

RIJK VAN NIJMEGEN 

JULI 2018 GRATIS MEENEMEN!
WWW.RIJKVANNIJMEGENBRUIST.NL

BRUIST

We hebben zin
in de

Vakantie!

Like & Share
en maak kans
op mooie prijzen



Bezieling, beleving en emotie




Arts Keukens
Maatwerk maakt mooier!

EIGENAREN: SILFRAN EN MARIAN PEETERS
VELDWEG 6, RIJKEVOORT | 0485-573194
INFO@AK.NL | WWW.AK.NL



Tegeshop Doddendaal

Keramische wand- en vloertegels

◆ Plavuizen

◆ Indoor/ Outdoor

◆ Vloerverwarmingssystemen



**Tegeshop Doddendaal
is verhuisd van Nijmegen
naar Malden**



**Frans &
Josje
Koolen**



**Collectie volgens
de laatste trends**



- 50 jaar ervaring
- Scherpe prijs door rechtstreekse import
- Uitgebreid assortiment
- Tegels veelal uit voorraad leverbaar
- Uitstekende service
- Diverse kortingen op voorraadtegels



Tegeshop Doddendaal, dé tegelspecialzaak van Nijmegen en omstreken, nam begin dit jaar zijn intrek in een mooie nieuwe showroom aan de Hoge Brug 6 in Malden.

Tegeshop Doddendaal heeft al ruim 50 jaar ervaring in het leveren en leggen van keramische tegels en natuurstenen tegels.

In deze showroom prachtige collectie tegels volgens de laatste trends.

Kom een kijkje nemen, we staan u met plezier te woord en de koffie staat altijd klaar.



6



10



12

Inhoud



8



18



23

COLOFON

BRUIST

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
MANAGER Marcel Bossers
OPERATIONEEL MANAGER Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist
VORMGEVING Nederland Bruist - Bjorn Gort
THEMA'S Annemiek Jansen - Maaïke van Helmond
TEKSTEN BRUISENDE ZAKEN Maaïke van Helmond
EINDREDACTIE Astrid Berkhout
FOTOGRAFIE BZ Nederland Bruist
ACQUISITIE Frank van Geel, 06-43093996

CONTACT RIJK VAN NIJMEGEN BRUIST
Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda
T 076-7115340
fvangeel@nederlandbruist.nl
 Rijk van Nijmegen Bruist

CONTACT HOOFDKANTOOR
Nederland Bruist B.V.
Takkebijsters 57A, 4817 BL Breda
nl@nederlandbruist.nl
www.nederlandbruist.nl | www.belgiebruist.be
 Like ons op facebook.com/nederlandbruist

TOPVERKOPER? Nederland Bruist zoekt enthousiaste topverkopers. **Meer weten?** Neem contact op via **076-7115340**. Of stuur een e-mail naar lea@nederlandbruist.nl

Copyright Nederland Bruist B.V. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. ©2018 Nederland Bruist B.V. Merknaam 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 brengt magazines uit in: De Achterhoek, Alkmaar, Almere, Belgische Grensstreek, Bergen op Zoom, Brasschaat, Breda, Drechtsteden, Eindhoven, Etten-Leur, Ginneken, 't Gooi, Haarlem, 's-Hertogenbosch, Kapellen, De Langstraat, Land van Cuijk, De Maashorst, Nijmegen, Oisterwijk, Oosterhout, De Peel, Reeshof, Rijk van Nijmegen, Roosendaal, Rosmalen, Rotterdam, Tilburg, De Waterweg, De Zaanstreek en Zutphen.

ADVERTEREN?

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

Juli, voor velen de maand van ontspanning. Na een jaar hard werken, worden de koffers ingepakt voor een welverdiende vakantie. En terecht! De boog kan immers niet altijd gespannen zijn. Want wist je dat stress een grote bedreiging is voor je gezondheid? Juist daarom is het zo belangrijk om af en toe helemaal niets te doen of te moeten...

Bruisende lezer,

Ook bij Bruist is weer een jaar keihard gewerkt en gaan we, uiteraard bij toerbeurt, een of meerdere weekjes richting de zon. Want ook tijdens de zomer werken wij gewoon door om voor jullie leuke, bruisende magazines samen te stellen. Waar jij dan weer optimaal van kunt genieten, misschien wel op je vakantieadres. Want deze maand komt ook onze nieuwste editie **Ibiza Bruist** uit!

Heb jij nog geen vakantie in het vooruitzicht? Neem dan vooral even rustig de tijd om deze editie van Bruist door te bladeren. In dit magazine lees je namelijk meer over waarom het zo belangrijk is om op tijd je rust te pakken en af en toe een 'slipperdagje' in te plannen.

Tallose ondernemers uit de regio staan ook deze zomer gewoon voor je klaar. Zo vertellen onder andere de eigenaren van Pret Inn Jump en Willemsen Wonen je meer over hoe zij dit doen.

Veel lees- & wellicht vakantieplezier.

Lea en Marcel Bossers



Kom je 's ochtends moeilijk uit bed, leef je van weekend naar weekend? En kun je je het moment waarop je honderd procent ontspannen was niet meer herinneren? Dan is het hoog tijd voor een welverdiende vakantie. Even helemaal niets doen en moeten.

Ook zo toe aan

Het is niet gek dat je na een jaar hard werken even helemaal op bent. Het is wel belangrijk om daar iets aan te doen. Neem op tijd rust en zorg goed voor jezelf. Zowel privé als op je werk is het belangrijk om je grenzen aan te geven. Het is niet erg om af en toe te zeggen dat je iets niet aankunt. We blijven per slot van rekening ook maar mensen. Je zult zien dat je na een paar dagen rust al een ander mens bent, mits je dat ontspannen gevoel natuurlijk toelaat. Ga dingen doen waar je normaal geen tijd voor hebt, trek erop uit, boek die reis waar je al jaren van droomt, maar veel belangrijker: besteed je vrije dagen op je eigen manier.

HEB JE VAAK LAST VAN

HOOFDPIJN, een vastzittende nek of maag- en darmklachten en ben je chagrijnig en emotioneel uitgeput? Dan is het hoog tijd om even pas op de plaats te maken. Als de situatie op je werk onhoudbaar is, kan een vakantie nieuwe

inzichten brengen. Niets moet, alles mag. Pas als jij van een stresskip verandert in iemand die zich kiplekker voelt, kunnen problemen worden opgelost. Zo zal een gesprek met je leidinggevende na een paar dagen vrij waarschijnlijk een stuk soepeler verlopen en weet jij ook je emoties beter in bedwang te houden.

Iedereen krijgt vroeg of laat met stress te maken. De een kan er goed mee omgaan, bij de ander kan het leiden tot uitslag, disfunctioneren of zelfs psychische klachten. Stress kan allerlei oorzaken hebben. Een nieuwe baan waarin je moet bewijzen wat je waard bent, is een goed voorbeeld. Maar ook massaontslagen, de druk van opeenvolgende deadlines, een onduidelijke hiërarchie binnen een bedrijf en een toenemende werkdruk kunnen ertoe leiden dat mensen door de bomen het bos niet meer zien. Waar de stress ook door veroorzaakt wordt, de gevolgen zijn (bijna) altijd duidelijk zichtbaar.



Vakantie?



IK GA OP VAKANTIE
EN NEEM **NIET MEE...**
MAAK DAT LIJSTJE EENS!

HOE DOE JE DAT NU EIGENLIJK, ONTSTRESSEN?

Iedereen doet dit op zijn of haar eigen manier. De een komt bijvoorbeeld helemaal tot rust van een weekje in de zon op het strand, de ander gaat drie keer per week sporten en ligt 's avonds het liefst met een goed boek op de bank, weer een ander is na een dagje badderen in een wellnesscentrum weer helemaal de oude. Kortom: de manier waarop we ontstressen is zeer persoonlijk. Feit blijft wel dat rust iedereen goed doet. Hoe je die rust invult, is aan jou.

Buiten van de zon genieten!



Keuze te over...

somfy.

Houd jij van een strakke, technische uitstraling, of meer van elegante, ranke schermen? Of wil je juist een scherm met organische, ronde vormen?

Eén ding weten we zeker: je vindt bij Frank Zonwering altijd het knikarmscherm dat klikt met jouw situatie. Onze adviseur leid je door ons ruime assortiment heen en maken samen met jou de slimste keuze, gebaseerd op jouw smaak, budget én de omstandigheden waarin het scherm moet functioneren.

Frank.
ZONWERING

Geïnteresseerd?
Neem dan eens
vrijblijvend contact
met ons op.



Buitenzonwering met vele voordelen

Zonwering moet behalve functioneel ook mooi zijn. Het maakt deel uit van je woning, je tuin, je leefomgeving. Rolluiken als zonwering bieden zoveel voordeel.

Ze werken inbraakwerend en isolerend en dempen geluid. Nu kun je van al deze voordelen profiteren en daarnaast kiezen voor een design dat ook qua look volledig bij jouw woning en leefstijl past.

Bij Frank Zonwering kunnen we de prijs dat perfect voor je uitrekenen. Dat hangt deels af van de opties die je kiest. Je hebt volop keuzemogelijkheden wat betreft de kleuren, de omkasting en de bediening van je rolluiken.

Uw vakbekwame adviseur en leverancier voor al uw:
zonnenschermen - rolluiken - markiezen - screens
uitvalschermen - binnenzonwering - horren



Novi Clinic

Dé specialist in fillers



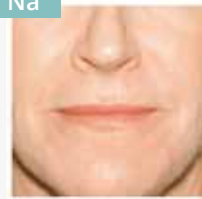
Een subtiele en natuurlijke verbetering, zodat je er weer stralend, fris en uitgerust uitziet. Is dat waar je naar op zoek bent? Dan ben je bij cosmetisch privékliniek Novi Clinic in Malden aan het juiste adres.

“Enorm kundig en vriendelijk geholpen en ontzettend blij met het resultaat. Bedankt!”
- Dhr. O.B.

Voor



Na



Benieuwd of ik ook iets voor u kan betekenen?
Maak dan eens een afspraak voor een
vrijblijvend en gratis intakegesprek.



CIN CIN

Deze zomer maak je met de nieuwe limited edition pre-mix van ZADI Drinks de lekkerste cocktails. Mandarijn is de basis van DODO met het frisse van citroen, een infusie van gember, basilicum en een vleugje chilipeper. Kortom: deze cocktail is fris fruitig, een tikkeltje ondeugend, maar vlijmscherp. **ZADI Drinks, DODO, € 9,95**



LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#1

Maak kans op Aruba Aloe Vitamin E & Special Care lotion.

Voor de perfecte dagelijkse behandeling van het lichaam of het gezicht. Intens hydraterend en met een extra infusie van vitamine E om de huid zacht en soepel te houden.



Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens** o.v.v. 'Lezersactie#1 juli naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

Summer

win

DE PERFECTE ZOMERAVOND

Wat is er gezelliger dan samen tafelen met familie, vrienden of de buurtjes? Ben je op zoek naar het perfecte servies dat zich goed leent voor grote porties? Villeroy & Boch helpt graag met slimme collecties als BBQ Passion, Pasta Passion en Pizza Passion collecties.

Villeroy & Boch, vanaf € 9,90,
www.villeroy-boch.nl/shop

HAMBURG HEEFT HET...

Door Lonely Planet is Hamburg benoemd tot vierde beste stad om in 2018 te bezoeken. De stad die constant in beweging is, heeft het allemaal!

Ga jij er deze zomer naartoe?
Hamburg Tourismus,
www.hamburg-travel.com



er in the city

LIKE & SHARE/LEZERSACTIE#2

**Maak kans op een
Princess Traveller
San Francisco koffer
t.w.v. € 109,99**

Uniek! Een koffer met
geïntegreerde weegschaal.
Nooit meer teveel kilo's
en onverwachte kosten bij
het inchecken!

**PRINCESS
TRAVELLER**

www.princesstraveller.com

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van de glossy uit jouw regio. Share de actie met je vrienden zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke lezersactie! **Of stuur je gegevens** o.v.v. 'Lezersactie#2 juli' naar prijsvraag@nederlandbruist.nl

**THE OLD FASHION WAY**

In deze digitale wereld wil Creative Lab Amsterdam mensen verleiden om weer de pen te pakken. Schrijf een lieve groet vanaf jouw favoriete terras, posten maar en zeker weten dat je een glimlach op het gezicht van de ontvanger tovert.

Creative Lab Amsterdam, Postable Papergoods vanaf € 3,50,
www.creativelabamsterdam.com

DE COOLSTE JUMPHAL

van Gelderland

Vette trampolines, lekkere hapjes en drankjes en leuke medewerkers, dat is in een paar woorden samengevat jumphal Pret Inn Jump in Heumen. "Iedereen die van jumpen houdt, kan zich in onze hal optimaal vermaken", aldus bedrijfsleidster Sofie Hendriks.

Schutkolk 7, Heumen | 024-3333795 | info@pretinnjump.nl | www.pretinnjump.nl

Veruit de leukste

De eigenaar van Pret Inn Jump heeft aan de overkant ook al binnenspeeltuin Pret Inn en concludeerde dat er in de buurt eigenlijk nog behoefte was aan één ding: een vette jumphal. “Die had je hier nog niet. Vandaar dat wij afgelopen maart de deuren van onze eigen hal hebben geopend. Nu al een enorm succes. En hoe kan het ook anders, want we zijn veruit de leukste jumphal van de regio!”

Bijzondere toepassingen

“Wat ons dan tot de leukste maakt? Alleen al de variatie die wij bieden in één overzichtelijke hal. Bij ons vind je allerlei bijzondere toepassingen in combinatie met trampolines. Zo hebben we een klimmuur, een evenwichtsbalk, een jumptower, een ninja cours met verschillende hindernisbanen en een foampit. En dat alles in een super leuke en sfeervolle setting met gave discolampen en goede muziek. En als ouders geen zin hebben om met hun kids mee te jumpen, dan kunnen zij boven plaatsnemen in onze gezellige horeca vanwaar zij de hele jumphal kunnen overzien.”

Voor jong en oud

“Kinderfeestje of personeelsuitje? Het kan allemaal; hiervoor hebben wij verschillende arrangementen. Maar ook gewoon komen jumpen kan natuurlijk zeven dagen per week. Voor slechts € 9,- – plus eenmalig € 2,- voor de aanschaf van speciale jumpsokken – kun je bij ons een uur uitleven in de hal. En dat met maximaal 54 personen tegelijkertijd zodat het nooit te druk is.”

Voor iedereen vanaf acht jaar, maar tegenwoordig ook met speciale jumpuurtjes voor de allerjongste kids.

Dus heb jij ook zin om even helemaal los te gaan op de trampoline? Kom dan snel eens langs bij Pret Inn Jump!





Professionele diagnose van uw huid Observo® 520

Veel huidaandoeningen beginnen in de diepere huidlagen en worden pas in de loop van de tijd zichtbaar. De Observo® analyseert ook diepere huidlagen en brengt deze aandoeningen haarscherp in beeld. Zo is het mogelijk om advies of behandeling af te stemmen op de toekomst en eventuele problemen voor te zijn.



Met de Observo® 520 is het mogelijk om de gezichtshuid onder invloed van zes verschillende huidanalyse-modi te bekijken en vast te leggen. De gepatenteerde technologie, die gebruikmaakt van speciale fluorescentie en gepolariseerd licht, maakt de huid en eventuele huidaandoeningen direct zichtbaar.



Nadat de foto's zijn gemaakt krijgt u advies van ons over eventuele behandelingen en passende huidverzorging.

Bel (024-3582419) of mail (info@angelasanders.nl) ons en maak een afspraak voor een gratis advies!

ANGELA SANDERS

HUIDVERZORGINGSSALON



Zorgeloos eropuit met Caravan Centrum Ad Dekker

Het is weer tijd om er lekker met de caravan op uit te trekken.

Een fijne kampeervakantie staat of valt echter met het gebruik van goed materiaal.

Met **Caravan Centrum Ad Dekker in Raamsdonksveer** bent u verzekerd van een zorgeloze vakantie trip!



■ Dealer van Hobby

Caravans: het nummer één caravanmerk van Europa. De grootste collectie Hobby-caravans en Fendt-caravans van Nederland.

■ Constante voorraad van ongeveer honderd **gebruikte caravans** in alle prijsklassen en indelingen. Klanten ontvangen altijd minimaal 750 euro voor hun oude inruilcaravan. Vraag naar de voorwaarden.

■ **Ruime kampeerwinkel** met voortenten en luifels en daarnaast alle andere accessoires voor in en rond de caravan, camping en vrije tijd. **Elke week zijn er speciale aanbiedingen met veel voordeel.**

■ Modern BOVAG gecertificeerd Service Center.

Alle benodigde apparatuur is aanwezig om u met een veilig gevoel op vakantie te laten gaan. Of het nu gaat om een onderhoudsbeurt, vochtcontrole of schadeherstel. Alles uitgevoerd door keurmeesters, schadeherstellers, inbouwdeskundigen en onderhoudsmonteurs.

Directeur Marc Brouwers
"Altijd de beste prijs met een uitstekende service"



"Laat u vrijblijvend adviseren door één van onze verkoop-medewerkers"

Verlichting brengt sfeer, verlichting brengt rust



De juiste **verlichting** zorgt voor **harmonie** in uw woonkamer, slaapkamer, keuken of kantoor.

Onze zaak is al 95 jaar een begrip in Mill en wijde omgeving en heeft zich de afgelopen 21 jaar gespecialiseerd in verlichting.

In een ongedwongen en gezellige ambiance in onze zaak aan de Schoolstraat in Mill kunt u in alle rust een keuze maken uit ons zeer uitgebreide aanbod verlichting en aanverwante artikelen.

U bent bij ons verzekerd van zeer deskundig advies en wij ontwerpen desgevraagd een compleet lichtplan voor uw woning of tuin. Op verzoek komen wij ook de lampen bij u monteren tegen een geringe vergoeding.

Ons uitgebreide assortiment omvat **hanglampen, wandlampen, vloerlampen, plafondlampen, spots, buitenlampen, kappen** en niet te vergeten alle soorten t'l's, multimedia kabels en **led lampen**.

Kom eens vrijblijvend een kijkje nemen in onze zaak, want Edo verlichting heeft het!

Openingstijden:

Maandag Gesloten
Di t/m vrij 09.00 - 12.15
13.15 - 18.00
Zaterdag 09.00 - 16.00



Een grote bedreiging voor onze gezondheid is **stress**.

Neem daarom regelmatig **een slipperdag!**

Mensen die veel stress hebben, zijn perfectionistisch en werken enorm hard. Ze gaan wel vaak te ver door, waardoor ze soms **over hun eigen grens** heen gaan.

Het is zomer, **de zon schijnt**: negeer je hoofd en volg je hart.

Op nummer één van de top drie om stress te verminderen staat **muziek luisteren**. TV kijken en een warm bad of warme douche nemen staan op twee en drie.

Vakantie is niet meer weten welke dag het is en lekker dobberen op **een zee van vrije tijd**.

Ontstressen gaat automatisch op een trampoline of springkussen en tijdens spelletjes of hilarische situaties.

Dus neem je leven **minder serieus** en **speel meer!**

Mensen werken op **zonne-energie**: tijdens de zomervakantie opladen om het hele jaar te kunnen stralen.

Ik ga op vakantie **en ik neem mee...** jou!

Passie

voor hout & buitenleven



Het buitenleven wordt steeds belangrijker in ons leven en hoe heerlijk is het om het hele jaar door buiten te kunnen genieten! Bent u op zoek naar een tuinhuis, veranda, buitenkamer of schuurtje dat zich onderscheidt in stijl, vormgeving en een meer dan uitstekende prijs/kwaliteit verhouding? Denk dan eens aan Jan de Boer Tuinhuizen!



In ons assortiment vindt u de mooiste tuinhuisjes, tuinhuizen met veranda, buitenkamers, veranda's, garages en carports etc. Daarnaast geeft ons portfolio een impressie van reeds geplaatste projecten. Onze bedrijfsfilm geeft u een beeld van onze showroom en fabriek, waar alles op maat gemaakt wordt. Alle producten worden vakkundig geplaatst door eigen monteurs.

Wilt u meer inspiratie opdoen? Onze showroom geeft een prima indruk van de hedendaagse mogelijkheden op het gebied van sfeer, duurzaamheid en functionaliteit. Wij luisteren, geven u persoonlijk advies en zoeken samen met u naar het optimale ontwerp dat geheel is afgestemd op uw wensen.

KOM GEWOON
EENS VRIJBLIJVEND
IDEEËN OPDOEN,
DE KOFFIE STAAT
KLAAR!

We hebben ook de leukste
accessoires om uw tuinhuis
helemaal af te maken!



Jan de Boer
tuinhuizen

Celsiusstraat 8 Wijchen
024-6416466

www.jandeboertuinhuizen.nl

Al 50 jaar dé woonsp



Marcel vervolgt: “We doen ons werk met passie en we doen het goed. Het maakt niet uit of je komt voor een nieuwe gordijnrail of voor een compleet interieuradvies; iedere klant is bij ons even belangrijk.”

Complete woninginrichting

In de sfeervolle showroom van Willemsen Wonen kun je je volop laten inspireren. De zeer uitgebreide collectie omvat kwaliteitsproducten voor de volledige woninginrichting. Er is raamdecoratie in alle soorten en maten; van gordijnen tot binnenzonwering. Daarnaast vind je voor iedere ruimte in huis de perfecte vloer (hard en zacht). “We zijn gespecialiseerd in PVC vloeren, deze zijn duurzaam en hebben weinig onderhoud nodig.”

In 1968 begon Jac. Willemsen een eigen onderneming in Lent. Na verschillende omzwervingen en uitstapjes qua assortiment betrok de zaak onder de naam Willemsen Wonen de huidige locatie in Elst. “Sindsdien concentreren we ons op onze oorspronkelijke liefde; het woningtextiel”, aldus Marcel Eeken, die anno 2018 samen met Clovis Willemsen aan het roer staat van het bedrijf.

Luxaflex Gallery Dealer

Willemsen Wonen is een exclusief Gallery dealer van Luxaflex®. “Daar zijn er slechts 43 van in Nederland, dus we zijn er trots op dat we die titel mogen dragen. We hebben een aparte shop waarin we de allernieuwste producten van Luxaflex® presenteren.”

Persoonlijk advies

“Bij voorkeur maken we een afspraak met je, zodat we – al dan niet aan de hand van een tekening – je wensen kunnen bespreken. Voor een optimaal persoonlijk advies, gratis en geheel vrijblijvend, komen we graag bij je thuis. Wij denken vanuit onze ervaring actief met je mee en laten je de mogelijkheden zien om de woonsfeer te creëren die perfect past bij je interieur.”

Uitstekende service

“We gaan behoorlijk ver in onze service. Desgewenst kunnen we je geheel ontzorgen en alles voor je regelen. Onze service houdt bovendien niet op zodra je betaald hebt; mochten er onverhoopt problemen zijn, dan zorgen we dat die worden opgelost!”



BRUISENDE/ZAKEN

Specialist in Elst e.o.



Nieuwe Aamsestraat 84, Elst

0481-372162

info@willemssenwonen.nl

www.willemssenwonen.nl



De Mulder
keukens op maat

Locatie Wanssum: Stayerhofweg 2b, Wanssum | 0478 - 53 90 20
Locatie Malden: Sluisweg 1b, Malden | 024 - 820 09 84
info@demulderkeukensopmaat.nl | www.demulderkeukensopmaat.nl



*Neem gerust eens
contact op voor een
vrijblijvende afspraak.*

DAGJES UIT IN JULI!



HET IS ZOMER! Bruist zet de leukste evenementen op een rijtje.

De Zwarte Cross

12 t/m 15 juli in Lichtenvoorde

Dit evenement combineert een muziekfestival en een motorcross.

Over het IJ Festival

13 t/m 22 juli. Genieten tijdens dit zomerse theaterfestival in Amsterdam.

North Sea Jazz Festival

13 t/m 15 juli in Rotterdam

In juli verandert Rotterdam in de jazzhoofdstad van de wereld.

De Nijmeegse Vierdaagse

17 t/m 20 juli

's Werelds grootste wandelevenement is een must voor elke wandelaar.

De Tilburgse Kermis

20 t/m 29 juli

De 10-daagse Tilburgse Kermis is de grootste kermis van de Benelux.

Rotterdam Unlimited

24 t/m 28 juli in Rotterdam

Bekende artiesten én de kleurrijke parade van het Zomercarnaval.

FILMPJE KIJKEN ADRIFT

BINNEN/BUITEN

Tami (Shailene Woodley) en Richard (Sam Claflin) zeilen met een jacht over de Stille Oceaan. Ze zijn jong en verliefd. De klus die ze hebben aangenomen lijkt meer op een perfecte vakantie dan op werken. Totdat het noodlot toeslaat en ze terechtkomen in een genadeloze orkaan. Met een verwoeste boot, zonder communicatiemiddelen of navigatie en weken verwijderd van de dichtstbijzijnde haven, moet Tami vechten voor zichzelf en de zwaargewonde Richard. Hun enige kans op overleven is om 3000 km lang de juiste koers te varen naar de Hawaï-eilanden...

Adrift gaat op 5 juli in première.



BOEKJE LEZEN V-LIFESTYLE



AFVALLEN EN JE ENERGIEKER VOELEN ZONDER CRASHDIEET OF UREN IN DE SPORTSCHOOL. Diewuikje Tijsen maakt je wegwijs in deze levensstijl. Staat stil bij hoe je begint, hoe je kunt volhouden en blijven genieten van heerlijk gezond eten. Bovendien deelt ze haar geheim met jou! Een boek vol met adviezen, grappige tekeningen, tips, ideeën, lijstjes om uit te knippen, soms een kritische noot, prachtige foto's en er staan natuurlijk ook gezonde recepten in.

HET V-LIFESTYLE BOEK, een prachtig vormgegeven gids die je leidt door de wonderlijke wereld van gezond eten. Te koop bij de exclusievere lifestyle winkels en bij Bol.com voor € 24,95

BLOK
LAND
& DUIN

ADMINISTRATIE
EN ADVIES

UW FINANCIËLE EN
FISCALE BELANGEN STAAN
BIJ ONS CENTRAAL.



WIJCHENSEWEG 132, NIJMEGEN
024 - 379 22 66
INFO@BLOKLANDDUIN.NL

DE BOUWKAMP 1C, OOIJ
024 - 204 20 74
OOIJ@BLOKLANDDUIN.NL

WWW.BLOKLANDDUIN.NL

THAISE MASSAGE

YinDii
MESSAGESALON

Traditionele Thaise massage
Ontspanningsmassage
Kruidenstempelmassage

YinDii

Koolzaadveld 45-47 | 6641 SV Beuningen
T 06 533 43 478 | info@yindi.nl | www.yindi.nl

Zuster Evie Wijchen
Lokaal & Ambachtelijke
gemaakte lekkernijen

Zuster Evie



Lokaal & ambachtelijk
gemaakte lekkernijen

Interesse?

Zuster Evie Wijchen
De Lingert 5278, Wijchen
06-53678936
wijchen@zusterevie.nl

gemaakt
in Wijchen
door
Monique

www.facebook.com/
zustereviejijchen



Lopers van de Nijmeegse Vierdaagse opgelet!

De meeste lopers zijn al volop bezig met de voorbereidingen voor de zware lichamelijke beproeving van de Nijmeegse Vierdaagse. Wekelijks tientallen kilometers lopen. Het looppatroon is het meest sterke patroon van ons lichaam, dat dagelijks terugkomt. Wanneer er een kleine afwijking zit in dit patroon, kan er al snel een overbelasting ontstaan wat kan leiden tot een vervelende blessure. Iets waar u als loper tijdens de Vierdaagse natuurlijk niet op zit te wachten.



Voorkomen is nog altijd beter dan genezen.



Om de afwijking(en) in uw looppatroon te kunnen vaststellen, maken wij gebruik van de Diers Loopanalyse. Deze 3D scan maakt een statische en dynamische analyse van uw voeten en hele wervelkolom. De scan geeft direct zicht op eventuele afwijkingen in uw lichaamshouding, de voetafwikkeling, maar ook de stand van het bekken en de wervels. Door hier meer inzicht in te krijgen, kan niet alleen de klacht maar ook de oorzaak worden aangepakt en kunnen bestaande klachten efficiënter worden behandeld en toekomstige klachten worden voorkomen.

**Wilt u meer informatie of een afspraak maken,
neem dan contact op met onze praktijk 024-3558830.**





Zonnige



1. Top yellow chrome, € 44,95 en broekje, € 27,95 van Beachlife www.beachlife.nl
2. Sun Shake Eau de Toilette van Jil Sander, € 35,- www.jilsander.com
3. Summer in a Palette van Urban Decay, € 39,- www.urban-decay.nl
4. Lipbalm van Nescence, € 39,95 www.iciparisxl.nl
5. Baume Régénérant Réhydratant Intense van Clarins, € 31,- www.clarins.nl



omer

Na deze fantastisch pre-summer willen we een nog mooiere tijd dan we al hebben gehad! Met nog veel meer zon, nog langere zwoele avonden en de leukste summer beautyproducten.

- 6. Belle de Teint Bronze & Glow van Lancôme, € 52,- www.lancome.nl
- 7. Brume Solaire Hydratante van Biotherm, € 25,- www.biotherm.nl
- 8. Hollister Festival Vibes for Him and Her, vanaf € 25,- www.iciparisxl.nl
- 9. Mascara Feline Elegance van Helena Rubinstein, € 35,- www.iciparisxl.nl
- 10. Batiste™ Nude Droogshampoo, € 5,49 www.batiste.nl

Waardig *afscheid* nemen van je huisdier

Dierenbegraafplaats 't Jagtveld in het landelijk gelegen Heumen biedt sinds juni 2017 een prachtige plek voor een waardig afscheid van je overleden huisdier.



't JAGTVELD

MEER WETEN?

Wij heten je van harte welkom bij
Dierenbegraafplaats 't Jagtveld.

Looistraat 59, Heumen | 06 53532054 | www.dbpbeurtveld.nl



BRUIST

Like ons op **facebook**.

www.facebook.com/RijkvanNijmegenBruist

ijssalon
Passione

Proef Italië in hartje Groesbeek
(Kerkstraat 16)



ZONNIG TERRAS - 'T LEKKERSTE IJS
KOFFIESPECIALITEITEN

OPVALLEN?

ADVERTEER IN BRUIST

Bel 076-7115340
of mail naar nl@nederlandbruist.nl

BRUIST

De geur van de *Zomer*

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



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

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

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

Ik verloor in totaal **13,5 kg** en **50 cm**

“We gingen er samen voor, want er was een vriendinnenactie bij **Beauty Firm**. 1x in de week samen eten en dan vanuit het midden van het land op weg naar Beuningen. We hadden het er al enige tijd over dat we allebei wat kilo’s kwijt wilden raken.”



Lisette: “ik wilde graag van mijn zwangerschapskilo’s af; mijn weegschaal tikte 75 kg aan. Tijd voor verandering! Omdat ik door een beperking in mijn rug niet optimaal kan sporten, was Beauty Firm voor mij ideaal.” Ook Shirley wilde graag wat kilo’s kwijt. “Ik kan echter niet sporten vanwege een lichamelijke beperking. We besloten er samen voor te gaan zodat we elkaar konden motiveren en stimuleren.”

“We waren blij met de dieetsuggesties, een levensstijl kiezen die bij ons past. Ook motiveerden Jane en Marieke ons enorm, door hun positiviteit en enthousiasme door de kilo’s die zij zelf zijn kwijtgeraakt. Zo begonnen we aan ons koolhydraatarm dieet in combinatie met de behandeling om plaatselijk ‘wat’ te verliezen. Op een geven moment was het ook echt een ontspanningsuitje. De behandeling gaf ons even een momentje voor onszelf.”

Lisette: “Ik verloor in totaal 13.5 kg en 50 cm (buik, heupen en bovenbeen). Shirley raakte in totaal 7 kg en 46 cm kwijt. Onze kleding, vooral de broeken gingen losser zitten, shoppen werd een uitje. Het is gewoon een feestje om in je paskamer te staan en te zien dat je van maat 40/42 en 38/40 een broek in maatje 36 past. We zijn om en houden nog steeds deze levensstijl vast en blijven op ons huidige gewicht. We hopen dat Jane en Marieke nog meer mensen zullen bereiken zodat ze hun streefgewicht kunnen behalen en een gezonde levensstijl aangaan. Met hun aanstekelijke enthousiasme gaat dat zeker lukken!”

Dankjewel Beauty Firm!





LIMBURGIA

Elke dag verse Limburgse vlaaien



Gratis bezorgd bij u op het werk of thuis



*Voor
14.00 uur
besteld, de
volgende dag
in huis*



Rob Plönes | Limburgia-Wijchen | Marktpromenade 1-3, Wijchen
Bestellen kan via 024-6412100 of onze website www.limburgiavlaii.nl



VIERDAGSEFEESTEN PARTY OF THE YEAR

Het grootste vrij toegankelijke evenement van Nederland, en het op 3 na grootste van Europa. Gedurende 7 dagen treden meer dan 3.000 artiesten op, verspreid over 40 locaties.

Van Latin tot Rock, van Dance tot Kidsloop, van uit je dak gaan tot verrukt luisteren, van biologische lekkernijen tot tasty hamburgers, van grootse milieuvriendelijke vuurwerkshow tot Roze Woensdag.

Een onderdeel van de Vierdaagsefeesten is Stevenskerk Live. Prachtige concerten van aansprekende artiesten in de Stevenskerk. Kortom: de ultieme totaalbeleving. Met ieder jaar een bijzonder aantrekkelijk en divers programma is het dan toch logisch dat jaarlijks 1,5 miljoen bezoekers naar de binnenstad van Nijmegen trekken om te genieten van dit evenement?!

Vierdaagsefeesten wordt gelijktijdig georganiseerd met de Internationale Vierdaagse Afstandsmarsen.

Datum: 14 t/m 20 juli
Plaats: Nijmegen

JULI 2018



FESTIVAL OP 'T EILAND

Op 't Eiland is van alles te beleven! De hele dag door is er internationaal straattheater voor jong en oud, en iedere avond is er een ander optreden te zien in het Eilandtheater.

't Eiland staat de hele week bol van muziek. Naast elke dag tussen 14 en 23 uur dj's zijn er elke dag optredens op het Waalpodium (fenomenaal uitzicht inclusief) en kan er elke dag met een ander dj-collectief gedanst worden in de Club de Ville. Het muziekprogramma wordt gerealiseerd in samenwerking met Doornroosje: kan niet misgaan, toch.

Datum: 14 juli t/m 20 juli 2018
Plaats: Nijmegen
Tijd: 13.00 - 01.00 uur

SMKMRKT

LABYRINTH

Tijdens de zomerfeesten wordt er voor de vierde keer SMKMRKT Labyrinth georganiseerd. Na drie geslaagde edities breiden ze komend jaar het terrein wat uit. Waar het Labyrinth eerder vooral in de avonden geen deel uitmaakte van het evenement zorgen wij er komend jaar voor dat het gehele terrein meedoet. Hoe het achterste stuk richting de spoorbrug wordt ingevuld houden ze nog even geheim maar wel kunnen ze bekend maken dat er elke avond samengewerkt zal worden met verschillende gevestigde organisaties en dat iedere avond een eigen sfeer en eigen geluid krijgt.

Naast een combinatie die je van ze gewend bent met streetfood, live muziek, kinderprogramma en genoeg ruimte om te chillen; breiden ze hun muzikale programma uit in verschillende genres als pop, soul, latin, disco, hiphop, reggae en afro beat.

Datum: 14 juli t/m 20 juli 2018

Plaats: Nijmegen

Tijd: 16.00 - 00.30 uur



UITGELICHT

RAVE080

7 JULI

De allereerste editie van RAVE080! Lekker stampen in Nijmegen met als special guest voor de eerste editie niemand minder dan DJ THERA die een vette 90 minuten set zal draaien!

Volledige line up:

Dj Thera | Aversion | Critical Compressure
Distinction | Re-Shock

Waar: Smetiusstraat 9, Nijmegen

Wanneer: Zaterdag 7 juli 2018

Hoe laat: 22.00 - 05.00 uur

Voorverkoop: € 10,- bij Next Level

Deurverkoop: € 12,50





BRUSCHETTA MET PERZIK

Ingrediënten voor 8 stukken | 20 minuten

2 kleine stokbroodjes of 1 grote - scheut goeie olijfolie - 1 teentje knoflook - 8 plakjes Parmaham - stuk Parmezaanse kaas - 2 perziken verse basilicum

Bereiding

Snijdt het stokbrood in stukken van circa 10 cm en snijd daarna dwars doormidden. Gewoon in sneetjes kan natuurlijk ook. Verhit een grillpan, smeer de broodjes in met een dun laagje olijfolie en bak ze tot er mooie grillstrepen te zien zijn. Wrijf de broodjes na het grillen in met de knoflook. Beleg ze met een plak Parmaham. Snijd de Parmezaanse kaas met een scherp mes in dunne plakjes en leg deze ook op de bruschetta. Snijd de perziken in stukjes en verdeel deze samen met een blaadje basilicum over de broodjes. Besprenkel ze op het laatst met een paar druppels (basilicum)olijfolie.

Uw **onderneming** ook **presenteren** in dit sprankelende **magazine?**

Neem dan **contact** op via
nl@nederlandbruist.nl of bel
06-43093996



GEVULDE ANANAS

Ingrediënten voor 2 personen | 20 minuten

150 gr basmatirijst - 2 teentjes knoflook (gehakt) - 170 gr garnalen
200 gr blokjes wortel - 1 chilipeper - 3 lente-uien - 2 eetlepels
sojasaus - 1 eetlepel sesamololie - 1 ananas - 40 gr cashewnoten

Bereiding

Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Fruit de knoflook samen met de garnalen aan en voeg na 1 minuut de blokjes wortel en chilipeper toe. Bak ongeveer 5 minuten. Snijd ringetjes van de lente-uien en voeg deze samen met de gekookte rijst toe. Meng goed door en voeg de sojasaus en sesamololie toe. Hol voorzichtig de ananas uit. Verwijder het harde, binnenste deel en snijd de rest van de ananas in blokjes. Meng de ananas met de rijst en vul de uitgeholde ananas hiermee. Garneer met de cashewnoten

Check ook
onze website!

Neem een kijkje op
www.rijkvanijmegenbruist.nl





SALADE MET PASSIEVRUCHT

Ingrediënten voor 4 personen | 20 minuten

4 passievruchten - 1 eetlepel azijn - 1 eetlepel honing - sap van ½ limoen - peper en zout - 100 gr sla - 275 gr mango in stukjes - 1 komkommer in halve ringen - 125 gr geitenkaas
4 eetlepels pistachenootjes (ongezouten)

Bereiding

Snijd 2 passievruchten doormidden en lepel de zaadjes en het vocht eruit. Meng dit met de azijn, de honing, het limoensap en een snufje peper en zout. Verdeel de sla over 4 bordjes. Verdeel de stukjes mango en komkommer erover. Kruimel ook de geitenkaas erover en bestrooi met de pistachenootjes. Snijd de andere twee passievruchten open en leg deze op de salade. Besprenkel de salade met de passievruchtendressing.



TIRAMISU VAN MANGO

Ingrediënten voor 4 stuks | 30 minuten + 60 minuten wachten

125 gr mascarpone - 250 gr kwark - 50 gr basterdsuiker
2 mango's - witte chocoladelikeur - 1 pak lange vingers - halve reep witte chocolade, geraspt

Bereiding

Meng de mascarpone, kwark en basterdsuiker door elkaar. Schil de mango's en pureer deze fijn. Schenk een laagje witte chocoladelikeur in een schaal en doe de lange vingers hierin zodat ze de likeur opnemen. Maak dan in een glas laagjes van het kwarkmengsel, de mangopuree en de lange vingers. Eindig met een laagje kwarkmengsel en gepureerde mango. Laat de glaasjes in de koelkast opstijven. Voordat je de mango tiramisu serveert, garneer je de tiramisu met de witte chocoladesnippers.



HOOP KEUKENGEMAK
kookwinkel

voor foodies & lekkerbekken

BBQ vleeskerntermometer
van €39,99 voor € 29,99
via mobiel afleesbaar - bluetooth



Spoorstraat 39A Wijchen | T 024-6421257 | www.hoopkeukengemak.nl



VIA CANNELLA CUIJK | Wonen & Koken
Korte Molenstraat 6 & 14 | Grotestraat 34 5431 DK Cuijk
0485 - 315057 | www.viacannella.nl

