakte voorvoet

NEEM DAN
CONTACT MET
MIJ OP!

Podopraktijk Bemmel
lopen met gemak

Dorpsstraat 26, Bemmel
085-0647808
rene@podopraktijkbemmel.nl
www.podopraktijkbemmel.nl

TYPISCH Joris Shop
Ballonnen & Feestartikelen

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

Of scan de QR-code

www.typischjorisshop.nl

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

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

GIRO
555

Scan en doneer

**HELP
SLACHTOFFERS
AARDBEVING**

GEEF OP GIRO555.NL

NL08 INGB 0000 0005 55 o.v.v. 'aardbeving'

VOEL JE THUIS EN VERTROUWD



-WEBSHOP-
Booijparket-
webshop.nl



BOOIJ PARKET
WONEN MET LEF



ONDERHOUD · SCHUURVLOER · LAMINAAT · PVC · VLOERVERWARMING
INTENSIEVE REINIGING · RENOVATIE · ONDERHOUDSPRODUCTEN · PARKET
Ook voor leuke woonaccessoires zoals lampen, kussens, glaswerk en geurdiffusers

Booij Parket, voor de beste kwaliteit vloeren!

Industrieweg Oost 5b,
Elst (GLD)

0481 745 296
06 303 60 855

info@booijparket.nl
www.booijparket.nl



Orecchiette met broccoli

Een heerlijk pastagerecht dat gemakkelijk klaar te maken is op een drukke, doordeweekse avond. Broccoli, knoflook en olijfolie voegen gezonde voedingsstoffen toe aan dit lekkere lentegerecht.

4 PERSONEN - 20 MINUTEN

INGREDIËNTEN

8 ons orecchiette
1 eetlepel olijfolie
2 teentjes knoflook, gehakt
1 bos broccolistengels
1 theelepel grof zout
2 eetlepels geraspte pecorinokaas
gemalen zwarte peper

BEREIDING

Breng een grote soeppan met water aan de kook. Voeg de pasta toe en en kook in ongeveer 8 minuten al dente. Roer af en toe om te voorkomen dat de pasta blijft plakken. Breng over naar een vergiet om uit te lekken en bewaar een halve kop kookvloeistof. Zet de pasta opzij.

Verhit 1 theelepel olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Voeg de knoflook toe en bak deze ongeveer 2 minuten tot de knoflook goudbruin is. Roer om aanbranden te voorkomen. Voeg de broccoli en het bewaarde kookvocht toe en kook al roerend tot de broccoli zacht en heldergroen is, ongeveer 3 minuten. Voeg het zout toe en breng op smaak met peper. Haal van het vuur.

Voeg de pasta toe aan de pan en meng alles goed door. Verdeel het gerecht over vier borden en besprenkel elk bord met 1/2 theelepel olijfolie en 1/2 theelepel geraspte pecorinokaas.





PUZZELPAGINA

Het was even koud, maar de lente is er weer! Heb jij de eerste lenteverstijpselen al gezien? Het is weer langer licht, er beginnen weer prachtige bloemen te komen, het wordt beetje bij beetje warmer en de vogels gaan fluiten. Heerlijk, daar zijn we wel aan toe. Lekker genieten en... puzzelen helpt ook om heerlijk te ontspannen.

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

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **4-4-9**.

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 'lente'. De oplossing van vorige maand was **hartje**.

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.



Scan de QR-code voor meer info en line-up of kijk op de website www.fairytale-festival.nl



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

WIN 2 x Vrijkaarten



FAIRYTALE FESTIVAL

12 • 13 MEI 2023
KAATSHEUVEL

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

festival fairytale
winnen feest
tickets eindshow
evenement artiesten

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

Scan de
QR code en ontdek
jouw voordeel



Bespaar water en energie

Direct kokend water uit de kraan is niet alleen handig. Met een Quooker kun je ook water en energie besparen. Wil je weten hoeveel? En wat dit betekent voor jouw portemonnee? Doe dan de bespaarcheck op quooker.nl, binnen een minuut zie je wat jouw huishouden verbruikt en wat je met een Quooker bespaart.

Sinds 1911
DOORMAN
AUDIO • TELEVISIE • HUISHOUDELIJKE APPARATEN

Quooker®